

THIỆN PHÚC

TRÍ TUỆ

THEO

QUAN ĐIỂM ĐẠO PHẬT

WISDOM

IN

BUDDHIST POINT OF VIEW

Copyright © 2022 by Ngoc Tran. All rights reserved.

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

Mục Lục

Table of Content

<i>Mục Lục—Table of Content</i>	3
<i>Lời Đầu Sách—Preface</i>	7
Phần Một—Part One: Trí Tuệ Theo Quan Điểm Phật Giáo—Wisdom In Buddhist Point of View	15
<i>Chương Một—Chapter One: Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Trí Tuệ Theo Quan Điểm Phật Giáo—An Overview and Meanings of Prajna In Buddhist Point of View</i>	<i>17</i>
<i>Chương Hai—Chapter Two: Đặc Điểm Và Khả Năng Của Trí Tuệ—Main Characteristics and Powers of Wisdom</i>	<i>33</i>
<i>Chương Ba—Chapter Three: Các Loại Trí Tuệ—Different Kinds of Wisdom</i>	<i>37</i>
<i>Chương Bốn—Chapter Four: Phương Tiện Trí—Skillful Knowledge</i>	<i>45</i>
<i>Chương Năm—Chapter Five: Phân Biệt Trí—Knowledge of Differentiation</i>	<i>49</i>
<i>Chương Sáu—Chapter Six: Trí Tuệ Đáo Bỉ Ngạn—Prajna-Paramita</i>	<i>55</i>
<i>Chương Bảy—Chapter Seven: Trí Tuyệt Đối & Trí Bát Nhã—Absolute Knowledge & Prajna-Paramita</i>	<i>61</i>
<i>Chương Tám—Chapter Eight: Ba Hình Thức Của Trí—Three Forms of Wisdom</i>	<i>69</i>
<i>Chương Chín—Chapter Nine: Bốn Cửa Đi Vào Tri Kiến Phật—Four Doors of the Enlightened Knowledge</i>	<i>73</i>
<i>Chương Mười—Chapter Ten: Bốn Trí—Four Wisdoms</i>	<i>79</i>
<i>Chương Mười Một—Chapter Eleven: Bốn Trí Lực Vô Ngại—Four Unobstructed Powers of Wisdom</i>	<i>85</i>
<i>Chương Mười Hai—Chapter Twelve: Tuệ Giác Xua Tan Ảo Giác—Insight Will Dispel Illusions</i>	<i>89</i>
<i>Chương Mười Ba—Chapter Thirteen: Trí Tuệ Trong Tâm Kinh—Wisdom in the Prajna-Paramita-Sutra</i>	<i>95</i>
<i>Chương Mười Bốn—Chapter Fourteen: Trí Huệ Của Chư Phật & Chư Bồ Tát Trong Kinh Điển Phật Giáo—Buddhas' and Bodhisattvas' Wisdoms in Buddhist Scriptures</i>	<i>99</i>
<i>Chương Mười Lăm—Chapter Fifteen: Trí Bát Nhã Theo Kinh Pháp Bảo Đàn—Prajna Wisdom According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch's Dharma Treasure</i>	<i>121</i>
<i>Chương Mười Sáu—Chapter Sixteen: Người Trí Theo Quan Điểm Phật Giáo—Wise Man In Buddhist Point of View</i>	<i>137</i>
<i>Chương Mười Bảy—Chapter Seventeen: Trí Tuệ Siêu Việt—Transcendental Wisdom</i>	<i>145</i>
<i>Chương Mười Tám—Chapter Eighteen: Trí Tuệ Giải Thoát Qua Bờ Bên Kia—Wisdom of Emancipation of Reaching the Other Shore</i>	<i>157</i>
Phần Hai—Part Two: Tu Tập Trí Tuệ Theo Quan Điểm Phật Giáo—Cultivation of Wisdom In Buddhist Point of View	163

<i>Chương Mười Chín—Chapter Nineteen: Vai Trò Của Trí Tuệ Trong Tu Tập Thiền Phật Giáo—Roles of Wisdom In Cultivation In Zen Buddhism</i>	165
<i>Chương Hai Mươi—Chapter Twenty: Vai Trò Của Trí Huệ Trong Tu Tập Tịnh Độ—Roles of Wisdom in Cultivation in the Pure Land Buddhism</i>	167
<i>Chương Hai Mươi Một—Chapter Twenty-One: Tu Tập Trí & Hạnh Bất Thối Chuyển—Cultivation of Avaiartika & Non-Backsliding Practice</i>	171
<i>Chương Hai Mươi Hai—Chapter Twenty-Two: Từ Huệ Căn & Huệ Nhãn Dẫn Đến Huệ Độ—From Sense of Wisdom & Eyes of Wisdom Leading to Supreme Wisdom</i>	177
<i>Chương Hai Mươi Ba—Chapter Twenty-Three: Tu Tập Trí Tuệ—Cultivation on Wisdom</i>	181
<i>Chương Hai Mươi Bốn—Chapter Twenty-Four: Mười Tám Pháp Quán Trí Tuệ—Eighteen Kinds of Insight Contemplation for Ultimate Reality</i>	185
<i>Chương Hai Mươi Lăm—Chapter Twenty-Five: Tu Tập Trong Phật Giáo Và Tuệ Học—Buddhist Cultivation and the Branches of Wisdom</i>	187
<i>Chương Hai Mươi Sáu—Chapter Twenty-Six: Hành Giả Tu Tập Trì Giới-Nhẫn Nhục-Tinh Tấn-Thiền Định Là Đang Đi Vào Cửa Trí Huệ—Practitioners Who Cultivate Observation of Precepts-Patience-Right Efforts-Right Concentration Are Entering the Door of Wisdom</i>	199
<i>Chương Hai Mươi Bảy—Chapter Twenty-Seven: Vai Trò Của Chánh Kiến Và Chánh Tư Duy Trong Tu Tập Trí Tuệ—Roles of Right Understanding and Right Thought in the Cultivation of Wisdom</i>	207
<i>Chương Hai Mươi Tám—Chapter Twenty-Eight: Vai Trò Của Chánh Niệm Và Chánh Định Trong Tu Tập Trí Tuệ—Roles of Right Mindfulness and Right Concentration in the Cultivation of the Wisdom</i>	223
<i>Chương Hai Mươi Chín—Chapter Twenty-Nine: Sự Cần Thiết Của Thiền Quán Trong Tu Tập Trí Tuệ—The Necessity of Meditation in the Cultivation of the Wisdom</i>	261
<i>Chương Ba Mươi—Chapter Thirty: Tu Tập Trí Tuệ Bằng Thiền Chỉ—Cultivations of the Wisdom Through Practicing Samatha Meditation</i>	277
<i>Chương Ba Mươi Một—Chapter Thirty-One: Tu Tập Trí Tuệ Bằng Thiền Minh Sát—To Cultivate the Wisdom in Practicing Meditation on Insight</i>	283
<i>Chương Ba Mươi Hai—Chapter Thirty-Two: Thân Tâm Và Giới Đức Thanh Tịnh Là Đang Đi Vào Đường Trí Tuệ—Purification of Body, Mind, and Morality Means Entering the Path of Wisdom</i>	291
<i>Chương Ba Mươi Ba—Chapter Thirty-Three: Chưa Đoạn Trừ Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-Sát-Đạo-Dâm-Vọng, Khó Lòng Có Được Trí Tuệ—Not Yet Eliminate Desires-Anger-Ignorance-Arrogance-Doubt-Wrong Views-Killing-Stealing-Lying, It Is Difficult to Attain Wisdom</i>	295
<i>Chương Ba Mươi Bốn—Chapter Thirty-Four: Người Tu Tuệ Trước Tiên Nên Thông Suốt Tánh Không Của Vạn Hữu—Those Who Cultivate Wisdom Should First See Through the Emptiness of All Things</i>	343
<i>Chương Ba Mươi Lăm—Chapter Thirty-Five: Tu Tuệ Là Chuyển Cái Trí Phân Biệt Ra Thánh Trí—Cultivation of Wisdom Means to Transform A Knowledge of Differentiation Into A Supreme Wisdom</i>	357

<i>Chương Ba Mươi Sáu—Chapter Thirty-Six: Nhẫn Nhục Giúp Đưa Đến Thành Tựu Trí Tuệ—Patience Helps Leading to the Achievement of Wisdom</i>	361
<i>Chương Ba Mươi Bảy—Chapter Thirty-Seven: Phát Huệ Bằng Cách Tu Tập Ba Mươi Bảy Phẩm Dẫn Tới Bồ Đề—To Generate Wisdom in Cultivating of the Thirty-Seven Conditions Leading to Bodhi</i>	375
<i>Chương Ba Mươi Tám—Chapter Thirty-Eight: Tu Tập Định-Huệ Và Luật Nhân Quả—Cultivation of Concentration & Wisdom and the Law of Cause and Effect</i>	383
<i>Chương Ba Mươi Chín—Chapter Thirty-Nine: Tu Tập Định Huệ & Nghiệp Báo—Cultivation of Concentration and Wisdom & Karmas and Result</i>	397
<i>Chương Bốn Mươi—Chapter Forty: Tu Tập Kỷ Luật Tâm Linh Là Con Đường Dẫn Tới Trí Tuệ—Cultivation on Spiritual Discipline Is the Path leading to Wisdom</i>	411
<i>Chương Bốn Mươi Mốt—Chapter Forty-One: Tu Tập Buông Bỏ Vọng Tưởng Và Dính Mắc Là Con Đường Dẫn Tới Trí Tuệ—Cultivation on Letting Go of Deluded Thoughts & Attachments Is the Path leading to Wisdom</i>	415
<i>Chương Bốn Mươi Hai—Chapter Forty-Two: Trí Huệ Chân Chánh Giúp Hành Giả Giảm Thiểu Hắc Nghiệp—A Real Wisdom Helps Practitioners Reducing Evil Karmas</i>	421
<i>Chương Bốn Mươi Ba—Chapter Forty-Three: Vai Trò Của Giới-Định-Huệ Trong Tu Tập Phước Huệ Song Hành—Roles of Discipline-Meditation-Wisdom in Cultivation of Merits Alongside Wisdom</i>	445
<i>Chương Bốn Mươi Bốn—Chapter Forty-Four: Tu Tập Chánh Niệm Nơi Thân Là Đang Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát—Cultivating Mindfulness on the Body Is Cultivating The Wisdom of Enlightenment and Emancipation</i>	457
<i>Chương Bốn Mươi Lăm—Chapter Forty-Five: Tu Tập Chánh Niệm Nơi Cảm Thọ Là Đang Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát—Cultivating Mindfulness on the Sensations Is Cultivating The Wisdom of Enlightenment and Emancipation</i>	467
<i>Chương Bốn Mươi Sáu—Chapter Forty-Six: Tu Tập Chánh Niệm Nơi Ý Là Đang Tu Tập Là Đang Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát—Cultivating Mindfulness on the Mind Is Cultivating The Wisdom of Enlightenment and Emancipation</i>	471
<i>Chương Bốn Mươi Bảy—Chapter Forty-Seven: Tu Tập Chánh Niệm Nơi Pháp Là Đang Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát—Cultivating Mindfulness on the Mind-Object Is Cultivating The Wisdom of Enlightenment and Emancipation</i>	475
<i>Chương Bốn Mươi Tám—Chapter Forty-Eight: Hành Giả Tu Phật Phải Biết Sám Hối Tam Nghiệp Để Tiêu Trừ Nghiệp Chướng Và Phát Triển Trí Huệ—Buddhist Practitioners Must Repent on Three Karmas to Eradicate the Karmaic Hindrances and Develop Wisdom</i>	487
<i>Chương Bốn Mươi Chín—Chapter Forty-Nine: Tu Tập Trí Tuệ Là Đang Trở Về Với Cái Biết Của Chính Mình—Cultivating Wisdom Is Returning to Our Self Knowledge</i>	501
<i>Chương Năm Mươi—Chapter Fifty: Tu Tập Trí Tuệ Cho Đến Khi Thành Tựu Trí Huệ Của Bờ Bên Kia—To Cultivate Wisdom Until Achieving the Wisdom of the Other Shore</i>	509

<i>Phần Ba—Part Three: Phụ Lục—Appendices</i>	523
<i>Phụ Lục A—Appendix A: Ba Loại Kiến Thức—Three Degrees of Knowledge</i>	525
<i>Phụ Lục B—Appendix B: Kiến Thức Tuyệt Đối—Absolute Knowledge</i>	527
<i>Phụ Lục C—Appendix C: Trí Tuệ Và Tam Học Trong Phật Giáo—Wisdom and the Three Studies in Buddhism</i>	531
<i>Phụ Lục D—Appendix D: Sự Liên Hệ Giữa Định Và Trí Tuệ Trong Tu Tập—The Relationship Between Concentration and Insight in Cultivation</i>	537
<i>Phụ Lục E—Appendix E: Trí Tuệ Theo Lục Tổ Huệ Năng—Wisdom According to the Sixth Patriarch</i>	541
<i>Phụ Lục F—Appendix F: Trí Tuệ Theo Thiền Sư Trần Thái Tông—Wisdom According to the Zen Master Tran Thai Tong</i>	547
<i>Phụ Lục G—Appendix G: Trí Tuệ Theo Phật Giáo Nguyên Thủy—Precepts, Concentration, and Wisdom According to the Theravada Buddhism</i>	549
<i>Phụ Lục H—Appendix H: Trí Tuệ Theo Các Thiền Sư Khác—Wisdom According to Other Zen Masters</i>	551
<i>Phụ Lục I—Appendix I: Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật Đa—Maha-Prajna-Paramita</i>	557
<i>Phụ Lục J—Appendix J: Các Loại Trí Tuệ Bát Nhã Khác Nhau—Different Kinds of Prajna Wisdoms</i>	561
<i>Phụ Lục K—Appendix K: Giải Thoát Bát Nhã Ba La Mật—Prajna-Paramita Emancipation</i>	573
<i>Phụ Lục L—Appendix L: Trí Tuệ Bát Nhã Theo Quan Điểm Đại Thừa Và Thiền Tông—Prajna Wisdom According to the Point of View of the Mahayana and the Zen Sect</i>	577
<i>Phụ Lục M—Appendix M: Những Đoá Hoa Tuệ Giác và Bi Mẫn—Flowers of Insight Compassion</i>	589
<i>Phụ Lục N—Appendix N: Sự Mâu Thuẫn Giữa Trí Tuệ Và Từ Bi—A Contradictory Between Wisdom and Compassion</i>	591
<i>Phụ Lục O—Appendix O: Vô Minh & Trí Tuệ—Ignorance & Wisdom</i>	593
<i>Phụ Lục P—Appendix P: Trí Bất Thệ Đạo—Wisdom Is Not the Way</i>	609
<i>Phụ Lục Q—Appendix Q: Trí Nhân Ngụ Nhân—Wise Men and the Foolish</i>	611
<i>Phụ Lục R—Appendix R: Trí Tuệ Là Kết Quả Của Tu Tập Giới Và Định—Wisdom Is the Result From Cultivating in Precepts and Concentration</i>	613
<i>Phụ Lục S—Appendix S: Phát Huệ Bằng Cách Tu Tập Kinh Nhập Tức Xuất Tức Niệm—To Generate Wisdom in Cultivating of the Anapanasatisuttam</i>	615
<i>Phụ Lục T—Appendix T: Tu Tập Tứ Niệm Trú Là Đàng Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát—Cultivating Four Basic Subjects of Buddhist Meditation Is Cultivating the Wisdom of Enlightenment and Emancipation</i>	629
<i>Tài Liệu Tham Khảo—References</i>	635

Lời Mở Đầu

Theo Phật giáo, trí tuệ là sự hiểu biết về vạn hữu và thực chứng chân lý, là trí tuệ khởi lên từ sự hiểu biết đúng về vạn hữu, là trí tuệ dựa vào chánh kiến và chánh tư duy. Trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Trí là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna). Trong Phật giáo Ấn Độ người ta thường cho rằng trí tuệ này có được là do đạt được thiền định, nhưng Lục Tổ Huệ Năng dạy rằng cả hai thứ Trí và Tuệ này giống nhau và cả hai đều cùng có trong tư tưởng của chúng ta trong từng giây từng phút. Khái niệm này về sau được hầu hết các truyền thống Thiền chấp nhận. Theo Phật giáo, nếu chúng ta không trì giới thì chúng ta có thể tiếp tục gây tội tạo nghiệp; thiếu định lực chúng ta không có khả năng tu đạo; và kết quả chẳng những chúng ta không có trí huệ, mà chúng ta còn trở nên ngu độn hơn. Vì vậy người tu Phật phải có tam vô lậu học này. Giới là những qui tắc căn bản trong đạo Phật; giới còn giúp loại bỏ những ác nghiệp. Định giúp làm yên tĩnh những nhiễu loạn tinh thần. Và huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách khác, trí tuệ là căn bản về thực chứng chân lý của hết thảy sự vật, trí tuệ có khả năng đoán định phải trái chánh tà. Trí và tuệ thường có chung nghĩa; tuy nhiên thông đạt sự tướng hữu vi thì gọi là “trí”, trong khi thông đạt không lý vô vi thì gọi là “tuệ.” Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa diễn tả “Prajna là Trí Tuệ Bát Nhã hay cái biết siêu việt (Transcendental knowledge) hay ý thức hay trí năng. Theo Phật giáo Đại thừa, do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phức tạp trí tuệ phàm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai.

Tưởng cũng nên nhắc lại rằng Phật giáo là giáo pháp của Đức Phật thuyết giảng, một nền giáo lý hoàn toàn xây dựng trên trí tuệ của con

người. Đạo Phật rất tôn trọng lý trí. Nhắm mắt tin suông là trái với giáo lý nhà Phật. Chính Đức Phật đã dạy: “Không nên tin một cách mù quáng những lời ta dạy, mà trước tiên hãy thử nó như đem lửa thử vàng để biết vàng thật vàng giả.” Ngài còn nói thêm rằng giáo lý tùy thuộc vào sự thấu hiểu chân lý của con người. Chính vì thế mà giáo thuyết nhà Phật có thể thích nghi với các nền văn minh qua bao thời đại khác nhau trên thế giới. Ngay cả với nền văn minh hiện đại, Phật giáo vẫn luôn thích hợp trong mọi trường hợp. Thật vậy, nếu bạn có cơ hội tiếp cận với bất cứ khía cạnh nào của đạo Phật, bạn sẽ thấy ngay rằng đó là điều thích hợp, bổ ích và có thể áp dụng trong cuộc sống hằng ngày của bạn. Như vậy, trong đạo Phật, trí tuệ là quan trọng tối thượng, vì sự thanh tịnh có được là nhờ trí tuệ, do trí tuệ, và trí tuệ là chìa khóa dẫn đến giác ngộ và giải thoát cuối cùng. Nhưng Đức Phật không bao giờ tán thán tri thức suông. Theo Ngài, trí phải luôn đi đôi với thanh tịnh nơi tâm, với sự hoàn hảo về giới: Minh Hạnh Túc. Trí tuệ đạt được do sự hiểu biết và phát triển các phẩm chất của tâm là trí, là trí tuệ siêu việt, hay trí tuệ do tu tập mà thành. Đó là trí tuệ giải thoát chứ không phải là sự lý luận hay suy luận suông. Như vậy Đạo Phật không chỉ là yêu mến trí tuệ, không xúi dục đi tìm trí tuệ, không có sự sùng bái trí tuệ, mặc dù những điều này có ý nghĩa của nó và liên quan đến sự sống còn của nhân loại, mà đạo Phật chỉ khích lệ việc áp dụng thực tiễn những lời dạy của Đức Phật nhằm dẫn người theo đi đến sự xả ly, giác ngộ, và giải thoát cuối cùng. Trí tuệ trong Phật giáo là trí tuệ nhận thức được tánh không. Đây là phương tiện duy nhất được dùng để loại trừ vô minh và những tâm thái nhiễu loạn của chúng ta. Loại trí tuệ này cũng là phương tiện giúp hóa giải những dấu ấn nghiệp thức u ám. Nhiều người cho rằng trí tuệ có được từ thông tin hay kiến thức bên ngoài. Đức Phật lại nói ngược lại. Ngài dạy rằng trí tuệ đã sẵn có ngay trong tự tánh của chúng ta, chứ nó không đến từ bên ngoài. Trên thế giới có rất nhiều người thông minh và khôn ngoan như những nhà khoa học hay những triết gia, vân vân. Tuy nhiên, Đức Phật không công nhận những kiến thức phàm tục này là sự giác ngộ đúng nghĩa theo đạo Phật, vì những người này chưa dứt trừ được phiền não của chính mình. Họ vẫn còn còn trụ vào thị phi của người khác, họ vẫn còn tham, sân, si và sự kiêu ngạo. Họ vẫn còn chứa chấp những vọng tưởng phân biệt cũng như những chấp trước. Nói cách khác, tâm của họ không thanh tịnh. Không có tâm thanh tịnh, dù có chứng đắc

đến tầng cao nào đi nữa, cũng không phải là sự giác ngộ đúng nghĩa theo Phật giáo. Như vậy, chướng ngại đầu tiên trong sự giác ngộ của chúng ta chính là tự ngã, sự chấp trước, và những vọng tưởng của chính mình. Chỉ có trí tuệ dựa vào khả năng định tĩnh mới có khả năng loại trừ được những chấp trước và vô minh. Nghĩa là loại trí tuệ khởi lên từ bản tâm thanh tịnh, chứ không phải là loại trí tuệ đạt được do học hỏi từ sách vở, vì loại trí tuệ này chỉ là phàm trí chứ không phải là chân trí tuệ. Chính vì thế mà Đức Phật đã nói: “Ai có định sẽ biết và thấy đúng như thật.” Theo Kinh Hoa Nghiêm, tất cả chúng sanh đều có cùng trí tuệ và đức hạnh của một vị Phật, nhưng họ không thể thể hiện những phẩm chất này vì những vọng tưởng và chấp trước. Tu tập Phật pháp sẽ giúp chúng ta loại bỏ được những vọng tưởng phân biệt và dong ruổi cũng như những chấp trước. Từ đó chúng ta sẽ tìm lại được bản tâm thanh tịnh sẵn có, và cũng từ đó trí tuệ chân thực sẽ khởi sanh. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng chân trí và khả năng thật sự của chúng ta chỉ tạm thời bị che mờ vì đám mây mù vô minh, chấp trước và vọng tưởng phân biệt, chứ không phải thật sự mất đi vĩnh viễn. Mục đích tu tập theo Phật pháp của chúng ta là phá tan đám mây mù này để đạt được giác ngộ.

Nói cách khác, sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của tri thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Trí tuệ giúp chúng ta xác định ý chí cương quyết hành thiện, sự quyết tâm có những hành động tốt đẹp, một con đường toàn hảo được đắp xây bằng thiện ý nhằm tạo an lành và hạnh phúc cho chúng sanh nhằm tạo dựng một xã hội châu toàn bằng cách đem lại tình trạng hòa hợp, nhất trí, điều hòa, thuận thảo và sự hiểu biết lẫn nhau giữa người với người. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đạo Phật là con đường tìm trở về với chính mình (hướng nội) nên giáo dục trong nhà Phật cũng là nên giáo dục hướng nội chứ không phải là hướng ngoại cầu hình cầu tướng. Như trên đã nói, nguyên nhân căn bản gây ra khổ đau phiền não là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng... và mục đích tối hậu của đạo Phật là nhằm giúp chúng sanh, nhất là những chúng sanh con người, tu tập trí huệ nhằm có thể giúp loại trừ những thứ ấy để nếu chưa thành Phật thì ít nhất chúng ta cũng trở thành một chân Phật tử có một cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.

Quyển sách nhỏ có tựa đề “Trí Tuệ Theo Quan Điểm Phật Giáo” này không phải là một nghiên cứu thâm sâu về giáo lý nhà Phật, mà nó chỉ đơn thuần nói về trí tuệ và những lời Phật dạy về những lợi lạc của việc tu tập trí tuệ. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mục đích của người tu Phật là đạt được trí tuệ giác ngộ giúp chúng ta đạt được cứu cánh thoát ra khỏi vòng luân hồi sanh tử, đó chính là Niết Bàn đạt được ngay trong kiếp này. Cuộc hành trình từ người lên Phật còn đòi hỏi nhiều cố gắng hiểu biết chính đáng và tu tập liên tục. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn tập sách “Trí Tuệ Theo Quan Điểm Phật Giáo” song ngữ Việt Anh nhằm phổ biến giáo lý nhà Phật cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi này sẽ mang lại lợi lạc cho những ai mong cầu có được cuộc sống an bình, tỉnh thức và hạnh phúc.

Thiện Phúc

Preface

According to Buddhism, wisdom means knowledge of things and realization of truth; the wisdom that is arosen from right perception or knowing of all things; the wisdom that is based on right understanding and right thought. Higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Wisdom is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. Wisdom is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Arya-jnana. In Indian Buddhism it is commonly held that this results from the attainment of meditative concentration (samadhi), but Hui-Neng taught that the two (wisdom & prajna) are identical and that both are inherent in every moment of thought. This notion has subsequently been accepted by most Zen traditions. Accordingt to Buddhism, if we do not hold the precepts, we can continue to commit offenses and create more karma; lacking trance power, we will not be able to accomplish cultivation of the Way; and as a result, we will not only have no wisdom, but we also may become duller. Thus, wisdom is arosen from perception or knowing of things and realization of truth. In other words, wisdom is decision or judgment as to phenomena or affairs and their principles, of things and their fundamental laws. Prajna is often interchanged with wisdom; however, wisdom means knowledge, the science of the phenomenal, while prajna more generally to principles or morals. The Prajna-paramita-sutra describes “prajna” as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed. Wisdom or real wisdom. According to the Mahayana Buddhism, only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood. The wisdom which enables us to transcend disire, attachment and anger so that we will be emancipated (not throught the mercy of any body, but rather through our own power of will and

wisdom) and so that we will not be reborn again and again in “samsara” or transmigration.

It should be reminded that Buddhism is what the Buddha taught. His teaching was based on human inner wisdom. Buddhism always values reason. Blindly believing in everything is contrary to Buddha’s teaching. The Buddha taught: “Do not believe blindly in my teachings. Always test them like using fire to test gold to determine whether it is authentic or counterfeit.” The Buddha also added that His doctrine was consistent with how people understood the Truth. Thus, Buddhism is able to adjust to different civilizations in different times in the world. Even in modern world, Buddhism is always appropriate in all circumstances. In fact, if you approach any aspect of Buddhism, you will immediately find out that it is something relevant, beneficial and applicable to your daily life. Thus, in Buddhism, wisdom is of the highest importance; for purification comes through wisdom, through understanding; and wisdom in Buddhism is the key to enlightenment and final liberation. But the Buddha never praised mere intellect. According to him, knowledge should go hand in hand with purity of heart, with moral excellence (*vijja-caranasampanna-p*). Wisdom gained by understanding and development of the qualities of mind and heart is wisdom par excellence (*bhavanamaya panna-p*). It is knowledge of liberation, and not mere speculation, logic or specious reasoning. Thus, it is clear that Buddhism is neither mere love of, nor inducing the search after wisdom, nor devotion, though they have their significance and bearing on mankind, but an encouragement of a practical application of the teaching that leads the follower to dispassion, enlightenment and final deliverance. Wisdom in Buddhism is the wisdom that understands emptiness. It is also a sole means to eliminate our ignorance and other disturbing attitudes. It is also a tool for purifying negative karmic imprints. Many people say that wisdom is gained from information or knowledge. The Buddha told us the opposite! He taught us that wisdom is already within our self-nature; it does not come from the outside. In the world, there are some very intelligent and wise people, such as scientists and philosophers, etc. However, the Buddha would not recognize their knowledge as the proper Buddhist enlightenment, because they have not severed their afflictions. They still dwell on the rights and wrongs of others, on

greed, anger, ignorance and arrogance. They still harbor wandering discriminatory thoughts and attachments. In other words, their minds are not pure. Without the pure mind, no matter how high the level of realization one reaches, it is still not the proper Buddhist enlightenment. Thus, our first hindrance to enlightenment and liberation is ego, our self-attachment, our own wandering thoughts. Only the wisdom that is based on concentration has the ability to eliminate attachments and ignorance. That is to say the wisdom that arises from a pure mind, not the wisdom that is attained from reading and studying books, for this wisdom is only worldly knowledge, not true wisdom. Thus, the Buddha said: "He who is concentrated knows and sees what really is." According to the Flower Adornment Sutra, all sentient beings possess the same wisdom and virtuous capabilities as the Buddha, but these qualities are unattainable due to wandering thoughts and attachments. Practicing Buddhism will help us rid of wandering, discriminating thoughts and attachments. Thus, we uncover our pure mind, in turn giving rise to true wisdom. Sincere Buddhists should always remember that our innate wisdom and abilities are temporarily lost due to the cloud of ignorance, attachments and wandering discriminatory thoughts, but are not truly or permanently lost. Our goal in Practicing Buddhism is to break through this cloud and achieve enlightenment.

In other words, the completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. The cultivation of wisdom helps cultivators an affirmation of doing good, a career paved with good intentions for the welfare of happiness of mankind. It also helps making society secure by promoting unity, harmony and mutual understanding among people. Devout Buddhists should always remember that Buddhist religion is the path of returning to self (looking inward), the goal of its education must be inward and not outward for appearances and matters. As mentioned above, the main causes of sufferings and afflictions are greed, anger, hatred, ignorance, pride, doubt, wrong views, killing, stealing, sexual misconduct, lying, and so on... and the ultimate goal of Buddhism is to help sentient beings, especially human beings, to observe and practice discipline, meditation, and wisdom so that we can eliminate these

troubles so that if we are not able to become a Buddha, at least we can become a real Buddhist who has a peaceful, mindful and happy life.

This little book titled “Wisdom In Buddhist Point of View” is not a profound philosophical study of Buddhist teachings, but a book that simply points out the wisdom and the Buddha's teachings on the benefits of cultivations of Wisdom. Devout Buddhists should always remember the goal of any Buddhist cultivator is to achieve the wisdom of liberation that helps us achieve the final accomplishment, to go beyond the cycle of births and deaths that is to reach the state of mind of a Nirvana right in this very life. The journey from man to Buddha still demands continuous efforts with right understanding and practice. Presently even with so many books available on Buddhism, I venture to compose this booklet titled “Wisdom In Buddhist Point of View” in Vietnamese and English to spread basic things in Buddhism to all Vietnamese Buddhist followers, especially Buddhist beginners, hoping this little contribution will help Buddhists in different levels to understand on how to achieve and lead a life of peace, mindfulness and happiness.

Thiền Phúc

Phần Một
Trí Tuệ Theo Quan Điểm Phật Giáo

Part One
Wisdom In Buddhist Point of View

Chương Một
Chapter One

Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Trí Tuệ
Theo Quan Điểm Phật Giáo

Theo Phật giáo, trí tuệ là sự hiểu biết về vạn hữu và thực chứng chân lý, là trí tuệ khởi lên từ sự hiểu biết đúng về vạn hữu, là trí tuệ dựa vào chánh kiến và chánh tư duy. Trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Jnana là sự sáng suốt nắm vững tất cả những thuyết giảng được chứa đựng trong các kinh điển. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, trong khi trí là sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Jnana là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna). Trong Phật giáo Ấn Độ người ta thường cho rằng trí tuệ này có được là do đạt được thiên định, nhưng Lục Tổ Huệ Năng dạy rằng cả hai thứ này giống nhau và cả hai đều cùng có trong tư tưởng của chúng ta trong từng giây từng phút. Khái niệm này về sau được hầu hết các truyền thống Thiên chấp nhận.

Trong Phật giáo, trí tuệ là căn bản về thực chứng chân lý (Trí tuệ dựa vào chánh kiến và chánh tư duy). Đối với đạo lý của hết thảy sự vật có khả năng đoán định phải trái chánh tà. Trí và tuệ thường có chung nghĩa; tuy nhiên thông đạt sự tướng hữu vi thì gọi là “trí.” Thông đạt không lý vô vi thì gọi là “tuệ.” Phạm ngữ “Prajna: có nghĩa Trí Tuệ Bát Nhã. Đôi khi khó mà vạch ra một cách rõ ràng sự khác biệt giữa Buddhi và Jnana, vì cả hai đều chỉ cái trí tương đối của thế tục cũng như trí siêu việt. Trong khi Prajna rõ ràng là cái trí siêu việt. Bát Nhã

Ba La Mật Kinh diễn tả chữ “Bát Nhã” là đệ nhất trí tuệ trong hết thảy trí tuệ, không gì cao hơn, không gì so sánh bằng (vô thượng, vô tỷ, vô đẳng). Bát Nhã hay cái biết siêu việt (Transcendental knowledge) hay ý thức hay trí năng. Theo Phật giáo Đại thừa, do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phức tạp trí tuệ phàm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai.

Kiến Thức là cái biết có thể được biểu hiện ra bằng nhiều cách. Tác dụng của cái “Biết” như chúng ta thường thấy khi nghe, thấy, cảm giác, so sánh, nhớ, tưởng tượng, suy tư, lo sợ, hy vọng, vân vân. Trong Duy Thức Học Phật Giáo, môn học chuyên về nhận thức, nhiều tác dụng của sự nhận biết được tìm thấy. Trong trường hợp A Lại Da thức, biết có nghĩa là sự hàm chứa, duy trì và biểu hiện. Cũng theo Duy Thức Học, tất cả những cảm thọ, tư tưởng, và tri thức đều khởi lên từ tàng thức căn bản này. Trong trường hợp Mạt na thức, một trong những cái biết căn bản, chỉ biết có tác dụng bám chặt không chịu buông bỏ vào một đối tượng và cho là đó là cái “ngã.” Mạt Na chính là bộ chỉ huy của tất cả mọi cảm thọ, tư tưởng, và làm ra sự sáng tạo, sự tưởng tượng cũng như sự chia chẻ thực tại. Trong trường hợp Yêm Ma La thức, cái biết có tác dụng chiếu rọi giống như một thứ ánh sáng trắng tinh khiết trong tàng thức. Trong bất cứ hiện tượng nào, dù là tâm lý sinh lý hay vật lý, có sự có mặt của sự vận chuyển sinh động, đó là đời sống. Chúng ta có thể nói rằng sự vận chuyển này, đời sống này, là sự phổ hiện của vũ trụ, là tác dụng phổ biến của cái biết. Chúng ta không nên cho rằng “cái biết” là một vật bên ngoài đến để làm hơi thở cho đời sống trong vũ trụ. Nó chính là sự sinh động của chính vũ trụ.

Theo Phật giáo, trí tuệ không phải là sự chất đống của tri thức. Trái lại, nó là sự vùng vẫy để thoát khỏi các tri thức ấy. Nó đập vỡ những tri thức cũ để làm phát sinh những tri thức mới phù hợp với thực tại hơn. Khi Copernicus phát hiện trái đất quay xung quanh nó và quay xung quanh mặt trời, có biết bao nhiêu ý niệm cũ về thiên văn học bị sụp đổ, trong đó có ý niệm trên và dưới. Thuyết Lượng Tử hiện thời đang phấn đấu mãnh liệt để vượt thoát các ý niệm đồng nhất và nhân quả vốn là những ý niệm căn bản xưa nay của khoa học. Khoa học cũng đang dẫn thân trên con đường rũ bỏ ý niệm như đạo học. Cái

hiểu biết nơi con người được diễn dịch thành khái niệm, tư tưởng và ngôn ngữ. Cái biết ở đây là tri thức thu lượm được bằng cách chất chứa. Nó là cái thấy trực tiếp và mau lẹ. Về mặt tình cảm thì gọi là cảm xúc. Về mặt tri thức thì gọi là tri giác. Nó là một trực giác chứ không phải là kết quả của suy luận. Có khi nó hiện hữu tràn đầy trong chúng ta, nhưng chúng ta không diễn dịch nó thành khái niệm được, không dùng hình thức tư duy để chuyên chở nó được và do đó không diễn tả được thành lời. Không thể diễn tả nên lời, đó là tâm trạng của chúng ta vào lúc đó. Có những tri thức được nói trong đạo Phật là “bất khả tư, bất khả nghị, bất khả thuyết,” nghĩa là không thể suy tư, nghị luận và lập thành học thuyết được. Ngoài ra, sự hiểu biết còn là miếng chần giúp bảo vệ hành giả khỏi sự tấn công của tham, sân và si. Con người thường hành động sai quấy là do bởi vô minh hoặc không thấy rõ được chính mình, không thấy rõ những khát vọng muốn đạt hạnh phúc cũng phương cách nào để đạt được chân hạnh phúc. Sự hiểu biết còn giúp hành giả có khả năng triệt tiêu nhiễm trước và tăng cường đức tính tốt nơi chính mình.

Trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Jnana là sự sáng suốt nắm vững tất cả những thuyết giảng được chứa đựng trong các kinh điển. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, trong khi trí là sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Jnana là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna).

Trí Tuệ được mô tả là sự hiểu biết về Tứ Diệu Đế, sự hiểu biết về lý nhân duyên, và những điều tương tự như vậy. Sự đắc thành trí huệ là sự đắc thành khả năng biến đổi học thuyết từ những đối tượng của trí tuệ thành kinh nghiệm thực tế cho cá nhân mình. Nói cách khác, trí tuệ theo Phật giáo là khả năng biến đổi những kiến thức về Tứ Diệu Đế

và những điều tương tự học trong kinh điển thành chân lý hiện thực và sinh động. Muốn đạt được trí tuệ, trước nhất chúng ta phải trau dồi giới hạnh và phát triển sự định tĩnh nơi tinh thần. Nên nhớ rằng, đọc và hiểu kinh điển không phải là đạt được trí tuệ. Trí tuệ là đọc, hiểu và biến được những gì mình đã đọc hiểu thành kinh nghiệm hiện thực của cá nhân. Trí tuệ cho chúng ta khả năng “thấy được chân lý” hay “thấy sự thể đúng như sự thể” vì đạt được trí tuệ không phải là một bài tập về trí tuệ hay học thuật, mà là sự thấy biết chân lý một cách trực tiếp.

Trong Phật giáo, Trí Tuệ là đức tính cao cả nhất. Người ta thường dịch từ ngữ Bắc Phạn “Prajna” (pali-Panna) là trí tuệ, và cách dịch đó không được chính xác. Tuy nhiên, khi chúng ta bàn về truyền thống Phật giáo, chúng ta phải luôn nhớ rằng Trí Tuệ ở đây được dùng theo một ý nghĩa đặc biệt, thật đặc biệt trong lịch sử tư tưởng của nhân loại. Trí Tuệ được các Phật tử hiểu như là sự “quán tưởng các pháp một cách có phương pháp.” Điều này được chỉ bày rõ ràng theo định nghĩa của Ngài Phật Âm: “Trí Tuệ có đặc tính thâm nhập vào bản chất của vạn pháp. Nhiệm vụ của nó là phá tan bóng tối của ảo tưởng che mất tự tính của vạn pháp. Biểu hiện của trí tuệ là không bị mê mờ. Bởi vì “người nào nhập định biết và thấy rõ thực tướng, thiền định chính là nguyên nhân trực tiếp và gần nhất của trí tuệ.”

Trí tuệ biết được rằng tánh không là bản chất tối hậu của tất cả các pháp. Loại trí tuệ đặc biệt này là phương tiện duy nhất dùng để loại trừ vô minh và những trạng thái tâm nhiễu loạn của chúng ta. Trí tuệ này cũng là một khí cụ mạnh mẽ nhất dùng để hóa giải những dấu ấn nghiệp thức u ám. Hơn nữa, trí tuệ này khiến cho chúng ta có khả năng làm lợi lạc người khác một cách hiệu quả, vì nhờ nó mà chúng ta có thể chỉ dạy người khác phương pháp để tự họ cũng đạt được loại trí tuệ này. Loại trí tuệ thứ nhất là chìa khóa để dẫn đến giải thoát và giác ngộ. Để có thể đạt được loại trí tuệ này, chúng ta phải đầu tư mọi nỗ lực vào tu tập giáo lý nhà Phật và thực hành thiền định. Trí tuệ biết được ngôn ngữ, lý luận, khoa học, nghệ thuật, vân vân. Loại trí tuệ này là loại bẩm sinh; tuy nhiên, người ta tin rằng người có loại trí tuệ này là người mà trong nhiều kiếp trước đã tu tập và thực hành nhiều hạnh lành rồi.

Trí tuệ cơ bản vốn có nơi mỗi người chúng ta có thể lộ khi nào bức màn vô minh bị vệt bỏ qua tu tập. Theo Đức Phật, trí tuệ là một phẩm hạnh cực kỳ quan trọng vì nó tương đương với chính sự giác ngộ. Chính

trí tuệ mở cửa cho sự tự do, và trí tuệ xóa bỏ vô minh, nguyên nhân căn bản của khổ đau phiền não. Người ta nói rằng chặt hết cành cây hay thậm chí chặt cả thân cây, nhưng không nhổ tận gốc rễ của nó, thì cây ấy vẫn mọc lại. Tương tự, dù ta có thể loại bỏ luyến chấp vắng cách từ bỏ trần tục và sân hận với tâm từ bi, nhưng chừng nào mà vô minh chưa bị trí tuệ loại bỏ, thì luyến chấp và sân hận vẫn có thể nảy sinh trở lại như thường. Về phần Đức Phật, ngay hôm Ngài chứng kiến cảnh bất hạnh xảy ra cho con trùng và con chim trong buổi lễ hạ điền, Ngài bèn ngồi quán tưởng dưới gốc cây hồng táo gần đó. Đây là kinh nghiệm thiền định sớm nhất của Đức Phật. Về sau này, khi Ngài đã từ bỏ thế tục để đi tìm chân lý tối thượng, một trong những giới luật đầu tiên mà Ngài phát triển cũng là thiền định. Như vậy chúng ta thấy Đức Phật đã tự mình nhấn mạnh rằng trí tuệ chỉ có thể đạt được qua thiền định mà thôi.

Tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Dù trí huệ quan hệ tới nhân quả. Những ai đã từng tu tập và vun trồng thiện căn trong những đời quá khứ sẽ có được trí tuệ tốt hơn. Tuy nhiên, ngay trong kiếp này, nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí huệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Trí tuệ là một trong ba pháp tu học quan trọng trong Phật giáo. Hai pháp kia là Giới và định. Theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện thì tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ hay tuệ minh sát. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu.

Theo Phật giáo, giới là quy luật giúp chúng ta đề phòng phạm tội. Khi không sai phạm giới luật, tâm trí chúng ta đủ thanh tịnh để tu tập thiền định ở bước kế tiếp hầu đạt được định lực. Trí tuệ là kết quả của việc tu tập giới và định. Nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí huệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách khác, Huệ hay Bát Nhã là năng lực thâm nhập vào bản tánh của tự thể và đồng thời nó

cũng là chân lý được cảm nghiệm theo cách trực giác. Theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện thì tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ hay tuệ minh sát. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu. Theo Giáo sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo: Phật giáo đặt nền tảng trên Tam Học (siksa): Giới, Định, Tuệ nghĩa là nếu không trì giới thì tâm không định, tâm không định thì không phát tuệ. Hay nói khác đi, do giới mà có định, do định mà có tuệ. Định ở đây bao gồm những kết quả vừa tư biện vừa trực quán. Tiếp đó Đạo Phật còn dạy hành giả phải đi vào Tam Đạo là Kiến đạo, Tu đạo, và Vô học đạo. Đây là ba giai đoạn mà hành giả phải trải qua khi tu tập Kiến Đạo với Tứ Diệu Đế bằng cách thực hành Bát Chánh Đạo; kế đến, hành giả tu tập Tu Đạo với Thất Giác Chi. Tu đạo ở đây lại có nghĩa là kết quả của suy tư chân chánh; và cuối cùng là thực hiện hoàn toàn bằng Vô Học Đạo. Nói cách khác, không thấy được đạo thì không tu được đạo và không thực hiện được đời sống lý tưởng.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không minh đạt chánh pháp (60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (61). “Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng người trí biết chính ta còn không thiệt có, huống là con ta hay tài sản ta? (62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (65). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (72). Con thiên nga chỉ bay được giữa không trung, người có thần thông chỉ bay được khỏi mặt đất, duy bậc đại trí, trừ hết ma quân mới bay được khỏi thế gian này (175).”

Nói tóm lại, trong đạo Phật, trí tuệ là quan trọng tối thượng, vì sự thanh tịnh có được là nhờ trí tuệ, do trí tuệ, và trí tuệ là chìa khóa dẫn đến giác ngộ và giải thoát cuối cùng. Nhưng Đức Phật không bao giờ tán thán trí thức suông. Theo Ngài, trí phải luôn đi đôi với thanh tịnh nơi tâm, với sự hoàn hảo về giới: Minh Hạnh Túc. Trí tuệ đạt được do sự hiểu biết và phát triển các phẩm chất của tâm là trí, là trí tuệ siêu việt, hay trí tuệ do tu tập mà thành. Đó là trí tuệ giải thoát chứ không phải là sự lý luận hay suy luận suông. Như vậy Đạo Phật không chỉ là yêu mến trí tuệ, không xúi dục đi tìm trí tuệ, không có sự sùng bái trí tuệ, mặc dù những điều này có ý nghĩa của nó và liên quan đến sự sống còn của nhân loại, mà đạo Phật chỉ khích lệ việc áp dụng thực tiễn những lời dạy của Đức Phật nhằm dẫn người theo đi đến sự xả ly, giác ngộ, và giải thoát cuối cùng. Trí tuệ trong Phật giáo là trí tuệ nhận thức được tánh không. Đây là phương tiện duy nhất được dùng để loại trừ vô minh và những tâm thái nhiễu loạn của chúng ta. Loại trí tuệ này cũng là phương tiện giúp hóa giải những dấu ấn nghiệp thức u ám. Chữ Phật tự nó theo Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ và giác ngộ. Tuy nhiên, trí tuệ này không phải là phạm trí mà chúng ta tưởng. Nói rộng ra, nó là trí tuệ của Phật, loại trí tuệ có khả năng thông hiểu một cách đúng đắn và toàn hảo bản chất thật của đời sống trong vũ trụ này trong quá khứ, hiện tại và tương lai. Nhiều người cho rằng trí tuệ có được từ thông tin hay kiến thức bên ngoài. Đức Phật lại nói ngược lại. Ngài dạy rằng trí tuệ đã sẵn có ngay trong tự tánh của chúng ta, chứ nó không đến từ bên ngoài. Trên thế giới có rất nhiều người thông minh và khôn ngoan như những nhà khoa học hay những triết gia, vân vân. Tuy nhiên, Đức Phật không công nhận những kiến thức phạm tục này là sự giác ngộ đúng nghĩa theo đạo Phật, vì những người này chưa dứt trừ được phiền não của chính mình. Họ vẫn còn còn trụ vào thị phi của người khác, họ vẫn còn tham, sân, si và sự kiêu ngạo. Họ vẫn còn chứa chấp những vọng tưởng phân biệt cũng như những chấp trước. Nói cách khác, tâm của họ không thanh tịnh. Không có tâm thanh tịnh, dù có chứng đắc đến tầng cao nào đi nữa, cũng không phải là sự giác ngộ đúng nghĩa theo Phật giáo. Như vậy, chướng ngại đầu tiên trong sự giác ngộ của chúng ta chính là tự ngã, sự chấp trước, và những vọng tưởng của chính mình. Chỉ có trí tuệ dựa vào khả năng định tĩnh mới có khả năng loại trừ được những chấp trước và vô minh. Nghĩa là loại trí tuệ khởi lên từ bản tâm thanh tịnh, chứ không phải là loại trí tuệ đạt

được do học hỏi từ sách vở, vì loại trí tuệ này chỉ là phàm trí chứ không phải là chân trí tuệ. Chính vì thế mà Đức Phật đã nói: “Ai có định sẽ biết và thấy đúng như thật.” Theo Kinh Hoa Nghiêm, tất cả chúng sanh đều có cùng trí tuệ và đức hạnh của một vị Phật, nhưng họ không thể thể hiện những phẩm chất này vì những vọng tưởng và chấp trước. Tu tập Phật pháp sẽ giúp chúng ta loại bỏ được những vọng tưởng phân biệt và dong ruổi cũng như những chấp trước. Từ đó chúng ta sẽ tìm lại được bản tâm thanh tịnh sẵn có, và cũng từ đó trí tuệ chân thực sẽ khởi sanh. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng chân trí và khả năng thật sự của chúng ta chỉ tạm thời bị che mờ vì đám mây mù vô minh, chấp trước và vọng tưởng phân biệt, chứ không phải thật sự mất đi vĩnh viễn. Mục đích tu tập theo Phật pháp của chúng ta là phá tan đám mây mù này để đạt được giác ngộ.

An Overview & Meanings of Wisdom In Buddhist Point of View

According to Buddhism, wisdom means knowledge of things and realization of truth; the wisdom that is arisen from right perception or knowing of all things; the wisdom that is based on right understanding and right thought. Higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Jnana is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, while prajna is the strength of intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. Jnana is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Arya-jnana. In Indian Buddhism it is commonly held that this results from the attainment of meditative concentration (samadhi), but Hui-Neng taught that the two are identical and that both are inherent in

every moment of thought. This notion has subsequently been accepted by most Zen traditions.

In Buddhism, wisdom means decision or judgment as to phenomena or affairs and their principles, of things and their fundamental laws. Prajna is often interchanged with wisdom. Wisdom means knowledge, the science of the phenomenal, while prajna more generally to principles or morals. The difference between Buddhi and Jnana is sometimes difficult to point out definitively, for they both signify worldly relative knowledge as well as transcendental knowledge. While Prajna is distinctly pointing out the transcendental wisdom. The Prajna-paramita-sutra describes “prajna” as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed. Wisdom or real wisdom. According to the Mahayana Buddhism, only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood. The wisdom which enables us to transcend desire, attachment and anger so that we will be emancipated (not through the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in “samsara” or transmigration.

Knowing reveals itself in many ways. Knowing can be active whenever there is hearing, seeing, feeling, comparing, remembering, imagining, reflecting, worrying, hoping and so forth. In the Vijñānavādin school of Buddhism, which specialized in the study of “consciousnesses,” many more fields of activity were attributed to knowing. For instance, in *alayavijñāna*, or “storehouse of consciousness,” the fields of activity of knowing are maintaining, conserving, and manifesting.” Also according to the Vijñānavādins, all sensation, perception, thought, and knowledge arise from this basic store-house consciousness. *Manovijñāna* is one of the ways of knowing based on this consciousness and its function is to grasp onto the object and take it as a “self.” *Manovijñāna* serves as the headquarters for all sensations, perceptions, and thoughts, and makes creation, imagination, as well as dissection of reality possible. *Amala* is the consciousness that shines like a pure white light on the store-house consciousness. In any phenomena, whether psychological, physiological, or physical,

there is dynamic movement, life. We can say that this movement, this life, is the universal manifestation, the most commonly recognized action of knowing. We must not regard “knowing” as something from the outside which comes to breathe life into the universe. It is the life of the universe itself.

According to Buddhism, understanding is not an accumulation of knowledge. To the contrary, it is the result of the struggle to become free of knowledge. Understanding shatters old knowledge to make room for the new that accords better with reality. When Copernicus discovered that the Earth goes around the sun, most of the astronomical knowledge of the time had to be discarded, including the ideas of above and below. Today, physics is struggling valiantly to free itself from the ideas of identity and cause effect that underlie classical science. Science, like the Way, urges us to get rid of all preconceived notions. Understanding, in human, is translated into concepts, thoughts, and words. Understanding is not an aggregate of bits of knowledge. It is a direct and immediate penetration. In the realm of sentiment, it is feeling. In the realm of intellect, it is perception. It is an intuition rather than the culmination of reasoning. Every now and again it is fully present in us, and we find we cannot express it in words, thoughts, or concepts. “Unable to describe it,” that is our situation at such moments. Insights like this are spoken of in Buddhism as “impossible to reason about, to discuss, or to incorporate into doctrines or systems of thought.” Besides, understanding also means a shield to protect cultivator from the attack of greed, hatred and ignorance. A man often does wrong because of his ignorance or misunderstanding about himself, his desire of gaining happiness, and the way to obtain happiness. Understanding will also help cultivators with the ability to remove all defilements and strengthen their virtues.

Higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Jnana is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, while prajna is the strength of intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of

slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. Jnana is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Aryajnana.

Wisdom is described as the understanding of the Four Noble Truths, the understanding of interdependent origination, and the like. The attainment of wisdom is the ability of transformation of these doctrinal items from mere objects of intellectual knowledge into real, personal experience. In other words, according to Buddhism, wisdom is the ability to change our knowledge of the four Noble Truths and the like from mere sutra learning into actual, living truth. To attain wisdom, we must first cultivate good conduct, then cultivate mental development. It should be noted that reading and understanding the meaning of a sutra doesn't mean attaining wisdom. Wisdom means reading, understanding, and transforming doctrinal items from sutras into real, personal experience. Wisdom gives us the ability of "seeing the truth" or "seeing things as they really are" because the attainment of wisdom is not an intellectual or academic exercise, it is understanding or seeing these truths directly.

In Buddhism, wisdom is the highest virtue of all. It is usual to translate the Sanskrit term "Prajna" (Pali-Panna) by "wisdom," and that is not positively inaccurate. When we are dealing with the Buddhist tradition, however, we must always bear in mind that there Wisdom is taken in a special sense that is truly unique in the history of human thought. "Wisdom" is understood by Buddhists as the methodical contemplation of 'Dharmas.' This is clearly shown by Buddhaghosa's formal and academic definition of the term: "Wisdom has the characteristic of penetrating into dharmas as they are themselves. It has the function of destroying the darkness of delusion which covers the own-being of dharmas. It has the manifestation of not being deluded. Because of the statement: 'He who is concentrated knows, sees what really is,' concentration is its direct and proximate cause."

Wisdom understanding that emptiness of inherent existence is the ultimate nature of all phenomena. This specific type of wisdom is the

sole means to eliminate our ignorance and other disturbing states. It is also the most powerful tool for purifying negative karmic imprints. In addition, it enables us to benefit others effectively, for we can then teach them how to gain this wisdom themselves. This is also the first key to liberation and enlightenment. In order to be able to obtain this type of wisdom, we must invest all our efforts in cultivating Buddhist laws and practicing Buddhist meditation. Conventional intelligence knowing, logic, science, arts, and so forth. This type of wisdom is from birth; however, the person who possesses this type of wisdom is believed that in previous lives, he or she had already cultivated or practiced so many good deeds.

Fundamental wisdom which is inherent in every man and which can manifest itself only after the veil of ignorance, which screens it, has been transformed by means of self-cultivation as taught by the Buddha. According to the Buddha, wisdom is extremely important for it can be commensurate with enlightenment itself. It is wisdom that finally opens the door to freedom, and wisdom that removes ignorance, the fundamental cause of suffering. It is said that while one may sever the branches of a tree and even cut down its trunk, but if the root is not removed, the tree will grow again. Similarly, although one may remove attachment by means of renunciation, and aversion by means of love and compassion, as long as ignorance is not removed by means of wisdom, attachment and aversion will sooner or later arise again. As for the Buddha, immediately after witnessing the unhappy incident involving the worm and the bird at the plowing ceremony, the prince sat under a nearby rose-apple tree and began to contemplate. This is a very early experience of meditation of the Buddha. Later, when he renounced the world and went forth to seek the ultimate truth, one of the first disciplines he developed was that of meditation. Thus, the Buddha himself always stressed that meditation is the only way to help us to achieve wisdom.

The resulting wisdom, or training in wisdom. Even though wisdom involves cause and effect. Those who cultivated and planted good roots in their past lives would have a better wisdom. However, in this very life, if you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these

thieves and terminate all afflictions. Wisdom is one of the three studies in Buddhism. The other two are precepts and meditation. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, high concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom or panna-sikkha. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing.

According to Buddhism, precepts are rules which keep us from committing offenses. When we are able to refrain from committing offenses, our mind is pure to cultivate meditation in the next step to achieve the power of concentration. The resulting wisdom, or training in wisdom. If you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these thieves and terminate all afflictions. Wisdom (training in wisdom). In other words, Wisdom or Prajna is the power to penetrate into the nature of one's being, as well as the truth itself thus intuited. Study of principles and solving of doubts. Also according to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, high concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom or panna-sikkha. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, Buddhism lays stress on the Threefold Learning (siksha) of Higher Morality, Higher Thought, and Higher Insight. That is to say, without higher morals one cannot get higher thought and without higher thought one cannot attain higher insight. In other words, morality is often said to lead to samadhi, and samadhi to prajna. Higher thought here comprises the results of both analytical investigation and meditative intuition. Buddhism further instructs the aspirants, when they are qualified, in the Threefold Way (marga) of Life-View, Life-Culture and Realization of Life-Ideal or No-More Learning. These are three stages to be passed through in the study of the Fourfold Truth by the

application of the Eightfold Noble Path; in the second stage it is investigated more fully and actualized by the practice of the Seven Branches of Enlightenment, life-culture here again means the results of right meditation; and in the last stage the Truth is fully realized in the Path of No-More-Learning. In other words, without a right view of life there will be no culture, and without proper culture there will be no realization of life.

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “Long is the night to the wakeful; long is the road to him who is tired; long is samsara to the foolish who do not know true Law (Dharmapada 60). If a traveler does not meet a companion who is better or at least equal, let him firmly pursue his solitary career, rather than being in fellowship with the foolish (Dharmapada 61). These are my sons; this is my wealth; with such thought a fool is tormented. Verily, he is not even the owner of himself. Whence sons? Whence wealth? (Dharmapada 62). A foolish man who knows that he is a fool, for that very reason a wise man; the fool who think himself wise, he is indeed a real fool (Dharmapada 63). If a fool associates with a wise man even all his life, he will understand the Dharma as little as a spoon tastes the flavour of soup (Dharmapada 64). An intelligent person associates with a wise man, even for a moment, he will quickly understand the Dharma, as the tongue tastes the flavour of soup (Dharmapada 65). The knowledge and fame that the fool gains, so far from benefiting; they destroy his bright lot and cleave his head (Dharmapada 72). Swans can only fly in the sky, man who has supernatural powers can only go through air by their psychic powers. The wise rise beyond the world when they have conquered all kinds of Mara (Dharmapada 175).”

In summary, in Buddhism, wisdom is of the highest importance; for purification comes through wisdom, through understanding; and wisdom in Buddhism is the key to enlightenment and final liberation. But the Buddha never praised mere intellect. According to him, knowledge should go hand in hand with purity of heart, with moral excellence (*vijja-caranasampanna-p*). Wisdom gained by understanding and development of the qualities of mind and heart is wisdom par excellence (*bhavanamaya panna-p*). It is saving knowledge, and not mere speculation, logic or specious reasoning. Thus, it is clear that Buddhism is neither mere love of, nor inducing the

search after wisdom, nor devotion, though they have their significance and bearing on mankind, but an encouragement of a practical application of the teaching that leads the follower to dispassion, enlightenment and final deliverance. Wisdom in Buddhism is also a sole means to eliminate our ignorance and other disturbing attitudes. It is also a tool for purifying negative karmic imprints. Many people say that wisdom is gained from information or knowledge. The Buddha told us the opposite! He taught us that wisdom is already within our self-nature; it does not come from the outside. In the world, there are some very intelligent and wise people, such as scientists and philosophers, etc. However, the Buddha would not recognize their knowledge as the proper Buddhist enlightenment, because they have not severed their afflictions. They still dwell on the rights and wrongs of others, on greed, anger, ignorance and arrogance. They still harbor wandering discriminatory thoughts and attachments. In other words, their minds are not pure. Without the pure mind, no matter how high the level of realization one reaches, it is still not the proper Buddhist enlightenment. Thus, our first hindrance to enlightenment and liberation is ego, our self-attachment, our own wandering thoughts. Only the wisdom that is based on concentration has the ability to eliminate attachments and ignorance. That is to say the wisdom that arises from a pure mind, not the wisdom that is attained from reading and studying books, for this wisdom is only worldly knowledge, not true wisdom. Thus, the Buddha said: "He who is concentrated knows and sees what really is." According to the Flower Adornment Sutra, all sentient beings possess the same wisdom and virtuous capabilities as the Buddha, but these qualities are unattainable due to wandering thoughts and attachments. Practicing Buddhism will help us rid of wandering, discriminating thoughts and attachments. Thus, we uncover our pure mind, in turn giving rise to true wisdom. Sincere Buddhists should always remember that our innate wisdom and abilities are temporarily lost due to the cloud of ignorance, attachments and wandering discriminatory thoughts, but are not truly or permanently lost. Our goal in Practicing Buddhism is to break through this cloud and achieve enlightenment.

Chương Hai *Chapter Two*

Đặc Điểm Và Khả Năng Của Trí Tuệ

Nói về những đặc điểm chính của trí tuệ, trí tuệ biết được rằng tánh không là bản chất tối hậu của tất cả các pháp: Loại trí tuệ đặc biệt này là phương tiện duy nhất dùng để loại trừ vô minh và những trạng thái tâm nhiễu loạn của chúng ta. Trí tuệ này cũng là một khí cụ mạnh mẽ nhất dùng để hóa giải những dấu ấn nghiệp thức u ám. Hơn nữa, trí tuệ này khiến cho chúng ta có khả năng làm lợi lạc người khác một cách hiệu quả, vì nhờ nó mà chúng ta có thể chỉ dạy người khác phương pháp để tự họ cũng đạt được loại trí tuệ này. Loại trí tuệ thứ nhất là chìa khóa để dẫn đến giải thoát và giác ngộ. Để có thể đạt được loại trí tuệ này, chúng ta phải đầu tư mọi nỗ lực vào tu tập giáo lý nhà Phật và thực hành thiền định. Trí tuệ biết được ngôn ngữ, lý luận, khoa học, nghệ thuật, vân vân: Loại trí tuệ này là loại bầm sanh; tuy nhiên, người ta tin rằng người có loại trí tuệ này là người mà trong nhiều kiếp trước đã tu tập và thực hành nhiều hạnh lành rồi. Trong đạo Phật, trí tuệ là quan trọng tối thượng, vì sự thanh tịnh có được là nhờ trí tuệ, do trí tuệ.

Nói về những khả năng của trí tuệ, trí tuệ có tác dụng phân biệt sự lý. Trí tuệ có khả năng quyết đoán nghi ngờ. Tuệ là sự cấu tạo của Chánh Kiến và Chánh Tư Duy. Trí tuệ cơ bản vốn có nơi mỗi người chúng ta có thể lộ khi nào bức màn vô minh bị vệt bỏ qua tu tập. Theo Đức Phật, trí tuệ là một phẩm hạnh cực kỳ quan trọng vì nó tương đương với chính sự giác ngộ. Chính trí tuệ mở cửa cho sự tự do, và trí tuệ xóa bỏ vô minh, nguyên nhân căn bản của khổ đau phiền não. Người ta nói rằng chặt hết cành cây hay thậm chí chặt cả thân cây, nhưng không nhổ tận gốc rễ của nó, thì cây ấy vẫn mọc lại. Tương tự, dù ta có thể loại bỏ luyến chấp vắng cách từ bỏ trần tục và sân hận với tâm từ bi, nhưng chừng nào mà vô minh chưa bị trí tuệ loại bỏ, thì luyến chấp và sân hận vẫn có thể nảy sinh trở lại như thường. Về phần Đức Phật, ngay hôm Ngài chứng kiến cảnh bất hạnh xảy ra cho con trùn và con chim trong buổi lễ hạ điền, Ngài bèn ngồi quán tưởng dưới gốc cây hồng táo gần đó. Đây là kinh nghiệm thiền định sớm nhất của Đức Phật. Về sau này, khi Ngài đã từ bỏ thế tục để đi tìm chân lý

tối thượng, một trong những giới luật đầu tiên mà Ngài phát triển cũng là thiền định. Như vậy chúng ta thấy Đức Phật đã tự mình nhấn mạnh rằng trí tuệ chỉ có thể đạt được qua thiền định mà thôi.

Main Characteristics and Powers of Wisdom

Talking about the main characteristics of wisdom, wisdom understanding that emptiness of inherent existence is the ultimate nature of all phenomena: This specific type of wisdom is the sole means to eliminate our ignorance and other disturbing states. It is also the most powerful tool for purifying negative karmic imprints. In addition, it enables us to benefit others effectively, for we can then teach them how to gain this wisdom themselves. This is also the first key to liberation and enlightenment. In order to be able to obtain this type of wisdom, we must invest all our efforts in cultivating Buddhist laws and practicing Buddhist meditation. Conventional intelligence knowing, logic, science, arts, and so forth: This type of wisdom is from birth; however, the person who possesses this type of wisdom is believed that in previous lives, he or she had already cultivated or practiced so many good deeds. In Buddhism, wisdom is of the highest importance; for purification comes through wisdom, through understanding.

Talking about powers of wisdom, wisdom, discernment or understanding is the power to discern things and their underlying principles. Wisdom has the power to decide the doubtful. Right Understanding and Right Thought constitute wisdom. Fundamental wisdom which is inherent in every man and which can manifest itself only after the veil of ignorance, which screens it, has been transformed by means of self-cultivation as taught by the Buddha. According to the Buddha, wisdom is extremely important for it can be commensurate with enlightenment itself. It is wisdom that finally opens the door to freedom, and wisdom that removes ignorance, the fundamental cause of suffering. It is said that while one may sever the branches of a tree and even cut down its trunk, but if the root is not removed, the tree will grow again. Similarly, although one may remove attachment by means of renunciation, and aversion by means of love and compassion, as long as ignorance is not removed by means of wisdom, attachment and

aversion will sooner or later arise again. As for the Buddha, immediately after witnessing the unhappy incident involving the worm and the bird at the plowing ceremony, the prince sat under a nearby rose-apple tree and began to contemplate. This is a very early experience of meditation of the Buddha. Later, when he renounced the world and went forth to seek the ultimate truth, one of the first disciplines he developed was that of meditation. Thus, the Buddha himself always stressed that meditation is the only way to help us to achieve wisdom.

Chương Ba *Chapter Three*

Các Loại Trí Tuệ

Trong Phật giáo, có hai loại trí tuệ: Tướng trí và Phật trí. Thứ nhất là Tướng Trí hay Hữu lậu trí hay trí nương vào sự tướng thế gian và hã còn quan hệ với phiền não. Thứ nhì là Phật Trí hay Vô lậu trí, cắt đứt liên hệ với phiền não. Theo Hoa Nghiêm tông, có hai loại trí: Thứ nhất là Như lý trí hay căn bản trí, còn gọi là Vô phân biệt trí, Chánh thể trí hay Chân trí. Đây là Thực trí như lý chân đế của chư Phật và chư Bồ Tát. Thứ nhì là Như lượng trí, Hậu đắc trí hay Phân biệt trí. Đây là Tục trí là trí sự lượng tục đế giới hạn và liên hệ tới những sự việc của phàm nhân. Theo Kinh Lăng Già có hai loại trí: Quán Sát Trí và Kiến Lập Trí. Theo Thiên Thai tông, có hai loại trí tuệ: Thứ nhất là Thực trí: Trí huệ tuyệt đối của chư Phật và chư Bồ Tát. Thứ nhì là Quyền trí: Phương tiện trí hay trí phương tiện tương đối và tạm thời. Theo Trí Độ Luận, có hai loại trí tuệ: Thứ nhất là Nhứt thiết trí: Trí hiểu rõ thực tánh của chư pháp. Thứ nhì là Nhứt thiết chủng trí: Trí hiểu rõ sự tướng đặc biệt của chư pháp. Theo Pháp Tướng Tông, có hai loại trí tuệ: Thứ nhất là Căn bản trí: Còn gọi là Vô phân biệt trí, Chánh thể trí, Chân trí, hay Thực trí. Trí khế hợp chứng ngộ chân như. Thực trí như lý chân đế của chư Phật và chư Bồ Tát. Căn bản trí là trí hiểu biết rõ chân lý mà không có sự phân biệt năng duyên hay sở duyên, đây là trí sanh ra nhất thiết chân lý và công đức, đối lại với “hậu đắc trí”. Thứ nhì là Hậu đắc trí: Còn gọi là Hữu phân biệt trí, Tục trí, hay Biến trí. Trí khởi lên sau trí căn bản, hữu hạn và liên hệ tới hiện tượng của thế giới thông tục. Tục trí là trí sự lượng tục đế giới hạn và liên hệ tới những sự việc của phàm nhân. Còn gọi là Phân Biệt Trí, tức là cái trí chân chánh, sâu kín, ngầm hợp chân như, trí sở đắc theo sau căn bản trí. Trí khởi lên từ căn bản trí. Trí có thể phân biệt hiện tượng hay sự tướng hữu vi, đối lại với vô phân biệt hay căn bản thực trí của Đức Phật.

Theo truyền thống Phật giáo Nguyên Thủy, có ba cách đạt được trí huệ: *Thứ nhất là đạt được Văn Huệ*: Đạt được văn huệ qua đọc nghe và những lời giáo huấn. *Thứ nhì là đạt được Tư huệ*: Đạt được tư huệ qua suy tư. *Thứ ba là đạt được Tu huệ*: Đạt được tu huệ qua tu hành phát triển tâm linh. Lại có bốn loại trí huệ: *Thứ nhất là Sinh Đắc Tuệ*,

do bẩm sinh mà có. *Thứ nhì là Văn Huệ*: Đạt được văn huệ qua đọc nghe và những lời giáo huấn hay do trau dồi mà có. *Thứ ba là đạt được Tư huệ*: Đạt được tư huệ qua suy tư. *Thứ tư là đạt được Tu huệ*: Đạt được tu huệ qua tu hành phát triển tâm linh hay thiền định mà có. Năm loại Duy Thức: *Thứ nhất là Cảnh Duy thức*, căn cứ vào cảnh mà thuyết về Duy Thức. *Thứ nhì là Giáo Duy thức* hay giải thích về Duy Thức. *Thứ ba là Lý Duy thức* hay luận về thành tựu đạo lý Duy Thức. *Thứ tư là Hành Duy thức* hay nói rõ quán pháp của Duy Thức. *Thứ năm là Quả Duy thức* hay nói về diệu cảnh giới của Phật quả. Theo trường phái Chân ngôn, có năm loại trí tuệ: *Thứ nhất là Pháp Giới Thể Tính Trí*: Trí chuyển từ Yêm-Ma-La thức mà được. Pháp giới thể tánh tức là lục đại với Ngài Tỳ Lô Giá Na hay Đại Nhật Như Lai trụ nơi Trung độ. Gọi là pháp giới thể tánh trí vì trí này làm chủ đức phương tiện cứu cánh. *Thứ nhì là Đại Viên Cảnh Trí*: Là trí chuyển từ A-Lại-Da thức mà được, là trí hiển hiện vạn tượng của pháp giới như tấm gương tròn lớn, tương ứng với thế giới và liên hệ với A Súc Bộ Phật cũng như Đông Độ. *Thứ ba là Bình Đẳng Tánh Trí*: Trí chuyển từ Mạt Na thức mà được, là trí tạo thành tác dụng bình đẳng của các pháp, tương ứng với lửa và Nam Phật ở Nam Độ. Bình đẳng tánh trí là cái trí vượt ra ngoài sự phân biệt Tôi Anh, do đó mà dứt bỏ được cái ý niệm về ngã. Cái trí xem mọi sự mọi vật đều bình đẳng như nhau. Nhờ có trí này mà người ta khởi lên tâm đại bi. Theo lý thuyết Duy Thức, một khi bình đẳng tánh trí khởi lên thì bốn thứ ô nhiễm tự ái, tự kiến, kiêu mạn và si mê đều tan biến. *Thứ tư là Diệu Quán Sát Trí*: Trí chuyển từ ý thức mà được, trí phân biệt các pháp hảo diệu phá nghi, tương ứng với nước và Phật A Di Đà ở Tây phương. Theo Tịnh Độ và Chân Tông, Phật A Di Đà thù thắng hơn cả trong số Ngũ Trí Như Lai; mặc dù quốc độ của Ngài ở Tây Phương chứ không ở Trung ương. Trong số Ngũ Trí Như Lai, Đức Phật A Di Đà ở phương Tây có thể đồng nhất với Trung ương Đại Nhật Như Lai, là Đức Phật của Pháp Giới Thể Tánh. Các bốn nguyện của Đức A Di Đà, sự chứng đắc Phật quả Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ, và sự thiết lập Cực Lạc quốc độ đã được mô tả đầy đủ trong Kinh A Di Đà. *Thứ năm là Thành Sở Tác Trí*: Trí chuyển từ ngũ căn (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt và thân), trí thành tựu diệu nghiệp tự lợi lợi tha, tương ứng với hư không và Phật Di Lặc ở Bắc Độ. Có sáu loại trí huệ: *Thứ nhất là Văn Huệ*: Trí huệ mở ra do được nghe hiểu về chân lý trung đạo. *Thứ nhì là Tư Huệ*: Trí huệ mở ra do tư duy về chân lý

trung đạo. *Thứ ba là Tu Huệ*: Nhờ tu tập chân lý trung đạo mà được tu huệ. *Thứ tư là Vô Tướng Huệ*: Trí huệ mở ra do chứng được lý trung đạo, lia nhị biên. *Thứ năm là Chiếu Tịch Huệ*: Còn gọi là trí huệ của Bồ tát ở Đẳng Giác Vị đã quán triệt thực tánh và thực tướng của Niết Bàn. *Thứ sáu là Tịch Chiếu Huệ*: Trí huệ ở ngôi vị Phật chiếu khắp chúng sanh (từ cái thể của trung đạo mà khởi lên cái dụng của trung đạo).

Ngoài ra, trong giáo thuyết Phật giáo còn nhiều loại kiến thức khác nhau. *Thứ nhất là Kiến Thức Kiến Lập*: Đây là một trong hai loại trí được nói đến trong Kinh Lăng Già. Tức là cái trí kiến lập tất cả các loại phân biệt về một thế giới của các hình tướng, buộc cái tâm vào các hình tướng mà cho chúng là thực. Do đó, trí này thiết lập những nguyên tắc lý luận từ đó mà đưa ra các phán đoán về một thế giới của các đặc thù. Nó là một cái trí lý luận, nó là cái điều động cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Nhưng ngay khi một cái gì đó được xác lập để chứng tỏ nó, tức là ngay khi một mệnh đề được tạo thành, đồng thời nó lại kiến lập một cái gì khác nữa và tiếp tục tự chứng tỏ nó trái với cái gì khác ấy. Ở đây không có gì tuyệt đối cả. Sự kiến lập hay xác lập này được định nghĩa ở một chỗ khác là kiến lập. Kỳ thật ở mọi nơi không có cái gì là thực cả, do bởi mệnh đề này được chấp chặt làm thực mà những mệnh đề đối lập chắc chắn sẽ sinh khởi và ở đây sẽ xảy ra sự tranh cãi hay bài bác giữa các phe đối nghịch. Vì thế mà Đức Phật khuyên các vị Bồ Tát phải tránh các biên kiến này để đạt tới một trạng thái chứng ngộ vượt khỏi lối nhìn xác định cũng như phủ định về thế giới. Có bốn loại kiến lập: các tướng đặc thù, các kiến giải, nguyên nhân, và hữu thể. *Thứ nhì là Kiến Thức biết được đời trước và hội nhập được đạo chí thượng*: Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 13, có một vị sa Môn hỏi Phật, ‘Bởi lý do gì mà biết được đời trước, mà hội nhập được đạo chí thượng?’ Đức Phật dạy: ‘Tâm thanh tịnh, chí vững bền thì hội nhập đạo chí thượng, cũng như khi lau kính hết dơ thì trong sáng hiển lộ; đoạn tận ái dục và tâm không mong cầu thì sẽ biết đời trước.’” *Thứ ba là Kiến Thức biết và thấy như thực (tri kiến như thực)*: Giáo lý của Đức Phật dựa trên quan điểm “Như Thực Tri Kiến”. Điều này có nghĩa là ta phải biết những sự kiện chân thực chung quanh cuộc sống trần gian của ta, nhìn nó mà không biện giải, và hằng ngày tu chính đạo đức cho cuộc sống tùy theo tri kiến như thực này. *Thứ tư là Kiến Thức Hữu Tướng*: Tướng Trí hay

Hữu lậu trí hay trí nương vào sự tướng thế gian và hã còn quan hệ với phiền não. Ý thức do cảnh giới mê chấp mà chẳng biết đó là huyễn giả lại sanh tâm thích hay không thích khởi lên từ trạng thái tinh thần. *Thứ năm là Kiến Thức Phàm phu*: Phàm Phu Trí hay Thế gian trí (phàm thức, hay tri kiến thế tục, hay kiến thức phàm phu). Trí tuệ phàm phu hiển nhiên hiện hữu trong mọi người. Đây là khả năng suy nghĩ rõ ràng và khả năng hiểu biết tường tận. Có hai loại phàm tuệ: văn tuệ và tư tuệ. Văn tuệ là sự tích lũy các sự kiện còn nguyên sơ qua sự học hỏi, trong khi tư tuệ là sự nối kết các sự kiện trên lại với nhau làm thành kiến thức mới. *Thứ sáu là Kiến thức siêu nhiên*: Kiến thức của một bậc Thánh hay sự thấy biết sự chết và tái sanh của các loài hữu tình. Trí tuệ siêu việt đưa đến chấm dứt luân hồi sanh tử, một trong sáu thần thông. *Thứ bảy là Kiến Thức Thế Tục*: Thế Tục Trí hay Thế gian trí (phàm thức hay tri kiến thế tục). Cái trí thiếu cận của phàm phu hay thường trí, do bởi ảo tưởng tô vẽ làm mê mờ bản tâm (trí hiểu biết tục đế hay trí hữu lậu tạp nhiễm). *Thứ tám là Kiến Thức Tương Đối*: Trí tương đối hay Y Tha Khởi Tính. Loại trí không có tánh độc lập, chỉ nương nhau mà thành. Y tha khởi tính hay duyên khởi tính (tính chất nương tựa vào những yếu tố chung quanh mà sinh khởi nên hiện hữu, hiện tượng và sự vật. Đây chỉ là loại kiến thức thường nghiệm.

Different Kinds of Wisdom

In Buddhism, there are two kinds of wisdom: *First*, Phenomenal wisdom and Buddha wisdom. Knowledge derived from phenomena is associated with afflictions. *Second*, Buddha wisdom, no longer associated with afflictions. According to the Hua-Yen School, there are two kinds of wisdom: *First*, the Buddha-wisdom or Bodhisattva real wisdom. *Second*, wisdom with its limitation and relation to ordinary human affairs. According to The Lankavatara Sutra, there are two kinds of wisdom: Absolute Knowledge and Intelligence. According to the T'ien-T'ai School, there are two kinds of wisdom: *First*, Absolute wisdom of Buddhas and Bodhisattvas. *Second*, Relative or temporal wisdom. According to the Sastra on Prajna Paramita Sutra, there are two kinds of wisdom: *First*, wisdom of the all which understand everything clearly. *Second*, wisdom of all the particulars. According to the Fa-Hsiang Sect, there are two kinds of wisdom: *First*, Buddha

wisdom or Bodhisattva real wisdom. Fundamental, original, or primal wisdom, source of all truth and virtue; knowledge of fundamental principles; intuitive knowledge or wisdom, in contrast with acquired wisdom. *Second*, the wisdom in its limitation and relation to ordinary human affairs. Detailed or specific knowledge or wisdom succeeding upon or arising from fundamental knowledge (Căn bản trí). Knowledge succeeding upon fundamental knowledge. Differentiating knowledge can discriminate phenomena, as contrast with knowledge of the fundamental identity of all things (vô phân biệt trí).

According to the Theravadan Buddhism, there are three modes of attaining moral wisdom: *First*, attaining moral wisdom from reading (Sutamaya-panna (p)): Hearing and instruction, or attaining wisdom based on learning. *Second*, attaining moral wisdom from reflection (Cintamaya-panna (p)): Attaining wisdom based on thinking. *Third*, attaining wisdom based on mental development (Bhavanamaya-panna (p)): Attaining moral wisdom from practice of abstract meditation. There are four modes of wisdom: *First*, Wisdom received by birth or nature. *Second*, attaining moral wisdom from reading (Sutamaya-panna (p)): Hearing and instruction, or attaining wisdom based on learning, or being taught. *Third*, attaining moral wisdom from reflection (Cintamaya-panna (p)): Attaining wisdom based on thinking or by thoughts. *Fourth*, attaining wisdom based on mental development (Bhavanamaya-panna (p)): Attaining moral wisdom from practice of abstract meditation. Five kinds of wisdom or insight or idealistic representation in the sutras and sastras (the first four are objective and the fifth is subjective): *First*, wisdom or insight in objective conditions. *Second*, wisdom or insight in interpretation. *Third*, wisdom or insight in principles. *Fourth*, wisdom or insight in meditation and practice. *Fifth*, wisdom or insight in the fruits or results of Buddhahood. According to the Shingon Sect, there are five kinds of wisdom: *First*, the wisdom derived from the pure consciousness (Dharmadhatu-prakrti-jnana (skt)): The wisdom of the embodied nature of dharmadhatu, defined as the six elements, and is associated with Vairocana in the center. *Second*, the great ground mirror wisdom, derived from alaya-vijnana (alaya consciousness): Wisdom that is reflecting all things; corresponds to the earth, and is associated with Aksobhya and the east. *Third*, the wisdom which derived from manovijnana or mano consciousness

(Samata-jnana (skt)): The wisdom in regard to all things equally and universally, corresponds to fire and is associated with Ratnasambhava and the south. Wisdom of understanding the equality of all things or the wisdom of Equality is the wisdom of rising above such distinction as I and Thou, thus being rid of the ego idea. Wisdom in regard to all things equally and universally. Depending on this wisdom, one arises the mind of great compassion. According to the Mind-Only Theory, once the mind of equality arises, the four defilements of self-love, self-view, pride and ignorance are extinguished. *Fourth*, the wisdom derived from wisdom of profound insight (Pratyaveksana-jnana (skt)): Wisdom of profound insight or discrimination, for exposition and doubt-destruction; corresponds to water, and is associated with Amitabha and the west. According to the T'ien-T'ai and Shingon, Amita is superior over the five Wisdom Buddhas (Dhyani-Buddhas), even though he governs the Western Quarter, not the center. Of the five Wisdom Buddhas, Amitabha of the West may be identical with the central Mahavairocana, the Buddha of homo-cosmic identity. Amitabha's original vows, his attainment of Buddhahood of Infinite Light and Life, and his establishment of the Land of Bliss are all fully described in the Sukhavati text. *Fifth*, the wisdom derived from the five senses (Kṛtyanusthana-jnana (skt)): The wisdom of perfecting the double work of self-welfare and the welfare of others; corresponds to the air and is associated with Amoghasiddhi (Di Lặc Maitreya) and the north. There are six kinds of wisdom: First, the wisdom of hearing and apprehending the truth of the middle way. Second, the wisdom of thought. Third, wisdom of observance. Fourth, the wisdom of neither extreme. Fifth, the wisdom of understanding of Nirvana: Buddha-wisdom which comprehends nirvana reality and its functioning. Sixth, the wisdom (associated with Buddha-fruit) of making nirvana illuminate all beings.

Besides, in Buddhist teachings, there are still many different kinds of knowledge. *First, Pratiṣṭhāpikā*: This is one of the two kinds of knowledge mentioned in the Lankavatara Sutra. The intelligence sets up all kinds of distinction over a world of appearances, attaching the mind to them as real. Thus it may establish rules of reasoning whereby to give judgments to a world of particulars. It is logical knowledge, it is what regulates our ordinary life. But as soon as something is

established in order to prove it, that is, as soon as a proposition is made, it sets up something else at the same time and goes on to prove itself against that something else. There is nothing absolute here. This setting or establishing is elsewhere designated as Samaropa. All where there are none such in reality. Owing to these propositions definitely held up as true, opposite ones will surely rise and there will take place a wrangling or controversy between the opposing parties. The Buddha advised Bodhisattvas to avoid these one-sided views in order to attain a state of enlightenment which is beyond the positive as well as beyond the negative way of viewing the world. There are four establishments: characteristic marks (Lakshana), definite views (Drista), a cause (Hetu), and a substance (Bhava). *Second, Know past lives and attain the Way:* According to the Sutra In Forty-Two Sections, Chapter 13, a Sramana asked the Buddha: ‘What are the causes and conditions by which one come to know past lives and also by which one’s understanding enables one to attain the Way?’ The Buddha said: ‘By purifying the mind and guarding the will, your understanding can achieve (attain) the Way. Just as when you polish a mirror, the dust vanishes and brightness remains; so, too, if you cut off and do not seek desires, you can then know past lives.’ *Third, Know and regard reality as it is:* The Buddha’s doctrine rests on the idea of “Knowing and Regarding Reality As It Is.” This means one should know the true facts about this earthly life and look at it without making excuses, and regulate one’s daily conduct of life according to this knowledge and standpoint. *Fourth, Knowledge derived from phenomena:* Knowledge derived from phenomena, associated with afflictions. Knowledge of like and dislike arising from mental conditions. Consciousness of like and dislike arising from mental conditions. *Fifth, Mundane wisdom or Ordinary wisdom or (Worldly) knowledge:* Ordinary knowledge or earthly knowledge or common knowledge. Mundane wisdom is quite naturally present in anyone. It is the ability to think clearly and to understand comprehensively. There are two categories of mundane wisdom: hearing wisdom and thinking wisdom. Hearing wisdom is the accumulation of raw facts through learning while thinking wisdom is the connection of these facts together to form new knowledge. *Sixth, (Supernatural) Knowledge:* Supernatural knowledge, or knowledge of the saint or clear vision in future mortal conditions (deaths and

rebirths). The supernatural insight into the ending of the stream of transmigration, one of the six supernatural powers (abhijñanas). *Seventh, Ordinary wisdom:* Also called Ordinary wisdom, or worldly knowledge. Ordinary knowledge or earthly knowledge or common knowledge. Common or worldly wisdom, which by its illusion blurs or colours the mind, blinding it to reality. *Eight,* the knowledge of relativity which does not have a nature of its own, but constituted of elements. Dependent on another that which arises, not having an independent nature. This is only an empirical knowledge.

Chương Bốn *Chapter Four*

Phương Tiệm Trí

Phương Tiệm Trí hay Quyền trí hay trí thông đạt về phương pháp cứu độ chúng sanh. Ý niệm về phương tiệm thiện xảo là một ý niệm quan trọng trong Phật giáo Đại Thừa và không tách rời với ý niệm về một trái tim đại từ đại bi vận hành toàn bộ hữu thể của Phật tính. Nó không đủ để vị Bồ Tát có được Thánh Trí hay Bát Nhã được thức tỉnh viên mãn vì ngài phải được phò trợ bằng phương tiệm trí nhờ đó có thể đưa toàn bộ cơ phận cứu độ vào thực tiễn tùy theo các yêu cầu của chúng sanh. Theo Kinh Hoa Nghiêm, các Phẩm 36 và 38, có mười trí xảo phân biệt của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát dùng trí xảo phân biệt nhập tất cả các chỗ của chúng sanh, phân biệt nhập nghiệp báo của tất cả chúng sanh, nhập căn tánh của tất cả chúng sanh, nhập tất cả các cõi, nhập tất cả tâm hành của các chúng sanh, nhập tất cả hạnh Thanh Văn, nhập tất cả hạnh Độc Giác, nhập tất cả hạnh Bồ Tát, nhập tất cả thực hành của thế gian pháp, nhập tất cả Phật pháp. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được trí phân biệt các pháp thiện xảo vô thượng của tất cả chư Phật. Hơn nữa, một hành giả tu Phật được xem như là có trí tuệ phòng hộ các căn là khi mà mắt thấy sắc, không nắm giữ tướng chung tướng riêng. Khi nhãn căn không được phòng hộ, khiến cho tham ái, ưu sầu và bất thiện pháp khởi lên, vị ấy liền biết mà trở về hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng, mà quay về hộ trì ý căn.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 36, có mười thứ Phật pháp thiện xảo trí. Đại Bồ Tát an trụ trong mười tâm thắng diệu này rồi thời được mười thứ Phật pháp thiện xảo trí. Thứ nhất là trí thiện xảo liễu đạt Phật pháp thậm thâm. Thứ nhì là trí thiện xảo xuất sanh Phật pháp quảng đại. Thứ ba là trí thiện xảo tuyên thuyết các thứ Phật pháp. Thứ tư là trí thiện xảo chứng nhập Phật pháp bình đẳng. Thứ năm là trí thiện xảo ngộ giải Phật pháp vô sai biệt. Thứ sáu là trí thiện xảo thâm nhập trang nghiêm Phật pháp. Thứ bảy là trí thiện xảo một phương tiệm vào Phật pháp. Thứ tám là trí thiện xảo vô lượng phương tiệm vào Phật

pháp. Thứ chín là trí thiện xảo vô biên Phật pháp vô sai biệt. Thứ mười là trí thiện xảo dùng tự tâm tự lực không thối chuyển nơi tất cả Phật pháp.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười trí xảo phân biệt của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được trí phân biệt các pháp thiện xảo vô thượng của tất cả chư Phật. Thứ nhất là trí thiện xảo phân biệt nhập tất cả các cõi. Thứ nhì là trí thiện xảo phân biệt nhập tất cả các chỗ của chúng sanh. Thứ ba là trí thiện xảo phân biệt nhập tất cả tâm hành của các chúng sanh. Thứ tư là trí thiện xảo phân biệt nhập căn tánh của tất cả chúng sanh. Thứ năm là trí thiện xảo phân biệt nhập nghiệp báo của tất cả chúng sanh. Thứ sáu là trí thiện xảo phân biệt nhập tất cả hạnh Thanh Văn. Thứ bảy là trí thiện xảo phân biệt nhập tất cả hạnh Độc Giác. Thứ tám là trí thiện xảo phân biệt nhập tất cả hạnh Bồ Tát. Thứ chín là trí thiện xảo phân biệt thâm nhập tất cả thực hành của thế gian pháp. Thứ mười là trí thiện xảo phân biệt nhập tất cả Phật pháp.

Skillful Knowledge

The wisdom or knowledge of using skillful means for saving others. The idea of “skillful means” is an important idea in Mahayana Buddhism and inseparable from that of a great compassionate heart moving the whole being of Buddhahood. It is not enough for the Bodhisattva to have the supreme wisdom (wisdom of the Buddha) or Aryajnana, or Prajna fully awakened, for he must also be supplied with skillful wisdom (upayajnana) whereby he is enabled to put the whole salvation machinery in practice according to the needs of beings. According to the Flower Adornment Sutra, Chapters 36 and 38, there are ten kinds of skillful analytic knowledge of Great Enlightening Beings. Great Enlightening Beings utilize skillful analytic knowledge penetrating all abodes of sentient beings, penetrating the consequences of all actions of all sentient beings, penetrating the faculties of all sentient beings, penetrating all lands, penetrating the mental activities of all sentient beings, penetrating the practices of all Buddhist disciples, penetrating the practices of all Individual Illuminates, penetrating the practices of all Enlightening Beings, penetrating the practices of mundane things, penetrating all principles and attributes of

Buddhahood. Enlightening Beings who abide by these can attain supreme knowledge of Buddhas that skillfully distinguishes all things. Furthermore, a Buddhist practitioner who is considered to have the wisdom of restraint of the sense faculties when on seeing a visible object with eye, he apprehends neither the signs nor the particulars. When he left the eye faculty unguarded, evil and unprofitable states of covetousness and grief may invade him; he immediately realizes them and turns back to guard the eye faculty, undertakes the restraint of the eye faculty. On hearing a sound with ear, smelling an odour with the nose, tasting a flavor with the tongue, touching a tangible object with the body, cognizing a mental object with the mind, he apprehends neither the signs nor the particulars; if he left the mind faculty unguarded, evil and unprofitable states of covetousness and grief might invade him, he immediately realizes this and goes back to enter upon the way of its restraint, he guard the mind faculty, undertakes the restraint of the mind faculty.

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 36, there are ten kinds of technical knowledge of the Buddha teachings. Once Great Enlightening Beings abide in the ten kinds of sublime mind, they acquire ten kinds of technical knowledge of the Buddha teachings. First, technical knowledge of comprehending the most profound Buddha teaching. Second, technical knowledge of the production of far-reaching Buddha-teachings. Third, technical knowledge of exposition of all kinds of Buddha teachings. Fourth, technical knowledge of realizing the Buddha teaching of equality. Fifth, technical knowledge of understanding the Buddha teaching of differentiation. Sixth, technical knowledge of penetration of the Buddha teaching of adornment. Seventh, technical knowledge of penetrating the Buddha teachings by one means. Eighth, technical knowledge of penetrating the Buddha teachings by innumerable means. Ninth, technical knowledge of nodifference of the boundless Buddha teachings. Tenth, technical knowledge of nonregression in the Buddha teachings by one's own mind and one's own power.

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten kinds of skillful analytic knowledge of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can attain supreme knowledge of Buddhas that skillfully distinguishes all things. First, skillful analytic

knowledge penetrating all lands. Second, skillful analytic knowledge penetrating all abodes of sentient beings. Third, skillful analytic knowledge penetrating the mental activities of all sentient beings. Fourth, skillful analytic knowledge penetrating the faculties of all sentient beings. Fifth, skillful analytic knowledge penetrating the consequences of all actions of all sentient beings. Sixth, skillful analytic knowledge penetrating the practices of all Buddhist disciples. Seventh, skillful analytic knowledge penetrating the practices of all Individual Illuminates. Eighth, skillful analytic knowledge penetrating the practices of all Enlightening Beings. Ninth, skillful analytic knowledge penetrating the practices of mundane things. Tenth, skillful analytic knowledge penetrating all principles and attributes of Buddhahood.

Chương Năm *Chapter Five*

Phân Biệt Trí

Theo Phật giáo, phân biệt là nguyên nhân trực tiếp của luân hồi sanh tử. Kỳ thật vạn hữu giai không. Vì thế Đức Phật dạy: “Mọi người nên sống chung đồng điệu với nhau trong mọi hoàn cảnh.” Sự hài hòa sẽ đưa đến hạnh phúc, ngược lại không hài hòa hay không đồng điệu sẽ đưa đến khổ đau phiền não vì nguyên nhân trực tiếp của sự không đồng điệu là sự phân biệt. Lịch sử thế giới đã cho thấy chính nạn phân biệt, phân biệt chủng tộc, màu da, tôn giáo, vân vân, đã gây ra không biết bao nhiêu là thảm họa cho nhân loại. Sự phân biệt chẳng những gây ra không đồng điệu trong cuộc sống, nó còn gây ra sự bất ổn cho cả thế giới. Theo Tương Ứng Bộ Kinh, Phẩm Tâm Cầu, có ba loại kiêu mạn: phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi bằng’, phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi hơn,’ phân biệt hay kiêu mạn ‘tôi thua.’ Theo Thiên Sư D. T. Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, đây là một trong năm pháp tướng. Phân biệt là sự đặt tên cho tất cả các đối tượng và tính chất này mà phân biệt cái này khác với cái kia. Tâm phàm phu phân biệt tướng và hiện tượng, chủ quan lẫn khách quan, vì thế mà bảo rằng cái này là như thế này chứ không phải như thế kia. Từ đó chúng ta có những tên gọi như voi, ngựa, bánh xe, người hầu, đàn bà, đàn ông, từ đó mà phân biệt xảy ra.

“Phân Biệt” là một trong những từ Phật giáo quan trọng trong nhiều kinh điển và luận điển khác nhau. Từ Trung Hoa là “Fen-Pieh,” có nghĩa là cắt và chia ra bằng dao, điều này tương ứng chính xác với từ gốc Phạn ngữ “Viklp.” Như thế người ta có thể nói “phân biệt” là nhận thức có tính cách phân tích, nó gọi lên sự hiểu biết có tính cách tương đối và biện luận mà chúng ta dùng trong các mối giao thiệp hằng ngày giữa chúng ta và thế giới bên ngoài, cũng như trong tư tưởng suy tư cao độ của chúng ta. Vì cốt lõi của tư tưởng là phân tích, nghĩa là phân biệt, con dao giải phẫu càng sắc bén, thì sự suy lý càng vi tế và kết quả càng vi diệu hơn. Nhưng theo cách tư duy của Phật giáo, đầu óc tư lương phân biệt còn làm chướng ngại cho Đạo hơn là răn độc và hổ dữ nữa. Ngược lại, theo kinh nghiệm của Phật giáo, năng lực phân biệt này phải được đặt căn bản trên Trí Vô Phân Biệt.

Tuy nhiên, trí huệ phân biệt là cái có nền tảng trong trí thức con người, và nhờ nó mà chúng ta có thể phóng cái nhìn vào tự tánh mà tất cả chúng ta đều có, nó cũng được biết như là Phật tánh. Thực ra Tự tánh chính là Trí tuệ. Và Trí Vô Phân Biệt này là cái “tự tại với ái nhiễm.” Trong Kinh Lăng Già, phân biệt trái nghịch với sự hiểu biết trực giác là sự hiểu biết vượt ngoài phân biệt. Trong cuộc sống thế tục hằng ngày, nếu “phân biệt” được xử lý một cách hợp lý sẽ vận hành để sản sinh ra những hiệu quả tốt, nhưng nó không thể đi sâu vào tâm thức mà chân lý tối hậu tiềm ẩn trong đó. Để đánh thức chân lý ra khỏi giấc ngủ sâu, chúng ta phải từ bỏ phân biệt. Pháp Tướng hay Duy Thức tông cho rằng mọi hình thức chỉ là sự phân biệt chứ không có ngoại lệ.

Phân biệt trí là trí phân biệt các hiện tượng hay sự tướng hữu vi, đối lại với vô phân biệt hay căn bản thực trí của Đức Phật. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 10, Thập Định, có mười môn nhập tam muội sai biệt trí. Còn mười trí khác được Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm (Phẩm 38, Ly Thế Gian). Bồ Tát nào an trụ nơi pháp này sẽ được trí sai biệt quảng đại vô thượng của Như Lai. Có mười trí được Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, Ly Thế Gian. Bồ Tát nào an trụ nơi pháp này sẽ được trí sai biệt quảng đại vô thượng của Như Lai: trí sai biệt biết chúng sanh, trí sai biệt biết các căn, trí sai biệt biết các hành động, trí sai biệt biết thọ sanh, trí sai biệt biết thế giới, trí sai biệt biết pháp giới, trí sai biệt biết chư Phật, trí sai biệt biết các pháp, trí sai biệt biết tam thế, trí sai biệt biết tất cả đạo ngữ ngôn.

Theo Khởi Tín Luận, sự nhiễm trước của phân biệt trí, dựa vào cảnh giới mà khởi trí thì gọi là Phân biệt trí tương ứng nhiễm. Phân biệt trí là sự trói buộc của ngu si mê muội làm vẩn đục gương sáng trí tuệ. Phân biệt trí cũng chính là sanh tử trí (trí tuệ biết rõ hành hoạt của nghiệp). Với tâm định tĩnh, hoàn toàn thanh tịnh, sáng sủa, không ô nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, kiên định và bất động... hành giả có thể biết được những chúng sanh có ác hạnh về thân khẩu và ý, sau khi chết sẽ sanh vào cảnh giới khổ đau, hay ngược lại sẽ sanh vào cảnh giới thiện lành. Phân biệt trí còn được gọi là Thủ Tướng Phân Biệt Chấp Trước Trí. Cái trí làm cho người ta chấp vào các tướng trạng của đặc thù và tiến hành sự phân biệt sai lầm. Trí này trái nghịch với Quán Sát Trí. Phật tử chân thuần nên cố gắng tu tập để đạt được xuất thế gian thượng thượng trí. Đây là trí của chư Phật và chư Bồ Tát, quán sát hết thấy chư pháp bất sanh bất diệt, lìa bỏ nhị kiến hữu vô. Cái trí tuệ

tối thượng hay trí huệ của bậc Thánh, nhờ đó người ta có thể nhìn vào những chỗ thâm sâu nhất của tâm thức để nắm lấy cái chân lý thâm mật bị che khuất mà cái trí tầm thường không thể thấy được. Trong đạo Phật, đây là Phật trí hay trí của các bậc Thánh, trí siêu việt và vượt ra ngoài mọi sự phân biệt. Tuệ độ hay vô thượng huệ (trí huệ Phật). Trí tuệ dẫn dắt chúng sanh vượt thoát bờ mé sanh tử để đạt đến giác ngộ. Khi loại trừ được phân biệt trí, hành giả với tâm định tĩnh, hoàn toàn thanh tịnh, không phiền não, nhuần nhuyễn, vững chắc và bất động, sẽ thấy được các đời sống quá khứ, một hay hai đời, hoặc hàng trăm hàng ngàn đời, cũng như nhiều hoại kiếp, thành kiếp, chẳng hạn như nhớ lại tại một nơi nào đó ta đã từng có tên như vậy, ta đã từng có dòng họ như vậy hay đẳng cấp như vậy.

Cũng theo Khởi Tín Luận, sự nhiễm trược của phân biệt trí, dựa vào cảnh giới mà khởi trí thì gọi là Phân biệt trí tương ứng nhiễm. Dù bản chất tâm là thanh tịnh không ô nhiễm, vô minh làm tâm ô nhiễm qua sáu thứ sau đây. Thứ nhất là chấp tương ứng nhiễm. Chấp nhiễm cho rằng cái “dường như” là cái “thật.” Đây là giai đoạn cuối của Bích Chi Phật Địa (Thanh Văn và Duyên Giác) hay Tín Trụ Địa của Bồ Tát. Thứ nhì là bất đoạn tương ứng nhiễm hay ly cấu địa. Nhiễm chấp dẫn đến những nguyên nhân của khổ lạc. Thứ ba là phân biệt trí tương ứng nhiễm hay giai đoạn tâm phân biệt tất cả chư pháp. Thứ tư là Hiện sắc bất tương ứng nhiễm hay là giai đoạn tâm vô minh được giải thoát khỏi mọi sắc tướng. Thứ năm là năng kiến tâm bất tương ứng nhiễm. Đây là giai đoạn giải thoát khỏi mọi nỗ lực tinh thần. Thứ sáu là căn bản nghiệp bất tương ứng nhiễm. Đây là giai đoạn cao nhất của Bồ Tát khi tiến vào Phật quả.

Knowledge of Differentiation

According to Buddhism, discrimination or the mental function of distinguishing things is the fundamental cause of samsara. In reality, all phenomena are one and empty. Thus the Buddha taught: “Everyone should live harmoniously in any circumstances.” Harmony will cause happiness, on the contrary, disharmony will cause sufferings and afflictions, for the direct cause of the disharmony is the discrimination. World history tells us that it’s the discrimination, discrimination in race, skin color, religions, etc... have caused innumerable misfortunes and

miseries for human beings. Discrimination does not only cause disharmony in life, but it also cause unrest for the whole world. According to The Connected Discourses of the Buddha, Chapter Esanavaggo (searches), there are three kinds of discrimination: the discrimination 'I am equal,' 'I am superior,' or "I am inferior.' According to Zen Master D. T. Suzuki in The Studies In The Lankavatara Sutra, this is one of the five categories of forms. Discrimination (vikalpa) means the naming of all these objects and qualities, distinguishing one from another. Ordinary mental discrimination of appearance or phenomena, both subjective and objective, saying "this is such and not otherwise;" and we have names such as elephant, horse, wheel, footman, woman, man, wherein Discrimination takes place.

"Discrimination" is one of the important Buddhist terms used in various sutras and sastras. Chinese term for "discrimination" is "fen-pieh," means to 'cut and divide with a knife,' which exactly corresponds to the etymology of the Sanskrit "viklp". By 'discrimination,' therefore, is meant analytical knowledge, the relative and discursive understanding which we use in our everyday worldly intercourse and also in our highly speculative thinking. For the essence of thinking is to analyze, that is, to discriminate; the sharper the knife of dissection, the more subtle the resulting speculation. But according to the Buddhist way of thinking, conceptualization is a deadly hindrance to Zen yogis, more injurious than poisonous snakes or fierce tigers. On the contrary, according to the Buddhist experience, the power of discrimination must be based on non-discriminating Prajna. However, knowledge of discrimination is what is most fundamental in the human understanding, and it is with this that we are able to have an insight into the Self-nature possessed by us all, which is also known as Buddha-nature. Indeed, Self-nature is Prajna itself. And this non-discriminating Prajna is what is 'free from affections'. According to the Lankavatara Sutra, discrimination stands contrasted to intuitive understanding which goes beyond discrimination. In ordinary worldly life, discrimination, if properly dealt with, works to produce good effects, but it is unable to penetrate into the depths of consciousness where the ultimate truth is hidden. To awaken this from a deep slumper, discrimination must be abandoned. The Mind-Only or

Vijnaptimatra School of Buddhism regards all forms without exception as “vikalpa.”

Differentiating knowledge, discrimination of phenomena, as contrast with knowledge of the fundamental identity of all things (vô phân biệt trí). According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 27, there are ten kinds of knowledge of differentiation of entry into concentration of Great Enlightening Beings. Also ten other kinds of knowledge of differentiation of Enlightening Beings mentioned by the Buddha in The Flower Adornment Sutra (Chapter 38—Detachment from The World) Enlightening Beings who rest on these principles will attain the Buddha’s unexcelled, far-reaching knowledge of differentiation. There are ten kinds of knowledge of differentiation of Enlightening Beings mentioned by the Buddha in The Flower Adornment Sutra, Chapter 38, Detachment from The World. Enlightening Beings who rest on these principles will attain the Buddha’s unexcelled, far-reaching knowledge of differentiation: knowledge of differentiations of sentient beings, knowledge of differentiations of faculties, knowledge of differentiations of consequences of actions, knowledge of differentiations of forms of birth, knowledge of differentiations of worlds, knowledge of differentiations of spheres of reality, knowledge of differentiations of Buddhas, knowledge of differentiations of phenomena, knowledge of differentiations of time, and knowledge of differentiations of all ways of speaking.

According to the Awakening of Faith, the taint on mind following upon the action of discriminating. Differentiating knowledge is the bond of ignorance and stupidity which fetters the wisdom mirror. Differentiating knowledge is also the knowledge of the workings of karma. Once the mind composing quite purified, clarified, soft, without blemish, without defilement, fixed and immovable, practitioners will be able to know the passing and arising of beings as one possessed of wrong conducts in body, speech and mind; after dying, have arisen in a sorrowful state. Knowledge of differentiation is also called knowledge of clinging to signs and false discriminations. The knowledge which makes one clings to signs of individuality and work out false discrimination. This knowledge is contrasted to the Pravicaya-buddhi. Devout Buddhists should try to cultivate to gain the supreme wisdom of

bodhisattvas and Buddhas. This supreme wisdom, or the wisdom of a saint, whereby one is enabled to look into the deepest recesses of consciousness in order to grasp the inmost truth hidden away from the sight of ordinary understanding. In Buddhism, this is the wisdom of the Buddha, or the saints or the sages; the wisdom which is above all particularization, i.e. the wisdom of transcendental truth. The wisdom of a Buddha that leads people to cross the shore of birth and death and come to a complete enlightenment (to the shore of enlightenment). Once the knowledge of differentiation is eliminated, Zen practitioners with the insight into the mortal conditions of self and others in previous life or the knowledge of remembering many former existences. Practitioners with the mind composing quite purified, clarified, soft, without blemish, without defilement, fixed and immovable will be able to see a variety of former habitations, one life, two lives a hundred or thousand lives, many eons of integration and disintegration.

Also according to the Awakening of Faith, the taint on mind following upon the action of discriminating. Though mind-essence is by nature pure and without stain, the condition of ignorance or innocence permits of taint or defilement corresponding to the following six phrases. First, the taint interrelated to attachment, or holding the seeming for the real. This is the final stage of sravakas and pratyekabuddha or the stage of faith of bodhisattvas. Second, the stage of purity, the taint interrelated to the persisting attraction of the cause of pain and pleasure. Third, the taint interrelated to the “particularizing intelligence” or the stage of spirituality, which discerns things within and without this world. Fourth, the non-interrelated or primary taint or the stage of emancipation from the material (ignorant mind as yet hardly discerning subject from object, of accepting an external world). Fifth, the non-interrelated or primary taint of accepting a perceptive mind. This is the stage of emancipation from mental effort. Sixth, the non-interrelated or primary taint of accepting the idea of primal action or activity in the absolute. This is the highest bodhisattva stage, entering the Buddhahood.

Chương Sáu
Chapter Six

Trí Tuệ Đáo Bỉ Ngạn

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

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

tuệ tinh hoa nhất. Trí tuệ ba la mật có một phẩm chất phân tích như một đặc tính đặc thù của trí bất nhị phát khởi khi Bồ Tát đạt đến giai đoạn trí ba la mật. Vì vậy, trí tuệ bình thường nghiêng về phần tri giác trong khi trí tuệ ba la mật lại nghiêng về phần trực giác.

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

Trí huệ Ba La Mật hay Bát Nhã là trí tuệ siêu việt, yếu tố giác ngộ. Nó là trực giác thông đạt mọi pháp để chứng đạt chân lý, hay để nhìn vào chân lý cứu cánh của vạn hữu, nhờ đó mà người ta thoát ra ngoài triền phược của hiện hữu và trở thành tự chủ lấy mình. Bát Nhã hay Trí huệ Ba la mật được dùng để diệt trừ sự hôn ám ngu si. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đối nghịch lại với Trí Huệ là Vô Minh hay ngu si và quả báo mang lại do Trí Huệ là sự biện biệt chân lý. Trí tuệ ba la mật là loại trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới

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

Prajna-Paramita

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

take this experience as being somewhat akin to a totalistic intuition of something that transcends all our particularized, specified experiences.

The difference between Buddhi and Jnana is sometimes difficult to point out definitively, for they both signify worldly relative knowledge as well as transcendental knowledge. While Prajna is distinctly pointing out the transcendental wisdom. Knowledge paramita or knowledge of the true definition of all dharmas. The cultivation of the Bodhisattva's intellectual and spiritual journey comes with his ascent to the Jnana Paramita, then immediately preceding his transformation into a fully awakened Buddha. The most significant event in this level and the paramount symbol of the Bodhisattva's highest accomplishment, is entrance into a meditative state of balanced concentration immersed in non-dualistic knowledge of emptiness. This event is represented by his initiation into the omniscience of a perfect Buddha, which is quintessential perfection. Knowledge perfection or Prajna paramita has an analysis quality which does not seem to figure as a specific characteristic of non-dualistic knowledge developed by the Bodhisattva at the stage of Jnana Paramita. So, whereas Jnana refers more to intellectual knowledge, Prajna paramita has more to do with intuition.

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

intuition of something that transcends all our particularized, specified experiences.

Wisdom-paramita or the path of wisdom means transcendental knowledge. This is what constitutes enlightenment; it is an intuition into the power to discern reality or truth, or into the ultimate truth of things, by gaining which one is released from the bondage of existence, and becomes master of one's self. Wisdom Paramita is used to destroy ignorance and stupidity. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Devout Buddhists should always remember that the opposite of Wisdom is Ignorance and the reward from Wisdom is discrimination or powers of exposition of the truth. The prajna-paramita is the wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. The prajna wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death.

Chương Bảy
Chapter Seven

Trí Tuyệt Đối & Trí Bát Nhã

Nói về trí tuyệt đối, mục tiêu của người tu Phật là đạt được cái kiến thức tuyệt đối hầu có thể loại trừ được hết thủy khổ đau phiền não để đạt được cứu cánh sau cùng là niết bàn. Kiến thức tuyệt đối bao gồm quán sát trí và viên thành thực trí. Thứ nhất là “Quán Sát Trí”. Đây là một trong hai loại trí được nói đến trong Kinh Lăng Già. Quán sát trí là trí tuyệt đối, tương đương với Viên Thành Thực Trí. Chữ Phạn Pravicaya nghĩa là tìm tòi xuyên suốt hay khảo sát tường tận, và cái trí được định tính như thế thâm nhập vào bản chất căn bản của tất cả các sự vật, là cái vượt khỏi phân tích lý luận, và không thể được diễn tả bằng mệnh đề nào trong tứ cú. Trí tuyệt đối thứ nhì là “Viên Thành Thực Trí” (lý tính hay nguyên lý hay tánh chất căn bản). Viên thành thực trí tức là cái biết toàn hảo và tương đương với Chánh Trí (samyagjnana) và Như Như (Tathata) của năm pháp. Đây là cái trí có được khi ta đạt tới trạng thái tự chứng bằng cách vượt qua Danh, Tướng, và tất cả các hình thức phân biệt hay phán đoán (vikalpa). Đây là chân lý cao nhất, chân lý tối thượng của khoa nhận thức luận Du Già, vì nó là cách thức sự vật thật sự hiện hữu được hiểu bởi tâm giác ngộ. Chân lý này nói rằng mọi sự mọi vật đều hoàn toàn không có tính nhị nguyên, mặc dù người có tâm không giác ngộ, nhìn sự vật theo cách nhị nguyên. Đây cũng là Như Như, Như Lai Tạng Tâm, đây là một cái gì không thể bị hủy hoại. Sợi dây thừng giờ đây được nhận biết theo thể diện chân thực của nó. Nó không phải là một sự vật được cấu thành do các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên và giờ đây đang nằm trước mặt chúng ta như là một cái gì ở bên ngoài. Từ quan điểm của nhà Duy Thức Tuyệt Đối theo như Lăng Già chủ trương, sợi dây thừng là phản ánh của chính cái tâm của chúng ta, tách ra khỏi cái tâm thì nó không có khách quan tính, về mặt này thì nó là phi hiện hữu. Nhưng cái tâm vốn do từ đó mà thế giới phát sinh, là một đối tượng của Viên Thành Thực hay trí toàn đắc.

Nói về trí Bát Nhã, đôi khi khó mà vạch ra một cách rõ ràng sự khác biệt giữa “Buddhi” và “Jnana,” vì cả hai đều chỉ cái trí tương đối của thế tục cũng như trí siêu việt. Trong khi Prajna rõ ràng là cái trí

siêu việt. Trí hiểu rõ các pháp, giữ vững trung đạo. Sự tu tập trí tuệ và tâm linh của một vị Bồ Tát đến giai đoạn đạt được trí ba la mật, từ đó các ngài thăng tiến tức thời để chuyển thành một vị Phật toàn giác. Sự kiện ý có nghĩa nhất của trình độ này và biểu tượng cao nhất của sự thành tựu tối thượng của Bồ Tát là bước vào trạng thái thiền định của tâm cân bằng được khởi lên từ trí tuệ bất nhị của tánh không. Đây cũng là bước khởi đầu của Bồ Tát vào cổng nhất thiết trí của một vị Phật, tức là trí tuệ tinh hoa nhất. Trí tuệ ba la mật có một phẩm chất phân tích như một đặc tính đặc thù của trí bất nhị phát khởi khi Bồ Tát đạt đến giai đoạn trí ba la mật. Vì vậy, trí tuệ bình thường nghiêng về phần tri giác trong khi trí tuệ ba la mật lại nghiêng về phần trực giác.

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

Trí huệ Ba La Mật hay Bát Nhã là trí tuệ siêu việt, yếu tố giác ngộ. Nó là trực giác thông đạt mọi pháp để chứng đạt chân lý, hay để nhìn vào chân lý cứu cánh của vạn hữu, nhờ đó mà người ta thoát ra ngoài triền phược của hiện hữu và trở thành tự chủ lấy mình. Bát Nhã

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

Trí tuệ ba la mật là loại trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Để đạt được trí huệ Ba La Mật, hành giả phải nỗ lực quán chiếu về các sự thực vô thường, vô ngã, và nhân duyên của vạn hữu. Một phen đào được gốc vô minh, không những hành giả tự giải thoát tự thân, mà còn có thể giáo hóa và hướng dẫn cho những chúng sanh si mê khiến họ thoát ra khỏi vòng kềm tỏa của sanh tử. Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Nầy thiện tri thức, Trí Bát Nhã Bồ Đề, người đời vốn tự có, chỉ nhân vì tâm mê không thể tự ngộ, phải nhờ đến đại thiện tri thức chỉ đường mới thấy được tánh. Phải biết người ngu người trí, Phật tánh vốn không khác, chỉ duyên mê ngộ không đồng, do đó nên có ngu trí. Nay tôi vì nói pháp Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật, khiến cho các ông, mỗi người được trí tuệ,

nên chí tâm lắng nghe, tôi vì các ông mà nói. Nay thiện tri thức, có người trọn ngày miệng tụng Bát Nhã nhưng không biết tự tánh Bát Nhã, ví như nói ăn mà không no, miệng chỉ nói không, muôn kiếp chẳng được thấy tánh, trọn không có ích gì.”

Absolute Knowledge & Prajna-Paramita

Talking about the absolute knowledge, the purpose of Buddhist cultivators is to attain the absolute knowledge so that they can eliminate all sufferings and afflictions and attain the final goal, which is the “Nirvana”. The first absolute knowledge is the “Pravicayabuddhi”. This is one of the two kinds of knowledge mentioned in the Lankavatara Sutra. Absolute knowledge corresponds to the Parinishpanna. Pravicaya means “to search through,” “to examine thoroughly,” and the Buddhi so qualified penetrates into the fundamental nature of all things, which is above logical analysis and cannot be described with any of the four propositions. The second absolute knowledge is the absolute nature or the fundamental principle or character. This is one of the three forms of “Svabhavalakshanasunyata” or knowledge is the Parinishpanna, perfected knowledge, and corresponds to the Right Knowledge (Samyaginana) and Suchness (Tathata) of the five Dharmas. It is the knowledge that is available when we reach the state of self-realization by going beyond Names and Appearances and all forms of Discrimination or judgment. It is the highest truth the Yogacara School’s epistemological ultimate, because it is the way things really are as understood by the unenlightened mind. It is the truth that ultimately all things are completely lacking in duality, even though they appear to the unenlightened mind under the guise of dualism. It is suchness itself, it is the Tathagata-garbha-hridaya, it is something indestructible. The rope is now perceived in its true perspective. It is not an object constructed out of causes and conditions and now lying before us as something external. From the absolutist’s point of view which is assumed by the Lankavatara, the rope is a reflection of our own mind, it has no objectivity apart from the latter, it is in this respect non-existent. But the mind out of which the whole world evolves is the object of the Parinishpanna, perfectly-attained knowledge.

Talking about the Prajna-Paramita, the difference between Buddhi and Jnana is sometimes difficult to point out definitively, for they both signify worldly relative knowledge as well as transcendental knowledge. While Prajna is distinctly pointing out the transcendental wisdom. Knowledge paramita or knowledge of the true definition of all dharmas. The cultivation of the Bodhisattva's intellectual and spiritual journey comes with his ascent to the Jnana Paramita, then immediately preceding his transformation into a fully awakened Buddha. The most significant event in this level and the paramount symbol of the Bodhisattva's highest accomplishment, is entrance into a meditative state of balanced concentration immersed in non-dualistic knowledge of emptiness. This event is represented by his initiation into the omniscience of a perfect Buddha, which is quintessential perfection. Knowledge perfection or Prajna paramita has an analysis quality which does not seem to figure as a specific characteristic of non-dualistic knowledge developed by the Bodhisattva at the stage of Jnana Paramita. So, whereas Jnana refers more to intellectual knowledge, Prajna paramita has more to do with intuition.

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

intuition of something that transcends all our particularized, specified experiences.

Wisdom-paramita or the path of wisdom means transcendental knowledge. This is what constitutes enlightenment; it is an intuition into the power to discern reality or truth, or into the ultimate truth of things, by gaining which one is released from the bondage of existence, and becomes master of one's self. Wisdom Paramita is used to destroy ignorance and stupidity. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. The prajna wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death.

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

Sutra of the Sixth Patriarch's Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: "All-Knowing Advisors, the wisdom of Bodhi and Prajna is originally possessed by worldly people themselves. It is only because their minds are confused that they are unable to enlighten themselves and must rely on a great Good Knowing Advisor who can lead them to see their Buddha-nature. You should know that the Buddha-nature of stupid and wise people is basically not different. It is only because confusion and enlightenment are different that some are stupid and some are wise. I will now explain for you the Maha Prajna Paramita Dharma in order that each of you may become wise. Pay careful attention and I will explain it to you." Good Knowing Advisors, worldly people recite 'Prajna' with their mouths all day long and yet do not recognize the Prajna of their self-nature. Just as talking about food will not make you full, so, too, if you speak of emptiness you will not see your own nature in ten thousand ages. In the end, you will not have obtained any benefit.

Chương Tám
Chapter Eight

Ba Hình Thức Của Trí

Theo Kinh Lăng Già, có ba hình thức của trí, còn được gọi là tam tự tính tướng: sự phân biệt sai lầm của sự phán đoán (biến kế sở chấp hay vọng kế tính), cái trí dựa vào một sự kiện nào đó (y tha khởi tính), và cái biết toàn hảo và tương đương với chánh trí (viên thành thực trí).

Thứ nhất là Vọng Kế Tính (Biến Kế Sở Chấp): Tự tính thứ nhất được gọi là Biến Kế Sở Chấp, là sự phân biệt sai lầm của sự phán đoán, và xuất phát từ sự hiểu đúng bản chất của các sự vật, bên trong cũng như bên ngoài và hiểu đúng mối liên hệ giữa các sự vật như là những cá thể độc lập hay thuộc cùng một loại. **Thứ nhì là Y Tha Khởi Tính:** Tự tính thứ hai là Y Tha Khởi Tính, nguyên nghĩa là phụ thuộc vào cái khác, là cái trí dựa vào một sự kiện nào đó, tuy những sự kiện này không liên hệ đến bản chất thực sự của hiện hữu. Đặc trưng của cái trí này là nó hoàn toàn không phải là một sáng tạo chủ quan được sinh ra từ cái “không” suông, mà nó được cấu trúc của một thực tính khách quan nào đó mà nó phụ thuộc để làm chất liệu. Do đó, nó có nghĩa là “sinh khởi dựa vào một chỗ tựa hay một căn bản.” (sở y). Và chính do bởi cái trí này mà tất cả các loại sự vật, bên ngoài và bên trong, được nhận biết và tính đặc thù và phổ quát được phân biệt. Y tha khởi tính do đó tương đương với cái mà ngày nay ta gọi là trí hay biết tương đối hay “tương đối tính;” trong khi Y Tha Khởi là sự tạo ra sự tưởng tượng hay tâm của người ta. Trong bóng tối, một người dẫm lên một vật gì đó, vì tưởng rằng đây là con rắn nên anh ta sợ hãi. Đây là Y Tha Khởi, một phán đoán sai lầm hay một cấu trúc tưởng tượng được kèm theo bằng một sự kích thích không xác đáng. Khi nhìn kỹ lại thấy rằng vật ấy là sợi dây thừng. Đây là Y Tha Khởi, cái trí tương đối. Anh ta không biết sợi dây thừng thực sự là gì và tưởng nó là một thực tính, đặc thù và tối hậu. Trong khi khó mà phân biệt một cách tinh tế sự khác biệt giữa Biến Kế Sở Chấp và Y Tha Khởi từ những định nghĩa ngắn trên, thì Y Tha Khởi hình như ít ra cũng có một mức độ sự thật nào đó về mặt tự chính các đối tượng, nhưng Biến Kế Sở Chấp không chỉ bao gồm một sai lầm tri thức mà còn gồm một số chức năng cảm nhận được vận hành theo với sự phán đoán lầm lạc. Khi một đối tượng được

nhận thức như là một đối tượng hiện hữu, bên trong hay bên ngoài, thì cái hình thức nhận biết gọi là Y Tha Khởi xây ra. Nhận đối tượng này là thực, cái tâm nhận xét kỹ hơn về nó cả về mặt trí thức cả về mặt cảm nhận, và đây là hình thức hiểu biết gọi là Biến Kế Sở Chấp. Sau cùng, có thể chúng ta càng làm cho rối ren thêm khi áp dụng những cách suy nghĩ ngày nay của chúng ta vào những cách suy nghĩ thời xưa khi những cách suy nghĩ này chỉ đơn thuần được vận hành do những đòi hỏi có tính cách tôn giáo chứ không do những đòi hỏi vô tư có tính triết lý. **Thứ ba là Viên Thành Thực Trí:** Viên thành thực trí tức là cái biết toàn hảo và tương đương với Chánh Trí (samyaginana) và Như Như (Tathata) của năm pháp. Đây là cái trí có được khi ta đạt tới trạng thái tự chứng bằng cách vượt qua Danh, Tướng, và tất cả các hình thức phân biệt hay phán đoán (vikalpa). Đây cũng là Như Như, Như Lai Tạng Tâm, đây là một cái gì không thể bị hủy hoại. Sợi dây thừng giữ dây được nhận biết theo thể diện chân thực của nó. Nó không phải là một sự vật được cấu thành do các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên và giờ đây đang nằm trước mặt chúng ta như là một cái gì ở bên ngoài. Từ quan điểm của nhà Duy Thức Tuyệt Đối theo như Lăng Già chủ trương, sợi dây thừng là phản ánh của chính cái tâm của chúng ta, tách ra khỏi cái tâm thì nó không có khách quan tính, về mặt này thì nó là phi hiện hữu. Nhưng cái tâm vốn do từ đó mà thế giới phát sinh, là một đối tượng của Viên Thành Thực hay trí toàn đức.

Three Forms of Wisdom

According to The Lankavatara Sutra, there are three forms of wisdom or three forms of knowledge known as Svanhavalakshana-traya: wrong discrimination of judgment, knowledge based on some fact, and perfected knowledge (corresponds to the right knowledge). **The first form is the Parikalpita:** The first knowledge is known as the Parikalpita or wrong discrimination of judgment, and proceeds from rightly comprehending the nature of objects, internal as well as external, and also relationship existing between objects as independent individuals or as belonging to a genus. **The second form is the Paratantra:** The second knowledge is the Paratantra, literally, “depending on another,” is a knowledge based on some fact, which is not, however, in correspondence with the real nature of existence. The

characteristic feature of this knowledge is that it is not altogether a subjective creation produced out of pure nothingness, but it is a construction of some objective reality on which it depends for material. Therefore, its definition is “that which arises depending upon a support or basis.” And it is due to this knowledge that all kinds of objects, external and internal, are recognized, and in these individuality and generality are distinguished. The Paratantra is thus equivalent to what we nowadays call relative knowledge or relativity; while the Parikalpita is the fabrication of one’s own imagination or mind. In the dark a man steps on something, and imagining it to be a snake is frightened. This is Parikalpita, a wrong judgment or an imaginative construction, attended an unwarranted excitement. He now bends down and examines it closely and finds it to be a piece of rope. This is Paratantra, relative knowledge. He does not know what the rope really is and thinks it to be a reality, individual or ultimate. While it may be difficult to distinguish sharply between the Parikalpita and the Paratantra from these brief statements or definitions, the latter seems to have at least a certain degree of truth as regards objects themselves, but the former implies not only an intellectual mistake but some affective functions set in motion along with the wrong judgment. When an object is perceived as an object existing externally or internally and determinable under the categories of particularity and generality, the Paratantra form of cognition takes place. Accepting this as real, the mind elaborates on it further both intellectually and affectively, and this is the Parikalpita form of knowledge. It may be after all more confusing to apply our modern ways of thinking to the older ones especially when these were actuated purely by religious requirements and not at all by any disinterested philosophical ones. ***The third form is the Parinishpanna:*** The third knowledge is the Parinishpanna, perfected knowledge, and corresponds to the Right Knowledge (Samyagjnana) and Suchness (Tathata) of the five Dharmas. It is the knowledge that is available when we reach the state of self-realization by going beyond Names and Appearances and all forms of Discrimination or judgment. It is suchness itself, it is the Tathagata-garbha-hridaya, it is something indestructible. The rope is now perceived in its true perspective. It is not an object constructed out of causes and conditions and now lying before us as something external.

From the absolutist's point of view which is assumed by the Lankavatara, the rope is a reflection of our own mind, it has no objectivity apart from the latter, it is in this respect non-existent. But the mind out of which the whole world evolves is the object of the Parinishpanna, perfectly-attained knowledge.

Chương Chín
Chapter Nine

Bốn Cửa Đi Vào Tri Kiến Phật

Phật là danh hiệu của một bậc đã xé tan bức màn vô minh, tự giải thoát mình khỏi vòng luân hồi sanh tử, và thuyết giảng con đường giải thoát cho chúng sanh. Chữ “Buddha” lấy từ gốc Phạn ngữ “Budh” có nghĩa là giác ngộ, chỉ người nào đạt được Niết Bàn qua thiền tập và tu tập những phẩm chất như trí tuệ, nhẫn nhục, bố thí. Con người ấy sẽ không bao giờ tái sanh trong vòng luân hồi sanh tử nữa, vì sự nối kết ràng buộc phàm phu tái sanh đã bị chặt đứt. Qua tu tập thiền định, chư Phật đã loại trừ tất cả những tham dục và nhiễm ô. Vị Phật của hiền kiếp là Phật Thích Ca Mâu Ni. Ngài sanh ra với tên là Tất Đạt Đa trong dòng tộc Thích Ca. Đối với Phật tử tu Thiền, vấn đề giải thoát đành là hệ trọng, nhưng có cái còn hệ trọng hơn, đó là câu hỏi "Phật là gì?" Một khi nắm vững được vấn đề ấy là hành giả đã hoàn tất Phật sự của mình. Tri kiến Phật là tri giác trong sáng và hoàn hảo của một vị Phật, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Tri kiến Phật là cái thấy biết của Phật, khả năng thấy thấu suốt của trí tuệ Phật. Tri kiến Phật cũng là Nhứt thiết chủng trí hay Phật trí, trí hiểu biết tất cả các khía cạnh và sự liên quan của vạn hữu trong quá khứ, hiện tại, và vị lai. Phật tri kiến (Tịch mệnh trí) là trí tuệ của Phật biết hết tất cả những hình thức luân hồi của tất cả chúng sanh. Phật nhãn hay Phật tri kiến là cái thấy biết của Phật, khả năng thấy thấu suốt của trí tuệ Phật, hay trí lực của bậc Giác Ngộ nhìn thấy tâm phàm nhân, hiểu rõ tâm tư chúng sanh và quyết định dạy chúng sanh Thánh Đạo đưa đến giác ngộ hay Niết Bàn. Theo kinh Trung Bộ, quyển 12, đây là một trong thập lực Như Lai khiến Đức Phật tự xưng Ngài là vị đứng đầu mọi hội chúng, rống tiếng sư tử hống và chuyển Phạm Luân Vương. Tri kiến Phật cũng là Phật Trí hay Vô lậu trí, cắt đứt liên hệ với phiền não.

Một khi thấy tánh là đã đi vào tri kiến Phật và trở về với trí tuệ Như Lai. Thiền Sư Trường Nguyên (1110-1165) thường bảo chúng đệ tử: “Lạ thay! lạ thay! Tại sao các chúng sanh này có đủ trí tuệ Như Lai, mà lại ngu si mê hoặc chẳng thấy chẳng biết. Ta thường đem đạo lý dạy dỗ, khiến họ lia hẳn vọng tưởng chấp trước trong tự thân, để thấy được trí tuệ rộng lớn Như Lai của mình, được lợi ích an lạc.” Sư

thường nhắc nhở đệ tử: “Hành giả phải thấy được sự tương tức của vạn hữu, như sóng tức là nước, nước tức là sóng, hay sắc tức là không không tức là sắc (hai gương chiếu vào nhau và hòa nhập vào nhau thì không phải là tương tức). Khi chúng ta nói: “Ông hãy thấy tự tánh mình,” cái thấy này có thể xem như một nhận thức đơn giản, một cái biết đơn giản, một phản ảnh tự tánh đơn giản, thanh tịnh không ô nhiễm, nó giữ gìn phẩm tính này nơi tất cả chúng sanh cũng như nơi tất cả chư Phật. Hành giả tu thiền phải ở nơi bóng trần mà thường lia bóng trần. Khi tâm hoàn toàn yên tịnh, nó có thể giúp cho chúng ta quán chiếu vạn hữu như thực, chứ không thiên vị.”

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng đã dạy: “Nầy thiện tri thức! Nếu hay nơi tướng mà lia tướng, nơi không mà lia không thì trong ngoài chẳng mê. Nếu ngộ được pháp nầy, một niệm tâm khai, ấy là khai Tri Kiến Phật. Phật tức là giác, phân làm bốn môn: *Khai giác tri kiến, thị giác tri kiến, ngộ giác tri kiến, nhập giác tri kiến*. Nếu nghe khai thị liền hay ngộ nhập tức là giác tri kiến, chơn chánh xưa nay mà được xuất hiện. Các ông dè dặt chớ hiểu lầm ý kinh, nghe trong kinh nói khai thị ngộ nhập rồi tự cho là Tri Kiến của Phật, chúng ta thì vô phần. Nếu khởi cái hiểu nầy tức là chệch bại kinh, hủy báng Phật vậy. Phật kia đã là Phật rồi, đã đầy đủ tri kiến, cần gì phải khai nữa. Nay ông phải tin Phật tri kiến đó chỉ là tự tâm của ông, lại không có Phật nào khác; vì tất cả chúng sanh tự che phủ cái quang minh, tham ái trần cảnh, ngoài thì duyên với ngoại cảnh, trong tâm thì lăng xăng, cam chịu lồi cuốn, liền nhọc Đức Thế Tôn kia từ trong tam muội mà dậy, dùng bao nhiêu phương tiện nói đến đấng miêng, khuyên bảo khiến các ông buông dứt chớ hưởng ra ngoài tìm cầu thì cùng Phật không hai, nên nói khai Phật tri kiến. Tôi cũng khuyên tất cả các người nên thường khai tri kiến Phật ở trong tâm của mình. Người đời do tâm tà, ngu mê tạo tội, miêng thì lành tâm thì ác, tham sân tật đố, siểm nịnh, ngã mạn, xâm phạm người hại vật, tự khai tri kiến chúng sanh. Nếu ngay chánh tâm, thường sanh trí huệ, quán chiếu tâm mình, đừng ác làm lành, ấy là tự khai tri kiến Phật. Các ông phải mỗi niệm khai tri kiến Phật, chớ khai tri kiến chúng sanh. Khai tri kiến Phật tức là xuất thế, khai tri kiến chúng sanh tức là thế gian. Nếu ông chỉ nhọc nhằn chấp việc tụng niệm làm công khóa thì nào khác con trâu ly mấn cái đuôi của nó!”

Four Doors of the Enlightened Knowledge

Buddha is an epithet of those who successfully break the hold of ignorance, liberate themselves from cyclic existence, and teach others the path to liberation. The word “Buddha” derived from the Sanskrit root budh, “to awaken,” it refers to someone who attains Nirvana through meditative practice and the cultivation of such qualities as wisdom, patience, and generosity. Such a person will never again be reborn within cyclic existence, as all the cognitive ties that bind ordinary beings to continued rebirth have been severed. Through their meditative practice, buddhas have eliminated all craving, and defilements. The Buddha of the present era is referred to as “Sakyamuni” (Sage of the Sakya). He was born Siddhartha Gautama, a member of the Sakya clan. With Zen practitioners, the problem of emancipation is important, but the still more important one is, "Who or what is the Buddha?" When this is mastered, practitioners have rendered their full services. Buddha's knowledge is the essential clarity and unerring sensibility of a mind of a Buddha that no longer clings to concepts of any kind. Buddha's knowledge is the Buddha-insight or the Buddha's vision, or the penetrative power of Buddha's wisdom. Buddha's knowledge is also the Perfect knowledge of all things in their every aspect and relationship, past, present and future. Buddha knowledge of of the transmigratory forms of all beings. According to the Lotus Sutra, there are four purposes of the Buddha's appearing, that the Buddha's knowledge might be. The Buddha's Eye, the penetrative power of Buddha's wisdom, the power of an Awakened One who sees the heart of men, realizes their mental state and decides to teach them the Noble Path to Awakening, Nirvana. According to the Majjhima Nikaya, volume 12, this is one of the ten powers with which the Buddha claims to be the leader of all assemblies, roars the lion's roar and sets the Brahma Wheel in motion. Buddha's knowledge is also the Buddha wisdom, no longer associated with afflictions.

Once seeing into the self-nature, one already entering the Buddha's knowledge and returning to the Tathagata's Wisdom. He often told his disciples, “How strange! How strange! Why are sentient beings endowed with the Tathagata's wisdom deluded by ignorance, and do not see and know the Way? I often teach them with the Buddha-

Dharma so that they can be free from false (erroneous) thinkings and attachments in themselves, so that they can realize and benefit the peace and bliss of the Tathagata's vast wisdom.” He always reminded his disciples: “Practitioners should be able to see phenomenal identity, i.e. the wave is water and water is the wave; or matter is just the immaterial, the immaterial is just matter. When we say, ‘see into your self-nature’, the seeing is apt to be regarded as mere perceiving, mere knowing, mere statically reflecting on self-nature, which is pure and undefiled, and which retains this quality in all beings as well as in all the Buddhas. Zen practitioners should remember even though we are in the world of light and dust, we are always free from light and dust. When the mind is completely still, it can help us reflect all things impartially and as they are.”

According to the Dharma Jewel Platform Sutra, the Sixth Patriarch taught: “Good Knowing Advisors! If you can live among marks and yet be separate from it, then you will be confused by neither the internal nor the external. If you awaken to this Dharma, in one moment your mind will open to enlightenment. The knowledge and vision of the Buddha is simply that. The Buddha is enlightenment. There are four divisions: *Opening to the enlightened knowledge and vision; Demonstrating the enlightened knowledge and vision; Awakening to the enlightened knowledge and vision; and Entering the enlightened knowledge and vision.* If you listen to the opening and demonstrating of the Dharma, you can easily awaken and enter. That is the enlightened knowledge and vision, the original true nature becoming manifest. Be careful not to misinterpret the Sutra by thinking that the opening, demonstrating, awakening, and entering of which it speaks is the Buddha’s knowledge and vision and that we have no share in it. To explain it that way would be to slander the Sutra and defame the Buddha. Since he is already a Buddha, perfect in knowledge and vision, what is the use of his opening to it again? You should now believe that the Buddha’s knowledge and vision is simply your own mind, for there is no other Buddha. But, because living beings cover their brilliance with greed and with the love or states of defilement, external conditions and inner disturbance make slaves of them. That troubles the World-Honored One to rise from Samadhi, and with various reproaches and expedients, he exhorts living beings to stop and

rest, not to seek outside themselves, and to make themselves the same as he is. That is called 'Opening the knowledge and vision of the Buddha.' I, too, am always exhorting all people to open to the knowledge and vision of the Buddha within their own minds. The mind of worldly people are deviant. Confused and deluded, they commit offenses. Their speech may be good, but their minds are evil. They are greedy, hateful, envious, given over to flattery, deceit, and arrogance. They oppress one another and harm living creatures, thus they open not to the knowledge and vision of Buddha, but that of living beings. If you can with an upright mind constantly bring forth wisdom, contemplating and illuminating your own mind, and if you can practice the good and refrain from evil, you, yourself will open to the knowledge and vision of the Buddha. In every thought you should open up to the knowledge and vision of the Buddha; do not open up to the knowledge and vision of living beings. To be open to the knowledge and vision of the Buddha is transcendental; to be open to the knowledge and vision of living beings is mundane. If you exert yourself in recitation, clinging to it as a meritorious exercise, how does that make you different from a yak who loves his own tail?"

Chương Mười
Chapter Ten

Bốn Trí

Trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Jnana là sự sáng suốt nắm vững tất cả những thuyết giảng được chứa đựng trong các kinh điển. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, trong khi trí là sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Jnana là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna). Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, chương 7, một hôm, ngài Trí Thông thừa với Lục Tổ rằng: “Về nghĩa Tứ Trí có thể nghe được chăng?” Tổ bảo: “Đã hiểu ba thân liền rõ tứ trí, sao lại hỏi ư? Nếu lìa ba thân riêng nói tứ trí, đây gọi là có trí mà không thân, tức đây có trí lại thành vô trí.” Tổ bèn nói kệ:

“Đại viên cảnh trí tánh thanh tịnh,
Bình đẳng tánh trí tâm không bệnh,
Diệu quán sát trí thấy không công,
Thành sở tác trí đồng Viên Cảnh.
Ngũ bát lục thất quả như chuyển,
Chỉ dùng danh ngôn không thật tánh,
Nếu ngay chỗ chuyển không dấy niệm,
Ngay nơi ồn náo hằng đại định.”

Thứ Nhất Là Đại Viên Cảnh Trí Tánh Thanh Tịnh: Đại viên trí là Phật trí, đây là trí biết tất cả và toàn vẹn. Những bậc giác ngộ như Duyên Giác và Thanh Văn cũng có trí tuệ, nhưng trí tuệ này so với đại viên trí thì quá nhỏ. Đại Viên Cảnh Trí là trí to lớn viên mãn hay trí hiển hiện các sắc tướng trong cảnh trí của Như Lai. Cũng là trí chuyển

từ A-Lại-Da thức mà được, là trí hiển hiện vạn tượng của pháp giới như tấm gương tròn lớn, tương ứng với thế giới và liên hệ với A Súc Bệ Phật cũng như Đông Độ. Đại Viên Cảnh Trí là cái trí to lớn toàn thiện của Như Lai hay pháp quán Nhập Ngã Ngã Nhập. Thân Phật và ta như nhiều tấm gương tròn đặt đối diện nhau, gương và ảnh cái này nhập vào cái kia.

Thứ Nhì Là Bình Đẳng Tánh Trí Tâm Không Bệnh: Bình đẳng theo thái độ của Đức Phật bao la, không thiên vị và bình đẳng với tất cả chúng sanh. Bình đẳng là khí giới của Bồ Tát, vì dứt trừ tất cả phân biệt. Chư Bồ Tát an trụ nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh. Thái độ của Đức Phật bao la, không thiên vị và bình đẳng với tất cả chúng sanh. Bình đẳng là tánh của một bậc Như Lai. Trong Phật giáo, từ bình đẳng chỉ sự thiếu vắng sự phân biệt giữa vạn hữu khi chúng được nhìn từ quan điểm tánh không. Bình Đẳng Tính Trí là cái trí vượt ra ngoài sự phân biệt Tôi Anh, do đó mà dứt bỏ được cái ý niệm về ngã. Cái trí xem mọi sự mọi vật đều bình đẳng như nhau. Nhờ có trí này mà người ta khởi lên tâm đại bi. Theo lý thuyết Duy Thức, một khi bình đẳng tánh trí khởi lên thì bốn thứ ô nhiễm tự ái, tự kiến, kiêu mạn và si mê đều tan biến. Cái trí biết tánh bình đẳng của vạn hữu. Cái trí xem mọi sự mọi vật đều bình đẳng như nhau. Bình Đẳng Tánh Trí chuyển từ Mạt Na thức mà được, là trí tạo thành tác dụng bình đẳng của các pháp, tương ứng với lửa và Nam Phật ở Nam Độ.

Thứ Ba Là Diệu Quán Sát Trí Thấy Không Công: Diệu quán sát là sự quán chiếu kỳ diệu (tam quán viên dung của Viên Giác). Diệu Quán Sát Trí là một trong năm trí được nói đến trong kinh điển của tông Chân Ngôn. Trí chuyển từ ý thức mà được, trí phân biệt các pháp hảo diệu phá nghi, tương ứng với nước và Phật A Di Đà ở Tây phương. Theo Tịnh Độ và Chân Tông, Phật A Di Đà thù thắng hơn cả trong số Ngũ Trí Như Lai; mặc dù quốc độ của Ngài ở Tây Phương chứ không ở trung ương. Trong số Ngũ Trí Như Lai, Đức Phật A Di Đà ở phương Tây có thể đồng nhất với Trung ương Đại Nhật Như Lai, là Đức Phật của Pháp Giới Thể Tánh. Các bổn nguyện của Đức A Di Đà, sự chứng đắc Phật quả Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ, và sự thiết lập Cực Lạc quốc độ đã được mô tả đầy đủ trong Kinh A Di Đà.

Thứ Tư Là Thành Sở Tác Trí Đồng Viên Cảnh: Thành Sở Tác Trí là trí giúp hoàn thành mọi việc mà không tạo nghiệp. Trí toàn thiện hai

công việc tự độ và độ tha. Một trong năm trí được nói đến trong kinh điển của tông Chân Ngôn. Trí chuyển từ ngũ căn (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt và thân), trí thành tựu diệu nghiệp tự lợi lợi tha, tương ứng với Bát Không Thành Tựu Như Lai và Phật Di Lặc ở Bắc Độ.

Four Wisdoms

Higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Jnana is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, while prajna is the strength of intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. Jnana is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Aryajnana. According to the Platform Sutra, Chapter Seven, one day, Chih-T'ung asked the Sixth Patriarch, "May I hear about the meaning of the four wisdoms?" The Master said, "Since you understand the three bodies, you should also understand the four wisdom. Why do you ask again? To speak of the four wisdoms as separate from the three bodies is to have the wisdoms but not the bodies, in which case the wisdom becomes non-wisdom." He then spoke the verse:

"The wisdom of the great, perfect mirror
Is your clear, pure nature.
The wisdom of equal nature
Is the mind without disease.
Wonderfully observing wisdom
Is seeing without effort.
Perfecting wisdom is
The same as the perfect mirror.
Five, eight, six, seven,
Effect and cause both turn;

Merely useful names:
 They are without real nature.
 If, in the place of turning,
 Emotion is not kept,
 You always and forever dwell
 In Naga concentration.

First, the Wisdom of the Great, Perfect Mirror Is Your Clear, Pure Nature: Great Perfect Wisdom is the wisdom of all knowing, perfection, etc. Other enlightened beings such as Pratyeka-Buddhas and Sravakas also have wisdom but their wisdom is infinitely small compared to the "Great Perfect Wisdom". The great ground mirror wisdom, great perfect mirror wisdom or Perfect all-reflecting Buddha-wisdom. Also the great ground mirror wisdom, derived from alaya-vijnana (alaya consciousness), reflecting all things; corresponds to the earth, and is associated with Aksobhya and the east. The great perfect mirror wisdom is the perfect Buddha-wisdom in every being, that as an image may enter into any number of reflectors, so the Buddha can enter into me and I into him.

Second, the Wisdom of Equal Nature Is the Mind Without Disease: Evenness as the Buddha's attitude is universal, impartial and equal towards all beings. Impartiality is a weapon of enlightening beings, removing all discrimination. Enlightening Beings who abide by these can annihilate the afflictions, bondage, and compulsion accumulated by all sentient beings in the long night of ignorance. The Buddha's attitude is universal, impartial and equal towards all beings. Equality or the equal and universal characteristics of the one Tathagata. In Buddhism, "equality" refers to the lack of discrimination between things when they are seen from the standpoint of emptiness. The wisdom of Equality or the universal wisdom of Ratnaketu is the wisdom of rising above such distinction as I and Thou, thus being rid of the ego idea. Wisdom in regard to all things equally and universally. Depending on this wisdom, one arises the mind of great compassion. According to the Mind-Only Theory, once the mind of equality arises, the four defilements of self-love, self-view, pride and ignorance are extinguished. The wisdom of understanding the equality of all things, cognition of essential identity. Wisdom in regard to all things equally and universally. The wisdom of Equality is the wisdom which derived from manovijnana or mano consciousness, wisdom in regard to all

things equally and universally, corresponds to fire and is associated with Ratnasambhava and the south.

Third, the Wonderfully Observing Wisdom Is Seeing Without Effort: Subtle contemplation is a marvellous observation, the wonderful contemplation, the wonderful system of the three T'ien-T'ai meditations. The wisdom of subtle contemplation is one of the five wisdoms mentioned in the Shingon texts. The wisdom derived from wisdom of profound insight (ý thức), or discrimination, for exposition and doubt-destruction; corresponds to water, and is associated with Amitabha and the west. According to the T'ien-T'ai and Shingon, Amita is superior over the five Wisdom Buddhas (Dhyani-Buddhas), even though he governs the Western Quarter, not the center. Of the five Wisdom Buddhas, Amitabha of the West may be identical with the central Mahavairocana, the Buddha of homo-cosmic identity. Amitabha's original vows, his attainment of Buddhahood of Infinite Light and Life, and his establishment of the Land of Bliss are all fully described in the Sukhavati text.

Fourth, the Perfecting Wisdom Is the Same As the Perfect Mirror: Wisdom of perfecting the double work of self-welfare and the welfare of others, one of the five wisdoms mentioned in the Shingon texts. The wisdom derived from the five senses (ngũ cãn), the wisdom of perfecting the double work of self-welfare and the welfare of others; corresponds to the air and is associated with Amoghasiddhi and Maitreya in the north.

Chương Mười Một
Chapter Eleven

Bốn Trí Lực Vô Ngại

“Bốn Trí Lực Vô Ngại” hay “Tứ Vô Ngại Biện” hay “Tứ Vô Ngại Giải” hay “Tứ Vô Ngại Trí” là bốn pháp vô ngại của các Bồ Tát khi giảng thuyết hay lý luận. Theo Giáo Thuyết Đại Thừa, có bốn pháp vô ngại trí lực. Thứ nhất là “Pháp Vô Ngại Trí Lực”. Đây là lực thấu triệt văn pháp trong kinh điển không chướng ngại. Thứ nhì là “Nghĩa Vô Ngại Trí Lực”. Đây là lực biết rõ nghĩa lý mà giáo pháp chuyên chở không chướng ngại. Thứ ba là “Từ Vô Ngại Trí Lực”. Đây là lực thông đạt tự tại về ngôn từ trong bất cứ ngôn ngữ nào. Thứ tư là “Nhạo Thuyết Vô Ngại Trí Lực” (pratibhāna (skt). Lực biện thuyết không chướng ngại, lời lẽ trôi chảy hợp với chánh lý.

Theo Giáo Thuyết Nguyên Thủy (Thanh Tịnh Đạo). **Vô Ngại Trí Lực Thứ Nhất Là “Nghĩa Biện Tài Vô Ngại Lực”**: Đây là trí lực biết về nghĩa gọi là nghĩa biện tài vô ngại. Nghĩa, nói gọn là danh từ chỉ kết quả của một nhân (hetu). Vì phù hợp với nhân, nó được đạt đến, được phục vụ nên gọi là nghĩa hay mục đích. Nhưng đặc biệt năm thứ cần được hiểu là nghĩa. Thứ nhất là bất cứ thứ gì do duyên sanh; thứ hai là Niết Bàn; thứ ba là ý nghĩa những gì được nói; thứ tư là nghiệp quả; và thứ năm là tâm duy tác. Khi một người quán sát nghĩa này, bất cứ hiểu biết nào của vị ấy thuộc về phạm trù liên hệ đến ý nghĩa, gọi là biện tài về nghĩa. **Vô Ngại Trí Lực Thứ Nhì Là “Pháp Biện Tài Vô Ngại Lực”**: Trí lực biết về pháp gọi là pháp biện tài vô ngại. Pháp nói gọn là danh từ chỉ điều kiện hay duyên (paccaya). Vì điều kiện thì cần đến một cái khác làm cho nó phát sinh, khiến nó xảy ra, nên gọi là pháp (dhamma). Nhưng đặc biệt có năm thứ cần được hiểu là pháp. Thứ nhất là bất cứ nhân nào phát sinh ra quả; thứ nhì là Thánh đạo; thứ ba là cái gì được nói lên; thứ tư là cái gì có lợi; và thứ năm là cái gì không có lợi. Khi một người quán sát pháp ấy thì bất cứ hiểu biết nào của vị ấy về pháp gọi là biện tài về Pháp. **Vô Ngại Trí Lực Thứ Ba Là “Từ Ngữ Biện Tài Vô Ngại Lực”**: Trí lực biết về các từ ngữ đề cập đến nghĩa và pháp thì gọi là từ ngữ hay ngôn ngữ biện tài vô ngại. Có ngôn ngữ ‘tự tánh,’ nghĩa là cách sử dụng nó không có ngoại lệ, chỉ đề

cập đến nghĩa ấy, pháp ấy. Bất cứ thứ gì thuộc phạm trù liên hệ đến sự nói lên ngôn ngữ ấy, thốt ra, phát ngôn nó, liên hệ đến ngữ ngôn căn để của mọi loài, ngôn ngữ Magadha tự tính, nói cách khác, là ngôn ngữ của pháp, bất cứ trí gì biết được, vừa khi nghe ngôn ngữ ấy được nói lên rằng đây là ngôn ngữ có tự tính hay đây không phải là ngôn ngữ có tự tính như vậy gọi là biện tài vô ngại về ngôn ngữ. ***Vô Ngại Trí Lực Thứ Tư Là “Trí Biện Tài Vô Ngại Lực”***: Trí biết về các loại trí gọi là trí biện tài vô ngại. Khi một người xét lại và lấy bất cứ loại nào trong các loại trí trên làm đối tượng cho hiểu biết của mình, thì bất cứ sự hiểu biết nào của vị ấy có đối tượng là trí thì gọi là trí biện tài vô ngại.

Four Unobstructed Powers of Wisdom

Four Unobstructed Powers of Wisdom are four unhindered or unlimited bodhisattva powers of interpretation or reasoning. According to Mahayana Doctrine, there are four unobstructed powers of wisdom. The first unobstructed power of wisdom is the “Understand all the letters of the law (Dharma)”. This is the unobstructed (unlimited) eloquence in Dharma. The second unobstructed power of wisdom is the “Understand deeply the meaning of the law”. This is the unobstructed (unlimited) eloquence in meaning. The third unobstructed power of wisdom is the “Ability to understand the law in any languages”. This is the unobstructed (unlimited) eloquence in phrasing or form of expression. The fourth unobstructed power of wisdom is the “Pleasure in speaking or argument of the law”. This is the unobstructed (unlimited) eloquence in delight or pleasure in speaking or argument.

According to Theravada Doctrine (The Path of Purification). ***The First Unobstructed Power of Wisdom Is the “Unobstructed Eloquence in Meaning”***: This is the knowledge about meaning is the discrimination of meaning. Meaning (Attha) is briefly a term for the fruit of a cause (hetu). For in accordance with the cause it is served, arrived at, reached, therefore it is called ‘meaning’ or ‘purpose.’ But in particular, the five things should be understood as meaning. The first is anything conditionally produced; the second is Nibanna; the third is the meaning of what is spoken; the fourth is the result; and the fifth is functional consciousness. When anyone reviews that meaning, any knowledge of his, falling within the category concerned with meaning,

is the discrimination of meaning. ***The Second Unobstructed Power of Wisdom Is the “Unobstructed Eloquence in the Law”***: The knowledge about law is the discrimination of law. Law (Dhamma) is briefly a term for a condition (paccaya). For since a condition necessitates whatever it may be, makes it occur or allows it to happen, it is therefore called law (dhamma). But in particular, the five things should be understood as law. The first is any cause that produces fruit; the second is the Noble Path; the third is what is spoken; the fourth is what is profitable; and the fifth is what is unprofitable. When anyone reviews that law, any knowledge of his, falling within the category concerned with law, is the discrimination of law. ***The Third Unobstructed Power of Wisdom Is the “Unobstructed Eloquence in the Language”***: The knowledge about enunciation of language dealing with meaning and law is the discrimination of language. There is the language that is individual essence, the usage that has no exceptions, and deals with that meaning and that law. Any knowledge falling within the category concerned with the enunciation of that, with the speaking, with the utterance of that, concerned with the root-speech of all beings, the Magadhan language that is individual essence, in other words, the language of law (dhamma). This is the individual-essence language, such knowledge is discrimination of language. ***The Fourth Unobstructed Power of Wisdom Is the “Unobstructed Eloquence in Intelligence”***: The knowledge about kinds of knowledge is discrimination of perspicuity. When a man is reviewing and makes any of the foregoing kinds of knowledge the object of his knowledge, then any knowledge in him that has knowledge as its object is discrimination of perspicuity, and so is any knowledge about these aforesaid kinds of knowledge, which is concerned with details of their individual domains, functions, and so on.

Chương Mười Hai
Chapter Twelve

Tuệ Giác Xua Tan Ảo Giác

Tuệ giác hay trí huệ Bát Nhã, một trong tám đặc tánh của giác ngộ trong Thiên. Theo quyển Những Kinh Nghiệm Tôn Giáo, James có nêu ra đặc tính trí năng ở những kinh nghiệm thần bí, và điều này cũng áp dụng cho kinh nghiệm của Thiên, được gọi là ngộ. Một tên khác của ‘ngộ’ là ‘Kiến Tánh,’ có vẻ như muốn nói rằng có sự ‘thấy’ hay ‘cảm thấy’ ở chứng ngộ. Khỏi cần phải ghi nhận rằng cái thấy này khác hẳn với cái mà ta thường gọi là tri kiến hay nhận thức. Chúng ta được biết rằng Huệ Khả đã có nói về sự chứng ngộ của mình, được Tổ Bồ Đề Đạt Ma ấn khả như sau: “Theo sự chứng ngộ của tôi, nó không phải là một cái không hư toàn diện; nó là tri kiến thích ứng nhất; chỉ có điều là không thể diễn thành lời.” Về phương diện này, Thần Hội nói rõ hơn: “Đặc tính duy nhất của Tri là căn nguyên của mọi lẽ huyền diệu.” Không có đặc tính trí năng này, sự chứng ngộ mất hết cái gay gắt của nó, bởi vì đây quả thực là đạo lý của chính sự chứng ngộ. Nên biết rằng cái tri kiến được chứa đựng ở chứng ngộ vừa có quan hệ với cái phổ biến vừa liên quan đến khía cạnh cá biệt của hiện hữu. Khi một ngón tay đưa lên, từ cái nhìn của ngộ, cử chỉ này không phải chỉ là hành vi đưa lên mà thôi. Có thể gọi đó là tượng trưng, nhưng sự chứng ngộ không trở vào những gì ở bên ngoài chính cái đó, vì chính cái đó là cứu cánh. Chứng ngộ là tri kiến về một sự vật cá biệt, và đồng thời, về thực tại đằng sau sự vật đó, nếu có thể nói là đằng sau.

Thiền sư Mohnyin Sayadaw là một trong những Thiền sư nổi tiếng của Miến Điện trong thời cận đại. Theo Sư, hành giả phải quen thuộc với những khái niệm căn bản nhất của Vi Diệu Pháp trước khi bắt tay vào tu tập. Sự hiểu biết ban đầu này sẽ giúp cho họ quan tâm trực tiếp về những bản chất thật của những hiện tượng bằng một cách chính xác và rõ ràng. Những khái niệm cơ bản nhất mà hành giả cần phải hiểu biết trước khi thiền tập là những mô tả về những sự thật cơ bản đã tạo cho chúng ta một thế giới có vẻ vững chắc và liên tục. Những yếu tố mà chúng ta cảm nhận, sự biết, sự cảm nhận và những đối tượng của chúng và sắc uẩn, xuất hiện trước chúng ta như là một thế giới vững chắc do bởi sự thay đổi nhanh chóng của chúng. Bằng cách theo dõi sự

sanh diệt của những nhóm này, những yếu tố và sự nhận biết về thân tâm để hành giả phát huy sự hiểu biết sâu sắc chính xác. Khi sự hiểu biết này sâu sắc, người ấy sẽ biết tất cả sự kiện cảm nhận được là phù du và mộng ảo, không có chỗ nào để bám víu hoặc mưu cầu hạnh phúc. Không còn bị điên cuồng bởi bản chất của chúng, không còn bám víu, người ấy cảm nhận sự giải thoát thật sự. Chính vì vậy mà hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng tất cả mọi hiện tượng thân đều bị hoại diệt, vô ngã và vô thường. Cũng như vậy, tất cả những hiện tượng tâm đều vô ngã và vô thường. Chân lý tối thượng hiện hữu trong tất cả hiện tượng thân tâm và chúng ta có thể nhìn thấy tất cả những hiện tượng thân tâm khi chúng ta theo dõi những chức năng và đặc tánh của chúng. Tuy nhiên, những sự thật này khó thấy được bởi vì những khái niệm của chính chúng ta, bởi những ảo giác, chúng ta có một cái nhìn thiên kiến về sự vững chắc và thường hằng trong thế giới vật lý và tâm linh. Và sự hiểu biết chân chánh này chỉ có thể cảm nhận bằng kinh nghiệm trực tiếp trong thiền định. Vị hành giả quán tưởng sự sanh diệt của những hiện tượng nơi mọi oai nghi trong bốn oai nghi (đi, đứng, nằm và ngồi) cuối cùng sẽ nhận thấy rằng những hiện tượng thân tâm sanh diệt liên tục và hình thức của sự sống phát sinh để thay thế những phần cũ, giống như hạt mè được tách ra với những tiếng nổ lách tách khi người ta rang chúng trên chảo. Trong lúc tu tập thiền quán, hành giả có thể cảm nhận được sự sanh diệt của vạn pháp, ở đó những phiền não của tuệ giác cũng phát sinh đến hành giả. Đặc biệt điều này cũng phát sinh với hành giả đã và đang thực hành thiền quán kết hợp với thiền định. Một số phiền não vi tế thì bị dính mắc với hỷ lạc, tĩnh lặng, hạnh phúc, năng lượng, sự nhận biết, buông xả và sự dễ chịu khởi lên trong hành giả. Những chấp thủ và phiền não vi tế này được hành giả chế ngự khi nhận thấy rằng chẳng một thứ nào là con đường chân chính để đoạn trừ đau khổ, và do đó hành giả phải từ bỏ sự chấp thủ của mình và chỉ tiếp tục suy niệm rõ ràng về tiến trình sanh diệt của vạn pháp. Như vậy trong khi tu tập thiền quán theo những hướng dẫn này, hành giả sẽ nhận thấy rằng do bởi sự theo dõi liên tục sẽ thấy được những tướng của sự thay đổi, thay thế, loạn động, và những tính cách thay đổi của thân tâm, hành giả đang tu tập tâm bằng phương cách này thì tuệ giác mà hành giả kinh nghiệm được sẽ giúp hành giả thoát khỏi những niềm tin trường cửu và đoạn diệt. Tuệ giác của người ấy sẽ giúp xua tan những ảo giác sau đây: 1) ý niệm về sự thường

hằng, 2) ý niệm về hạnh phúc thế gian, 3) ý niệm về bản ngã, 4) ý niệm về tham ái, 5) tham, 6) hữu, 7) thủ, 8) ý niệm về sự vững chắc, 9) tà kiến về những hành tạo của nghiệp, 10) ý niệm về sự bền vững, 11) những điều kiện về hữu hay tạo nghiệp, 12) khoái lạc, 13) chấp thủ, 14) thường kiến, 15) đoạn kiến, 16) cố chấp, 17) vô thường, 18) kiến thủ. Đây là kết quả của việc tu tập thiền Minh Sát đúng đắn. Chân lý này sẽ giúp hành giả vượt ra khỏi vòng sanh tử.

Insight Will Dispel Illusions

Wisdom, one of the eight chief characteristics of ‘satori.’ In Zen. That there is a quality in mystic experience has been pointed out by James in his *Varieties of Religious Experience*, and this applies also to the Zen experience known as satori. Another name for satori is ‘to see the essence or nature,’ which apparently proves that there is ‘seeing’ or ‘perceiving’ in satori. That this seeing is of quite a different quality from what is ordinarily designated as knowledge need not be specifically noticed. Hui-K’o is reported to have made this statement concerning his satori which was confirmed by Bodhidharma himself: “As to my satori, it is not a total annihilation; it is knowledge of the most adequate kind; only it cannot be expressed in words.” In this respect, Shen-Hui was more explicit, for he says that “The one character of knowledge is the source of all mysteries.” Without this noetic quality satori will lose all its pungency, for it is really the reason of satori itself. It is noteworthy that the knowledge contained in satori is concerned with something universal and at the same time with the individual aspect of existence. When a finger is lifted, the lifting means, from the viewpoint of satori, far more than the act of lifting. Some may call it symbolic, but satori does not point to anything beyond itself, being final as it is. Satori is the knowledge of an individual object and also that of Reality which is, if we may say so, at the back of it.

Master Mohnyin Sayadaw was one of the most outstanding meditation masters in Burmese Buddhism in the modern time. According to the master, meditators should become familiar with the most basic concepts of the Abhidharma before undertaking practice. This prior knowledge will help them direct attention to the true nature

of all phenomena in a precise and clear way. The most essential concepts one should understand before meditation are descriptions those ultimate realities that make up our seemingly solid and continuous world. The elements as we perceive them, consciousness, the sense organs and their objects, and the corporeal groups of matter, appear to us as a solid world because of their rapid change. It is by examining the arising and dissolution of these groups and elements and consciousness in the body and the mind that the meditator develops true insight knowledge. As this deepens, he sees all perceivable events as fleeting and unsubstantial, no place to cling or look for happiness. No longer fooled by their nature, no longer clinging, he experiences true liberation. Therefore, meditators should always remember that all physical phenomena are destructible, impersonal, and non-substantial. In the same manner, all mental phenomena are impersonal and non-substantial. The ultimate truths exist in all physical and mental phenomena and can be seen when we examine their functions and properties. However, these truths are hard to see because of our own concepts, because of illusion we have of solidity or permanence in the physical and mental world. And this true knowledge can only be perceived through direct experience in the meditation. A meditator who contemplates the arising and vanishing of phenomena at every posture during the four modes of deportment will eventually realize that the mental and physical phenomena having arisen disappear immediately and the new formations of existence arise in place of the older ones, just as sesame seeds are disintegrated with craking sounds when heated in a frying pan. During the practice of Vipassana at the point where the practitioner can clearly perceive the arising and vanishing of all phenomena, there arises in him the defilements of insight. These are especially likely to arise in the meditator who has been practicing Vipassana combined with tranquility or concentration meditation. Some of the subtle defilements that arise are attachment to the rapture, tranquility, happiness, energy, awareness, equanimity, and delight that arise in him. These subtle attachments or defilements are overcome when the meditator realizes that none of them are the true path to the cessation of suffering, and that he must relinquish his attachment and simply continue contemplating clearly the process of all phenomena arising and vanishing. So, in practicing the Vipassana

meditation according to these instructions, a meditating disciple will find that by paying constant attention to the characteristics of the alterations, displacements, disturbances, modes of changing of body and mind, he is developing his mental faculties in such a way that the deep insight experienced by him will be free from both eternity and annihilation beliefs. His insight will dispel the following illusions: 1) the idea of permanence, 2) the idea of worldly happiness, 3) the idea of ego or fixed personality, 4) the idea of pleasure in lust, 5) greed, 6) becoming, 7) grasping, 8) the idea of compactness or solidity, 9) wrong view about karma formations, 10) the idea of stability, 11) the conditions of becoming, 12) delight, 13) clinging, 14) grasping and adherence to the idea of substance, 15) adherence to delusion regarding the ego and the world, 16) attachment, 17) thoughtlessness, and 18) getting entangled in any aspect of body or mind. These are the fruits of proper Vipassana practice. This truth will lead to escape from old age, sickness, death, and rebirth.

Chương Mười Ba
Chapter Thirteen

Trí Tuệ Trong Tâm Kinh

Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh hay gọi tắt là Tâm Kinh, là phần kinh ngắn nhất trong 40 kinh tạo thành Đại Bát Nhã Ba La Mật Đa Kinh. Đây là một trong những kinh văn quan trọng nhất trong Phật giáo Đại thừa. Kinh được nhấn mạnh về tánh không. Kinh thường được các Phật tử tụng thuộc lòng trong các tự viện. Một trong những câu nổi tiếng trong kinh là “Sắc bất dị không, không bất dị sắc” (hình thức chỉ là hư không, hư không chỉ là hình thức), một công thức được lập đi lập lại trong nhà thiền. Toàn bộ văn kinh của Bát Nhã Ba La Mật có nghĩa là “trí huệ đáo bỉ ngạn.” Kinh được Ngài Huyền Trang dịch sang Hán tự. Bát Nhã là một trong những bộ kinh ngắn nhất trong kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa. Tên đầy đủ là Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh. Có lẽ là bộ kinh phổ thông nhất trên thế giới ngày nay. Tâm Kinh giảng giải nghĩa lý của Bát Nhã Ba La Mật Đa, Ba La Mật về Trí Tuệ làm cho người ta nhận biết rõ ràng về tánh không của bản ngã và vạn hữu. Tâm kinh là tâm của Bát Nhã Ba La Mật; nó là tâm của gia đình bộ kinh “Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh.” Theo Thiền Sư Linh Mộc Đại Chuyết Trình Thái Lang trong bộ Thiền Luận, Tập III, một cách phiến diện, cái làm cho chúng ta ngạc nhiên nhất khi theo đuổi ý tưởng trong Bát Nhã Tâm Kinh là hầu như chẳng tìm thấy gì trong đó, ngoài một chuỗi những phủ định, và cái được hiểu như là Tánh Không chỉ là thuyết đoạn diệt thuần túy chỉ nhằm làm giảm mọi thứ xuống vào cái không. Kết luận sẽ là Bát Nhã hay tu tập theo kinh Bát Nhã chỉ nhằm phủ nhận vạn hữu... Và cuối cùng thì tất cả những phủ nhận này chẳng đưa đến tri thức mà cũng không đạt được bất cứ thứ gì cả. Đạt được cái gì có nghĩa là ý thức và chấp trước đối với một sự hiểu biết có được từ kết quả của lý luận tương đãi. Do không có sở đắc nào theo bản chất này, tâm thức được hoàn toàn giải thoát khỏi tất cả mọi chướng ngại, vốn dĩ là những sai lầm và lẫn lộn khởi lên từ sự hoạt động của trí năng, và cũng giải thoát khỏi những chướng ngại bắt rễ trong ý thức hành động và tình cảm của chúng ta, như những sợ hãi và lo âu, những vui và buồn, những từ bỏ và say đắm. Khi chứng ngộ được điều này, là đạt đến Niết Bàn. Niết Bàn và giác ngộ là một. Như thế từ Bát Nhã Ba

La Mật Đa chư Phật quá khứ, hiện tại, và vị lai khởi hiện. Bát Nhã Ba La Mật Đa là mẹ của Phật quả và Bồ Tát quả, đó là điều luôn được nhắc đi nhắc lại cho chúng ta trong văn học Bát Nhã Ba La Mật. Thời kỳ Bát Nhã hay Liên Hoa là một trong năm thời giáo thuyết của Đức Phật. Thời Bát Nhã chủ yếu giảng Viên giáo nhưng còn liên hệ Thông giáo và Biệt giáo. Do đó nó chưa hoàn toàn viên mãn. Trong 22 năm của thời kỳ này, Đức Phật thuyết giảng giáo pháp Đại Thừa ở cấp cao hơn và bác bỏ sự luyến chấp Tiểu Đại của các hàng đệ tử. Đức Phật đã giảng về tính hư không trong Kinh Bát Nhã.

Wisdom in the Prajna-Paramita-Sutra

The Heart of the Prajna-Paramita-Sutra or Heart Sutra, the shortest of the forty sutras that constitute the Prajanparamita-sutra. It is one of the most important sutras of Mahayana Buddhism. The sutra is especially emphasized on emptiness (Shunyata). It is recited so frequently in the temple that most Buddhists chant it from memory. One of the most famous sentences in the sutra is “Form is no other than emptiness; emptiness is no other than form,” an affirmation that is frequently referred to in Zen. The Prajna-Paramita Heart Sutra literally means “the wisdom that leads to the other shore.” The sutra was translated into Chinese by Hsuan-Tsang. The Heart Sutra is one of the smallest sutras, contained in the Vast Prajnaparamita. The full title of this sutra is “Heart of Prajna Paramita Sutra.” Probably the most popular sutra in the world today. The Heart Sutra explains the meaning of “Prajna Paramita,” the perfection of wisdom that enables one to perceive clearly the emptiness of self and of all phenomena. The Heart Sutra is the heart of the perfection of wisdom; it is also the heart of the entire family of “Prajna Paramita Sutras.” According to Zen Master D. T. Suzuki in *Essays in Zen Buddhism, Volume III*, what superficially strikes us most while persuing the text of the Hridaya or Heart Sutra of the Prajnaparamita is that it is almost nothing else but a series of negations, and that what is known as Emptiness is pure negativism which ultimately reduces all things into nothingness. The conclusion will then be that the Prajnaparamita or rather its practice consists in negating all things... And at the end of all these negations, there is neither knowledge nor attainment of any sort. Attainment means to be

conscious of and be attached to an understanding which is the result of relative reasoning. As there is no attainment of this nature, the mind is entirely free from all obstructions, that is, errors and confusions which arise from intellectualization, and also from the obstruction that are rooted in our cognitive and affective consciousness, such as fears and worries, joys and sorrows, abandonments, and infatuations. When this is realized, Nirvana is reached. Nirvana and enlightenment are one. Thus from the Prajnaparamita arise all the Buddhas of the past, present, and future. The Prajnaparamita is the mother of Buddhahood and Bodhisattvahood, which is reiterated throughout the Prajnaparamita literature. The period of Prajnaparamita-Sutra or Lotus-Sutra was one of the five periods of the Buddha's teachings. The Time of Wisdom mainly teaches the Round Doctrine and yet is linked with the Common and Distinct Doctrines. Therefore, it is not quite perfect or complete. This phase lasted twenty-two years, in which the Buddha expounded a higher level of provisional Mahayana and refuted his disciples' attachment to the distinction between Theravada and Mahayana by teaching the doctrine non-substantiality or emptiness. He taught the teachings of shunyata in the Prajnaparamita-sutra.

Chương Mười Bốn
Chapter Fourteen

Trí Huệ Của Chư Phật & Chư Bồ Tát
Trong Kinh Điển Phật Giáo

Như đã đề cập trong những chương trước đây, trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Jnana là sự sáng suốt nắm vững tất cả những thuyết giảng được chứa đựng trong các kinh điển. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, trong khi trí là sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Jnana là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna). Trong Phật giáo Ấn Độ người ta thường cho rằng trí tuệ này có được là do đạt được thiền định, nhưng Lục Tổ Huệ Năng dạy rằng cả hai thứ này giống nhau và cả hai đều cùng có trong tư tưởng của chúng ta trong từng giây từng phút. Khái niệm này về sau được hầu hết các truyền thống Thiền chấp nhận. Theo Trí Độ Luận, có ba loại trí tuệ: *Thứ nhất là Nhứt thiết trí*: Đây là trí tuệ của hàng Thanh Văn và Duyên Giác, cho rằng chư pháp là không thật. *Thứ nhì là Đạo chủng trí*: Đây là trí tuệ của hàng Bồ Tát với sự biện biệt chánh đáng (liả bỏ nhị kiến hữu vô). *Thứ ba là Nhứt thiết chủng trí*: Đây là Phật trí. Lại có ba loại trí khác: *Thứ nhất là Thế gian trí*: Đây là Phàm trí chấp trước hết thấy hữu vô của chư pháp. *Thứ nhì là Xuất thế gian trí*: Đây là trí của bậc Thanh Văn và Duyên Giác, hãy còn hư vọng phân biệt tự tướng. *Thứ ba là Xuất thế gian thượng thượng trí*: Đây là trí của chư Phật và chư Bồ Tát, quán sát hết thấy chư pháp bất sanh bất diệt, liả bỏ nhị kiến hữu vô. Theo kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có

ba loại trí minh: túc mạng trí minh, hữu tình sanh tử trí minh, lậu tận trí minh. Theo trường phái Chân ngôn, có năm loại nhận biết: *Thứ nhất* là Pháp Giới Thể Tính Trí hay trí chuyển từ Yêm-Ma-La thức mà được. Pháp giới thể tánh tức là lục đại với Ngài Tỳ Lô Giá Na hay Đại Nhật Như Lai trụ nơi Trung độ. Gọi là pháp giới thể tánh trí vì trí này làm chủ đức phương tiện cứu cánh. *Thứ nhì* là Đại Viên Cảnh Trí, là trí chuyển từ A-Lại-Da thức mà được, là trí hiển hiện vạn tượng của pháp giới như tấm gương tròn lớn, tương ứng với thế giới và liên hệ với A Súc Bệ Phật cũng như Đông Độ. *Thứ ba* là Bình Đẳng Tánh Trí, trí chuyển từ Mạt Na thức mà được, là trí tạo thành tác dụng bình đẳng của các pháp, tương ứng với lửa và Nam Phật ở Nam Độ. *Thứ tư* là Diệu Quán Sát Trí, trí chuyển từ ý thức mà được, trí phân biệt các pháp hảo diệu phá nghi, tương ứng với nước và Phật A Di Đà ở Tây phương. Theo Tịnh Độ và Chân Tông, Phật A Di Đà thù thắng hơn cả trong số Ngũ Trí Như Lai; mặc dù quốc độ của Ngài ở Tây Phương chứ không ở trung ương. Trong số Ngũ Trí Như Lai, Đức Phật A Di Đà ở phương Tây có thể đồng nhất với Trung ương Đại Nhật Như Lai, là Đức Phật của Pháp Giới Thể Tánh. Các bốn nguyện của Đức A Di Đà, sự chứng đắc Phật quả Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ, và sự thiết lập Cực Lạc quốc độ đã được mô tả đầy đủ trong Kinh A Di Đà. *Thứ năm* là Thành Sở Tác Trí, trí toàn thiện hai công việc tự độ và độ tha. Trí chuyển từ ngũ căn (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt và thân), trí thành tựu điều nghiệp tự lợi lợi tha, tương ứng với Bất Không Thành Tựu Như Lai và Phật Di Lạc ở Bắc Độ. Theo phần lớn các trường phái Phật giáo, có sáu loại trí huệ. *Thứ nhất là Văn Huệ*: Đây là loại trí huệ mở ra do được nghe hiểu về chân lý trung đạo. *Thứ nhì là Tư Huệ*: Đây là loại trí huệ mở ra do tư duy về chân lý trung đạo. *Thứ ba là Tu Huệ*: Đây là loại trí huệ nhờ tu tập chân lý trung đạo mà được tu huệ. *Thứ tư là Vô Tướng Huệ*: Đây là loại trí huệ mở ra do chứng được lý trung đạo, lìa nhị biên. *Thứ năm là Chiếu Tịch Huệ*: Chiếu Tịch Huệ là trí huệ của Bồ tát ở Đẳng Giác Vị đã quán triệt thực tánh và thực tướng của Niết Bàn. *Thứ sáu là Tịch Chiếu Huệ*: Đây là loại trí huệ ở ngôi vị Phật chiếu khắp chúng sanh (từ cái thể của trung đạo mà khởi lên cái dụng của trung đạo). Cũng theo phần lớn các trường phái Phật giáo, có *mười trí của Phật*: tam thế trí, Phật pháp trí, pháp giới vô ngại trí, pháp giới vô biên trí, sung mãn nhưt thiết thế giới trí, phổ chiếu nhưt thiết thế giới trí, trụ trì nhưt thiết thế giới trí, trí nhưt thiết chúng sanh trí, trí

nhứt thiết pháp trí, tri vô biên chư Phật trí. *Lại có mười Phật trí lực*: tri thị phi xứ trí lực, tri tam thế nghiệp báo trí lực, tri chư Thiên giải thoát tam muội trí lực, tri biết tất cả căn cơ thượng hạ của chúng sanh, tri chủng chủng giải trí lực, tri chủng chủng giới trí lực, tri nhứt thiết sở đạo trí lực, tri Thiên nhân vô ngại trí lực, tri túc mạng vô lậu trí lực, tri vĩnh đoạn tập khí trí lực.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 33, có *mười trí của chư Phật*. Thứ nhất là tất cả chư Phật biết tất cả pháp không chỗ xu hướng, mà hay xuất sanh hồi hướng nguyện trí. Thứ nhì là tất cả chư Phật biết tất cả pháp đều không có thân, mà hay xuất sanh thanh tịnh thân trí. Thứ ba là tất cả chư Phật biết tất cả pháp bản lai không hai, mà hay xuất sanh khả năng giác ngộ trí. Thứ tư là tất cả chư Phật biết tất cả pháp vô ngã vô chúng sanh, mà hay xuất sanh điều phục chúng sanh trí. Thứ năm là tất cả chư Phật biết tất cả pháp bản lai vô tướng, mà hay xuất sanh liễu ngộ chư tướng trí. Thứ sáu là tất cả chư Phật biết tất cả thế giới không có thành hoại, mà hay xuất sanh liễu ngộ thành hoại trí. Thứ bảy là tất cả chư Phật biết tất cả pháp không có tạo tác, mà hay xuất sanh tri quả nghiệp trí. Thứ tám là tất cả chư Phật biết tất cả pháp không có ngôn thuyết, mà hay xuất sanh liễu ngôn thuyết trí. Thứ chín là tất cả chư Phật biết tất cả pháp không có nhiễm tịnh, mà hay xuất sanh tri nhiễm tịnh trí. Thứ mười là tất cả chư Phật biết tất cả pháp không có sanh diệt, mà hay xuất sanh liễu sanh diệt trí. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 36, chư Đại Bồ Tát có *mười trí quảng đại*. Khi chư Đại Bồ Tát trụ nơi mười pháp thanh tịnh thời đầy đủ mười trí quảng đại: trí biết tất cả tâm hành của chúng sanh, trí biết tất cả nghiệp báo của chúng sanh, trí biết tất cả Phật pháp, trí biết lý thú thâm mật của tất cả Phật pháp, trí biết tất cả môn Đà La Ni, trí biết tất cả văn tự biện tài, trí biết tất cả ngôn ngữ âm thanh từ biện thiện xảo của chúng sanh, trí hiện thân mình ở khắp trong tất cả thế giới, trí hiện ảnh tượng mình ở khắp trong tất cả chúng hội đạo tràng, trí ở nơi tất cả chỗ thọ sanh đều đầy đủ nhứt thiết trí. Theo Kinh Hoa Nghiêm, có *mười trí nghiệp*. Chư Bồ Tát an trụ trong mười trí nghiệp này thời được tất cả thiện xảo phương tiện đại trí nghiệp vô thượng của các Đức Như Lai. Thứ nhất là tin hiểu nghiệp báo, chẳng chối nhờn quả. Thứ nhì là chẳng bỏ Bồ Đề tâm, thường niệm chư Phật. Thứ ba là gần thiện tri thức, cung kính cúng dường, hết lòng tôn trọng, trọn không nhàm mỏi. Trí nghiệp thứ tư bao gồm thích pháp thích nghĩa không nhàm đủ, xa lìa tà niệm, và luôn tu

chánh niệm. Trí nghiệp thứ năm nói rằng đối với tất cả chúng sanh xa lìa ngã mạn, tướng chư Bồ Tát như Phật, mến trọng chánh pháp chẳng tiếc thân mình, tôn thờ Như Lai như hộ mạng mình, và với người tu hành tướng là Phật. Trí nghiệp thứ sáu bao gồm ba nghiệp thân, khẩu, ý không có sự bất thiện, ca ngợi các bậc Hiền Thánh, và tùy thuận Bồ Đề. Trí nghiệp thứ bảy là chẳng chối duyên khởi, xa lìa tà kiến, phá si ám, được sáng suốt, và chiếu rõ các pháp. Trí nghiệp thứ tám là tùy thuận tu hành nơi mười môn hồi hướng. Nơi các môn Ba La Mật tướng là từ mẫu, nơi phương tiện thiện xảo tướng là từ phụ, và nhập nhà Bồ Đề với tâm thanh tịnh. Thứ chín là thí, giới, đa văn, chỉ, quán, phước, huệ, tất cả pháp trợ đạo như vậy thường siêng tinh cần chứa nhóm. Thứ mười là chuyên tu không mệt những hạnh sau đây: được chư Phật khen ngợi, có thể phá chúng ma trừ phiền não, có thể rời lìa chướng cái và triền phược, có thể giáo hóa điều phục chúng sanh, có thể tùy thuận trí huệ nhiếp thủ chánh pháp, có thể nghiêm tịnh cõi Phật, có thể phát khởi thần thông và minh mẫn. *Mười Trí như biển nhập vô thượng Bồ Đề* của chư đại Bồ Tát theo kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được biến đại trí huệ vô thượng của tất cả chư Phật. Thứ nhất là nhập tất cả vô lượng chúng sanh giới. Thứ nhì là nhập tất cả thế giới mà chẳng sanh tâm phân biệt. Thứ ba là biết tất cả hư không giới vô lượng vô ngại, vào khắp lưới tất cả thế giới sai biệt ở mười phương. Thứ tư là khéo nhập pháp giới vì đều biết rõ như vậy, nhập vô ngại, nhập chẳng đoạn, nhập chẳng thường, nhập vô lượng, nhập chẳng sanh, nhập chẳng diệt, nhập tất cả. Trí huệ như hải thứ năm nói rằng chư Bồ Tát biết thiện căn đã tích tụ, đang tích tụ và sẽ tích tụ của chư Phật, chư Bồ Tát, chư Thanh Văn, chư Độc Giác, và tất cả phàm phu. Chư Bồ Tát cũng biết thiện căn mà tam thế chư Phật đã thành, nay thành và sẽ thành vô thượng Bồ Đề, thiện căn mà tam thế chư Phật đã giáo hóa và điều phục chúng sanh. Biết rõ những thiện căn này chư Bồ Tát sẽ làm những điều sau đây: thâm tín, tùy thuận, và nguyện tu tập không mỏi nhàm. Trí huệ như biển thứ sáu nói rằng trong mỗi niệm nhập quá khứ thế bất khả thuyết kiếp. Ở trong một kiếp hoặc có trăm ức Phật xuất thế, chư Bồ Tát đều biết rất rõ như một kiếp và tất cả các kiếp, chúng hội đạo tràng, thuyết pháp và phương pháp điều phục, thọ mạng dài vẫn, pháp trụ lâu mau. Những kiếp không Phật có những chúng sanh gieo căn lành nơi vô thượng Bồ Đề cũng đều biết rõ. Nếu có những chúng sanh thiện căn đã

thành thực nơi đời vị lai sẽ được thấy Phật cũng đều biết rõ. Quán sát quá khứ thế bất khả thuyết bất khả thuyết kiếp như vậy tâm không nhàm mỏi. Trí huệ như biển thứ bảy nói rằng chư Đại Bồ Tát nhập vị lai thế quán sát tất cả vô lượng vô biên kiếp, biết kiếp nào có Phật, kiếp nào không Phật. Họ biết kiếp nào có bao nhiêu Như Lai xuất thế, mỗi Như Lai danh hiệu gì, và ở thế giới nào? Những thế giới ấy tên gì? Độ được bao nhiêu chúng sanh? Thọ mạng bao lâu? Quán sát tột đến vị lai đều biết rõ tất cả chẳng cùng tận, chẳng nhàm mỏi. Trí huệ như biển thứ tám nói rằng chư Đại Bồ Tát nhập hiện tại thế quán sát trong mỗi niệm thấy khắp vô biên phẩm loại mười phương, nơi bất khả thuyết thế giới đều có chư Phật nơi vô thượng Bồ Đề đã thành, đang thành và sẽ thành Khi họ đi đến đạo tràng, ngồi dưới cây Bồ Đề, hàng phục ma quân, thành chánh đẳng chánh giác. Khi rời cây Bồ Đề các ngài đi vào thành ấp, lên cung trời, chuyển đại pháp luân, thị hiện thần thông, điều phục chúng sanh, phó chúc pháp vô thượng Bồ Đề, xả bỏ thọ mạng, nhập Niết bàn. Đã nhập niết bàn, kiết tập pháp tạng khiến còn ở lâu tại thế gian, trang nghiêm Phật pháp nhiều thứ cúng dường. Chư Bồ Tát cũng thấy tất cả chúng sanh gặp được Phật pháp, nhận giữ, hộ trì, và phúng tụng, ghi nhớ và tư duy, tăng trưởng huệ giải. Quán sát như vậy cùng khắp mười phương, mà ở nơi Phật pháp không sai lầm vì dầu biết rằng chư Phật như mộng, mà vẫn hay đến chỗ chư Phật cung kính cúng dường. Bấy giờ Bồ Tát chẳng chấp tự thân, mà dùng tự thân để tu tập. Các ngài chẳng chấp chư Phật, mà vẫn thấy và vẫn lắng nghe giáo pháp của chư Phật; chẳng chấp thế giới, mà vẫn nhập thế cứu độ chúng sanh; chẳng chấp chúng hội; chẳng chấp vào sự thuyết pháp; chẳng chấp kiếp, mà vẫn đi vào tất cả kiếp không nhàm mỏi. Trí huệ như biển thứ chín nói rằng chư Đại Bồ Tát nơi bất khả thuyết bất khả thuyết kiếp, trong mỗi kiếp cúng dường cung kính vô lượng chư Phật thị hiện tự thân mất đây sanh kia. Các ngài đem tất cả đồ cúng hơn hẳn tam giới để cúng dường chư Phật, cũng như chư Bồ Tát, Thanh văn và tất cả đại chúng. Sau khi chư Phật nhập diệt, các ngài dùng đồ cúng vô thượng để cúng dường xá lợi và rộng làm sự bố thí. Chư Đại Bồ Tát dùng tâm bất tư nghì, tâm chẳng cầu báo, tâm rất ráo, tâm mang đến lợi ích. Trong vô lượng kiếp, chư Đại Bồ Tát vì quả vô thượng Bồ Đề, cúng dường chư Phật, lợi ích chúng sanh, hộ trì chánh pháp, và khai thị diễn thuyết chánh pháp. Trí huệ như biển thứ mười nói rằng chư Đại Bồ Tát nơi chỗ của tất cả chư Phật, chư Bồ Tát, chư

Thanh văn và tất cả pháp sư. Pháp của Bồ Tát đã thuyết; pháp của Bồ Tát đã học; pháp của Bồ Tát đã dạy; pháp của Bồ Tát đã tu hành; pháp của Bồ Tát thanh tịnh; pháp của Bồ Tát thành thực; pháp của Bồ Tát điều phục; pháp bình đẳng của Bồ Tát; pháp xuất ly của Bồ Tát; pháp tổng trì của Bồ Tát. Được pháp này rồi thì Bồ Tát sẽ thọ trì, tụng đọc, phân biệt giải thuyết không nhàm đủ, khiến vô lượng chúng sanh ở trong Phật pháp phát tâm tương ứng với nhưt thiết trí nhập tướng chơn thật, nơi vô thượng Bồ Đề được bất thối chuyển, và tu hành như vậy trong vô lượng kiếp không nhàm đủ. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có *mười trí huệ quán sát* của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được trí huệ quán sát vô thượng của chư Như Lai. Thứ nhất là trí huệ quán sát thiện xảo phân biệt diễn thuyết tất cả các pháp. Thứ nhì là biết rõ tam thế tất cả thiện căn. Thứ ba là biết rõ tất cả Bồ Tát hạnh biến hóa tự tại. Thứ tư là biết rõ nghĩa môn của tất cả các pháp. Thứ năm là biết rõ oai lực của chư Phật. Thứ sáu là biết rõ tất cả môn Đà La Ni. Thứ bảy là nơi tất cả thế giới khắp nói chánh pháp. Thứ tám là nhập tất cả pháp giới. Thứ chín là biết tất cả thập phương bất tư nghì. Thứ mười là biết tất cả Phật pháp trí huệ quang minh vô ngại. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có *mười trí quang chiếu* của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được trí quang chiếu vô thượng của tất cả chư Phật. Thứ nhất là trí quang chiếu quyết định sẽ thành chánh đẳng chánh giác. Thứ nhì là trí quang chiếu thấy tất cả Phật. Thứ ba là trí quang chiếu thấy tất cả chúng sanh chết đây sanh kia. Thứ tư là trí quang chiếu hiểu tất cả tu-đa-la pháp môn. Thứ năm là trí quang chiếu y chỉ thiện tri thức phát tâm Bồ Đề tích tập thiện căn. Thứ sáu là trí quang chiếu thị hiện tất cả chư Phật. Thứ bảy là trí quang chiếu giáo hóa tất cả chúng sanh đều khiến an trụ Như Lai địa. Thứ tám là trí quang chiếu diễn thuyết bất khả tư nghì quảng đại pháp môn. Thứ chín là trí quang chiếu thiện xảo biết rõ tất cả chư Phật thần thông oai lực. Thứ mười là trí quang chiếu đầy đủ tất cả các Ba La Mật. Đây là *mười môn trí tạng quảng đại* mà chư Bồ Tát đạt được khi có liễu tri nhưt thiết thế giới Phật trang nghiêm Tam muội theo kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 27. Thứ nhất là trí chiếu sáng tất cả cõi Phật. Thứ nhì là trí biết tất cả chúng sanh. Thứ ba là trí làm sự biến hóa khắp tam thế. Thứ tư là trí vào khắp tất cả thân Phật. Thứ năm là trí thông đạt tất cả Phật pháp. Thứ sáu là trí nhiếp khắp tất cả tịnh pháp. Thứ bảy là trí khiến tất cả chúng sanh nhập pháp thân. Thứ tám

là trí hiện thấy tất cả phổ nhân thanh tịnh. Thứ chín là trí tất cả tự tại đến bỉ ngạn. Thứ mười là trí an trụ tất cả pháp quảng đại khắp hết không thừa. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có *mười trí xảo phân biệt* của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được trí phân biệt các pháp thiện xảo vô thượng của tất cả chư Phật. Thứ nhất là trí xảo phân biệt nhập tất cả các cõi. Thứ nhì là trí xảo phân biệt nhập tất cả các chỗ của chúng sanh. Thứ ba là trí xảo phân biệt nhập tất cả tâm hành của các chúng sanh. Thứ tư là trí xảo phân biệt nhập căn tánh của tất cả chúng sanh. Thứ năm là trí xảo phân biệt nhập nghiệp báo của tất cả chúng sanh. Thứ sáu là trí xảo phân biệt nhập tất cả hạnh Thanh Văn. Thứ bảy là trí xảo phân biệt nhập tất cả hạnh Độc Giác. Thứ tám là trí xảo phân biệt nhập tất cả hạnh Bồ Tát. Thứ chín là trí xảo phân biệt thâm nhập tất cả thực hành của thế gian pháp. Thứ mười là trí xảo phân biệt nhập tất cả Phật pháp.

Theo kinh Hoa Nghiêm, phẩm 38, có *mười trí vô ngại dụng* của chư đại Bồ Tát. Thứ nhất là trí vô tận biện tài. Thứ nhì là trí tất cả tổng trì không quên mất. Thứ ba là trí có khả năng biết và nói những căn tánh của tất cả chúng sanh. Thứ tư là trí ở trong một niệm, dùng trí vô ngại, biết tâm hành của tất cả chúng sanh. Thứ năm là trí biết rõ chúng sanh sở thích dục lạc, thiên hưởng, tập khí, phiền não. tùy theo chỗ thích nghi mà cho thuốc trị liệu. Thứ sáu là trong khoảng một niệm hay vào được thập lực của Như Lai. Thứ bảy là dùng trí vô ngại biết tất cả kiếp tam thế và chúng sanh trong đó. Thứ tám là ở trong mỗi niệm hiện thành chánh giác, thị hiện cho chúng sanh không đứt đoạn. Thứ chín là nơi một chúng sanh tưởng biết tất cả chúng sanh nghiệp. Thứ mười là nơi ngôn âm của một chúng sanh, hiểu lời nói của tất cả chúng sanh. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có *mười thanh tịnh Huệ* của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong mười trí này thời được đại trí huệ vô ngại của chư Như Lai. Thứ nhất là thanh tịnh huệ biết tất cả như, vì chẳng chối từ quả báo. Thứ nhì là thanh tịnh huệ biết tất cả các duyên vì chẳng lơ là sự hòa hiệp. Thứ ba là thanh tịnh huệ biết chẳng đoạn chẳng thường, vì thấu rõ thực chất của duyên khởi. Thứ tư là thanh tịnh huệ trừ tất cả kiến chấp, vì không thủ xả nơi tướng chúng sanh. Thứ năm là thanh tịnh huệ quán tâm hành của tất cả chúng sanh, vì biết rõ như huyền. Thứ sáu là thanh tịnh huệ biện tài quảng đại, vì phân biệt các pháp vấn đáp vô ngại. Thứ bảy là thanh tịnh huệ tất cả ma, ngoại đạo, thanh văn, duyên giác chẳng biết được, vì thâm nhập

Như Lai trí. Thanh tịnh huệ thứ tám nói rằng chư đại Bồ Tát thấy pháp thân vi diệu của chư Phật; thấy bốn tánh thanh tịnh của tất cả chúng sanh; thấy tất cả pháp thấy đều tịch diệt; thấy tất cả cõi đồng như hư không; biết tất cả tướng đều vô ngại. Thanh tịnh huệ thứ chín nói rằng tất cả tổng trì, biện tài, phương tiện đều là đường đi đến bỉ ngạn; tất cả đều làm cho được như thiết trí tối thắng. Thanh tịnh huệ thứ mười nói rằng chư đại Bồ Tát với như niệm tương ứng Kim Cang trí; biết rõ tất cả các pháp đều bình đẳng; được như thiết pháp tối tôn trí. *Mười điều trụ nơi như thiết trí* của chư Phật (Kinh Hoa nghiêm, Phẩm 38). Chư Phật ở trong một niệm đều biết tâm tất cả chúng sanh và tâm sở hành trong tam thế. Chư Phật ở trong một niệm đều biết tam thế tất cả chúng sanh chứa nhóm các nghiệp và nghiệp báo. Chư Phật trong một niệm đều biết tất cả chúng sanh tùy sở nghi mà dùng tam luân giáo hóa điều phục. Điều trụ nơi như thiết trí thứ tư: chư Phật ở trong một niệm biết hết pháp giới tất cả chúng sanh chỗ có tâm tướng ở tất cả xứ khắp hiện Phật xuất thế, khiến những chúng sanh này đều được phương tiện nhiếp thọ. Chư Phật ở trong một niệm tùy khắp tâm nhạo dục giải của tất cả chúng sanh trong pháp giới mà thị hiện thuyết pháp cho họ được điều phục. Chư Phật ở trong một niệm đều biết tâm sở thích của tất cả chúng sanh trong pháp giới mà vì đó hiện thần lực. Chư Phật ở trong một niệm khắp tất cả chỗ tùy theo tất cả chúng sanh đáng được hóa độ mà thị hiện xuất thế, vì họ mà nói thân Phật chẳng nên thủ trước. Chư Phật ở trong một niệm đến khắp pháp giới tất cả chỗ, tất cả chúng sanh, tất cả lực đạo. Chư Phật ở trong một niệm tùy các chúng sanh có ai nhớ tưởng, không chỗ nào mà chư Phật không đến. Chư Phật ở trong một niệm đều biết chỗ hiểu và ý muốn của tất cả chúng sanh, và vì họ mà thị hiện vô lượng sắc thân. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có *mười pháp được trí huệ* của chư Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được hiện chứng trí vô thượng của tất cả chư Phật. Thứ nhất là xả thí tự tại. Thứ nhì là hiểu sâu tất cả Phật pháp. Thứ ba là nhập Như Lai trí. Thứ tư là hay đoạn nghi trong tất cả vấn đáp. Thứ năm là nhập nơi nghĩa của trí giả. Thứ sáu là hay hiểu sâu ngôn âm thiện xảo trong tất cả Phật pháp của tất cả chư Phật. Thứ bảy là hiểu sâu chỗ chư Phật gieo ít căn lành tất có thể đầy đủ tất cả pháp bạch tịnh, được trí vô lượng của Như Lai. Thứ tám là thành tựu Bồ Tát bất tư nghì trụ. Thứ chín là ở trong một niệm đều có thể qua đến bất khả thuyết cõi Phật. Thứ mười là giác ngộ chư Phật Bồ Đề,

nhập tất cả pháp giới, văn trì tất cả pháp của Phật nói, vào sâu những ngôn âm trang nghiêm của tất cả Như Lai. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 33, có *mười thứ pháp trí hải vô tận* của chư Phật. Thứ nhất là chư Phật vô biên pháp thân pháp trí hải vô tận. Thứ nhì là vô lượng Phật sự, pháp trí hải vô tận. Thứ ba là chư Phật cảnh giới Phật nhãn, pháp trí hải vô tận. Thứ tư là chư Phật vô lượng vô số nan tư thiện căn, pháp trí hải vô tận. Thứ năm là chư Phật mưa khắp tất cả cam lồ diệu pháp, pháp trí hải vô tận. Thứ sáu là chư Phật tán thán Phật công đức, pháp trí hải vô tận. Thứ bảy là chư Phật ngày trước đã tu những nguyện hạnh. Thứ tám là chư Phật làm Phật sự vô cùng tận, pháp trí hải vô tận. Thứ chín là chư Phật biết rõ tâm hành của tất cả chúng sanh, pháp trí hải vô tận. Thứ mười là chư Phật phước trí trang nghiêm không ai hơn, pháp trí hải vô tận. Theo kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có *mười pháp xuất sanh trí huệ* của chư đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời nơi tất cả các pháp đều hiểu thấu tất cả. Thứ nhất là biết tất cả chúng sanh tri giải chúng sanh trí huệ. Thứ nhì là biết tất cả cõi Phật nhiều thứ sai biệt xuất sanh trí huệ. Thứ ba là biết chùng ngăn mười phương xuất sanh trí huệ. Thứ tư là biết tất cả thế giới úp giữa vân vân xuất sanh trí huệ. Thứ năm là biết tất cả pháp một tánh, nhiều tánh, trụ rộng lớn xuất sanh trí huệ. Thứ sáu là biết tất cả nhiều loại thân xuất sanh trí huệ. Thứ bảy là biết tất cả thế gian điên đảo mộng tưởng đều vô sở trước xuất sanh trí huệ. Thứ tám là biết tất cả pháp đều do một đạo xuất ly xuất sanh trí huệ. Thứ chín là biết Như Lai thần lực hay nhập tất cả pháp giới xuất sanh trí huệ. Thứ mười là biết tam thế tất cả chúng sanh Phật chủng không dứt, xuất sanh trí huệ. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 36, có *mười thứ Phật pháp thiện xảo trí*. Đại Bồ Tát an trụ trong mười tâm thắng diệu này rồi thời được mười thứ Phật pháp thiện xảo trí. Thứ nhất là trí liễu đạt Phật pháp thậm thâm. Thứ nhì là trí thiện xảo xuất sanh Phật pháp quảng đại. Thứ ba là trí thiện xảo tuyên thuyết các thứ Phật pháp. Thứ tư là trí thiện xảo chứng nhập Phật pháp bình đẳng. Thứ năm là trí thiện xảo ngộ giải Phật pháp vô sai biệt. Thứ sáu là trí thiện xảo thâm nhập trang nghiêm Phật pháp. Thứ bảy là trí thiện xảo một phương tiện vào Phật pháp. Thứ tám là trí thiện xảo vô lượng phương tiện vào Phật pháp. Thứ chín là trí thiện xảo vô biên Phật pháp vô sai biệt. Thứ mười là trí thiện xảo dùng tự tâm tự lực không thối chuyển nơi tất cả Phật pháp. *Mười Trí Sai Biệt* được Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, Ly Thế Gian. Bồ Tát

nào an trụ nơi pháp này sẽ được trí sai biệt quảng đại vô thượng của Như Lai: trí sai biệt biết chúng sanh, trí sai biệt biết các căn, trí sai biệt biết các hành động, trí sai biệt biết thọ sanh, trí sai biệt biết thế giới, trí sai biệt biết pháp giới, trí sai biệt biết chư Phật, trí sai biệt biết các pháp, trí sai biệt biết tam thế, trí sai biệt biết tất cả đạo ngữ ngôn.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, Ly Thế Gian, chư đại Bồ Tát có *mười trí tùy giác*. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được tất cả pháp tự tại quang minh, sở nguyện đều viên mãn, trong khoảng một niệm đều hay biết rõ tất cả Phật pháp và thành chánh đẳng chánh giác. Thứ nhất là Trí tùy giác tất cả thế giới vô lượng sai biệt. Thứ nhì là Trí tùy giác tất cả chúng sanh bất tư nghi. Thứ ba là Trí tùy giác tất cả pháp, một vào nhiều pháp, nhiều vào một pháp. Thứ tư là Trí tùy giác tất cả pháp giới rộng lớn. Thứ năm là Trí tùy giác tất cả hư không giới rỗng ráo. Thứ sáu là Trí tùy giác tất cả thế giới nhập quá khứ thế. Thứ bảy là Trí tùy giác tất cả thế giới nhập vị lai thế. Thứ tám là Trí tùy giác tất cả thế giới nhập hiện tại thế. Thứ chín là Trí tùy giác tất cả Như Lai vô lượng hạnh nguyện đều ở nơi một trí mà được viên mãn. Thứ mười là Trí tùy giác tam thế chư Phật đều đồng một hạnh mà được xuất ly.

Buddhas' and Bodhisattvas' Wisdoms in Buddhist Scriptures

Higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Jnana is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, while prajna is the strength of intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. Jnana is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Arya-

jnana. In Indian Buddhism it is commonly held that this results from the attainment of meditative concentration (samadhi), but Hui-Neng taught that the two are identical and that both are inherent in every moment of thought. This notion has subsequently been accepted by most Zen traditions. According to the Maha-Prajna-Paramita Sastra, there are three kinds of wisdom: *First*, Sravaka (thanh văn) and Pratyeka-buddha (Duyên giác) knowledge that all the dharma or laws are void and unreal. *Second*, Bodhisattva-knowledge of all things in their proper discrimination. *Third*, Buddha-knowledge, or perfect knowledge of all things in their every aspect and relationship, past, present and future. There are also three other kinds of knowledges: *First, earthly or ordinary wisdom*: This is normal worldly knowledge or ideas. *Second, supra-mundane or spiritual wisdom*: This is the wisdom of Sravaka or Pratyetka-buddha. *Third, supreme wisdom of bodhisattvas and Buddhas*: According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses, there are three knowledges: pubbenivasanussati-nanam-vijja or knowledge of one's past lives, sattanam-cutupapate-nanam-vijja or knowledge of the decease and rebirth of beings, and asavanam-khaye-nanam-vijja or knowledge of the destruction of the corruption. According to the Shingon Sect, there are five kinds of wisdom: *First*, Dharmadhatu-prakrti-jnana or the wisdom derived from the pure consciousness (amala-vijnana). The wisdom of the embodied nature of dharmadhatu, defined as the six elements, and is associated with Vairocana in the center. *Second*, Adarsana-jnana, the great ground mirror wisdom, derived from alaya-vijnana (alaya consciousness), reflecting all things; corresponds to the earth, and is associated with Aksobhya and the east. *Third*, Samata-jnana, the wisdom which derived from manovijnana or mano consciousness, wisdom in regard to all things equally and universally, corresponds to fire and is associated with Ratnasambhava and the south. *Fourth*, Pratyaveksana-jnana, the wisdom derived from wisdom of profound insight (ý thức), or discrimination, for exposition and doubt-destruction; corresponds to water, and is associated with Amitabha and the west. According to the T'ien-T'ai and Shingon, Amita is superior over the five Wisdom Buddhas (Dhyani-Buddhas), even though he governs the Western Quarter, not the center. Of the five Wisdom Buddhas, Amitabha of the West may be identical with the central Mahavairocana, the Buddha of homo-cosmic identity.

Amitabha's original vows, his attainment of Buddhahood of Infinite Light and Life, and his establishment of the Land of Bliss are all fully described in the Sukhavati text. *Fifth*, wisdom of perfecting the double work of self-welfare and the welfare of others. The wisdom derived from the five senses (ngũ cãn), the wisdom of perfecting the double work of self-welfare and the welfare of others; corresponds to the air and is associated with Amoghasiddhi and Maitreya in the north. According to the majority of Buddhist schools, there are six kinds of wisdom. First, the wisdom of hearing and apprehending the truth of the middle way. Second, the wisdom of thought. Third, wisdom of observance. Fourth, the wisdom of neither extreme. Fifth, the wisdom of understanding of nirvana. Buddha-wisdom which comprehends nirvana reality and its functioning. Sixth, the wisdom (associated with Buddha-fruit) of making nirvana illuminate all beings. Also, according to the majority of Buddhist schools, there are ten Buddha's powers of understanding or wisdom: perfect understanding of past, present, and future, perfect understanding of Dharma, unimpeded understanding of the whole Buddha realm, unlimited or infinite understanding of Dharma, understanding of Ubiquity, understanding of Universal enlightenment, understanding of omnipotence or universal control, understanding of omniscience regarding all living beings, understanding of omniscience regarding laws of universal salvation, and understanding of omniscience regarding all Buddha's wisdom. There are also ten powers of a Buddha: the power of knowing (understanding) from awakening to what is and what is not the case, the power of knowing karmic retributions throughout the three periods of time, the wisdom power of knowing all Dhyanas, Liberation, and Samadhis, the wisdom power of knowing all faculties, whether superior or inferior (superiority or baseness of the roots of all living beings), the wisdom power of knowing the various realms, the wisdom power of knowing the various understandings, the wisdom power of knowing where all paths lead, the wisdom power of knowing through the heavenly eye without obstruction, the wisdom power of knowing previous lives without outflows, the wisdom power of knowing from having cut off all habits forever.

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 33, there are *ten kinds of knowledge of all Buddhas*. First, all Buddhas know all

things have no aim, yet they can produce knowledge of dedicated undertaking. Second, all Buddhas know all things have no body, yet they can produce knowledge of pure body. Third, all Buddhas know all things are fundamentally nondual, yet they can produce knowledge capable of awareness and understanding. Fourth, all Buddhas know all things have no self and no being, yet they can produce knowledge to civilize beings. Fifth, all Buddhas know all things fundamentally have no marks, yet they can produce knowledge of all marks. Sixth, all Buddhas know all worlds have no becoming or decay, yet they can produce knowledge of becoming and decay. Seventh, all Buddhas know all things have no creation, yet they can produce knowledge of the effect of action. Eighth, all Buddhas know all things have no verbal explanation, yet they can produce knowledge of verbal explanation. Ninth, all Buddhas know all things have no defilement or purity, yet they can produce knowledge of defilement or purity. Tenth, all Buddhas know all things have no birth or extinction, yet they can produce knowledge of birth and extinction. According to The Flower Adornment Sutra, Chapter 36, there are *ten kinds of broad knowledge*. When great enlightening beings persist in the ten kinds of purity, they become imbued with ten kinds of broad knowledge: knowledge of all sentient beings' mental behavior, knowledge of the consequences of actions of all sentient beings, knowledge of all Buddha-teachings, knowledge of the profound, occult import of all Buddha teachings, knowledge of all methods of concentration spells, knowledge of interpretation of all writings, knowledge of the language and speech of all sentient beings, knowledge of manifestation of their bodies in all worlds, knowledge of manifestation of their reflections in all assemblies, and knowledge of embodying omniscience in all realms of beings. According to The Flower Adornment Sutra, there are *ten kinds of actions of knowledge*. Enlightening Beings who abide by these ten actions of knowledge can attain the supreme action of great knowledge of Buddhas, including all skillful means of liberation. First, believing in consequences of action and not denying causality. Second, not giving up the determination for enlightenment, always remembering the Buddhas. Third, attending the wise (good-knowing advisors), respecting and providing for them, honoring them tirelessly. The fourth action of knowledge includes enjoying the teachings and their meaning

tirelessly, getting rid of wrong awareness, and always cultivating true awareness. The fifth action of knowledge states that getting rid of haughtiness toward all sentient beings, thinking of Enlightening Beings as Buddhas, valuing the true Teaching as much as one's own being, honoring The Enlightened as though protecting one's own life, and thinking of practitioners as Buddhas. The sixth action of knowledge includes being free from all that is not good in thought, word, and deed, praising the excellence of sages and saints, and according with enlightenment. The seventh action of knowledge is not denying interdependent origination, getting rid of false views, destroying darkness and attaining light, and illuminating all things. The eighth action of knowledge is acting in accord with the ten kinds of dedication. Thinking of the ways of transcendence as one's mother, thinking of skillful means as one's father, and entering the house of enlightenment with a profound pure mind. Ninth, diligently accumulating all practices that foster enlightenment, such as charity, morality, learning, cessation and contemplation, virtue and wisdom. Tenth, indefatigably cultivating any practices the followings: that is praised by the Buddhas; that can break through the afflictions and conflicts of demons; that can remove all obstructions, veils, shrouds and bonds; that can teach and tame all sentient beings; that can embrace the truth in accord with knowledge and wisdom; that can purify a Buddha-land; and that can generate spiritual capacities and insights. *Ten kinds of oceanic knowledge entering into unexcelled, complete perfect enlightenment* according to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38. Enlightening beings who abide by these can attain the ocean of supreme knowledge of Buddhas. First, penetrate all realms of sentient beings. Second, penetrate all worlds without giving rise to arbitrary discriminations. Third, know all realms of space are measureless and immaterial, and enter the network of all different worlds in the ten directions. Fourth, skillfully penetrate phenomena because they know them all: fluidity, nonannihilation, noneternity, infinity, nonbirth, nondestruction, and totality. The fifth oceanic knowledge states that Great Enlightening Beings know the roots of goodness have accumulated, do accumulate, and will accumulate the Buddhas, Enlightening beings, Listeners, Individual Illuminates, and all ordinary people. Great Enlightening Beings also know the roots of goodness have already accomplished, now being

accomplished, and to be accomplished by the Buddhas of all times in perfect enlightenment; the roots of goodness in the teaching and civilizing of all sentient beings by the Buddhas of all times. Knowing all these roots of goodness, Enlightening Beings will do the following: deeply believe in them, approve and aspire to them, and cultivate them tirelessly. The sixth oceanic knowledge states that moment to moment Great Enlightening Beings enter untold eons of the past and know how many Buddhas appear in each eon, no matter how unspeakably many they were they know clearly in each and every eon their congregations, their teaching and training methods, the lifespan of all sentient beings, and how long their doctrine lasted. They also know if there were sentient beings who planted roots of goodness for enlightenment in ages when there were no Buddhas. They also know if there are any sentient beings who will get to see Buddhas in the future when their roots of goodness ripen. They tirelessly examine untold eons of the past. The seventh oceanic knowledge states that Great Enlightening Beings penetrate the ages of the future, examine and distinguish all ages, measureless, boundless; know what ages will have Buddhas and what ages will not. They know how many Buddhas will appear in what ages, what the names of each Buddha will be, and what worlds they will live in? What the names of those worlds will be. How many sentient beings they will liberate. How long they will live. Observe throughout the future, knowing all endlessly, tirelessly. The eighth oceanic knowledge states that Great Enlightening Beings enter the present observe and reflect moment after moment see boundless kinds of worlds in the ten directions, each having Buddhas who have attained, are attaining and will attain supreme enlightenment. As they go to the site of enlightenment, sit under the tree of Enlightenment, conquer the demons, and attain Unexcelled Complete Perfect Enlightenment. When getting up, they go into the city, ascend to the heavens, expound the subtle truth and turn the great wheel of teaching, manifest spiritual powers, tame sentient beings, hand on the teaching of complete enlightenment, give up their lives, and enter final nirvana. After they have entered nirvana, their teachings are collected and preserve them in the worlds, the Buddhas' monuments are adorned and honored in various ways. The Enlightening Beings also see the sentient beings in those worlds encounter the Buddhas' teachings, accept,

preserve and repeat them, remember and ponder them, increase in wisdom and understanding. They extend these throughout the ten directions and have no misunderstanding about the Buddhas' teachings, because Great Enlightening Beings know the Buddhas are all like dreams, yet they go to all Buddhas and honor them. At such times Enlightening Beings do not cling to their bodies, yet they utilize their bodies to cultivate. They do not cling to the Buddhas, yet they see the Buddhas and hear the teachings; they do not cling to the world, yet they enter the world to save sentient beings; they do not cling to the congregation; they do not cling to the preaching; they do not cling to the age, yet they enter all ages tirelessly. The ninth oceanic knowledge states that Great Enlightening Beings honor countless Buddhas in each age, for untold eons, appearing to die in one place and be born in another. They honor the Buddhas, as well as the Enlightening Beings and disciples in their congregations with all kinds of transmudane offerings. After the Buddhas pass away, they honor their relics with unsurpassed offerings, and extensively practice charity. Great Enlightening Beings with an inconceivable mind, a mind not seeking reward, a mind with ultimate determination, a determination to provide benefit. For untold eons, Great Enlightening Beings, for the sake of supreme complete perfect enlightenment, honor the Buddhas, benefit sentient beings, preserve the true teaching, and reveal and expound the true teaching for untold eons. The tenth oceanic knowledge states that Great Enlightening Beings wholeheartedly seek, from all Buddhas, from all Enlightening Beings, from all teachers of truth. The principles expounded by Enlightening Beings; the principles studied by Enlightening Beings; the principles taught by Enlightening Beings; the principle practiced by Enlightening Beings; the methods of purification of Enlightening Beings; the methods of development of Enlightening Beings; the methods of training of Enlightening Beings; the methods of equanimity of Enlightening Beings; the methods of emancipation of Enlightening Beings; and the methods of total mental command of Enlightening Beings. Having obtained these teachings, Great Enlightening Beings absorb and retain them, read and repeat them, analyze and explain them, never tiring of this, causing countless sentient beings to develop all awareness of the Buddha teachings that corresponds to omniscience, to penetrate the characteristics of reality,

attain nonregression in respect to Unexcelled, Complete Perfect Enlightenment, and Enlightening beings continue to cultivate this way tirelessly for untold eons. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are *ten kinds of contemplation of knowledge* of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can attain the contemplation of supreme knowledge of Buddhas. First, contemplation of knowledge of skillfully analyzing and explaining all things. Second, knowing all roots of goodness of past, present and future. Third, knowing the practices of all Enlightening Beings, being able to transform freely. Fourth, knowing the meanings of all doctrines. Fifth, knowing the powers of all Buddhas. Sixth, knowing all methods of concentration formulae. Seventh, expounding truth in all words, entering all universes. Eighth, knowing all spaces are inconceivable. Ninth, knowing all ten directions are inconceivable. Tenth, knowing the light of knowledge of all Buddha teachings is unobstructed.

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are *ten illuminations of knowledge* of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can attain the illumination of supreme knowledge of all Buddhas. First, the illumination of knowledge of certain attainment of supreme perfect enlightenment. Second, the illumination of knowledge seeing all Buddhas. Third, the illumination of knowledge of seeing all sentient beings dying in one place and being born in another. Fourth, the illumination of knowledge understanding the doctrines of all scriptures. Fifth, the illumination of knowledge developing the determination of enlightenment through association with the wise and accumulation of roots of goodness. Sixth, the illumination of knowledge showing all Buddhas. Seventh, the illumination of knowledge teaching all sentient beings so they may abide in the state of enlightenment. Eighth, the illumination of knowledge expounding inconceivable great means of access to truth. Ninth, the illumination of knowledge skillfully comprehending the spiritual powers of all Buddhas. Tenth, the illumination of knowledge fulfilling all transcendent ways. This is *ten kinds of treasury of great knowledge* possessed by Enlightening Beings when they first attain the concentration of knowledge of the adornments of Buddhas according to the Flower Adornment Sutra, Chapter 27. First, knowledge illuminating all Buddha-lands. Second, knowledge of the births of all beings. Third,

knowledge of how to make magical displays of past, future and present. Fourth, knowledge of all Buddha-bodies. Fifth, knowledge comprehending all Buddha teachings. Sixth, knowledge embracing all pure phenomena. Seventh, knowledge of how to cause all beings to enter the reality body. Eighth, pure knowledge of universal directly perceiving all things. Ninth, knowledge of total freedom reaching the other shore. Tenth, knowledge establishing all universal principles. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are *ten kinds of skillful analytic knowledge* of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can attain supreme knowledge of Buddhas that skillfully distinguishes all things. First, skillful analytic knowledge penetrating all lands. Second, skillful analytic knowledge penetrating all abodes of sentient beings. Third, skillful analytic knowledge penetrating the mental activities of all sentient beings. Fourth, skillful analytic knowledge penetrating the faculties of all sentient beings. Fifth, skillful analytic knowledge penetrating the consequences of all actions of all sentient beings. Sixth, skillful analytic knowledge penetrating the practices of all Buddhist disciples. Seventh, skillful analytic knowledge penetrating the practices of all Individual Illuminates. Eighth, skillful analytic knowledge penetrating the practices of all Enlightening Beings. Ninth, skillful analytic knowledge penetrating the practices of mundane things. Tenth, skillful analytic knowledge penetrating all principles and attributes of Buddhahood.

Ten kinds of unimpeded function relating to knowledge according to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38. First, inexhaustible analytic powers. Second, retention of all dharani concentration formulae. Third, ability to know and explain with certainty the faculties of all sentient beings. Fourth, instantly knowing, by unhindered knowledge, the action of the minds of all sentient beings. Fifth, knowing clearly all sentient beings' inclinations, propensities, habits, and afflictions. Giving them remedies in accordance with their ailments. Sixth, In a single moment they are able to enter into the ten powers of Buddhas. Seventh, by unimpeded knowledge they are able to know all ages of past, present, and future and sentient beings therein. Eighth, moment to moment they manifest the attainment of enlightenment, showing it to sentient beings endlessly. Ninth, know the actions of all sentient beings in the thought

of one sentient being. Tenth, understand the language of all sentient beings in the words of one sentient being. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are *ten kinds of pure wisdom* of great enlightening beings. Enlightening beings who abide by these can attain the unobstructed great wisdom of Buddhas. First, pure wisdom knowing all causes, not denying consequences. Second, pure wisdom knowing all conditions, not ignoring combination. Third, pure wisdom knowing nonannihilation and nonpermanence, comprehending interdependent origination truly. Fourth, pure wisdom extracting all views, neither grasping nor rejecting characteristics of sentient beings. Fifth, pure wisdom observing the mental activities of all sentient beings, knowing they are illusory. Sixth, pure wisdom with vast intellectual power, distinguishing all truths and being unhindered in dialogue. Seventh, pure wisdom unknowable to demons, false teachers, or followers of the vehicles of individual salvation, deeply penetrating the knowledge of all Buddha. The eighth pure wisdom states that Great Enlightening Beings see the subtle reality body of all Buddhas; see the essential purity of all sentient beings; see that all phenomena are quiescent; see that all lands are the same as space; and know all characteristics without impediment. The ninth Pure wisdom states that all powers of mental command, analytic abilities, liberative means are ways of transcendence; fostering the attainment of all supreme knowledge. The tenth Pure wisdom states that Great Enlightening Beings instantly unite with adamant knowledge, comprehending the equality of all things, and attaining the most honorable knowledge of all things. *Ten stations of omniscience of all Buddhas* (The Flower Adornment Sutra, Chapter 38). All Buddhas instantly know the minds and mental patterns of all sentient beings of past, present and future. All Buddha instantly know the acts and the resulting consequences of those acts amassed by all sentient beings in the past, present and future. All Buddhas instantly know the needs of all sentient beings and teach and civilize them by means of correct diagnosis, prescription, and occult influence. The fourth station of omniscience: all Buddhas instantly know the mental characteristics of all sentient beings in the cosmos, manifest the emergence of Buddhas in all places and take those beings into their care by expedient means. All Buddhas instantly manifest expositions of teaching according to the

mental inclinations, desires, and understanding of all sentient beings in the cosmos, causing them to become civilized. All Buddhas instantly know the inclinations of the minds of all sentient beings in the cosmos and manifest spiritual powers for them. All Buddhas instantly manifest appearance in all places according to all the sentient beings who may be taught, and explain to them that the embodiment of Buddha is not graspable. All Buddhas instantly reach all places in the cosmos, all sentient beings, and their particular paths. All Buddhas instantly go in response to any beings who think of them, wherever they may be. All Buddhas know the understanding and desires of all sentient beings and manifest immeasurable physical forms for their benefit. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are *ten kinds of attainment of wisdom* of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can attain supreme realizational knowledge of all Buddhas. First, giving freely. Second, deeply understanding all Buddha teachings. Third, entering the boundless knowledge of all Buddhas. Fourth, being able to cut off doubts in all dialogues. Fifth, penetrating the doctrines of the wise. Sixth, deeply understanding the skillful use of words by the Buddhas in all their teachings. Seventh, deeply understanding how planting a few roots of goodness in the company of Buddhas will enable one to fulfill all pure qualities and attain the infinite knowledge of Buddhas. Eighth, accomplishing the inconceivable states of Enlightening Beings. Ninth, being able to visit untold Buddha-lands in one moment of thought. Tenth, awakening to the enlightenment of all Buddhas, entering all realms of reality, hearing and holding the teachings expounded by all Buddhas. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 33, there are *ten kinds of virtues of inexhaustible oceans of knowledge* of the Buddhas. First, the virtue of the inexhaustible ocean of knowledge of the boundless body of reality of all Buddhas. Second, of the infinite Buddha-works of all Buddhas. Third, the virtue of the sphere of the enlightened eye of all Buddhas. Fourth, the virtue of the infinite, inconceivable roots of goodness of all Buddhas. Fifth, the virtue of all Buddhas showering all liberating teachings everywhere. Sixth, the virtue of the various undertakings and practices carried out by all Buddhas in the past. Seventh, the virtue of the eternal performance of Buddha-work by all Buddhas. Eighth, the virtue of all Buddhas

extolling the qualities of enlightenment. Ninth, the virtue of Buddha comprehending the mental patterns of all sentient beings. Tenth, the Buddha's virtue of the unsurpassed adornments of virtue and knowledge of all Buddhas. *Ten ways of generating knowledge* of Great Enlightening Beings according to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38. Enlightening Beings who abide by these can comprehend all things. First, they generate knowledge by knowing the understandings of all sentient beings. Second, they generate knowledge by knowing the various distinctions of all Buddha-lands. Third, they generate knowledge by knowing domains of the network of the ten directions. Fourth, they generate knowledge by knowing all worlds, inverted, upright, and so on. Fifth, they generate knowledge by knowing the unity, variety, and universality of all things. Sixth, they generate knowledge by knowing the various physical forms. Seventh, they generate knowledge by knowing the misconceptions and delusions of all worldlings without clinging to them. Eighth, they generate knowledge by knowing that all truths ultimately lead to emancipation by one path. Ninth, they generate knowledge by knowing the spiritual power of the enlightened can enter all universes. Tenth, they generate knowledge by knowing that the seed of enlightenment in all sentient beings, past, present, and future, does not die out. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 36, there are *ten kinds of technical knowledge* of the Buddha teachings. Once Great Enlightening Beings abide in the ten kinds of sublime mind, they acquire ten kinds of technical knowledge of the Buddha teachings. First, technical knowledge of Comprehending the most profound Buddha teaching. Second, technical knowledge of the production of far-reaching Buddha-teachings. Third, technical knowledge of exposition of all kinds of Buddha teachings. Fourth, technical knowledge of realizing the Buddha teaching of equality. Fifth, technical knowledge of understanding the Buddha teaching of differentiation. Sixth, technical knowledge of penetration of the Buddha teaching of adornment. Seventh, technical knowledge of penetrating the Buddha teachings by one means. Eighth, technical knowledge of penetrating the Buddha teachings by innumerable means. Ninth, technical knowledge of nodifference of the boundless Buddha teachings. Tenth, technical knowledge of nonregression in the Buddha teachings by one's own mind and one'

own power. *Ten kinds of knowledge of differentiation* of Enlightening Beings mentioned by the Buddha in The Flower Adornment Sutra, Chapter 38, Detachment from The World. Enlightening Beings who rest on these principles will attain the Buddha's unexcelled, far-reaching knowledge of differentiation: knowledge of differentiations of sentient beings, knowledge of differentiations of faculties, knowledge of differentiations of consequences of actions, knowledge of differentiations of forms of birth, knowledge of differentiations of worlds, knowledge of differentiations of spheres of reality, knowledge of differentiations of Buddhas, knowledge of differentiations of phenomena, knowledge of differentiations of time, and knowledge of differentiations of all ways of speaking.

According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, Great Enlightening Beings have *ten kinds of conscious knowledge*. Enlightening Beings who abide by these can attain the illumination of mastery of all truth, their vows will be fulfilled, they will be instantly able to understand all Buddhas' techniques and attain true enlightenment. First, Conscious knowledge of the infinite differentiations of all worlds. Second, Conscious knowledge of the inconceivability of all realms of sentient beings. Third, Conscious knowledge of all things, each individual being immanent in the variegated manifold, and the variegated manifold being immanent in each individual unit. Fourth, Conscious knowledge of the vastness of all spheres of reality. Fifth, Conscious knowledge of the ultimacy of all realms of space. Sixth, Conscious knowledge of all worlds entering the past. Seventh, Conscious knowledge of all worlds entering the future. Eighth, Conscious knowledge of all worlds entering the present. Ninth, Conscious knowledge of the infinite undertakings and vows of all Buddhas reaching fulfillment in one knowledge. Tenth, Conscious knowledge that the Buddhas of past, present and future all attain emancipation by own and the same practice.

Chương Mười Lăm
Chapter Fifteen

Trí Bát Nhã Theo Kinh Pháp Bảo Đàn

Một hôm, Vi Sứ Quân thưa thỉnh, Tổ đăng tòa bảo đại chúng rằng: “Tất cả nên tịnh tâm niệm Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật Đa.” Lại bảo: “Này thiện tri thức, trí Bát Nhã Bồ Đề, người đời vốn tự có, chỉ nhân vì tâm mê không thể tự ngộ, phải nhờ đến đại thiện tri thức chỉ đường mới thấy được tánh. Phải biết người ngu người trí, Phật tánh vốn không khác, chỉ duyên mê ngộ không đồng, do đó nên có ngu trí. Nay tôi vì nói pháp Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật, khiến cho các ông, mỗi người được trí tuệ, nên chí tâm lắng nghe, tôi vì các ông mà nói. Này thiện tri thức, có người trọn ngày miệng tụng Bát Nhã nhưng không biết tự tánh Bát Nhã, ví như nói ăn mà không no, miệng chỉ nói không, muôn kiếp chẳng được thấy tánh, trọn không có ích gì. Này thiện tri thức, “Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật” là tiếng Phạn, dịch là đại trí tuệ đến bờ kia, nó phải là hành nơi tâm, không phải tụng ở miệng. Miệng tụng mà tâm chẳng hành như huyễn như hóa, như sương, như điện. Miệng niệm mà tâm hành ắt tâm và miệng hợp nhau, bản tánh là Phật, lìa tánh không riêng có Phật.

Sao gọi là Ma Ha? Ma Ha là lớn, tâm lượng rộng lớn ví như hư không, không có bờ mé, cũng không có vuông tròn, lớn nhỏ, cũng không phải xanh, vàng, đỏ, trắng, cũng không có trên dưới, dài ngắn, cũng không sâu, không hỷ, không phải, không quấy, không thiện không ác, không có đầu, không có đuôi, cõi nước chư Phật, trọn đồng với hư không, diệu tánh của người đời vốn không, không có một pháp có thể được, tự tánh chơn không cũng lại như thế. Này thiện tri thức, chớ nghe tôi nói “không” liền chấp không, thứ nhất là không nên chấp “không,” nếu để tâm “không” mà ngồi tịnh tọa, đó tức là chấp “vô ký không.” Này thiện tri thức, thế giới hư không hay bao hàm vạn vật sắc tượng, mặt trời, mặt trăng, sao, núi, sông, đất liền, khe suối, cỏ cây, rừng rậm, người lành người dữ, pháp lành pháp dữ, thiên đường địa ngục, tất cả biển lớn, các núi Tu Di, thủy ở trong hư không. Tánh của người đời lại cũng như thế. Này thiện tri thức, tự tánh hay bao hàm muôn pháp ấy là đại. Muôn pháp ở trong tự tánh của mọi người, nếu thấy tất cả người ác cùng với lành, trọn đều không có chấp, không có

bỏ, cũng không nhiễm trước, tâm cũng như hư không, gọi đó là đại, nên gọi là Ma Ha.

Này thiện tri thức, người mê miệng nói, người trí tâm hành. Lại có người mê, để tâm rỗng không, ngồi tịnh tọa, trăm việc không cho nghĩ tự gọi là đại, bọn người này không nên cùng họ nói chuyện, vì họ là tà kiến. Này thiện tri thức, tâm lượng rộng lớn khắp giáp cả pháp giới, dụng tức rõ ràng phân minh, ứng dụng liền biết tất cả, tất cả tức một, một tức tất cả, đi lại tự do, tâm thể không bị ngăn ngại tức là Bát Nhã. Này thiện tri thức, tất cả trí Bát Nhã đều từ tự tánh sanh, chẳng từ bên ngoài vào, chớ lầm dụng ý nên gọi là chơn chánh tự dụng. Một chơn thì tất cả chơn, tâm lượng rộng lớn không đi theo con đường nhỏ, miệng chớ trọn ngày nói không mà trong tâm chẳng tu hạnh này, giống như người phạm tự xưng là quốc vương trọn không thể được, không phải là đệ tử của ta.

Này thiện tri thức, sao gọi là Bát Nhã? Bát Nhã nghĩa là “trí tuệ.” Tất cả chỗ, tất cả thời, mỗi niệm không ngu, thường hành trí huệ tức là Bát Nhã hạnh. Một niệm ngu khởi lên, tức là Bát Nhã bật. Một niệm trí khởi lên, tức là Bát Nhã sanh. Người đời ngu mê không thấy Bát Nhã, miệng nói Bát Nhã mà trong tâm thường ngu, thường tự nói ta tu Bát Nhã, niệm niệm nói không nhưng không biết được chơn không. Bát Nhã không có hình tướng, tâm trí tuệ ấy vậy. Nếu khởi hiểu như thế tức gọi là Bát Nhã trí. Sao gọi là Ba La Mật? Đây là tiếng Phạn, có nghĩa là “đến bờ kia,” giải nghĩa là “liã sanh diệt.” Chấp cảnh thì sanh diệt khởi như nước có sóng môi, tức là bờ bên này, liã cảnh thì không sanh diệt như nước thường thông lưu, ấy gọi là bờ kia, nên gọi là Ba La Mật.

Này thiện tri thức, người mê miệng tụng, chính khi đang tụng mà có vọng, có quấy; niệm niệm nếu hành Bát Nhã, ấy gọi là chơn tánh. Người ngộ được pháp này, ấy là pháp Bát Nhã, người tu hạnh này, ấy là hạnh Bát Nhã. Không tu tức là phạm, một niệm tu hành, tự thân đồng với Phật. Này thiện tri thức, phạm phu tức Phật, phiền não tức Bồ Đề. Niệm trước mê tức phạm phu, niệm sau ngộ tức Phật; niệm trước chấp cảnh tức phiền não, niệm sau liã cảnh tức Bồ Đề. Này thiện tri thức, Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật tối tôn, tối thượng, tối đệ nhất, không trụ, không qua cũng không lại, chư Phật ba đời thấy đều từ trong đó mà ra. Phải dùng đại trí huệ này đập phá ngũ uẩn, phiền não, trần lao, tu hành như đây quyết định thành Phật đạo, biến tam độc thành giới định

huệ. Nay thiện tri thức, pháp môn của tôi đây từ một Bát Nhã phát sanh ra tám muôn bốn ngàn trí tuệ. Vì cơ sao? Vì người đời có tám muôn bốn ngàn trần lao, nếu không có trần lao thì trí tuệ thường hiện, chẳng lia tự tánh. Người ngộ pháp này tức là vô niệm, vô ức, vô trước, chẳng khởi cố gắng vọng, dùng tánh chơn như của mình, lấy trí tuệ quán chiếu, đối với tất cả pháp không thủ không xả, tức là thấy tánh thành Phật đạo.

Nay thiện tri thức, nếu muốn vào pháp giới thậm thâm và Bát Nhã Tam Muội thì phải tu Bát Nhã hạnh, phải trì tụng Kinh Kim Cang Bát Nhã, tức được thấy tánh. Nên biết kinh này công đức vô lượng vô biên, trong kinh đã khen ngợi rõ ràng, không thể nói đầy đủ được. Pháp môn này là tối thượng thừa, vì những người đại trí mà nói, vì những người thượng căn mà nói. Những người tiểu căn tiểu trí nghe pháp này, tâm sanh ra không tin. Vì cơ sao? Ví như có một trận mưa lớn, cả cõi nước, thành ấp, chợ búa đều bị trôi giạt cũng như trôi giạt những lá táo. Nếu trận mưa lớn đó mưa nơi biển cả thì không tăng không giảm. Như người đại thừa, hoặc người tối thượng thừa nghe Kinh Kim Cang thì khai ngộ, thế nên biết bản tánh họ tự có trí Bát Nhã, tự dùng trí tuệ thường quán chiếu, nên không nhờ văn tự, thí dụ như nước mưa không phải từ trời mà có, nguyên là từ rồng mà đấy lên, khiến cho tất cả chúng sanh, tất cả cỏ cây, hữu tình vô tình thủy đều được đượm nhuần. Trăm sông các dòng đều chảy vào biển cả, hợp thành một thể, trí tuệ Bát Nhã nơi bản tánh chúng sanh lại cũng như thế.

Nay thiện tri thức, người tiểu căn nghe pháp môn đốn giáo này ví như là cỏ cây, cội gốc của nó vốn nhỏ, nếu bị mưa to thì đều ngã nghiêng không thể nào tăng trưởng được, người tiểu căn lại cũng như vậy, vốn không có trí tuệ Bát Nhã cùng với người đại trí không sai biệt, hơn sao nghe pháp họ không thể khai ngộ? Vì do tà kiến chướng nặng, cội gốc phiền não sâu, ví như đám mây lớn che kín mặt trời, nếu không có gió thổi mạnh thì ánh sáng mặt trời không hiện. Trí Bát Nhã cũng không có lớn nhỏ, vì tất cả chúng sanh tự tâm mê ngộ không đồng, tâm thể bên ngoài thấy có tu hành tìm Phật, chưa ngộ được tự tánh tức là tiểu căn. Nếu khai ngộ đốn giáo không thể tu ở bên ngoài, chỉ nơi tâm mình thường khởi chánh kiến, phiền não trần lao thường không bị nhiễm tức là thấy tánh.

Nay thiện tri thức, trong ngoài không trụ, đi lại tự do, hay trừ tâm chấp, thông đạt không ngại, hay tu hạnh này cùng kinh Bát Nhã vốn

không sai biệt. Đây thiện tri thức, tất cả kinh điển và các văn tự, đại thừa, tiểu thừa, 12 bộ kinh đều như người mà an trí, như tánh trí tuệ mới hay dựng lập. Nếu không có người đời thì tất cả muôn pháp vốn tự chẳng có, thế nên biết muôn pháp vốn tự như người mà dựng lập, tất cả kinh điển như người mà nói có, như vì trong người kia có ngu và có trí, người ngu là tiểu như, người trí là đại như, người ngu hỏi nơi người trí, người trí vì người ngu mà nói pháp, người ngu bỗng nhiên ngộ hiểu, tâm được khai tức cùng với người trí không sai khác.

Này thiện tri thức, chẳng ngộ tức Phật là chúng sanh, khi một niệm ngộ chúng sanh là Phật. Thế nên biết muôn pháp trọn ở nơi tự tâm, sao chẳng từ trong tâm liền thấy được chân như bản tánh? Kinh Bồ Tát Giới nói rằng: “Bản tánh của ta nguyên tự thanh tịnh, nếu biết được tự tâm thấy tánh đều thành Phật đạo. Kinh Tịnh Danh nói: “Liền khi đó bỗng hoá nhiên được bản tâm.” Đây thiện tri thức, khi xưa ta ở nơi Ngũ Tổ Nhẫn, một phen liền được ngộ, chóng thấy chơn như bản tánh, khi ấy đem giáo pháp này lưu hành khiến cho người học đạo chóng ngộ được Bồ Đề, mỗi người tự quán nơi tâm, tự thấy bản tánh, nếu tự chẳng ngộ phải tìm những bậc đại thiện tri thức, người hiểu được giáo pháp tối thượng thừa, chỉ thẳng con đường, ấy là thiện tri thức, có nhưn duyên lớn, chỗ gọi là hóa đạo khiến được thấy tánh. Tất cả pháp lành nhưn nơi thiện tri thức mà hay phát khởi. Ba đời chư Phật, 12 bộ kinh, ở trong tánh của người vốn tự có đủ, không có thể tự ngộ thì phải nhờ thiện tri thức chỉ dạy mới thấy. Nếu tự mình ngộ thì không nhờ bên ngoài, nếu một bề chấp bảo rằng phải nhờ thiện tri thức khác mong được giải thoát thì không có lẽ ấy. Vì cơ sao? Trong tự tâm có tri thức tự ngộ, nếu khởi tà mê vọng niệm điên đảo thì thiện tri thức bên ngoài, tuy có giáo hóa chỉ dạy, cũng không thể cứu được. Nếu khởi chánh chơn Bát Nhã quán chiếu thì trong khoảng một sát na vọng niệm đều diệt, nếu biết tự tánh một phen ngộ tức đến quả vị Phật.

Này thiện tri thức! Trí tuệ quán chiếu, trong ngoài sáng suốt, biết bốn tâm mình, nếu biết bốn tâm tức là gốc của sự giải thoát. Nếu được giải thoát tức là Bát Nhã Tam Muội, tức là vô niệm. Sao gọi là vô niệm? Nếu thấy tất cả pháp mà tâm không nhiễm trước ấy là vô niệm, dụng tức khắp tất cả chỗ, cũng không dính mắc tất cả chỗ, chỉ thanh tịnh nơi bốn tâm khiến sáu thức ra sáu cửa đối trong sáu trần không nhiễm, không tạp, đi lại tự do, thông dụng không kẹt, tức là Bát Nhã Tam Muội, tự tại giải thoát gọi là vô niệm hạnh. Nếu trăm vật chẳng

ngĩ, chính khi đó khiến cho niệm bật đi, ấy là pháp phược, ấy gọi là biên kiến. Nầy thiện tri thức, người ngộ được pháp vô niệm thì muôn pháp đều không, người ngộ được pháp vô niệm thì thấy cảnh giới của chư Phật, người ngộ được pháp vô niệm thì đến địa vị Phật. Nầy thiện tri thức, đời sau người được pháp của ta, đem pháp môn đốn giáo nầy, đối với hàng người đồng kiến đồng hành phát nguyện thọ trì như là thờ Phật, cố gắng tu thân không dám lui sụt thì quyết định vào quả vị Thánh, nhưng phải truyền trao, từ trước đến giờ, thắm truyền trao phó chứ không được dấu kín chánh pháp. Nếu không phải là hàng đồng kiến đồng hành, ở trong pháp môn khác thì không được truyền trao, e tổn tiền nhưn kia, cứu cánh vô ích, sợ người ngu không hiểu, chê bai pháp môn nầy rồi trăm kiếp ngàn đời đoạn chủng tánh Phật.

Nầy thiện tri thức, tôi có một bài tụng Vô Tướng, mỗi người phải tụng lấy, người tại gia, người xuất gia chỉ y đây mà tu, nếu không tự tu, chỉ ghi nhớ lời của tôi thì cũng không có ích gì. Nghe tôi tụng đây:

Thông cả thuyết và tâm,
 Như mặt trời giữa hư không,
 Chỉ truyền pháp kiến tánh,
 Ra đời phá tà tông.
 Pháp thì không đốn tiệm,
 Mê ngộ có mau chậm,
 Chỉ pháp kiến tánh nầy,
 Người ngu không thể hiểu,
 Nói tuy có muôn thứ,
 Trở về lý chỉ một,
 Phiền não trong nhà tối,
 Thường phải sanh mặt trời huệ,
 Tà đến phiền não sanh,
 Chánh đến phiền não dứt,
 Tà chánh đều không dùng,
 Thanh tịnh mới hoàn toàn.
 Bồ Đề vốn tự tánh,
 Khởi tâm tức tà vọng,
 Tâm tịnh ở trong vọng,
 Chỉ chánh không ba chương.
 Người đời nếu tu hành,
 Tất cả chẳng trọn ngại,

Thường tự thấy lỗi mình,
 Cùng đạo đức tương đương.
 Sắc loại tự có đạo,
 Đều chẳng chướng ngại nhau,
 Là đạo riêng tìm đạo,
 Trọn đời không thấy đạo.
 Lãng xãng qua một đời,
 Kết cuộc cũng tự phiền,
 Muốn thấy đạo chơn thật,
 Hạnh chánh tức là đạo.
 Nếu không có tâm đạo,
 Hạnh tối không thấy đạo.
 Người chơn chánh tu hành,
 Không thấy lỗi thế gian,
 Nếu thấy lỗi người khác,
 Lỗi mình đã đến bên,
 Người quấy ta chẳng quấy,
 Ta quấy tự có lỗi.
 Chỉ dẹp lỗi nơi tâm,
 Phá trừ các phiền não,
 Yêu ghét chẳng bận lòng,
 Duỗi thẳng hai chân ngủ.
 Như mặt trời giữa hư không,
 Muốn nghĩ giáo hóa người,
 Tự phải có phương tiện,
 Chớ khiến người nghi ngờ,
 Tức là tự tánh hiện.
 Phật pháp nơi thế gian,
 Không là thế gian giác,
 Là thế tìm Bồ Đề,
 Giống như tìm sừng thỏ.
 Chánh kiến gọi xuất thế,
 Tà kiến là thế gian,
 Tà chánh đều dẹp sạch,
 Tánh Bồ Đề hiện rõ.
 Tụng này là đốn giáo,
 Cũng gọi thuyền đại pháp,

Mê nghe trái nhiều kiếp,
Ngộ trong khoảng sát na.

Tổ lại bảo: “Nay ở chùa Đại Phạm nói pháp đốn giáo này, khắp nguyện cả pháp giới chúng sanh ngay lời nói này đều được thấy tánh thành Phật.” Khi ấy Vi Sử Quân cùng quan liêu đạo tục nghe Tổ nói, không ai mà chẳng tỉnh ngộ, đồng thời làm lễ đều tán thán: “Lành thay! Đâu ngờ ở Lãnh Nam có Phật ra đời!”

***Prajna Wisdom According to the Platform Sutra of
the Sixth Patriarch's Dharma Treasure***

One day, at the invitation of Magistrate Wei, the Master took his seat and said to the great assembly, “All of you purify your minds and think about Maha Prajna Paramita.” He then said, “All-Knowing Advisors, the wisdom of Bodhi and Prajna is originally possessed by worldly people themselves. It is only because their minds are confused that they are unable to enlighten themselves and must rely on a great Good Knowing Advisor who can lead them to see their Buddha-nature. You should know that the Buddha-nature of stupid and wise people is basically not different. It is only because confusion and enlightenment are different that some are stupid and some are wise. I will now explain for you the Maha Prajna Paramita Dharma in order that each of you may become wise. Pay careful attention and I will explain it to you.” Good Knowing Advisors, worldly people recite ‘Prajna’ with their mouths all day long and yet do not recognize the Prajna of their self-nature. Just as talking about food will not make you full, so, too, if you speak of emptiness you will not see your own nature in ten thousand ages. In the end, you will not have obtained any benefit. Good Knowing Advisors, Maha Prajna Paramita is a Sanskrit word which means ‘great wisdom which has arrived at the other shore.’ It must be practiced in the mind, and not just recited in words. When the mouth recites and the mind does not practice, it is like an illusion, a transformation, dew drops, or lightning. However, when the mouth recites and the mind practices, then mind and mouth are in mutual accord. One’s own original nature is Buddha; apart from the nature there is no other Buddha.

What is meant by Maha? Maha means 'great.' The capacity of the mind is vast and great like empty space, and has no boundaries. It is not square or round, great or small. Neither is it blue, yellow, red, white. It is not above or below, or long or short. It is without anger, without joy, without right, without wrong, without good, without evil, and it has no head or tail. All Buddha-lands are ultimately the same as empty space. The wonderful nature of worldly people is originally empty, and there is not a single dharma which can be obtained. The true emptiness of the self-nature is also like this. Good Knowing Advisors, do not listen to my explanation of emptiness and then become attached to emptiness. The most important thing is to avoid becoming attached to emptiness. If you sit still with an empty mind you will become attached to undifferentiated emptiness. Good Knowing Advisors, The emptiness of the universe is able to contain the forms and shapes of the ten thousand things: the sun, moon, and stars; the mountains, rivers, and the great earth; the fountains, springs, streams, torrents, grasses, trees, thickets, and forests; good and bad people, good and bad dharmas, the heavens and the hells, all the great seas, Sumeru and all mountains; all are contained within emptiness. The emptiness of the nature of worldly men is also like this. Good Knowing Advisors, the ability of one's own nature to contain the ten thousand dharmas is what is meant by 'great.' The myriad dharmas are within the nature of all people. If you regard all people, the bad as well as the good, without grasping or rejecting, without producing a defiling attachment, your mind will be like empty space. Therefore, it is said to be 'great,' or 'Maha.'

Good Knowing Advisors, the mouth of the confused person speaks, but the mind of the wise person practices. There are deluded men who sit still with empty minds, vainly thinking of nothing and declaring that to be something great. One should not speak with these people because of their deviant views. Good Knowing Advisors, the capacity of the mind is vast and great, encompassing the Dharma realm. Its function is to understand clearly and distinctly. Its correct function is to know all. All is one; one is all. Coming and going freely, the mind's substance is unobstructed. That is Prajna. Good Knowing Advisors, all Prajna wisdom is produced from one's own nature; it does not enter from outside. Using the intellect correctly is called the natural function of one's true nature. One truth is all truth. The mind has the capacity for

great things, and is not meant for practicing petty ways. Do not talk about emptiness with your mouth all day and in your mind fail to cultivate the conduct that you talk of. That would be like a common person calling himself the king of a country, which cannot be. People like that are not my disciples.

Good Knowing Advisors, what is meant by 'Prajna?' Prajna in our language means wisdom. Everywhere and at all times, in thought after thought, remain undeluded and practice wisdom constantly; that is Prajna conduct. Prajna is cut off by a single deluded thought. By one wise thought, Prajna is produced. Worldly men, deluded and confused, do not see Prajna. They speak of it with their mouths, but their minds are always deluded. They constantly say of themselves, 'I cultivate Prajna!' And though they continually speak of emptiness, they are unaware of true emptiness. Prajna, without form or mark, is just the wisdom of the mind. If thus explained, this is Prajna wisdom. What is meant by Paramita? It is a Sanskrit word which in our language means 'arrived at the other shore,' and is explained as 'apart from production and extinction.' When one is attached to states of being, production and extinction arise like waves. States of being, with no production or extinction, is like free flowing water. That is what is meant by 'the other shore.' Therefore, it is called 'Paramita.'

Good Knowing Advisors, deluded people recite with their mouths, but while they recite they live in falsehood and in error. When there is practice in every thought, that is the true nature. You should understand this dharma, which is the Prajna dharma; and cultivate this conduct, which is the Prajna conduct. Not to cultivate is to be a common person, but in a single thought of cultivation, you are equal to the Buddhas. Good Knowing Advisors, common people are Buddhas and affliction is Bodhi. The deluded thoughts of the past are thoughts of a common person. Enlightened future thoughts are the thoughts of a Buddha. Past thoughts attached to states of being are afflictions. And, future thoughts separate from states of being are Bodhi. Good Knowing Advisors, Maha Prajna Paramita is the most honored, the most supreme, the foremost. It does not stay; it does not come or go. All Buddhas of the three periods of time emerge from it. You should use great wisdom to destroy affliction, defilement and the five skandhic heaps. With such cultivation as that, you will certainly realize the Buddha Way,

transforming the three poisons into morality, concentration, and wisdom. Good Knowing Advisors, my Dharma-door produces 84,000 wisdom from the one Prajna. Why? Because worldly people have 84,000 kinds of defilement. In the absence of defilement, wisdom is always present since it is not separate from the self-nature. Understand this dharma is simply no-thought, no-remembrance, non-attachment and the non-production of falsehood and error. Use your own true-suchness nature and, by means of wisdom, contemplate and illuminate all dharmas without grasping or rejecting them. That is to see one's own nature and realize the Buddha Way.

Good Knowing Advisors, if you wish to enter the extremely deep Dharma realm and the Prajna samadhi, you must cultivate the practice of Prajna. Hold and recite the 'Diamond Prajna Paramita Sutra' and that way you will see your own nature. You should know that the merit and virtue of this sutra is immeasurable, unbounded, and indescribable, as the Sutra text itself clearly states. This Dharma-door is the Superior Vehicle, that is taught to the people of great wisdom and superior faculties. When people of limited faculties and wisdom hear it, their minds give rise to doubt. Why is that? Take this example, the rains which the heavenly dragons shower on Jambudvipa. Cities and villages drift about in the flood like thorns and leaves. But if the rain falls on the great sea, its water neither increases nor decreases. If people of the Great Vehicle, the Most Superior Vehicle, hear the Diamond Sutra, their minds open up, awaken and understand. Then they know that their original nature itself possesses the wisdom of Prajna. Because they themselves use this wisdom constantly to contemplate and illuminate. And they do not rely on written words. Take for example, the rain does not come from the sky. The truth is that the dragons cause it to fall in order that all living beings, all plants and trees, all those with feeling and those without feeling may receive its moisture. In a hundred streams, it flows into the great sea and there unites in one substance. The wisdom of the Prajna of the original nature of living beings acts the same way.

Good Knowing Advisors, when people of limited faculties hear this Sudden Teaching, they are like the plants and trees with shallow roots which, washed away by the great rain, are unable to grow. But at the same time, the Prajna wisdom which people of limited faculties possess

is fundamentally no different from the Prajna that men of great wisdom possess. Hearing this Dharma, why do they not become enlightened? It is because the obstacle of their deviant views is a formidable one and the root of their afflictions is deep. It is like when thick clouds cover the sun. If the wind does not blow, the sunlight will not be visible. 'Prajna' wisdom is itself neither great nor small. Living beings differ because their own minds are either confused or enlightened. Those of confused minds look outwardly to cultivate in search of the Buddha. Not having awakened to their self-nature yet, they have small roots. When you become enlightened to the Sudden Teaching, you do not grasp onto the cultivation of external things. When your own mind constantly gives rise to right views, afflictions and defilement can never stain you. That is what is meant by seeing your own nature.

Good Knowing Advisors, the ability to cultivate the conduct of not dwelling inwardly or outwardly, of coming and going freely, of casting away the grasping mind, and of unobstructed penetration, is basically no different from the Prajna Sutra. Good Knowing Advisors, all sutras and writings of the Great and Small Vehicles, the twelve divisions of sutras, have been devised for people and established based on the nature of wisdom. If there were no people, the ten thousand dharmas would not exist. Therefore you should know that all dharmas are originally postulated for people and all sutras are spoken for their sake. Some people are deluded and some are wise; the deluded are small people and the wise are great people. The deluded people question the wise and the wise people teach Dharma to the deluded people. When the deluded people suddenly awaken and understand, their minds open to enlightenment and, therefore they are no longer different from the wise.

Good knowing Advisors, unenlightened, the Buddha is a living being. At the time of a single enlightened thought, the living being is a Buddha. Therefore, you should know that the ten thousand dharmas exist totally within your own mind. Why don't you, from within your own mind, suddenly see the truth (true suchness) of your original nature. The Bodhisattva-Sila-Sutra says, 'Our fundamental self-nature is clear and pure.' If we recognize our own mind and see the nature, we shall perfect the Buddha Way. The Vimalakirti Nirdeśha Sutra says, 'Just then, you suddenly regain your original mind.' Good Knowing

Advisors, when I was with the High Master Jen, I was enlightened as soon as I heard his words and suddenly saw the true suchness (truth) of my own original nature. That is why I am spreading this method of teaching which leads students of the Way to become enlightened suddenly to Bodhi, as each contemplates his own mind and sees his own original nature. If you are unable to enlighten yourself, you must seek out a great Good Knowing Advisor, one who understands the Dharma of the Most Superior Vehicle and who will direct you to the right road. Such a Good Knowing Advisor possesses great karmic conditions, which is to say that he will transform you, guide you and lead you to see your own nature. It is because of the Good Knowing Advisor that all wholesome Dharmas can arise. All the Buddhas of the three eras (periods of time), and the twelve divisions of Sutra texts as well, exist within the nature of people, that is originally complete within them. If you are unable to enlighten yourself, you should seek out the instruction of a Good Knowing Advisor who will lead you to see your nature. If you are one who is able to achieve self-enlightenment, you need not seek a teacher outside. If you insist that it is necessary to seek a Good Knowing Advisor in the hope of obtaining liberation, you are mistaken. Why? Within your own mind, there is self-enlightenment, which is a Good Knowing Advisor itself. But if you give rise to deviant confusion, false thoughts and perversions, though a Good Knowing Advisor outside of you instructs you, he cannot save you. If you give rise to genuine Prajna contemplation and illumination, in the space of an instant, all false thoughts are eliminated. If you recognize your self-nature, in a single moment of enlightenment, you will arrive at the level of Buddha.

Good Knowing Advisor, when you contemplate and illuminate with the wisdom, which brightly penetrates within and without, you recognize your original mind. The recognition of your original mind is the original liberation. The attainment of liberation is the Prajna Samadhi, thus no-thought. What is meant by 'no-thought?' No-thought means to view all dharmas with a mind undefiled by attachment. The function of the mind pervades all places but is nowhere attached. Merely purify your original mind to cause the six consciousnesses to go out the six gates, to be undefiled and unmixed among the six objects, to come and go freely and to penetrate without obstruction. That is the

Prajna Samadhi, freedom and liberation, and it is called the practice of no-thought. Not thinking of the hundred things and constantly causing your thought to be cut off is called Dharma-bondage and is an extremist view. Good Knowing Advisors, one who awakens to the no-thought dharma completely penetrates the ten thousand dharmas; one who awakens to the no-thought dharma sees all Buddha realms; one who awakens to the no-thought dharma arrives at the Buddha position. Good Knowing Advisors, those of future generations who obtain my Dharma, should take up this Sudden Teaching. The Dharma door including those of like views and like practice should vow to receive and uphold it as if serving the Buddhas. To the end of their lives they should not retreat, and they will certainly enter the holy position. In this way, it should be transmitted from generation to generation. It is silently transmitted. Do not hide away the orthodox Dharma and do not transmit it to those of different views and different practice, who believe in other teachings, since it may harm them and ultimately be of no benefit. I fear that deluded people may misunderstand and slander this Dharma-door and, therefore will cut off their own nature, which possesses the seed of Buddhahood for hundreds of ages and thousands of lifetimes.

Good Knowing Advisors, I have a verse of no-mark, which you should all recite. Those at home and those who have left home should cultivate accordingly. If you do not cultivate it, memorizing it will be of no use. Listen to my verse:

“With speech and mind both understood,
 Like the sun whose place is in space,
 Just spread the ‘seeing-the-nature way’
 Appear in the world to destroy false doctrines.

Dharma is neither sudden nor gradual,
 Delusion and awakening are slow and quick
 But deluded people cannot comprehend
 This Dharma-door of seeing-the-nature.
 Although it is said in ten thousand ways,
 United, the principles return to one;
 In the dark dwelling of defilements,
 Always produce the sunlight of wisdom.

The deviant comes and affliction arrives,
 The right comes and affliction goes.
 The false and true both cast aside,
 In clear purity the state of no residue is attained.

Bodhi is the original self-nature;
 Giving rise to a thought is wrong;
 The pure mind is within the false:
 Only the right is without the three
 obstructions.

If people in the world practice the Way,
 They are not hindered by anything.
 By constantly seeing their own transgressions,
 They are in accord with the Way.

Each kind of form has its own way
 Without hindering one another;
 Leaving the Way to seek another way
 To the end of life is not to see the Way.

A frantic passage through a life,
 Will bring regret when it comes to its end.
 Should you wish for a vision of the true
 Way,
 Right practice is the Way.

If you don't have a mind for the Way,
 You walk in darkness blind to the Way;
 If you truly walk the Way,
 You are blind to the faults of the world.

If you attend to others' faults,
 Your fault-finding itself is wrong;
 Others' faults I do not treat as wrong;
 My faults are my own transgressions.

Simply cast out the mind that finds fault,
 Once cast away, troubles are gone;
 When hate and love don't block the mind,
 Stretch out both legs and then lie down.

If you hope and intend to transform others,
 You must perfect expedient means.
 Don't cause them to have doubts, and then
 Their self-nature will appear.

The Buddhadharma is here in the world;
 Enlightenment is not apart from the world.
 To search for Bodhi apart from the world
 Is like looking for a hare with horns.

Right views are transcendental;
 Deviant views are all mundane.
 Deviant and right completely destroyed:
 The Bodhi nature appears spontaneously.

This verse is the Sudden Teaching,
 Also called the great Dharma boat.
 Hear in confusion, pass through ages,
 In an instant's space, enlightenment.

The Master said further, "In the Ta Fan Temple I have just now spoken the Sudden Teaching, making the universal vow that all living beings of the Dharma realm will see their nature and realize Buddhahood as they hear these words." Then among Magistrate Wei and the officials, Taoists and lay people who heard what the Master said, there were none who did not awaken. Together they made obeisance and exclaimed with delight, "Good indeed! Who would have thought that in Ling Nan a Buddha would appear in the world."

Chương Mười Sáu
Chapter Sixteen

Người Trí Theo Quan Điểm Phật Giáo

Người trí theo Phật giáo là người sáng suốt hiểu biết tường tận sự vật đúng như thật sự sự vật là như vậy, là thấu triệt thực tướng của sự vật, tức là thấy rõ bản chất vô thường, khổ, vô ngã của ngũ uẩn ngay trong chính mình. Không phải tự mình hiểu biết mình một cách dễ dàng vì những khái niệm sai lầm, những ảo tưởng vô căn cứ, những thành kiến và ảo giác. Thật là khó mà thấy được con người thật của chúng ta. Đức Phật dạy rằng muốn có thể làm được một người hiểu biết theo Phật giáo, chúng ta phải trước hết thấy và hiểu sự vô thường nơi ngũ uẩn. Ngài ví sắc như một khối bọt, thọ như bong bóng nước, tưởng như ảo cảnh, hành lậu bêu như lục bình trôi, và thức như ảo tưởng. Đức Phật dạy: “Bất luận hình thể vật chất nào trong quá khứ, vị lai và hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... đều trống rỗng, không có thực chất, không có bản thể. Cùng thể ấy, các uẩn còn lại: thọ, tưởng, hành, thức... lại cũng như vậy. Như vậy ngũ uẩn là vô thường, mà hễ cái gì vô thường thì cái đó là khổ, bất toại và vô ngã. Ai hiểu được như vậy là hiểu được chính mình.” Người trí là người luôn an trú trong giới luật, luôn phát triển tâm thức và trí huệ, luôn nhiệt tâm và thận trọng. Con người ấy luôn vượt thoát mọi phiền trược. Người có trí cũng còn là một người khéo biết tu tập giáo pháp của các bậc hiền trí chân nhân nên chỉ chú tâm vào những gì đáng được chú tâm mà thôi. Một vị Thánh đệ tử như vậy luôn sống với sự phòng hộ các căn, thiếu dục tri túc, không lỗi lầm, để thành đạt mục đích tối thượng của đời sống phạm hạnh. Chính vì mục đích ấy mà nhiều vị thiện nam tử, thiện nữ nhân đã xuất gia sống không gia đình. Khi tất cả các lậu hoặc của các vị ấy đã được đoạn trừ bằng nhiều cách khác nhau như vậy, đó quả thật là một vị Thánh đệ tử đã hoàn toàn diệt tận mọi nhiễm ô, chặt đứt mọi kiết sử (dây trói buộc) và chấm dứt dòng sinh tử luân hồi ngay trong đời này kiếp này.

Người trí là người hiểu rõ chân lý và không mê lầm nhân quả. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười pháp minh liễu của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trú trong pháp này thời được đại trí minh liễu pháp vô thượng của Đức Như Lai. Thứ nhất là tùy thuận thế tục

sanh trưởng thiện căn, là phạm phu minh liễu pháp. Thứ nhì là tùy tín hành như minh liễu pháp bao gồm đạt được bất hoại tín vô ngại và tỏ ngộ tự tánh của các pháp. Thứ ba là tùy pháp hành như minh liễu pháp bao gồm siêng tu tập chánh pháp và an trụ trong chánh pháp. Thứ tư là Dự Lưu như minh liễu pháp bao gồm xa lìa tà đạo và hướng về Bát Chánh Đạo. Thứ năm là Tu Đà Hoàn như minh liễu pháp bao gồm diệt trừ những kiết sử, dứt lậu sanh tử, thấy chơn thiệt đế. Thứ sáu là Tư Đà Hàm như minh liễu pháp bao gồm quán sát ham muốn là họa hoạn và biết không qua lại. Thứ bảy là A Na Hàm như minh liễu pháp bao gồm chẳng luyến tam giới, cầu hết hữu lậu, đối với pháp thọ sanh chẳng sanh một niệm ái trước. Thứ tám là A La Hán như minh liễu pháp bao gồm chứng lục thần thông, được bát giải thoát, đạt đến cửu định, thành tựu tứ biện tài. Thứ chín là Bích Chi Phật như minh liễu pháp bao gồm tánh thích quán sát như vị duyên khởi, tâm thường tịch tịnh, tri túc, thấu rõ như duyên, tính thức việc do mình mà thành, chớ chẳng do người, thành tựu các môn thần thông trí huệ. Thứ mười là Bồ Tát như minh liễu pháp bao gồm trí huệ rộng lớn, các căn sáng lẹ, thường thích độ thoát tất cả chúng sanh, siêng tu phước trí các pháp trợ đạo, và phát triển Phật thập lực, vô úy và các công đức khác của Như Lai. Cũng theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười pháp được trí huệ của chư Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được hiện chứng trí vô thượng của tất cả chư Phật. Thứ nhất là xả thí tự tại. Thứ nhì là hiểu sâu tất cả Phật pháp. Thứ ba là nhập Như Lai trí. Thứ tư là hay đoạn nghi trong tất cả vấn đáp. Thứ năm là nhập nơi nghĩa của trí giả. Thứ sáu là hay hiểu sâu ngôn âm thiện xảo trong tất cả Phật pháp của tất cả chư Phật. Thứ bảy là hiểu sâu chỗ chư Phật gieo ít căn lành tất có thể đầy đủ tất cả pháp bạch tịnh, được trí vô lượng của Như Lai. Thứ tám là thành tựu Bồ Tát bất tư nghì trụ. Thứ chín là ở trong một niệm đều có thể qua đến bất khả thuyết cõi Phật. Thứ mười là giác ngộ chư Phật Bồ Đề, nhập tất cả pháp giới, văn trì tất cả pháp của Phật nói, vào sâu những ngôn âm trang nghiêm của tất cả Như Lai.

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy thượng nhân pháp: tri pháp, tri nghĩa, tự tri, tri lượng, tri thời, tri chúng, và tri nhân. Người có trí huệ thì luôn liễu tri Phật Pháp, và vì thương xót chúng sanh mê muội và làm những việc đảo điên mà họ tu hạnh Bồ Tát và hồi hướng những thiện căn đến chúng sanh. Ngoài ra, người trí luôn hồi quang phản chiếu, luôn tự xét lấy mình. Kỳ thật, họ mới chính thật là

những Phật tử chân thuần. Thiền sư Nguyên Hiếu (617-686) dạy: "Mọi người đều biết giải quyết cái đói bằng thức ăn. Nhưng ít người biết rằng Phật pháp chính là phương thuốc chữa cái ngu si của mình. Trí tuệ và tu tập giống như hai bánh của chiếc xe bò. Làm lợi cho người khác mà cũng vừa làm lợi cho chính mình, trí tuệ và tu tập giống như hai cánh của một con chim. Tứ đại chẳng bao lâu cũng chia lìa, không còn có thể kết hợp lâu dài nữa. Khi gần đến buổi chiều, bạn mới tiếc là buổi sáng đã không sớm tu tập. Lạc thú trần gian mà bạn đang hưởng đang biến thành khổ đau cho tương lai. Vậy thì tại sao bạn lại bám chặt lấy những lạc thú ấy? Một khoảnh khắc kiên nhẫn sẽ biến thành hạnh phúc bền vững. Vậy tại sao bạn không tu tập?" Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lầm lỗi và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (78). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh như thuyết pháp (79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự điều phục lấy mình (80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa những niềm mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người nào, người trí không làm bất cứ điều gì sai quấy: không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (84). Trong nhân loại chỉ có một ít người đạt đến bến bờ kia, còn bao nhiêu người khác thì đang bồi hồi vờ vẩn tại bờ này (85). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (86). Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập

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

Wise Man In Buddhist Point of View

A real knower in Buddhism means the one who understands things as they really are, that is seeing the impermanent, unsatisfactory, and non-substantial or non-self nature of the five aggregates of clinging in ourselves. It is not easy to understand ourselves because of our wrong concepts, baseless illusions, perversions and delusions. It is so difficult to see the real person. The Buddha taught that to be a real knower, we must first see and understand the impermanence of the five aggregates. He compares material form or body to a lump of foam, feeling to a bubble, perception to a mirage, mental formations or volitional activities to water-lily plant which is without heartwood, and consciousness to an illusion. The Buddha says: "Whatever material form there be whether past, future or present, internal, external, gross or subtle, low or lofty, far or near that material form is empty, unsubstantial and without essence. In the same manner, the remaining aggregates: feeling, perception, mental formation, and consciousness are also empty, unsubstantial and without essence. Thus, the five aggregates are impermanent, whatever is impermanent, that is suffering, unsatisfactory and without self. Whenever you understand this, you understand yourselves." A wise man means a person who is always dwelling in virtues, developing consciousness and understanding, ardent and sagacious. He always succeeds in disentangling this tangle. Also a wiseman is one who is well-trained in true sages' teaching and pays proper attention to things deserving attention. Such a holy disciple always lives with control over his sense-organs, contented, blameless in order to attain the ultimate goal of the holy life for which many good young men and women fo forth from home into homelessness. When all his cankers have been got rid of by

such various ways, he is indeed a holy disciple who has totally destroyed all defilements, cut off all fetters and ended the cycle of births and deaths here and now in this very life.

Knower in Buddhist point of view is the one who understands of truth, and at the same time does not misunderstand of the law of causation. According to the Flower Adornment sutra, Chapter 83, there are ten kinds of understanding of truth of great enlightening beings. Enlightening Beings who abide by these can attain understanding of truth of the supreme great knowledge of Buddhas. First, generating and developing roots of goodness in accord with the conventional world is a way of understanding of truth of unenlightened ordinary people. Second, the way of understanding truth of people acting according to faith which includes attaining undestructible faith and aware of the essence of things. Third, the way of understanding of truth of people practicing in according with truth which includes diligently practicing the truth and always abide in the truth. Fourth, the way people aiming for stream-entering understand truth which includes leaving behind erroneous ways and turning to the eightfold right path. Fifth, the stream-enterer's understanding of truth which includes getting rid of bonds, putting an end to the contaminations of birth and death, and seeing the reality. Sixth, the Once-returner's understanding of truth which includes seeing tasting as affliction, and knowing no coming or going. Seventh, the Nonreturner's understanding of truth which includes not taking pleasure in the world, seeking to end contamination, and not having so much as a single thought of attachment to life. Eighth, the Saint's understanding of truth which includes attaining the six spiritual powers, attaining eight liberations, reaching nine concentration states, and four special knowledges are fully developed. Ninth, the individual illuminate's understanding of truth which includes naturally being inclined to contemplate uniform interdependent origination, the mind is always tranquil and content, having few concerns, understanding causality, awakening on one's own without depending on another, and accomplishing various kinds of spiritual knowledge. Tenth, the enlightening being's understanding of truth which includes having vast knowledge, all faculties clear and sharp, always inclined to liberate all sentient beings, diligently cultivating virtue and knowledge to foster enlightenment, and fully

developing Buddhas' ten powers, fearlessnesses and other attributes. Also according to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten kinds of attainment of wisdom of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can attain supreme realizational knowledge of all Buddhas. First, giving freely. Second, deeply understanding all Buddha teachings. Third, entering the boundless knowledge of all Buddhas. Fourth, being able to cut off doubts in all dialogues. Fifth, penetrating the doctrines of the wise. Sixth, deeply understanding the skillful use of words by the Buddhas in all their teachings. Seventh, deeply understanding how planting a few roots of goodness in the company of Buddhas will enable one to fulfill all pure qualities and attain the infinite knowledge of Buddhas. Eighth, accomplishing the inconceivable states of Enlightening Beings. Ninth, being able to visit untold Buddha-lands in one moment of thought. Tenth, awakening to the enlightenment of all Buddhas, entering all realms of reality, hearing and holding the teachings expounded by all Buddhas.

According to the Sangiti Sutta, there are seven qualities of the true man: knower of the dhamma, knower of the meaning, knower of self, knower of moderation, knower of the right time, knower of groups, and knower of persons. Wise people clearly understand all the Dharmas spoken by the Buddhas. Wise people see beings doing foolish things and out of pity for beings, they cultivate the Bodhisattva conduct and dedicate all their accumulated good roots to them. Besides, wise people constantly look within and examine themselves again and again. In fact, only wise people can really be considered sincere Buddhists. Zen Master Won Hyo taught: "All men know how to satisfy their hunger with food, but few know enough to learn Dharma as a cure for their ignorance. Wisdom and practice are like two wheels of a cart. benefiting others, and also benefiting oneself, they are like the two wings of a bird... The four elements soon disassociate; they cannot be long maintained. As evening draws near, you regret that you did not practice early in the morning. The worldly pleasure which you enjoy now becomes suffering in the future. Why then are you attached to this pleasure? One moment of patience becomes lasting pleasure. Why then do you not practice?" In the Dharmapada Sutra. the Buddha taught: Should you see an intelligent man who points out faults and

blames what is blame-worthy, you should associate with such a wise person. It should be better, not worse for you to associate such a person (Dharmapada 76). Those who advise, teach or dissuade one from evil-doing, will be beloved and admired by the good, but they will be hated by the bad (Dharmapada 77). Do not associate or make friends with evil friends; do not associate with mean men. Associate with good friends; associate with noble men (Dharmapada 78). Those who drink the Dharma, live in happiness with a pacified mind; the wise man ever rejoices in the Dharma expounded by the sages (Dharmapada 79). Irrigators guide the water to where they want, fletchers bend the arrows, carpenters control their timber, and the wise control or master themselves (Dharmapada 80). As a solid rock is not shaken by the wind; likewise, the wise are not moved by praise or blame (Dharmapada 81). Water in a deep lake is clear and still; similarly, on hearing the Buddha teachings, the wise become extremely serene and peaceful (Dharmapada 82). Good people give up all attachments, they don't talk about sensual craving. The wise show neither elation nor depression; therefore, they are not affected by happiness or sorrow (Dharmapada 83). Neither for the sake of oneself, nor for the sake of another, a wise man does nothing wrong; he desires not son, wealth, or kingdom by doing wrong; he seeks his own success not by unjust means, then he is good, wise and righteous (Dharmapada 84). Few are among men who crosses and reaches the other shore; the rest of mankind only run about the bank (Dharmapada 85). Those who preach and act according to the teachings, are those who are crossing the realm of passions which is so hard to cross, and those who will reach the other shore (Dharmapada 86). A wise man should abandon the way of woeful states and follows the bright way. He should go from his home to the homeless state and live in accordance with the rules for Sramanas (Dharmapada 87). A wise man should purge himself from all the impurities of the mind, give up sensual pleasures, and seek great delight in Nirvana (Dharmapada 88). Those whose minds are well-trained and well-perfected in the seven factors of enlightenment, who give up of grasping, abandon defiled minds, and eradicate all afflictions. They are shining ones and have completely liberated and attained Nirvana even in this world (Dharmapada 89).

Chương Mười Bảy
Chapter Seventeen

Trí Tuệ Siêu Việt

Theo quan điểm Phật giáo, trí tuệ là sự thực chứng chân lý dựa vào chánh kiến và chánh tư duy. Trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Jnana là sự sáng suốt nắm vững tất cả những thuyết giảng được chứa đựng trong các kinh điển. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, trong khi trí là sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Jnana là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna).

Phạn ngữ “Prajna” thường được dịch là “trí thức” trong Anh ngữ, nhưng chính xác hơn phải dịch là “trực giác.” Đôi khi từ này cũng được dịch là “trí tuệ siêu việt.” Sự thực thì ngay cả khi chúng ta có một trực giác, đối tượng vẫn cứ ở trước mặt chúng ta và chúng ta cảm nhận nó, hay thấy nó. Ở đây có sự lưỡng phân chủ thể và đối tượng. Trong “Bát Nhã” sự lưỡng phân này không còn hiện hữu. Bát Nhã không quan tâm đến các đối tượng hữu hạn như thế; chính là toàn thể tính của những sự vật tự ý thức được như thế, và cái toàn thể tính này không hề bị giới hạn. Một toàn thể tính vô hạn vượt qua tầm hiểu biết của phàm phu chúng ta. Nhưng trực giác Bát Nhã là thứ trực giác tổng thể “không thể hiểu biết được bằng trí của phàm phu” về cái vô hạn này, là một cái gì không bao giờ có thể xảy ra trong kinh nghiệm hằng ngày của chúng ta trong những đối tượng hay biến cố hữu hạn. Do đó, nói cách khác, Bát Nhã chỉ có thể xảy ra khi các đối tượng hữu hạn của cảm quan và trí năng đồng nhất với chính cái vô hạn. Thay vì nói rằng vô hạn tự thấy mình trong chính mình, nói rằng một đối tượng còn bị coi là hữu hạn,

thuộc về thế giới lưỡng phân của chủ thể và đối tượng, được tri giác bởi Bát Nhã từ quan điểm vô hạn, như thế gần gũi với kinh nghiệm con người của chúng ta hơn nhiều. Nói một cách tượng trưng, hữu hạn lúc ấy tự thấy mình phản chiếu trong chiếc gương của vô hạn. Trí năng cho chúng ta biết rằng đối tượng hữu hạn, nhưng Bát Nhã chống lại, tuyên bố nó là cái vô hạn, vượt qua phạm vi của tương đối. Nói theo bản thể luận, điều này có nghĩa là tất cả những đối tượng hay hữu thể hữu hạn có được là bởi cái vô hạn làm nền tảng cho chúng, hay những đối tượng tương đối giới hạn trong phạm vi của vô hạn mà không có nó chúng chẳng có dây neo gì cả. Có hai loại Bát Nhã. Thứ nhất là thế gian Bát nhã. Thứ hai là xuất thế gian Bát nhã. Lại có thực tướng bát nhã và quán chiếu bát nhã. Thực tướng bát nhã là phần đầu của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ gốc. Quán chiếu Bát nhã là phần thứ nhì của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ đạt được qua tu tập. Lại có cộng bát nhã và bất cộng bát nhã. Cộng bát Nhã là ba giai đoạn của Thanh văn, Duyên giác và Bồ Tát. Bất cộng bát nhã là loại bát nhã của học thuyết toàn thiện Bồ Tát. Bát nhã có nghĩa là Trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Có ba loại Bát Nhã. Thứ nhất là thực tướng bát nhã, tức là trí huệ đạt được khi đã đáo bỉ ngạn. Thứ nhì là quán chiếu bát nhã, tức là phần hai của trí huệ Bát Nhã. Đây là trí huệ cần thiết khi thật sự đáo bỉ ngạn. Thứ ba là phương tiện Bát Nhã (Văn tự Bát nhã), hay là trí huệ hiểu biết chư pháp giả tạm và luôn thay đổi. Đây là trí huệ cần thiết đưa đến ý hướng “Đáo Bỉ Ngạn”.

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Này thiện tri thức, “Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật” là tiếng Phạn, dịch là đại trí tuệ đến bờ kia, nó phải là hành nơi tâm, không phải tụng ở miệng. Miệng tụng mà tâm chẳng hành như huyền như hóa, như sương, như điện. Miệng niệm mà tâm hành ắt tâm và miệng hợp nhau, bản tánh là Phật, lia tánh không riêng có Phật. Này thiện tri thức, sao gọi là Bát Nhã? Bát Nhã nghĩa là “trí tuệ.” Tất cả chỗ, tất cả thời, mỗi niệm không ngu, thường hành trí huệ tức là Bát Nhã hạnh. Một niệm ngu khởi lên, tức là Bát Nhã bật. Một niệm trí khởi lên, tức là Bát Nhã sanh. Người đời ngu mê không thấy Bát Nhã, miệng nói Bát Nhã mà trong tâm thường ngu, thường tự nói ta tu Bát Nhã, niệm niệm nói không nhưng

không biết được chơn không. Bát Nhã không có hình tướng, tâm trí tuệ ấy vậy. Nếu khởi hiểu như thế tức gọi là Bát Nhã trí. “Prajna” là từ Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ (ý thức hay trí năng). Có ba loại bát nhã: thật tướng, quán chiếu và văn tự. Bát Nhã còn có nghĩa là thực lực nhận thức rõ ràng sự vật và những nguyên tắc căn bản của chúng cũng như xác quyết những gì còn nghi ngờ. Bát Nhã Ba La Mật Kinh diễn tả chữ “Bát Nhã” là đệ nhất trí tuệ trong hết thấy trí tuệ, không gì cao hơn, không gì so sánh bằng (vô thượng, vô tỷ, vô đẳng). Bát Nhã hay cái biết siêu việt nghĩa là ý thức hay trí năng (Transcendental knowledge). Theo Phật giáo Đại thừa, do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phục tùng trí tuệ phàm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai.

Phật tử chơn thuần, bất cứ ở đâu và bất cứ lúc nào, từng hành động của chúng ta phải luôn khế hợp với “trí tuệ Bát Nhã”. Phàm phu luôn khoe khoang nơi miệng, nhưng tâm trí lại mê mờ. Trí tuệ Bát Nhã là lấy trí tuệ quán chiếu cái lý thực tướng hay nhờ thiền quán mà giác ngộ được chân lý, vì đây là trí tuệ giải thoát hay Bát Nhã Ba La Mật là mẹ của chư Phật. Bát nhã là ngọn đao trí tuệ có khả năng cắt đứt phiền não và ác nghiệp. Bát Nhã là sự hiểu biết trực giác. Nói chung, từ này chỉ sự phát triển sự hiểu biết trực giác là ý niệm chủ yếu trong Phật giáo. Theo Phật giáo Đại thừa, “bát nhã ba la mật” là ba la mật thứ sáu trong sáu ba la mật mà một vị Bồ Tát tu hành trên đường đi đến Phật quả, và do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phục tùng trí tuệ phàm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai. Bát Nhã là sự thấy biết bất thành linh. Bát Nhã quả thật là một thuật ngữ biện chứng chỉ cái tiến trình tri thức đặc biệt được biết đến như là “thấy bất thành linh,” hay “bỗng thấy,” “chợt thấy,” không theo bất cứ một định luật hay lý luận nào; vì khi Bát Nhã vận hành thì người ta tự thấy cái không của vạn hữu một cách bất ngờ và kỳ diệu. Điều này xảy ra một cách bất thần và không do kết quả của lý luận, mà vào lúc ấy lý luận như bị quên lãng, và nói theo cách

tâm lý, đó là vào lúc năng lực của ý chí đi đến chỗ thành tựu. Cái dụng của Bát Nhã mâu thuẫn với tất cả những gì chúng ta có thể nhận thức về thế giới này; nó thuộc về một trật tự hoàn toàn khác với trật tự của cuộc sống bình thường của chúng ta. Nhưng điều này không có nghĩa Bát Nhã là một cái gì đó hoàn toàn cách biệt với đời sống, với tư tưởng chúng ta, một cái gì đó phải đến với chúng ta từ cái nguồn nào đó không biết và không thể biết được, bằng phép lạ. Nếu vậy, Bát Nhã sẽ không thể có lợi ích gì cho chúng ta và chúng ta không thể đạt được giải thoát. Quả thật vai trò của Bát Nhã là bất liên tục và nó làm gián đoạn bước tiến của suy luận hợp lý, nhưng Bát Nhã không ngừng hiện diện dưới sự suy luận này và nếu không có nó chúng ta không thể suy luận gì cả. Cùng một lúc Bát Nhã vừa ở trên vừa ở trong quá trình suy luận. Về hình thức mà nói, điều này mâu thuẫn, nhưng sự thật do chính mâu thuẫn này khả hữu cũng do Bát Nhã đem lại.

Hầu như tất cả văn học tôn giáo đều chứa đầy những mâu thuẫn, phi lý và nghịch lý, và không bao giờ có thể có được, và đòi hỏi tin và chấp nhận những thứ ấy như là chân lý mặc khải, chính là vì tri thức tôn giáo đặt căn bản trên sự vận hành của Bát Nhã. Một khi người ta thích quan điểm Bát Nhã thì tất cả những phi lý cốt yếu của tôn giáo trở nên có thể hiểu được. Nó giống như một mẩu chuyện châm biếm hay cần phải thưởng thức. Trên mặt phải của nó phơi ra một sự lộn xộn hầu như khó tin của cái đẹp, và người nhận thức sẽ không vượt qua được những sợi chỉ rối beng. Nhưng ngay khi câu chuyện châm biếm bị đảo ngược thì tánh cách phức tạp và thần tình của cái đẹp ấy hiện ra. Bát Nhã gồm trong sự đảo ngược này. Cho đến bây giờ con mắt nhận thức bề mặt của cái áo, bề mặt duy nhất mà nó thường cho phép chúng ta quan sát. Bây giờ bỗng nhiên cái áo bị lộn trái, chiều hướng của cái thấy thành linh bị gián đoạn, không có sự liên tục nào của cái nhìn. Tuy nhiên do sự gián đoạn này, toàn bộ cấu trúc của cuộc sống bỗng nhiên được nhận thức, đó là “thấy trong tự tánh.” Chính Bát Nhã đặt những bàn tay của nó lên “Tánh Không,” hay “Chơn Như,” hay “Tự Tánh.” Và bàn tay này không đặt lên cái mà nó hình như hiện hữu. Điều này rõ ràng phát sinh từ cái mà chúng ta đã nói quan hệ đến những sự việc tương đối. Cho rằng tự tánh ở bên kia lãnh vực ngự trị của thế giới tương đối, sự nắm lấy nó bằng Bát Nhã không thể có nghĩa theo nghĩa thông thường của thuật ngữ này. Nắm lấy mà không phải là nắm lấy, sự xác quyết không thể tránh được nghịch lý. Theo thuật ngữ Phật

giáo, sự nắm lấy này có hiệu quả bằng sự không phân biệt, nghĩa là bằng sự phân biệt có tính cách không phân biệt. Cái quá trình đột nhiên, gián đoạn, nó là một hành động của tâm, nhưng hành động này, dù rằng không phải là không có ý thức, phát sinh từ chính tự tánh, tức là vô niệm.

Ngày nào đó Bát Nhã phải được phát khởi trong tự tánh; vì chừng nào chúng ta chưa có kinh nghiệm này thì không bao giờ chúng ta có được cơ hội biết Phật, không những chỉ nơi bản thân chúng ta mà còn nơi những người khác nữa. Nhưng sự phát khởi này không phải là một hành động đặc thù thành tựu trong lãnh vực ngự trị của ý thức thực nghiệm, và việc này cũng có thể đem so sánh với phản ảnh của mặt trăng trong dòng suối; nó không phải liên tục; nó ở bên kia sanh tử; cũng như khi người ta bảo nó chết, nó không biết chết; chỉ khi nào đạt được trạng thái vô tâm thì mới có những thuyết thoại chưa từng được nói ra, những hành động chưa từng được thực hiện. Theo Lục Tổ Huệ Năng trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Bát Nhã được phát khởi trong tự tánh theo cách “bất thành linh”, chữ bất thành linh ở đây không có nghĩa là tức thì, theo cách bất ngờ hay thành linh, nó cũng có nghĩa là hành vi tự phát, nó là cái thấy, không phải là một hành động có ý thức thuộc phần tự tánh. Nói cách khác, ánh sáng của Bát Nhã phóng ra từ vô niệm tuy nhiên nó không bao giờ rời vô niệm; Bát Nhã ở trong vô thức về sự vật. Đây là cái mà người ta ám chỉ khi nói rằng “thấy là không thấy và không thấy là thấy,” hoặc khi nói rằng vô niệm hay tự tánh, trở nên ý thức chính nó bằng phương tiện Bát Nhã, tuy nhiên trong ý thức này nó không có sự phân cách nào giữa chủ và khách. Do đó, Lục Tổ Huệ Năng nói: “Ai hiểu được chân lý này tức thì không nghĩ, không nhớ và không dính mắc.” Nhưng chúng ta phải nhớ rằng Lục Tổ Huệ Năng không bao giờ giảng một giáo pháp nào về cái “Vô” đơn giản hay về sự bất động đơn giản và Ngài không cập đến quan niệm về cái vô tri trong vấn đề đời sống. Cũng theo Lục Tổ Huệ Năng, Bát Nhã là cái tên đặt cho “Tự Tánh,” hay chúng ta còn gọi nó là “Vô Thức,” khi nó tự ý thức chính nó, hay chính xác hơn, chính hành động trở thành ý thức. Do đó Bát Nhã chỉ về hai hướng: Vô thức và thế giới của ý thức hiện mở ra. Hình thái thứ nhất được gọi là Trí Vô Phân Biệt và hình thái kia là Trí Phân Biệt. Khi chúng ta quan hệ với hướng đi ra ngoài của ý thức và phân biệt tại điểm quên hướng kia của Bát Nhã, hướng quy tâm về Vô thức, chúng ta có thuật ngữ được biết dưới tên “Trí

Tưởng Tượng.” Hay chúng ta có thể nói ngược lại: khi trí tưởng tượng tự xác định, Bát Nhã bị che khuất, sự phân biệt ngự trị làm chủ, và bề mặt thanh tịnh, không vô nhiễm của Vô Thức hay Tự Tánh hiện thời bị che mờ. Những ai chủ trương “vô niệm” hay “vô tâm” đều mong chúng ta ngăn Bát Nhã khỏi lạc theo hướng phân biệt và chúng ta cương quyết quay cái nhìn theo hướng kia. Đạt vô tâm có nghĩa là, nói một cách khách quan, phát hiện ra trí vô phân biệt. Khi quan niệm này được phát triển thêm, chúng ta hiểu được nghĩa của vô tâm, trong tư tưởng Thiền.

Bát Nhã, sự phát khởi của ý thức trong Vô Thức, vận hành trong một chiều hướng nhị bội. Một tiến đến vô thức và một hướng đến ý thức. Bát Nhã hướng về vô thức là Bát Nhã nói một cách riêng biệt, trong khi ấy Bát Nhã của ý thức bây giờ được gọi là tâm, với cách viết thường. Từ cái tâm này thế giới nhị nguyên phát khởi: chủ thể và khách thể, ngã bên trong và thế giới bên ngoài, vân vân. Do đó người ta cũng có thể phân biệt hai hình thái trong tâm: tâm Bát Nhã vô phân biệt và tâm đối đãi. Tâm của hình thái thứ nhất thuộc về thế giới này, nhưng chừng nào nó còn liên hệ với Bát Nhã, nó còn giao thiệp trực tiếp với Vô Thức, thì nó là Tâm, trong khi ấy tâm của hình thái thứ nhì hoàn toàn là của thế giới này, nếu muốn, nó hòa lẫn với các yếu tố tạp đả. Cái tâm thứ hai, Lục Tổ Huệ Năng gọi là “Niệm.” Ở đây tâm là niệm và niệm là tâm. Theo quan điểm tương đối, tâm của hình thái thứ nhất có thể gọi là “vô tâm” đối lại với “hữu tâm” của hình thái thứ nhì. Trong khi cái sau thuộc về phía bên này của kinh nghiệm thường nhật của chúng ta, cái trước thì siêu việt; theo thuật ngữ của triết học Thiền, nó là cái “không phải tâm,” hay “vô tâm” hay “vô niệm.”

Transcendental Wisdom

In Buddhist point of view, wisdom is the realization of truth which is based on right understanding and right thought. Higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Jnana is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, while prajna is the

strength of intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. Jnana is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Arya-jnana.

The Sanskrit term Prajna is ordinarily translated as “knowledge” in English, but to be exact “intuition” may be better. It is sometimes translated as “transcendental wisdom.” The fact is even when we have an intuition, the object is still in front of us and we sense it, or perceive it, or see it. Here is a dichotomy of subject and object. In prajna this dichotomy no longer exists. Prajna is not concerned with finite objects as such; it is the totality of things becoming conscious of itself as such. And this totality is not at all limited. An infinite totality is beyond our ordinary human comprehension. But the prajna-intuition is this “incomprehensible” totalistic intuition of the infinite, which is something that can never take place in our daily experience limited to finite objects or events. The prajna, therefore, can take place, in other words, only when finite objects of sense and intellect are identified with the infinite itself. Instead of saying that the infinite sees itself, it is much closer to our human experience to say that an object regarded as finite, as belonging in the dichotomous world of subject and object, is perceived by prajna from the point of view of infinity. Symbolically, the finite then sees itself reflected in the mirror of infinity. The intellect informs us that the object is finite, but prajna contradicts, declaring it to be the infinite beyond the realm of relativity. Ontologically, this means that all finite objects or beings are possible because of the infinite underlying them, or that the objects are relatively and therefore limitedly laid out in the field of infinity without which they have no moorings. There are two kinds of prajna. First, temporal wisdom. Second, supernatural wisdom. There are also original wisdom and contemplative wisdom. Original wisdom is the first part of the Prajnparamita. Contemplative wisdom is the second part of the Prajnparamita, or the wisdom acquired from cultivation or contemplation. There are also prajna of the three stages of Sravaka and

Pratyeka-buddha and the imperfect bodhisattva sect. The prajna of the perfect bodhisattva teaching. Prajna means “Enlightened wisdom,” the wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. There are three prajnas or perfect enlightenments. The first part of the prajnaparamita. The wisdom achieved once crossed the shore. The second part of the prajnaparamita. The necessary wisdom for actual crossing the shore of births and deaths. Third, the wisdom of knowing things in their temporary and changing condition. The necessary wisdom for vowing to cross the shore of births and deaths.

According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch’s Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: “Good Knowing Advisors, Maha Prajna Paramita is a Sanskrit word which means ‘great wisdom which has arrived at the other shore.’ It must be practiced in the mind, and not just recited in words. When the mouth recites and the mind does not practice, it is like an illusion, a transformation, dew drops, or lightning. However, when the mouth recites and the mind practices, then mind and mouth are in mutual accord. One’s own original nature is Buddha; apart from the nature there is no other Buddha. Good Knowing Advisors, what is meant by ‘Prajna?’ Prajna in our language means wisdom. Everywhere and at all times, in thought after thought, remain undeluded and practice wisdom constantly; that is Prajna conduct. Prajna is cut off by a single deluded thought. By one wise thought, Prajna is produced. Worldly men, deluded and confused, do not see Prajna. They speak of it with their mouths, but their minds are always deluded. They constantly say of themselves, ‘I cultivate Prajna!’ And though they continually speak of emptiness, they are unaware of true emptiness. Prajna, without form or mark, is just the wisdom of the mind. If thus explained, this is Prajna wisdom. Prajna is a Sanskrit term which means wisdom. There are three kinds of prajna: real mark prajna, contemplative prajna, and literary prajna. Prajna also means the real power to discern things and their underlying principles and to decide the doubtful. The Prajna-paramita-sutra describes “prajna” as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed.

Prajna means real wisdom or transcendental wisdom. According to the Mahayana Buddhism, only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood, the wisdom which enables us to transcend desire, attachment and anger so that we will be emancipated (not through the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in “samsara” or transmigration.

At anywhere and at all time, Devout Buddhists’ actions must be in accordance with “Prajna” at all time. Worldly people always brag with their mouths, but their minds are always deluded. The prajna or wisdom of meditative enlightenment on reality, for prajna is wisdom for salvation, and through wisdom is the mother or source of all Buddhas. Prajna is the spear of wisdom, which is able to cut off illusion and evil. Prajna is the intuitive understanding. In general, this refers to the development of intuitive understanding of key Buddhist concepts. According to the Mahayana Buddhism, the “prajna paramita” or the “perfection of wisdom” is the sixth of the perfections that a Bodhisattva cultivates on the path to Buddhahood, and only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood. The wisdom which enables us to transcend desire, attachment and anger so that we will be emancipated (not through the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in “samsara” or transmigration. Prajna is abruptly seeing. Prajna is really a dialectical term denoting that this special process of knowing, known as “abruptly seeing,” or “seeing at once,” does not follow general laws of logic; for when prajna functions one finds oneself all of a sudden, as if by a miracle, facing Sunyata, the emptiness of all things. This does not take place as the result of reasoning, but when reasoning has been abandoned as futile, and psychologically when the will-power is brought to a finish. The use of prajna contradicts everything that we may conceive of things worldly; it is altogether of another order than our usual life. But this does not mean that Prajna is something

altogether disconnected with our life and thought, something that is to be given to us by a miracle from some unknown and unknowable source. If this were the case, prajna would be no possible use to us. It is true that the functioning of Prajna is discrete, and interrupting to the progress of logical reasoning, but all the time it underlies it, and without Prajna we cannot have any reasoning whatever. Prajna is at once above and in the process of reasoning. This is a contradiction, formally considered, but in truth this contradiction itself is made possible because of Prajna.

That most of religious literature is filled with contradictions, absurdities, paradoxes, and impossibilities, and demands to believe them, to accept them, as revealed truths, is due to the fact that religious knowledge is based on the working of Prajna. Once this viewpoint of Prajna is gained, all the essential irrationalities found in religion become intelligible. It is like appreciating a fine piece of brocade. On the surface there is an almost bewildering confusion of beauty, and the professional fails to trace the intricacies of the threads. But as soon as it is turned over all the intricate beauty and skill is revealed. Prajna consists in this turning-over. The eye has hitherto followed the surface of the cloth, which is indeed the only side ordinarily allows us to survey. Now the cloth is abruptly turned over; the course of the eyesight is suddenly interrupted; no continuous gazing is possible. Yet by this interruption, or rather disruption, the whole scheme of life is suddenly grasped; there is the "seeing into one's self-nature." It is Prajna which lays its hands on Emptiness, or Suchness, or self-nature. And this laying-hands-on is not what it seems. This is self-evident from what has already been said concerning things relative. Because the self-nature is beyond the realm of relativity, its being grasped by Prajna cannot mean a grasping in its ordinary sense. The grasping must be no-grasping, a paradoxical statement which is inevitable. To use Buddhist terminology, this grasping is accomplished by non-discrimination; that is, by discrete, an act of the conscious; not an unconscious act but an act rising from self-nature itself, which is the unconscious.

Prajna must once be awakened in self-nature; for unless this is experienced we shall never have a chance of knowing the Buddha not only in ourselves but in others. But this awakening is no particular deed

performed in the realm of empirical consciousness, and for this reason it is like a lunar reflection in the stream; it is neither continuous nor discrete; it is beyond birth and death; even when it is said to be born, it knows no birth; even when it is said to have passed away, it knows no passing away; it is only when no-mind-ness or the Unconscious is seen that there are discourses never discoursed, that there are acts that never acted. According to the Sixth Patriarch Hui Neng in the Platform Sutra, Prajna is awakened in self-nature abruptly, and the term “abrupt” not only means ‘instantaneously’, ‘unexpectedly’ or ‘suddenly’, but signifies the idea that the act of awakening which is seeing is not a conscious deed on the part of self-nature. In other words, Prajna flashes from the Unconscious and yet never leaves it; it remains unconscious of it. This is the sense of saying that “seeing is no-seeing, and no-seeing is seeing,” and that the Unconscious or self-nature becomes conscious of itself by means of Prajna, and yet in this consciousness there is no separation of subject and object. Therefore, Hui-Neng says: “One who understands this truth is without thought, without memory, and without attachment.” But we must remember that Hui-Neng never advocated the doctrine of mere nothingness, or mere-doing-nothing-ness, nor assumed an unknown quantity in the solution of life. Also according to Hui-Neng, Prajna is the name given to self-nature, or the Unconscious, as we call it, when it becomes conscious of itself, or rather to the act itself of becoming conscious. Prajna therefore points in two directions to the Unconscious and to the world of consciousness which is now unfolded. The one is call the Prajna of non-discrimination and the other the Prajna of discrimination. When we are so deeply involved in the outgoing direction of consciousness and discrimination as to forget the other direction of Prajna pointing to the Unconscious, we have what is technically known as “Prapanca,” imagination. Or we may state this conversely: when imagination asserts itself, Prajna is hidden, and discrimination has its own sway, and the pure, undefiled surface of the Unconscious or self-nature is now dimmed. The advocates of “no-thought” or “no-mind” want us to preserve Prajna from going astray in the direction of discrimination, and to have our eyes looking steadily in the other direction. To attain “no-mind” means to recover, objectively speaking, the Prajna or non-

discrimination. When this idea is developed in more detail we shall comprehend the significance of “no-mind” in Zen thought.

Prajna, which is the awakening of consciousness in the Unconscious, functions in a twofold direction. The one is towards the Unconscious and the other towards the conscious. The Prajna which is orientated to the Unconscious is Prajna properly so called, while the Prajna of consciousness is now called mind with the small initial letter. From this mind a dualistic world takes its rise: subject and object, the inner self and the external world, and so on. In the Mind, therefore, two aspects are also distinguishable: Prajna-mind of non-discrimination and dualistic mind. The mind of the first aspect belongs to this world, but so long as it is linked with Prajna it is in direct communication with the Unconscious, it is the Mind; whereas the mind of the second aspect is wholly of this world, and delighted with it, and mixes itself with all its multiplicities. The mind of the second aspect, Hui-Neng called “thought.” Here, mind is thought, and thought is mind. From the relative point of view, the mind of the first aspect may be designated “no-mind” in contradistinction to the mind of the second aspect. As the latter belongs to this side of our ordinary experience, so called, the former is a transcendental one in terms of Zen philosophy is “that which is not the mind,” or “no-mind” or “no-thought.”

Chương Mười Tám
Chapter Eighteen

Trí Tuệ Giải Thoát Qua Bờ Bên Kia

Thực Hành Thâm Sâu Trí Tuệ Giải Thoát Qua Bờ Bên Kia: Theo Bát Nhã Tâm Kinh, Quán Tự Tại Bồ Tát, khi thực hành thâm sâu Trí tuệ giải thoát qua bờ bên kia hay Bát Nhã Ba La Mật Đa, đã nhìn thấy rõ năm uẩn là không nên Ngài vượt qua hết mọi khổ ách. Như vậy nếu Phật tử chúng ta thực hành pháp thâm sâu trí tuệ giải thoát qua bờ bên kia hay Bát Nhã Ba La Mật Đa cũng sẽ nhìn thấy rõ năm uẩn là không nên cũng có thể vượt qua hết mọi khổ ách. Tuy nhiên, Phật tử thuần thành nên nhớ những đòi hỏi khi tu tập thâm sâu Bát Nhã Ba La Mật Đa là tâm không kiêu ngạo vì kiêu ngạo là ngu si, tâm không tự mãn vì tự mãn là ngu si; thường có tâm biết tầm quý và hổ thẹn vì không có tâm biết tầm quý là ngu si; không sanh tâm phan duyên, vì dong ruổi theo chư duyên là ngu si; không sanh tâm sân hận vì sân hận là ngu si; không sanh tâm điên đảo vì điên đảo là ngu si. Phật tử thuần thành nên dụng công thực hành thâm sâu Bát Nhã Ba La Mật Đa để có thể soi thấu năm mươi ấm ma trong năm uẩn. Trong sắc uẩn có mười loại ấm ma, trong thọ uẩn có mười loại, trong tưởng uẩn có mười loại, trong hành uẩn có mười loại, trong thức uẩn có mười loại.

Trí Tuệ Giải Thoát Qua Bờ Bên Kia Theo Kinh Hoa Nghiêm: Theo Kinh Hoa Nghiêm, chỉ có một thứ Ba La Mật, đó là trí tuệ giải thoát qua bờ bên kia hay Giải Thoát Bát Nhã Ba La Mật. Một hôm, Thiện Tài Đồng Tử hỏi Diệu Nguyệt Trưởng Giả: “Làm sao để hiện tiền chứng đắc môn giải thoát Ba La Mật?” Trưởng Giả Diệu Nguyệt đáp: “Một người hiện tiền thân chứng môn giải thoát này khi nào người ấy phát khởi tâm Bát Nhã Ba La Mật và cực kỳ tương thuận; rồi thì người ấy chứng nhập trong tất cả những gì mà mình thấy và hiểu.” Thiện Tài Đồng Tử lại thưa: “Có phải do nghe những ngôn thuyết và chương cú về Bát Nhã Ba La Mật mà được hiện chứng hay không?” Diệu Nguyệt đáp: “Không phải. Bởi vì Bát Nhã Ba La Mật thấy suốt thể tánh chân thật của các pháp mà hiện chứng vậy.” Thiện Tài lại thưa: “Há không phải do nghe mà có tư duy và do tư duy và biện luận mà được thấy Chân Như là gì? Và há đây không phải là tự chứng ngộ hay sao?” Diệu Nguyệt đáp: “Không phải vậy. Không hề do nghe và tư

duy mà được tự chứng ngộ. Đây thiện nam tử, đối với nghĩa này ta phải lấy một thí dụ, người hãy lắng nghe! Thí dụ như trong một sa mạc mênh mông không có suối và giếng, vào mùa xuân hay mùa hạ khi trời nóng, có một người khách từ tây hướng về đông mà đi, gặp một người đàn ông từ phương đông đến, liền hỏi gã rằng ‘tôi nay nóng và khát ghê gớm lắm; xin chỉ cho tôi nơi nào có suối trong và bóng cây mát mẻ để tôi có thể uống nước, tắm mát, nghỉ ngơi và tươi tỉnh lại?’ Người đàn ông bèn chỉ dẫn cặn kẽ rằng ‘cứ tiếp tục đi về hướng đông, rồi sẽ có con đường chia làm hai nẻo, nẻo phải và nẻo trái. Bạn nên hãy theo nẻo bên phải và gắng sức mà đi tới chắc chắn bạn sẽ đến một nơi có suối trong và bóng mát.’ Đây thiện nam tử, bây giờ người có nghĩ rằng người khách bị nóng và khát từ hướng tây đến kia, khi nghe nói đến suối mát và những bóng cây, liền tư duy về việc đi tới đó càng nhanh càng tốt, người ấy có thể trừ được cơn khát và được mát mẻ chăng?’ Thiện Tài đáp: “Dạ không; người ấy không thể làm thế được; bởi vì người ấy chỉ trừ được cơn nóng khát và được mát mẻ khi nào theo lời chỉ dẫn của kẻ kia mà đi ngay đến dòng suối rồi uống nước và tắm ở đó.” Diệu Nguyệt nói thêm: “Đây thiện nam tử, đối với Bồ Tát cũng vậy, không phải chỉ do nghe, tư duy và huệ giải mà có thể chứng nhập hết thủy pháp môn. Đây thiện nam tử, sa mạc là chỉ cho sanh tử; người khách đi từ tây sang đông là chỉ cho các loài hữu tình; nóng bức là tất cả những sự tướng mê hoặc; khát tức là tham và ái ngã; người đàn ông từ hướng đông đến và biết rõ đường lối là Phật hay Bồ Tát, an trụ trong Nhất Thiết Trí, các ngài đã thâm nhập chân tánh của các pháp và thật nghĩa bình đẳng; giải trừ khát cháy và thoát khỏi nóng bức nhờ uống dòng suối mát là chỉ cho sự chứng ngộ chân lý bởi chính mình.” Diệu Nguyệt tiếp: “Đây thiện nam tử, cảnh giới tự chứng của các Thánh giả ấy không có sắc tướng, không có cấu tịnh, không có thủ xả, không có trước loạn; thanh tịnh tối thắng; tánh thường bất hoại; dù chư Phật xuất thế hay không xuất thế, ở nơi pháp giới tánh, thể thường nhất. Đây thiện nam tử, Bồ Tát vì pháp này mà hành vô số cái khó hành và khi chứng được pháp thể này thì có thể làm lợi ích cho hết thủy chúng sanh, khiến cho các loài chúng sanh rốt ráo an trụ trong pháp này. Đây thiện nam tử, đó là pháp chân thật, không có tướng dị biệt, thực tế, thể của Nhất thiết trí, cảnh giới bất tư nghì, pháp giới bất nhị đó là môn giải thoát viên mãn.” Như vậy môn giải thoát Ba La Mật phải được chứng ngộ bằng kinh nghiệm cá biệt của mình; còn như

chỉ nghe và học hỏi thôi thì chúng ta không cách gì thâm nhập vào giữa lòng chân tánh của thực tại được.

***Wisdom of Emancipation of Reaching the Other Shore
(The Prajna-Paramita Emancipation)***

Practicing Profound Wisdom of Emancipation of Reaching the Other Shore (Prajna-Paramita): According to the Heart Sutra, when the Bodhisattva Avalokitesvara was cultivating the profound Prajnaparamita, he illuminated the Five Aggregates and saw that they were all empty, and crossed beyond all sufferings and afflictions. Therefore, we, devout Buddhists, who resolve to practice the profound Prajnaparamita, can also see that they are all empty. And we too, can cross beyond all sufferings and afflictions. But devout Buddhists should always remember the requirements for cultivating profound Prajna paramita are to avoid arrogance, for being arrogance is stupid; to avoid complacency, for being complacent is stupid; to always feel shame and remorse, for not feeling shame and remorse is stupid; to avoid exploiting situations, for exploiting situations is stupid; to avoid feelings of anger and hatred, for feelings of anger and hatred are stupid. Devout Buddhists should try their best to cultivate profound Prajna-paramita to be able to illumine and shine through the fifty states of the skandha-demons in the Five Aggregates. Ten demonic states appear in each of the Aggregates of Form, Feelings, Thoughts, Activities, and Consciousness.

Wisdom of Emancipation of Reaching the Other Shore in The Avatamsaka Sutra (Prajna-Paramita Emancipation): According to the Avatamsaka Sutra, there is only one kind of paramita that is the Wisdom of Emancipation of Reaching the Other Shore or Prajna-Paramita Emancipation. One day, Sudhana asked Sucandra: “How does one come to the Prajna-paramita emancipation face to face? How does one get this realization?” Sucandra answered: “A man comes to this emancipation face to face when his mind is awakened to Prajnaparamita and stands in a most intimate relationship to it; for then he attains self-realization in all that he perceives and understands.” Sudhana asked: “Does one attain self-realization by listening to the talks and discourses on Prajnaparamita?” Sucandra replied: “That is not

so. Because Prajnaparamita sees intimately into the truth and reality of all things.” Sudhana asked: Is it not that thinking comes from hearing and that by thinking and reasoning one comes to perceive what Suchness is? And is this not self-realization?” Sucandra said: “That is not so. Self-realization never comes from mere listening and thinking. O son of a good family, I will illustrate the matter by analogy. Listen! In a great desert there are no springs or wells; in the spring time or summer time when it is warm, a traveller comes from the west going eastward; he meets a man coming from the east and asks him: ‘I am terribly thirsty, please tell me where I can find a spring and a cool refreshing shade where I may drink, bathe, rest, and get revived.’ The man from the east gives the traveller, as desired, all the information in detail, saying: ‘When you go further east the road divides itself into two, right and left. You take the right one, and going steadily further on you will surely come to a fine spring and a refreshing shade. Now, son of a good family, do you think that the thirsty traveller from the west, listening to the talk about the spring and the shady trees, and thinking of going to that place as quickly as possible, can be relieved of thirst and heat and get refreshed? Sudhana replied: “No, he cannot; because he is relieved of thirst and heat and gets refreshed only when, as directed by the other, he actually reaches the fountain and drinks of it and bathes in it.” Sucandra added: “Son of a good family, even so with the Bodhisattva. By merely listening to it, thinking of it, and intellectually understanding it, you will never come to the realization of any truth. Son of a good family, the desert means birth and death; the man from the west means all sentient beings; the heat means all forms of confusion; thirst is greed and lust; the man from the east who knows the way is the Buddha or the Bodhisattva who, abiding in all-knowledge has penetrated into the true nature of all things and the reality of sameness; to quench the thirst and to be relieved of the heat by drinking of the refreshing fountain means the realization of the truth by oneself. Sucandra added: “O son of a good family, the realm of self-realization where all the wise ones are living is free from materiality, free from purities as well as from defilements, free from grasped and grasping, free from murky confusion; it is most excellently pure and in its nature indestructible; whether the Buddha appears on earth or not, it retains its eternal oneness in the Dharmadhatu. O son of a good family,

the Bodhisattva because of this truth has disciplined himself in innumerable forms of austerities, and realizing this Reality within himself has been able to benefit all beings so that they find herein the ultimate abode of safety. O son of a good family, truth of self-realization is validity itself, something unique, reality-limit, the substance of all-knowledge, the inconceivable, non-dualistic Dharmadhatu, and the perfection of emancipation.” Thus, to Prajnaparamita emancipation must be personally experienced by us, and that mere hearing about it, mere learning of it, does not help us to penetrate into the inner nature of Reality itself.

Phần Hai
Tu Tập Trí Tuệ
Theo Quan Điểm Phật Giáo

Part One
Cultivation of Wisdom
In Buddhist Point of View

Chương Mười Chín
Chapter Nineteen

Vai Trò Của Trí Tuệ Trong
Tu Tập Thiền Phật Giáo

Theo Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: “Bằng trì giới, người ta có thể đạt đến tập trung tư tưởng và chánh niệm; từ tập trung tư tưởng và chánh niệm, người ta đạt được trí huệ. Trí huệ sẽ mang lại an bình nội tại và giúp cho con người vượt qua những cơn bão tố của trần tục.” Giới luật giúp thân không làm ác, định giúp lắng đọng những xao trộn tâm linh, và huệ giúp loại trừ ảo tưởng và chứng được chân lý. Nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của trí thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của trí thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Đương nhiên, Giới Định Huệ rất cần thiết cho Phật tử. Nhưng sau Đức Phật, Tam Học dần dần bị chia thành ba đề tài riêng rẽ: những người tuân giữ giới luật trở thành những Luật sư; các hành giả tham thiền nhập định trở thành những Thiền sư; những người tu Bát Nhã (tu huệ) trở thành những triết gia hay những nhà biện chứng. Giới cốt yếu là giữ tất cả những giới luật đã được Đức Phật thiết lập cho sự ổn định tinh thần của các đệ tử của Ngài. Giới giúp loại bỏ những ác nghiệp. Định là phép tu tập nhờ đó người ta đi đến yên tịnh. Định giúp làm yên tĩnh những nhiễu loạn tinh thần. Huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách khác, Huệ hay Bát Nhã là năng lực thâm nhập vào bản tánh của tự thể và đồng thời nó cũng là chân lý được cảm nghiệm theo cách trực giác.

***Roles of Wisdom In Cultivation
In Zen Buddhism***

According to the Dhammapada, Buddha taught: “By observing precepts, one can reach concentration and mindfulness; from concentration and mindfulness, one can achieve knowledge and wisdom. Knowledge brings calmness and peace to life and renders human beings indifference to the storms of the phenomenal world.” Discipline wards off bodily evil, meditation calms mental disturbance, and wisdom gets rid of delusion and proves the truth. Without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Obviously, all these three are needed for any Buddhist. But after the Buddha, as time went on, the Triple Discipline was split into three individual items of study. The observers of the rules of morality became teachers of the Vinaya; the yogins of meditation were absorbed in various samadhis and became Zen Masters; those who pursued Prajna became philosophers or dialecticians. Discipline or morality consists in observing all the precepts laid down by the Buddha for the spiritual welfare of his disciples. Discipline (training in moral discipline) wards off bodily evil. Meditation is the exercise to train oneself in tranquilization. Meditation (training the mind) calms mental disturbance. Wisdom (training in wisdom). In other words, Wisdom or Prajna is the power to penetrate into the nature of one’s being, as well as the truth itself thus intuited.

Chương Hai Mươi *Chapter Twenty*

Vai Trò Của Trí Tuệ *Trong Tu Tập Tịnh Độ*

Huệ là phép tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Theo Tịnh Độ Tông, Tam Vô Lậu Học là ba phần học của hàng vô lậu, hay của hạng người đã dứt được luân hồi sanh tử. Theo Phật giáo, giới là quy luật giúp chúng ta đề phòng phạm tội. Khi không sai phạm giới luật, tâm trí chúng ta đủ thanh tịnh để tu tập thiền định ở bước kế tiếp hầu đạt được định lực. Trí tuệ là kết quả của việc tu tập giới và định. Nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí tuệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách khác, Huệ hay Bát Nhã là năng lực thâm nhập vào bản tánh của tự thể và đồng thời nó cũng là chân lý được cảm nghiệm theo cách trực giác. Khi tu tập mà tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu. Theo Giáo sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo: Phật giáo đặt nền tảng trên Tam Học (siksa): Giới, Định, Tuệ. Nghĩa là nếu không trì giới thì tâm không định, tâm không định thì không phát tuệ. Hay nói khác đi, do giới mà có định, do định mà có tuệ. Định ở đây bao gồm những kết quả vừa tư biện vừa trực quán. Tiếp đó Đạo Phật còn dạy hành giả phải đi vào Tam Đạo là Kiến đạo, Tu đạo, và Vô học đạo. Đây là ba giai đoạn mà hành giả phải trải qua khi tu tập Kiến Đạo với Tứ Diệu Đế bằng cách thực hành Bát Chánh Đạo; kế đến, hành giả tu tập Tu Đạo với Thất Giác Chi. Tu đạo ở đây lại có nghĩa là kết quả của suy tư chân chánh; và cuối cùng là thực hiện hoàn toàn bằng Vô Học Đạo. Nói cách khác, không thấy được đạo thì không tu được đạo và không thực hiện được đời sống lý tưởng.

Tóm lại, vai trò của của trí tuệ trong tu tập tịnh độ rất ư là quan trọng vì trí tuệ giúp cho hành giả có được những trí nghiệp rất cần thiết

trên bước đường đạt đến giác ngộ và giải thoát hay ít nhất là đạt được vãng sanh Cực Lạc. Thứ nhất là tin hiểu nghiệp báo, chẳng chối nhờn quả. Thứ nhì là chẳng bỏ Bồ Đề tâm, thường niệm chư Phật. Thứ ba là gần thiện tri thức, cung kính cúng dường, hết lòng tôn trọng, trọn không nhàm mỏi. Trí nghiệp thứ tư bao gồm thích pháp thích nghĩa không nhàm đủ, xa lìa tà niệm, và luôn tu chánh niệm. Trí nghiệp thứ năm nói rằng đối với tất cả chúng sanh xa lìa ngã mạn, tưởng chư Bồ Tát như Phật, mến trọng chánh pháp chẳng tiếc thân mình, tôn thờ Như Lai như hộ mạng mình, và với người tu hành tưởng là Phật. Trí nghiệp thứ sáu bao gồm ba nghiệp thân, khẩu, ý không có sự bất thiện, ca ngợi các bậc Hiền Thánh, và tùy thuận Bồ Đề. Trí nghiệp thứ bảy là chẳng chối duyên khởi, xa lìa tà kiến, phá si ám, được sáng suốt, và chiếu rõ các pháp. Trí nghiệp thứ tám là tùy thuận tu hành nơi mười môn hồi hướng. Nơi các môn Ba La Mật tưởng là từ mẫu, nơi phương tiện thiện xảo tưởng là từ phụ, và nhập nhà Bồ Đề với thâm tâm thanh tịnh. Thứ chín là thí, giới, đa văn, chỉ, quán, phước, huệ, tất cả pháp trợ đạo như vậy thường siêng tinh cần chứa nhóm. Thứ mười là chuyên tu không mỏi mệt những hạnh sau đây: được chư Phật khen ngợi, có thể phá chúng ma trừ phiền não, có thể rời lìa chướng cái và triền phược, có thể giáo hóa điều phục chúng sanh, có thể tùy thuận trí huệ nhiếp thủ chánh pháp, có thể nghiêm tịnh cõi Phật, có thể phát khởi thần thông và minh mẫn.

***Roles of Wisdom in Cultivation in
The Pure Land Buddhism***

Wisdom is one of the threefold training or three studies or endeavors of the non-outflow, or those who have passionless life and escape from transmigration. According to Buddhism, precepts are rules which keep us from committing offenses. When we are able to refrain from committing offenses, our mind is pure to cultivate meditation in the next step to achieve the power of concentration. The resulting wisdom, or training in wisdom. If you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these thieves and terminate all afflictions. Wisdom (training in wisdom). In other words, Wisdom or Prajna is the

power to penetrate into the nature of one's being, as well as the truth itself thus intuited. Study of principles and solving of doubts. During cultivation, high concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom or panna-sikkha. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, Buddhism lays stress on the Threefold Learning (siksa) of Higher Morality, Higher Thought, and Higher Insight. That is to say, without higher morals one cannot get higher thought and without higher thought one cannot attain higher insight. In other words, morality is often said to lead to samadhi, and samadhi to prajna. Higher thought here comprises the results of both analytical investigation and meditative intuition. Buddhism further instructs the aspirants, when they are qualified, in the Threefold Way (marga) of Life-View, Life-Culture and Realization of Life-Ideal or No-More Learning. These are three stages to be passed through in the study of the Fourfold Truth by the application of the Eightfold Noble Path; in the second stage it is investigated more fully and actualized by the practice of the Seven Branches of Enlightenment, life-culture here again means the results of right meditation; and in the last stage the Truth is fully realized in the Path of No-More-Learning. In other words, without a right view of life there will be no culture, and without proper culture there will be no realization of life.

In short, wisdom plays an extremely important role in in cultivation in the Pure Land Buddhism for wisdom will help practitioners attain necessary actions of knowledge on the advancement of enlightenment and liberation or at least gaining rebirth in the Pure Land. First, believing in consequences of action and not denying causality. Second, not giving up the determination for enlightenment, always remembering the Buddhas. Third, attending the wise (good-knowing advisors), respecting and providing for them, honoring them tirelessly. The fourth action of knowledge includes enjoying the teachings and their meaning tirelessly, getting rid of wrong awareness, and always cultivating true awareness. The fifth action of knowledge states that getting rid of haughtiness toward all sentient beings, thinking of

Enlightening Beings as Buddhas, valuing the true Teaching as much as one's own being, honoring The Enlightened as though protecting one's own life, and thinking of practitioners as Buddhas. The sixth action of knowledge includes being free from all that is not good in thought, word, and deed, praising the excellence of sages and saints, and according with enlightenment. The seventh action of knowledge is not denying interdependent origination, getting rid of false views, destroying darkness and attaining light, and illuminating all things. The eighth action of knowledge is acting in accord with the ten kinds of dedication. Thinking of the ways of transcendence as one's mother, thinking of skillful means as one's father, and entering the house of enlightenment with a profound pure mind. Ninth, diligently accumulating all practices that foster enlightenment, such as charity, morality, learning, cessation and contemplation, virtue and wisdom. Tenth, indefatigably cultivating any practices the followings: that is praised by the Buddhas; that can break through the afflictions and conflicts of demons; that can remove all obstructions, veils, shrouds and bonds; that can teach and tame all sentient beings; that can embrace the truth in accord with knowledge and wisdom; that can purify a Buddha-land; and that can generate spiritual capacities and insights.

Chương Hai Mươi Một
Chapter Twenty-One

Tu Tập Trí & Hạnh
Bất Thối Chuyển

Chữ A Bệ Bạt Trí, theo tiếng Bắc Phạn là Avaivartika, có nghĩa là “Bất Thối Chuyển” hay chẳng lùi xuống. Có ba nghĩa, áp dụng cho những chúng sanh nơi cõi Tịnh Độ. Thứ nhất là Vị Bất Thoái: Một khi đã dự vào địa vị Tứ Thánh rồi, chẳng còn bị xuống địa vị Lục Phàm nữa. Thứ nhì là Hạnh Bất Thoái: Một khi đã tu hạnh Bồ Tát thường hóa độ chúng sanh, chẳng còn sa đọa xuống hàng nhị thừa nữa. Thứ ba là Niệm Bất Thoái: Giờ phút nào tâm niệm cũng như dòng nước chảy vào biển “Nhất Thiết Trí”. Bạc Bất Thối Chuyển là những vị chẳng bao giờ rơi rớt lại những đường thấp hơn. Bồ Tát Bất Thối Chuyển, trải qua quá trình tu hành dài một đại a tăng kỳ kiếp mà thành tựu quả vị Phật, chưa hề thối chuyển. Theo Kinh A Di Đà thì dù cho người vãng sanh vào địa vị thấp nhất trong cõi Tịnh Độ, dù phải mang theo nghiệp còn sót lại, nhưng vẫn không còn thối chuyển nữa. Bất thối chuyển là không lùi mà đi thẳng vào Niết bàn, người đã đạt tới thực chứng tánh không, sẽ không bao giờ đi lùi trên đường đi đến Bồ Tát hay Phật quả. Đôi khi người ta định nghĩa “Bất Thối Chuyển” đơn thuần là các bậc tu hành đã tiến đến giai đoạn cao không bao giờ còn thối chuyển trở lại nữa. Theo Kinh A Di Đà, chúng sanh phước mỏng nghiệp dày tích tụ từ vô thủy, khó lòng tự tu tự độ về cõi Niết Bàn trong một đời kiếp, mà ngược lại rất dễ dàng bị thối chuyển trong luân hồi sanh tử, nên Đức Phật khuyên Phật tử về sau này nên nhất tâm niệm Phật để được sanh về cõi Cực Lạc, hầu tiếp tục tu tập để đạt thành Phật quả. Bạc bất thối là người không bao giờ thối lùi; một vị Bồ Tát trên đường tiến đến Phật quả, không bao giờ đi lùi về một cảnh giới thấp hơn cảnh giới mà vị ấy đã đạt được.

Hạnh Bất thối có nghĩa là không chịu thua hay không mỏi mệt với vị trí hiện tại, hay không thoái lui, đặc biệt khi nói về sự tu tập Phật đạo. Khi một bậc đã tiến tới chỗ không còn rơi ngược trở lại (luân hồi sanh tử) hay bất thối chuyển là cách nói khác của “nhất sinh thành Phật” hay thành Phật trong kiếp này. Bạc đã đạt được tánh không hay

vô sanh pháp nhãn sẽ không bao giờ bị thối chuyển ra khỏi Bồ Tát hay Phật đạo. Không lùi (không quay ngược lại) mà đi thẳng vào Niết bàn, người đã đạt tới thực chứng tánh không, sẽ không bao giờ đi lùi trên đường đi đến Bồ Tát hay Phật quả. Đôi khi người ta định nghĩa “Bất Thối Chuyển” đơn thuần là các bậc tu hành đã tiến đến giai đoạn cao không bao giờ còn thối chuyển trở lại nữa. Theo kinh Duy Ma Cật, chương bốn, Đức Phật bảo Bồ Tát Di Lặc: “Ông đi đến thăm bệnh ông Duy Ma Cật dùm ta.” Di Lặc bạch Phật: “Bạch Thế Tôn! Con không kham lãnh đến thăm bệnh ông ta. Vì sao? Nhớ lại lúc trước con nói hạnh ‘bất thối chuyển,’ cho vị Thiên Vương ở cõi trời Đâu Suất và quyến thuộc của người, lúc ấy ông Duy Ma Cật đến nói với con rằng: ‘Ngài Di Lặc! Thế Tôn thọ ký cho ngài một đời sẽ được quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác, đó là đời nào mà ngài được thọ ký? Đời quá khứ chăng? Đời vị lai chăng? Đời hiện tại chăng? Nếu là đời quá khứ thời quá khứ đã qua. Nếu là đời vị lai thời vị lai chưa đến. Nếu là đời hiện tại thời hiện tại không dừng trụ. Như Phật nói: “Nầy Tỳ Kheo! Như ông ngay bây giờ cũng sanh, cũng già, cũng chết!” Nếu dùng vô sanh mà được thọ ký, thì vô sanh tức là chánh vị, ở trong chánh vị cũng không thọ ký, cũng không được quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Thế nào Di Lặc được thọ ký một đời ư? Là từ “Như” sanh mà được thọ ký, mà Như không có sanh. Nếu từ Như diệt được thọ ký, mà Như không có diệt. Tất cả chúng sanh đều Như, các Thánh Hiền cũng Như, cho đến Di Lặc cũng Như. Nếu Di Lặc được thọ ký, tất cả chúng sanh cũng phải được thọ ký. Vì sao? Vì Như không hai không khác. Nếu Di Lặc được quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác, tất cả chúng sanh cũng đều được. Vì sao? Tất cả chúng sanh chính là tướng Bồ Đề. Nếu Di Lặc được diệt độ, tất cả chúng sanh cũng phải diệt độ. Vì sao? Chư Phật biết tất cả chúng sanh rốt ráo vắng lặng, chính là tướng Niết Bàn, chẳng còn diệt nữa. Cho nên Di Lặc, chớ dùng pháp đó dạy bảo các Thiên tử, thật không có chi phát tâm Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác, mà cũng không có chi thối chuyển. Ngài Di Lặc! Phải làm cho các vị Thiên tử này bỏ chỗ kiến chấp phân biệt Bồ Đề. Vì sao? Bồ Đề không thể dùng thân được, không thể dùng tâm được. Tịch diệt là Bồ Đề, vì diệt các tướng; chẳng nhận xét là Bồ Đề, vì ly các duyên; chẳng hiện hạnh là Bồ Đề, vì không ghi nhớ; đoạn là Bồ Đề, vì bỏ các kiến chấp; ly là Bồ Đề, vì lìa các vọng tưởng; chướng là Bồ Đề, vì ngăn các nguyện; bất nhập là Bồ Đề, vì không tham đắm;

thuận là Bồ Đề, vì thuận chơn như; trụ là Bồ Đề, vì trụ pháp tánh; đến là Bồ Đề, vì đến thực tế; bất nhị là Bồ Đề, vì ly ý pháp; bình đẳng là Bồ Đề, vì đồng hư không; vô vi là Bồ Đề, vì không sanh trụ dị diệt; tri là Bồ Đề, vì rõ tâm hạnh chúng sanh; không hội là Bồ Đề, vì nhập không nhóm; không hiệp là Bồ Đề, vì rời tập khí phiền não; không xứ sở là Bồ Đề, vì không hình sắc; giả danh là Bồ Đề, vì danh tự vốn không như; huyễn hóa là Bồ Đề, vì không thủ xả; không loạn là Bồ Đề, vì thường tự vắng lặng; thiện tịch là Bồ Đề, vì tánh thanh tịnh; không thủ là Bồ Đề, vì rời phan duyên; không khác là Bồ Đề, vì các Pháp đồng đẳng; không sánh là Bồ Đề, vì không thể thí dụ; vi diệu là Bồ Đề, vì các Pháp khó biết.’ Bạch Thế Tôn! Khi ông Duy Ma Cật nói Pháp ấy, hai trăm vị Thiên tử chứng được Vô sanh pháp nhẫn. Vì thế, nên con không kham lãnh đến thăm bệnh ông ta.”

Cultivation of Avaivartika & Non-Backsliding Practice

The Sanskrit word “Avaivartika” means “not falling back.” Never retreat but going straight to Nirvana. Never receding or turning back, always progressing and certainly reaching Nirvana. There are three senses of “not falling back” that apply to sentient beings in the Pure Land: First, do not fall back from their position. Having entered the holy stream or the four levels of sagehood culminating in Ahratship, they do not fall back to the levels of gods and men. Second, do not fall back from practice. As followers of the Bodhisattva path they continue to work for the salvation of all beings, and do not fall back to the level of Lesser Vehicles with their concern limited to individual salvation. Third, do not fall back from their mindfulness. From mind-moment to mind-moment, they flow into the ocean of all knowledge. Those who never recede are those who never revert to a lower condition. A Bodhisattva who, in his progress towards Buddhahood, never retrogrades to a lower state than that to which he has attained. According to The Amitabha Sutra, even those who dwell in lowest level of the Pure Land, and have been born there bringing along their karmic burdens, do not fall back from their position, from their practice, or from their mindfulness. “Avaivartika” is one who has reached the realization of emptiness (tolerance and non-birth) will never regress

from the Buddha or Bodhisattva Paths. Non-regression sometimes simply denotes an advanced stage of aspiration and practice from which one will never retreat. According to the Amitabha Sutra, living beings burdened with heavy karma accumulated from time immemorial. They cannot escape Birth and Death in one lifetime, and are in danger of retrogression during. Thus the Buddha offered and recommended the Pure Land teachings, an easy method to escape Birth and Death in one lifetime through rebirth in the Pure Land, where practitioners can continue cultivating without fear of retrogression. “Avaivartika” is one who never recedes; a Bodhisattva who, in his progress towards Buddhahood, never retrogrades to a lower state than that to which he has attained (a Bodhisattva who is in the stage of non-backsliding).

Non-backsliding practice means not to give up on or not to grow weary with current position, or not retreating, especially in terms of the Buddhist path of cultivation. When one has reached the level where one does not fall back or non-retrogression is another way of saying one will achieve Buddhahood in one lifetime. One who has reached the realization of emptiness (Tolerance and Non-birth) will never regress from the Buddha or Bodhisattva Paths. Never receding or turning back, always progressing and certainly reaching Nirvana. One who has reached the realization of emptiness (tolerance and non-birth) will never regress from the Buddha or Bodhisattva Paths. Non-regression sometimes simply denotes an advanced stage of aspiration and practice from which one will never retreat. According to the Vimalakirti Sutra, Chapter Four, the Buddha said to Maitreya Bodhisattva: “You go to Vimalakirti to inquire after his health on my behalf.” Maitreya replied: “World Honoured One, I am not qualified to call on him and inquire after his health. The reason is that once when I was expounding to the deva-king and his retinue in the Tusita heaven the never-receding stage (of Bodhisattva development into Buddhahood) Vimalakirti came and said to me: ‘Maitreya, when the World Honoured One predicted your future attainment of supreme enlightenment (anuttara-sayak-sambodhi) in one lifetime, tell me in which life, whether in the past, future or present, did or will you receive His prophecy? If it was in your past life, that has gone; if it will be in your future life, that has not yet come; and if it is in your present life, that does not stay. As the

Buddha once said: ‘O bhiksus, you are born, are aging and are dying simultaneously at this very moment’; if you received His prophecy in a lifeless (state), the latter is prediction (of your future Buddhahood) nor realization of supreme enlightenment. How then did you receive the prediction of your attainment of Buddhahood in one lifetime? Or did you receive it in the absolute state (thatness or tathata) of either birth or death? If you receive it in the absolute state of birth, this absolute state is uncreated. If you receive it in the absolute state of death, this absolute state does not die. For (the underlying nature of) all living beings and of all things is absolute; all saints and sages are in this absolute state, and so, also are you, Maitreya. So, if you, Maitreya, received the Buddhahood, all living beings (who are absolute by nature) should also receive it. Why? Because that which is absolute is non-dual and is beyond differentiation. If you, Maitreya, realize supreme enlightenment, so should all living beings. Why? Because they are the manifestation of bodhi (enlightenment). If you, Maitreya, win nirvana, they should also realize it. Why? Because all Buddhas know that every living being is basically in the condition of extinction of existence and suffering which is nirvana, in which there can be no further extinction of existence. Therefore, Maitreya, do not mislead the devas because there is neither development of supreme bodhi-mind nor its backsliding. Maitreya, you should instead urge them to keep from discriminating views about bodhi (enlightenment). Why? Because bodhi can be won by neither body nor mind. For bodhi is the state of calmness and extinction of passion (i.e. nirvana) because it wipes out all forms. Bodhi is unseeing, for it keeps from all causes. Bodhi is non-discrimination, for it stops memorizing and thinking. Bodhi cuts off ideation, for it is free from all views. Bodhi forsakes inversion, for it prevents perverse thoughts. Bodhi puts an end to desire, for it keeps from longing. Bodhi is unresponsive, for it wipes out all clinging. Bodhi complies (with self-nature), for it is in line with the state of suchness. Bodhi dwells (in this suchness), for it abides in (changeless) Dharma-nature (or Dharmata, the underlying nature of all things.) Bodhi reaches this suchness, for it attains the region of reality. Bodhi is non-dual, for it keeps from (both) intellect and its objects. Bodhi is impartial, for it is equal to boundless space. Bodhi is the non-active (wu wei) state, for it is above the conditions of birth, existence

and death. Bodhi is true knowledge, for it discerns the mental activities of all living beings. Bodhi does not unite, for it is free from all confrontation. Bodhi disentangles, for it breaks contact with habitual troubles (klesa). Bodhi is that of which the position cannot be determined, for it is beyond form and shape, and is that which cannot be called by name for all names (have no independent nature and so) are void. Bodhi is like the mindlessness of an illusory man, for it neither accepts nor rejects anything. Bodhi is beyond disturbance, for it is always serene by itself. Bodhi is real stillness, because of its pure and clean nature. Bodhi is non-acceptance, for it keeps from causal attachments. Bodhi is non-differentiating, because of its impartiality towards all. Bodhi is without compare, for it is indescribable. Bodhi is profound and subtle, for although unknowing, it knows all.' World Honoured One, when Vimalakirti so expounded the Dharma, two hundred sons of devas realized the patient endurance of the uncreate (anutpattika-dharma-ksanti). This is why I am not qualified to call on him and inquire after his health."

Chương Hai Mươi Hai
Chapter Twenty-Two

Từ Huệ Căn & Huệ Nhãn
Dẫn Đến Huệ Độ

Huệ căn là một trong ngũ căn, căn có thể quán đạt chúng sanh để nảy sinh ra đạo lý. Tuệ căn nghĩa là trí tuệ mà người có tôn giáo phải duy trì. Đây không phải là cái trí tuệ tự kỷ mà là cái trí tuệ thực sự mà chúng ta đạt được khi chúng ta hoàn toàn thoát khỏi cái ngã và ảo tưởng. Hễ chừng nào chúng ta có trí tuệ này thì chúng ta sẽ không đi lạc đường. Chúng ta cũng có thể nói như thế về niềm tin của chúng ta đối với chính tôn giáo, không kể đến cuộc sống hằng ngày. Nếu chúng ta bị ràng buộc vào một ham muốn ích kỷ, nhỏ nhặt, chúng ta có thể đi lạc vào một tôn giáo sai lầm. Tuy rằng chúng ta có thể tin sâu vào tôn giáo ấy, hết lòng tu tập theo tôn giáo ấy, giữ gìn nó trong tâm và tận tụy đối với nó, chúng ta cũng không được cứu độ vì giáo lý của nó căn bản là sai, và chúng ta càng lúc càng bị chìm sâu hơn vào thế giới của ảo tưởng. Quanh chúng ta có nhiều trường hợp về những người đi vào con đường như thế. Dù “tuệ căn” được nêu lên cuối cùng trong năm quan năng đưa đến thiện hạnh, nó cũng nên được kể là thứ tự đầu tiên khi ta bước vào cuộc sống tôn giáo. Huệ nhãn là con mắt trí tuệ thấy vạn hữu giai không. Với con mắt này, Bồ Tát ném cái nhìn vào tất cả những cái kỳ diệu và bất khả tư nghì của cảnh giới tâm linh, thấy tận hố thẳm sâu xa nhất của nó. Tuệ nhãn còn có nghĩa là nhận rõ thực tính của các sự vật cũng như tướng trạng thật sự của chúng. Theo một ý nghĩa riêng, đây là một lối nhìn có tính cách triết học về các sự vật. Một người có tuệ nhãn có thể quan sát các sự vật mà một người thường không thể nhìn thấy được và có thể nhận thức những vấn đề vượt ngoài trí tưởng tượng. Người ấy hiểu rằng mọi sự trên đời này luôn luôn biến đổi và không có một cái gì hiện hữu trong một hình thái cố định. Điều này có nghĩa là hết thấy mọi sự vật đều vô thường, không có sự vật nào hiện hữu một cách riêng lẻ trong vũ trụ mà không có liên quan với các sự vật khác; mọi sự vật hiện hữu trong mối liên hệ với mọi sự vật khác giống như những mắt lưới, không có cái gì có một tự ngã. Hành giả tu tập huệ căn và huệ nhãn cuối cùng sẽ đạt được huệ độ. Huệ độ

là xuất thế gian thượng thượng trí, cái trí tuệ tối thượng hay trí huệ của bậc Thánh, nhờ đó người ta có thể nhìn vào những chỗ thâm sâu nhất của tâm thức để nắm lấy cái chân lý thâm mật bị che khuất mà cái trí tầm thường không thể thấy được. Trong đạo Phật, đây là Phật trí hay trí của các bậc Thánh, trí siêu việt và vượt ra ngoài mọi sự phân biệt. Tuệ độ hay vô thượng huệ (trí huệ Phật). Trí tuệ dẫn dắt chúng sanh vượt thoát bờ mé sanh tử để đạt đến giác ngộ.

***From Sense of Wisdom & Eyes of Wisdom
Leading to Supreme Wisdom***

The sense of wisdom is the root or organ of wisdom, one of the five organs. The wisdom that people of religion must maintain. This is not a self-centered wisdom but the true wisdom that we obtain when we perfectly free ourselves from ego and illusion. So long as we have this wisdom, we will not take the wrong way. We can say the same thing of our belief in religion itself, not to mention in our daily lives. If we are attached to a selfish, small desire, we are apt to stray toward a mistaken religion. However, earnestly we may believe in it, endeavoring to practice its teaching, keeping it in mind, and devoting ourselves to it, we cannot be saved because of its basically wrong teaching, and we sink farther and farther into the world of illusion. There are many instances around us of people following such a course. Although “sense of wisdom” is mentioned as the last of the five organs leading man to good conduct, it should be the first in the order in which we enter a religious life. The eye of wisdom or the wisdom eye that sees all things as unreal. With the wisdom-eye, a Bodhisattva takes in at a glance all the wonders and inconceivabilities of the spiritual realm to its deepest abyss. This also means to discern the entity of things and their real state. This, in a sense, a philosophical way of looking at things. A person with the eye of wisdom can observe things that are invisible to the average person and can perceive matters that are beyond imagination. He realizes that all things in this world are always changing and there is nothing existing in a fixed form. That is to say all things are impermanent, nothing in the universe is an isolated existence, having no relation to other things; everything exists in relationship with everything else like the meshes of a net, nothing has

an ego. Practitioners who cultivate both the sense of wisdom and the wisdom eyes will eventually attain the supreme wisdom, or the wisdom of a saint (wisdom of the Buddha, wisdom leading to the shore of enlightenment), whereby one is enabled to look into the deepest recesses of consciousness in order to grasp the inmost truth hidden away from the sight of ordinary understanding. In Buddhism, this is the wisdom of the Buddha, or the saints or the sages; the wisdom which is above all particularization, i.e. the wisdom of transcendental truth. The wisdom of a Buddha that leads people to cross the shore of birth and death and come to a complete enlightenment (to the shore of enlightenment).

Chương Hai Mười Ba
Chapter Twenty-Three

Tu Tập Trí Tuệ

Trí tuệ là cách nhìn đúng về sự vật và năng lực nhận định các khía cạnh chân thân thật của vạn hữu. Trí tuệ là khả năng nhận biết những dị biệt giữa các sự vật, đồng thời thấy cái chân lý chung cho các sự vật ấy. Tóm lại, trí tuệ là cái khả năng nhận ra rằng bất cứ ai cũng có thể trở thành một vị Phật. Giáo lý của Đức Phật nhấn mạnh rằng chúng ta không thể nhận thức tất cả các sự vật trên đời một cách đúng đắn nếu chúng ta không có khả năng trọn vẹn hiểu biết sự dị biệt lẫn sự tương đồng. Chúng ta không thể cứu người khác nếu chúng ta không có trí tuệ, vì dù cho chúng ta muốn làm tốt cho kẻ khác để cứu giúp họ, nhưng không có đủ trí tuệ để biết nên làm như thế nào, cái gì nên làm và cái gì không nên làm, chúng ta có thể làm hại người khác chứ không làm được lợi ích gì cho họ. Không có chữ Anh nào tương đương với từ “Prajna” trong Phạn ngữ. Thật ra, không có ngôn ngữ Âu châu nào tương đương với nó, vì người Âu không có kinh nghiệm nào đặc biệt tương đương với chữ “prajna.” Prajna là cái kinh nghiệm một người có được khi người ấy cảm thấy cái toàn thể tính vô hạn của sự vật trong ý nghĩa căn bản nhất của nó, nghĩa là, nói theo tâm lý học, khi cái bản ngã hữu hạn đập vỡ cái vỏ cứng của nó, tìm đến với cái vô hạn bao trùm tất cả những cái hữu hạn do đó vô thường. Chúng ta có thể xem kinh nghiệm này giống với một trực giác toàn thể về một cái gì vượt qua tất cả những kinh nghiệm đặc thù riêng lẻ của chúng ta. Trong Phật giáo, Bát Nhã là trí tuệ siêu việt, yếu tố giác ngộ. Nó là trực giác thông đạt mọi pháp để chứng đạt chân lý, hay để nhìn vào chân lý cứu cánh của vạn hữu, nhờ đó mà người ta thoát ra ngoài triền phược của hiện hữu và trở thành tự chủ lấy mình. Bát Nhã hay Trí huệ Ba la mật được dùng để diệt trừ sự hôn ám ngu si. Nói tóm lại, trí tuệ là điểm cao tốt nhất đối với hành giả tu Phật. Tuy nhiên, nó phải được bắt đầu bằng sự thực hành bố thí, trì giới và phát triển định lực. Từ căn bản trong sạch ấy, hành giả mới có khả năng phát sanh ra một trí tuệ có khả năng soi thấu được thực chất của thân và tâm. Bằng cách giữ chánh niệm hoàn toàn trong hiện tại, những gì huân tập trong tâm mình từ bấy lâu nay sẽ bắt đầu hiển lộ. Mọi tư tưởng, mọi tà ý, tham dục,

luyện ái, vân vân, trong tâm sẽ được mang lên bình diện nhận thức. Và bằng sự thực hành chánh niệm, không dính mắc, không ghét bỏ, không nhận bất cứ đối tượng nào làm mình, tâm mình sẽ trở nên thư thái và tự tại.

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

Cultivation on Wisdom

Wisdom means the right way of seeing things and the power of discerning the true aspects of all things. Wisdom is the ability both to discern the differences among all things and to see the truth common to them. In short, wisdom is the ability to realize that anybody can become a Buddha. The Buddha's teachings stress that we cannot discern all things in the world correctly until we are completely endowed with the ability to know both distinction and equality. We cannot save others without having wisdom, because even though we want to do good to others but we don't have adequate knowledge on what should be done and what should not be done, we may end up doing some harm to others. There is no corresponding English word for prajna, in fact, no European word, for it, for European people have no

experience specifically equivalent to prajna. Prajna is the experience a man has when he feels in its most fundamental sense the infinite totality of things, that is, psychologically speaking, when the finite ego, breaking its hard crust, refers itself to the infinite which envelops everything that is finite and limited and therefore transitory. We may take this experience as being somewhat akin to a totalistic intuition of something that transcends all our particularized, specified experiences. In Buddhism, Prajna (the path of wisdom) means transcendental knowledge. This is what constitutes enlightenment; it is an intuition into the power to discern reality or truth, or into the ultimate truth of things, by gaining which one is released from the bondage of existence, and becomes master of one's self. Wisdom Paramita is used to destroy ignorance and stupidity. In short, wisdom is the culmination of the spiritual path for Buddhist practitioners. However, we must start from the practice of generosity, moral restraint, and the development of concentration. From that base of purity comes penetrating insight into the nature of the mind and body. By being perfectly aware in the moment, all that has been accumulated in our minds begins to surface. All the thoughts and emotions, all the ill will, greed and desire, all the lust and attachment in our minds begins to be brought to the conscious level. And through the practice of mindfulness, of not clinging, not condemning, not identifying with anything, the mind becomes lighter and free.

In order to understand clearly what is beneficial and what is injurious to beings, Bodhisattvas purify their wisdom. *Wisdom is a gate of Dharma-illumination:* The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. *Wisdom is the principal means of attaining Nirvana:* The prajna wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of

impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death.

Chương Hai Mươi Bốn
Chapter Twenty-Four

Mười Tám Pháp Quán Trí Tuệ

Tuệ quán có nghĩa là đem trí tuệ quán chân lý, hay lấy trí tuệ quán sát thấu hiểu được chân lý. Theo Thanh Tịnh Đạo, có mười tám pháp tuệ quán. *Thứ nhất* là đoạn thường tưởng bằng quán vô thường. *Thứ nhì* là đoạn lạc tưởng bằng quán khổ. *Thứ ba* là đoạn ngã tưởng bằng quán vô ngã. *Thứ tư* là đoạn khoái cảm bằng quán ly dục. *Thứ năm* là đoạn tham bằng quán ly tham. *Thứ sáu* là đoạn sinh bằng quán diệt. *Thứ bảy* là đoạn chấp thủ bằng quán từ bỏ. *Thứ tám* là đoạn cái tưởng nguyên vẹn bằng quán hoại. *Thứ chín* là đoạn tích lũy bằng quán diệt. *Thứ mười* là đoạn tưởng bền bỉ bằng quán biến đổi. *Thứ mười một* là đoạn tưởng bằng quán vô tướng. *Thứ mười hai* là đoạn dục bằng quán vô dục. *Thứ mười ba* là đoạn tà giải bằng quán không. *Thứ mười bốn* là đoạn tà giải do chấp thủ vào một cái lõi kiên cố bằng quán đi sâu vào tầng thượng tuệ. *Thứ mười lăm* là đoạn tà giải do mê mờ bằng chánh tri kiến. *Thứ mười sáu* là đoạn tà giải do y cứ các hành bằng quán nguy hiểm trong các hành. *Thứ mười bảy* là đoạn phi tư duy bằng quán tư duy. *Thứ mười tám* là đoạn tà giải do trôi buộc bằng quán quay đi.

Eighteen Kinds of Insight Contemplation for Ultimate Reality

Insight Contemplation means taking the wisdom to penetrate to ultimate reality. According to The Path of Purification, there are eighteen Principal Insights of the abandoning by substitution of opposites. *First*, the abandoning of the perception of permanence, through the means of the contemplation of impermanence. *Second*, the abandoning of the perception of pleasure, through the means of the contemplation of pain. *Third*, the abandoning of the perception of self, through the means of the contemplation of not self. *Fourth*, the abandoning of delight, through the means of the contemplation of dispassion (revulsion). *Fifth*, the abandoning of greed, through the means of the contemplation of fading away. *Sixth*, the abandoning of originating, through the means of the contemplation of cessation.

Seventh, the abandoning of grasping, through the means of the contemplation of relinquishment. *Eighth*, the abandoning of the perception of compactness, through the means of the contemplation of destruction. *Ninth*, the abandoning of accumulation, through the means of contemplation of fall. *Tenth*, the abandoning of the perception of lastingness, through the means of the contemplation of change. *Eleventh*, the abandoning of the sign, through the means of the contemplation of the signless. *Twelfth*, the abandoning of desire, through the means of the contemplation of the desireless. *Thirteenth*, the abandoning of misinterpreting, through the means of the contemplation of voidness. *Fourteenth*, the abandoning of misinterpreting due to grasping at a core, through the means of insight into states that is higher understanding. *Fifteenth*, the abandoning of misinterpreting due to confusion, through the means of correct knowledge and vision. *Sixteenth*, the abandoning of misinterpreting due to reliance on formations, through the means of the contemplation of danger in them. *Seventeenth*, the abandoning of non-reflexion, through the means of the contemplation of reflexion. *Eighteenth*, the abandoning of misinterpreting due to bondage, through the means of the contemplation of turning away.

Chương Hai Mươi Lăm
Chapter Twenty-Five

Tu Tập Trong Phật Giáo Và Tuệ Học

Tám chi của Bát Thánh Đạo có thể được chia làm ba nhóm: giới, định và tuệ. Đây là con đường duy nhất; không có con đường nào khác dẫn đến giác ngộ và giải thoát tâm. Đây là tất cả những gì đức Từ Phụ đã chỉ dạy và dẫn dắt để diệt trừ những xung đột tinh thần do hoàn cảnh bất toại nguyện của đời sống tạo nên đều nằm trọn trong Bát Thánh Đạo, từ chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định. Thiền có liên hệ mật thiết với Tuệ Học qua hai chi: chánh kiến và chánh tư duy. Qua chánh kiến và chánh tư duy chúng ta đoạn trừ tham, sân, si. **Về Chánh Kiến**, người tu Thiền nên cố gắng thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Chánh kiến là nhận thấy một cách khách quan ngay thẳng; thấy thế nào thì ghi đúng thế ấy, không bị thành kiến hoặc tình cảm ảnh hưởng mà làm cho sự nhận xét bị sai lệch; biết phân biệt cái thật cái giả; nhận thức đạo lý chân chánh để tiến tới tu hành giải thoát. Chánh kiến có nghĩa là thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Một trong những luật quan trọng là luật ‘Nhơn Quả’, mỗi hành động đều sẽ mang đến một kết quả nào đó, không có bất cứ ngoại lệ nào. Không có chuyện ‘không thiện không ác’ trong Phật giáo. Như vậy, thiền giả nên luôn nhớ rằng mỗi khi chúng ta hành động vì tham-sân-si, ắt khổ đau sẽ đến với mình. Ngược lại, khi chúng ta làm vì lòng từ bi hay trí tuệ, kết quả sẽ là hạnh phúc và an lạc. Phật tử chơn thuần nên luôn có tâm tính thức để khôn khéo biết phối hợp luật nhơn quả vào cuộc sống hằng ngày của mình. Chánh kiến cũng có nghĩa là thấy và hiểu được cái tánh chân thật hay cái chân như của mình. Trong Phật Giáo, chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường dẫn đến sự diệt khổ. Chánh Kiến là một trong hai phần học của Trí Tuệ (phần học khác là Chánh Tư Duy). Chánh kiến là thấy đúng bản chất, hiểu biết chân lý thật sự của mọi sự, không phải nhìn thấy chúng có vẻ như thế. Theo quan điểm Phật giáo, chánh kiến có nghĩa là tuệ giác, là sự hiểu biết thâm sâu, hay nhìn thấy được mặt dưới của

sự việc qua lăng kính của Tứ Diệu Đế, lý nhân duyên, vô thường, vô ngã, vân vân. Chúng ta có thể tự mình đạt được chánh kiến hay hiểu biết chân lý do người khác chỉ bày. Tiến trình đạt được chánh kiến phải theo thứ tự, trước nhất là quan sát khác quan những việc quanh ta, kế thứ xem xét ý nghĩa của chúng. Nghĩa là nghiên cứu, xem xét, và kiểm tra, và cuối cùng là đạt được chánh kiến qua thiền định. Vào thời điểm này thì hai loại hiểu biết, tự mình hay thông qua người khác, trở nên không thể phân biệt được. Nói tóm lại, tiến trình đạt được chánh kiến như sau: quan sát và nghiên cứu, khảo sát một cách có trí tuệ những điều mình đã quan sát và nghiên cứu, và cuối cùng là tập trung tư tưởng để tư duy về cái mà mình đã khảo sát. Nói tóm lại, chánh kiến có nghĩa là sự hiểu biết về tứ diệu đế: khổ đế và tập đế hay những nguyên nhân khiến kéo dài dòng luân hồi sanh tử, diệt đế và đạo đế hay con đường đưa đến chấm dứt khổ đau và giải thoát hoàn toàn. Người tu theo Phật nên phát triển chánh kiến bằng cách nhìn mọi vật dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã sẽ chấm dứt được luyến ái và mê lầm. Không luyến ái không có nghĩa là ghét bỏ. Ghét bỏ thứ gì mà chúng ta đã có và ưa thích trước đây chỉ là sự ghét bỏ tạm thời, vì sự luyến ái lại sẽ trở về với chúng ta. Mục đích của hành giả không phải là đi tìm sự khoái lạc, mà là đi tìm sự bình an. Bình an nằm ngay trong mỗi chúng ta, sự bình an được tìm thấy cùng chỗ giao động với khổ đau. Không thể nào tìm thấy sự bình an trong rừng sâu núi thẳm. Bình an cũng không thể được ban phát bởi người khác. Hành giả tu thiền định là để theo dõi đau khổ, thấy nguyên nhân của nó và chấm dứt nó ngay bây giờ hơn là đương đầu với kết quả của nó về sau này. Ngoài ra, Chánh Kiến và sự tỉnh thức còn giúp hướng dẫn Chánh Tinh Tấn và Chánh Niệm để đem lại Chánh Định. Chánh kiến là trí tuệ như thật bản chất của thế gian. Muốn được vậy, chúng ta cần phải có sự thấu thị rõ ràng về Tứ Thánh Đế. Đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Đối với người có chánh kiến, khó có thể có cái nhìn mê mờ về mọi hiện tượng (chư pháp), vì người ấy đã vô nhiễm với mọi bất tịnh và đã đạt đến bất động tâm giải thoát (Akuppa ceto vimutti). Chánh kiến có nghĩa là hiểu biết các pháp như chúng thật sự là chứ không như chúng dường như là. Điều quan trọng là phải nhận thức được rằng chánh kiến trong đạo Phật có một ý nghĩa đặc biệt khác hẳn với những gì thường được mọi người gán cho. Trong Phật giáo, Chánh kiến là soi chiếu tuệ giác trên năm thủ uẩn và hiểu được bản chất thật

của nó, điều này có nghĩa là phải hiểu được chính thân tâm con người. Đó là trực nghiệm, tự quan sát thân tâm của chính mình. Chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường đưa đến sự diệt khổ. Chánh kiến rất quan trọng trong Bát Chánh Đạo, vì bảy phần còn lại đều do chánh kiến hướng dẫn. Chánh kiến đoán chắc rằng các tư duy chân chánh đã được duy trì và nhiệm vụ của nó là sắp xếp lại các ý niệm; khi những tư duy và ý niệm này đã trở nên trong sáng và thiện lành thì lời nói và hành động của chúng ta cũng sẽ chân chánh như vậy. Lại nữa, chính nhờ có chánh kiến mà người ta từ bỏ được những tinh tấn có hại hay bất lợi, đồng thời tu tập chánh tinh tấn hỗ trợ cho sự phát triển chánh niệm. Chánh tinh tấn và chánh niệm có chánh kiến hướng dẫn sẽ đem lại chánh định. Như vậy chánh kiến được xem là động lực chính trong Phật giáo, thúc đẩy các phần khác trong Bát Chánh Đạo vận hành trong mọi sự tương quan hoàn chỉnh. Có hai điều kiện cần thiết để đưa tới chánh kiến; do nghe người khác, nghĩa là nghe chánh pháp (saddhamma) từ nơi người khác; và do như lý tác ý. Điều kiện thứ nhất thuộc về bên ngoài, nghĩa là những gì chúng ta thu thập được từ bên ngoài; trong khi điều kiện thứ hai nằm ở bên trong, đó là những gì chúng ta tu tập, hay những gì ở trong tâm của chúng ta. Những gì chúng ta nghe tạo thành thức ăn cho tư duy và hướng dẫn chúng ta trong việc thành hình những quan điểm riêng của mình. Do vậy, nghe là điều rất cần thiết, nhưng chỉ đối với những gì liên quan đến chánh kiến, và nên tránh tất cả những lời nói bất thiện của người khác, vì nó làm cản trở tư duy chân chính. Điều kiện thứ hai là tác lý như ý, khó tu tập hơn, vì nó đòi hỏi phải có sự tỉnh giác thường xuyên trên những đối tượng chúng ta gặp trong cuộc sống hằng ngày. Tác lý như ý thường được dùng trong các bài pháp có ý nghĩa rất quan trọng, vì nó có thể làm cho chúng ta thấy được các pháp một cách sâu xa hơn. Từ “Yoniso” có nghĩa là bằng đường ruột, thay vì chỉ trên bề mặt nông cạn. Do đó, diễn đạt theo lối ẩn dụ, thì đó là sự chú ý triệt để hay sự chú ý hợp lý. Hai điều kiện nghe và tác ý như lý phối hợp với nhau sẽ giúp cho việc phát triển chánh kiến. Người tầm cầu chân lý sẽ không thỏa mãn với kiến thức bề mặt, với cái giả tưởng hời hợt bên ngoài của chư pháp, mà muốn tìm tòi sâu hơn để thấy những gì nằm ngoài tầm thấy của mắt thường. Đó là loại nghiên cứu được Đức Phật khuyến khích, vì nó dẫn đến chánh kiến. Người có đầu óc phân

tích tuyên bố một điều gì sau khi đã phân tích chúng thành những tính chất khác nhau, được sắp đặt lại theo hệ thống, làm cho mọi việc trở nên rõ ràng dễ hiểu, người ấy không bao giờ tuyên bố một điều gì khi chúng còn nguyên thể, mà sẽ phân tích chúng theo những nét đặc thù sao cho sự thật chế định và sự thật tuyệt đối có thể được hiểu rõ ràng không bị lẫn lộn. Đức Phật là một bậc toàn giác, một nhà phân tích đã đạt đến trình độ tuyệt luân. Cũng như một nhà khoa học phân tích con người thành các mô và các mô thành các tế bào. Đức Phật cũng phân tích các pháp hữu vi thành những yếu tố cơ bản, cho đến khi đã phân tích thành những pháp cùng tột, không còn có thể phân tích được nữa. Đức Phật bác bỏ lối phân tích nông cạn, không tác ý như lý, có khuynh hướng làm cho con người trở nên đần độn và ngăn trở việc nghiên cứu tìm tòi vào bản chất thật sự của chư pháp. Nhờ chánh kiến mà người ta thấy được tác động nhân quả, sự sanh và sự diệt của các pháp hữu vi. Thật tánh của chư pháp chỉ có thể nắm bắt theo cách đó, chớ không phải do niềm tin mù quáng, tà kiến, sự suy diễn hay ngay cả bằng triết lý trừu tượng mà chúng ta có thể hiểu được sự thật của chư pháp. Theo Kinh Tăng Chi Bộ, Đức Phật dạy: “Pháp này dành cho người có trí chứ không phải cho người vô trí.” Trong các kinh điển, Đức Phật luôn giải thích các pháp hành và các phương tiện để đạt đến trí tuệ và tránh những tà kiến hư vọng. Chánh kiến thấm nhuần toàn bộ giáo pháp, lan tỏa đến mọi phương diện của giáo pháp, và tác động như yếu tố chánh của Phật giáo. Do thiếu chánh kiến mà phàm phu bị trói buộc vào bản chất thật của cuộc đời, và không thấy được sự thật phổ quát của cuộc sống là khổ, thậm chí họ còn không muốn hiểu những sự thật này, thế nhưng lại vội kết án giáo pháp nhà Phật về Tứ Diệu Đế là bi quan yếm thế. Có lẽ đây cũng là điều tự nhiên, vì đối với những người còn mãi mê trong những lạc thú trần gian, những người lúc nào cũng muốn thỏa mãn các giác quan và chán ghét khổ, thì ngay cả ý niệm về khổ này cũng đã làm cho họ bức bối và xoay lưng lại với nó. Tuy nhiên, họ không nhận ra rằng cho dù họ có lên án cái ý niệm về khổ này, và cho dù họ có trung thành với chủ nghĩa lợi ích cá nhân, và lạc quan về các pháp, họ vẫn bị đè bẹp bởi tính chất bất toại nguyện cố hữu của cuộc đời. *Về Chánh Tư Duy, người tu Thiền không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tà độc.* Chánh tư duy là những tư tưởng không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tà độc. Tư tưởng không bị chi phối bởi những ác tâm có nghĩa là chúng ta

không bị cai quả bởi sự giận dữ, vì giận dữ có khả năng thiêu đốt chúng ta và những người chung quanh nếu chúng ta không cẩn thận. Tư duy chân chánh là những tư duy có liên quan đến sự xuất ly (Nekkhamma-samkappa), tư duy vô sân hay từ ái (Avyapada-samkappa). Những tư duy này cần được tu tập và mở rộng đến muôn loài chúng sanh bất kể chủng tộc, giai cấp, dòng dõi hay tín ngưỡng, vì chúng bao trùm mọi loài có hơi thở, không có những giới hạn quy định. Chánh tư duy là suy nghĩ đúng với lẽ phải, có lợi cho mình, và có lợi cho người khác. Suy nghĩ những hành vi lầm lỗi, những tâm niệm xấu xa cần phải cải sửa. Suy nghĩ giới định tuệ để tu tập giải thoát. Suy xét vô minh là nguyên nhân của mọi sự đau khổ, là nguồn gốc của mọi tội ác; suy nghĩ tìm phương pháp đúng để tu hành giải thoát cho mình và cho người. Nghĩ đúng là ý nghĩ từ bỏ mọi dục vọng tham sân si. Nghĩ đúng là luôn nghĩ về lòng khoan dung và nhân từ với mọi loài. Nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ ác tâm, khi đó tâm ta sẽ trở nên nhẹ nhàng và thoải mái, bản chất thương yêu của tâm sẽ tự nhiên hiển lộ. Cũng nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ tâm tánh tàn bạo, khi đó chúng ta sẽ có tâm thương xót những ai bị đau khổ và muốn cứu giúp họ. Chánh Tư Duy là một trong hai phần học của trí tuệ (phần khác là Chánh Kiến). Chánh tư duy có nghĩa là tránh luyến ái và sân hận. Theo Phật giáo, nguồn gốc của khổ đau và phiền não là vô minh, luyến ái và sân hận. Trong khi chánh kiến loại bỏ vô minh thì chánh tư duy loại bỏ luyến ái và sân hận; vì vậy chánh kiến và chánh tư duy cùng nhau loại bỏ nguyên nhân của khổ đau và phiền não. Để loại bỏ luyến ái và tham lam, chúng ta phải trau dồi buông bỏ, trong khi muốn loại bỏ sân hận và giận dữ chúng ta phải trau dồi lòng yêu thương và bi mẫn. Buông bỏ phát triển bằng cách suy gẫm về bản chất bất toại nguyện của đời sống, đặc biệt là bản chất bất toại của lạc thú giác quan. Lạc thú giác quan cũng giống như nước mặn, càng uống càng khát. Do hiểu biết bản chất bất toại của cuộc sống, và công nhận những hậu quả không được ưa thích của lạc thú giác quan, chúng ta có thể trau dồi sự buông bỏ và không luyến chấp một cách dễ dàng. Chúng ta có thể phát triển lòng yêu thương và bi mẫn do công nhận sự bình đẳng thiết yếu ở chúng sanh mọi loài. Giống như con người, tất cả chúng sanh đều sợ chết và run rẩy trước hình phạt. Hiểu thấu điều này chúng ta không nên giết hại hay làm cho chúng sanh khác bị giết hại. Cũng giống như con người, tất cả chúng

sanh đều muốn sống và hạnh phúc. Hiểu thấu điều này, chúng ta không nên tự cho mình cao hơn người khác hay đánh giá mình khác với cách mà chúng ta đánh giá người khác. Chánh Tư Duy có nghĩa là những tư duy không cố chấp, từ ái và bất tổn hại. Ở mức độ cao hơn, Chánh Tư Duy chỉ cho loại tâm thức có khả năng giúp chúng ta phân tích không tính một cách vi tế, để nhận biết được tính không một cách trực tiếp.

Buddhist Cultivation and the Branches of Wisdom

The Noble Eightfold Path can be divided into three groups: virtue, concentration and wisdom. This is the only path; there are no short cuts to enlightenment and deliverance of the mind. All the practical guidance and instructions given by the Buddha to remove mental conflicts due to the unsatisfactoriness of life are to be found in the Noble Eightfold Path, from right understanding, right thoughts, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness, right concentration. Zen has close relationship with the branch of wisdom through two branches of right understanding and right thought. Through Right understanding and right thought we eliminate greed, anger and ignorance. ***Regarding the Right Understanding***, Zen practitioners should try to understand the natural laws which govern our everyday life. Right understanding or right view is viewing things objectively; seeing them and reporting them exactly as they are without being influenced by prejudice or emotion. Right view helps differentiate the true from the false, and determines the true religious path for attaining liberation. Right understanding means to understand the natural laws which govern our everyday life. One of the most important of these is the law of karma, the law of cause and effect, every action brings a certain result, without any exception. There is no such 'no wholesome nor unwholesome' in Buddhism. Zen practitioners should always remember that whenever we act with greed, hatred, or delusion, pain and suffering come back to us. On the contrary, when our actions are motivated by generosity, love or wisdom, the results are happiness and peace. Devout Buddhists should always have a mindful mind to skilfully integrate the understanding of the law of karma into our lives. Right understanding also means profoundly and subtly

understand our true nature. In Buddhism, right understanding means the understanding of suffering or the unsatisfactory nature of all phenomenal existence, its arising, its cessation and the path leading to its cessation. Right Understanding or Right View is one of the two trainings in Wisdom (the other training is Right Thought). Right understanding can be said to mean seeing things as they really are, or understanding the real truth about things, rather than simply seeing them as they appear to be. According to Buddhist point of view, it means insight, penetrative understanding, or seeing beneath the surface of things, etc., under the lens of the Four Noble Truths, Interdependent origination, impermanence, impersonality, and so forth. Right understanding can be acquired by ourselves or by acquiring the truths that are shown by others. The process of acquiring right understanding must follow the following order: first we must observe objectively the facts which we are presented, then consider their significance. It is to say first to study and then to consider and examine them, and finally attaining right understanding through contemplation. At this point, the two types of understanding, either by ourselves or through others, become indistinguishable. To summarize, the process of acquiring right understanding are as follows: to observe and to study, to examine intellectually what we have observed and studied, to contemplate what we have examined. In short, Right Understanding means the understanding of the four noble truths: the truths of suffering and its causes perpetuate cyclic existence, the truths of cessation and the path are the way to liberation. Buddhist practitioners should develop right understanding by seeing impermanence, suffering, and not-self in everything, which leads to detachment and loss infatuation. Detachment is not aversion. An aversion to something we once liked is temporary, and the craving for it will return. Practitioners do not seek for a life of pleasure, but to find peace. Peace is within oneself, to be found in the same place as agitation and suffering. It is not found in a forest or on a hilltop, nor is it given by a teacher. Practitioners meditate to investigate suffering, see its causes, and put an end to them right at the very moment, rather dealing with their effects later on. Besides, Right Effort and Right Mindfulness guided by Right Understanding to bring about Right Concentration. Right Understanding, in the ultimate sense, is to understand life as it really is. For this, one needs a clear

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

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

Regarding the Right Thought, Zen practitioners should be free from

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

detachment. To develop love and compassion through recognizing the essential equality of all living beings. Like human beings, all other beings fear death and tremble at the idea of punishment. Understanding this, we should not kill other beings or cause them to be killed. Like human beings, all other beings desire life and happiness. Understanding this, we should not place ourselves above others or regard ourselves any differently from the way we regard others. Right thought means the thoughts of non-attachment, benevolence and non-harmfulness. On a deeper level, Right Thought refers to the mind that subtly analyzes Emptiness, thus leading us to perceive it directly.

Chương Hai Mươi Sáu
Chapter Twenty-Six

**Hành Giả Tu Tập Trì Giới-Nhẫn Nhục-Tinh Tấn-
Thiền Định Là Đang Đi Vào Cửa Trí Huệ**

Sáu Ba La Mật có nghĩa là sự tích lũy năng lực của một cái tâm trong sạch. Mỗi khi tâm chúng ta không bị ảnh hưởng bởi tham, sân, si, nó sẽ có năng lực làm cho dòng tâm thức trở nên tinh khiết. Trên bước đường tu tập, nhất là tu thiền, chúng ta rất cần một chuỗi liên tục của dòng tâm thức tinh khiết để có thể vượt qua khỏi cảnh giới ta bà này. Đối với hành giả tu Phật, khi những yếu tố vô tham, vô sân và vô si được tích lũy đầy đủ, dòng tâm thức trở nên tinh khiết và trở thành sức mạnh sanh ra những quả hạnh phúc đủ loại, kể cả quả vị an lạc giải thoát cao tột nhất. Lục độ Ba La Mật là sáu giáo pháp đưa người vượt qua biển sanh tử. Ngoài ra, Lục Độ Ba La Mật còn có mục tiêu cứu độ hết thảy chúng sanh. Lục độ Ba La Mật hay sáu đức tính cốt yếu của Bồ Tát. Sáu Ba La Mật đưa chúng sanh qua biển sanh tử để đi đến Niết Bàn. Sáu giai đoạn hoàn thiện tinh thần của chư Bồ tát trong tiến trình thành Phật. Chẳng những Lục độ Ba La Mật là đặc trưng cho Phật Giáo Đại Thừa trong nhiều phương diện, mà chúng còn gồm những cơ bản đạo đức chung cho tất cả các tôn giáo. Lục độ bao gồm sự thực tập và sự phát triển khả dĩ cao nhất. Vì vậy, thực hành sáu Ba La Mật sẽ giúp hành giả vượt bờ mê qua đến bến giác. Tuy nhiên, riêng đối với việc phát triển trí tuệ thì tinh tấn, nhẫn nhục, và thiền định đóng vai trò vô cùng quan trọng trên bước đường tu tập cho bất cứ hành giả tu Phật nào.

Theo giáo thuyết nhà Phật, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, và thiền định đóng vai trò vô cùng quan trọng trong việc phát triển trí tuệ. Trì giới dạy chúng ta rằng chúng ta không thể cứu độ người khác nếu chúng ta không tự mình tháo gỡ những nhiệm trược của chúng ta bằng cách sống theo phạm hạnh và chánh trực. Tuy nhiên, cũng đừng nên nghĩ rằng chúng ta không thể dẫn dắt người khác vì chúng ta chưa được hoàn hảo. Trì giới còn là tấm gương tốt cho người khác noi theo nữa, đây là một hình thức giúp đỡ người khác. Trì giới hạnh thanh tịnh nghĩa là thực hành tất cả các giới răn của đạo Phật, hay tất cả những thiện hạnh dẫn tới chỗ toàn thiện đạo đức cho mình và cho tất cả mọi người.

Trì giữ giới hạnh thanh tịnh. Trì giới Ba La Mật được dùng để diệt trừ phạm giới và hủy báng Phật Pháp. Giới luật còn có một ý nghĩa sâu xa hơn thế nữa đối với người tu thiền vì giới luật giải thoát tâm chúng ta ra khỏi mọi hối hận và lo âu. Hành giả nên luôn nhớ rằng mặc cảm tội lỗi về những chuyện trong quá khứ không mang lại lợi ích gì; chúng chỉ làm cho tâm chúng ta thêm lo buồn mà thôi. Hành giả phải cố gắng tạo dựng cho mình một căn bản trong sạch cho hành động trong giây phút hiện tại vì nó có thể giúp làm cho tâm mình an tĩnh và nhất tâm một cách dễ dàng hơn. Chính vì vậy mà nền tảng giới luật trở thành một căn bản vô cùng cần thiết cho việc phát triển tâm linh của hành giả. Người tu tập phước huệ song hành luôn hăng hái cố gắng, tinh tấn tu tập hành trì giới luật và kèm chế dòng tâm thức để hành xử theo những lời nguyện thanh tịnh của chư Bồ Tát, con đường duy nhất mà chư Phật đã từng đi qua trong nhiều đời kiếp. Cuối cùng, người tu tập phước huệ song hành luôn hoàn thành hạnh trì giới ba la mật, và luôn hành động lợi ích cho chúng sanh hữu tình, tạo công đức lành và không phạm ác giới cấm. Họ luôn giữ Bồ đề tâm nguyện và nghiêm trì các giới luật dù phải hy sinh tính mạng.

Nhẫn nhục là một trong những phẩm chất quan trọng nhất trong xã hội hôm nay. Đức Thích Ca Mâu Ni Phật có tất cả những đức hạnh và thành Phật do sự kiên trì tu tập của Ngài. Tiểu sử của Ngài mà ta đọc được bất cứ ở đâu hay trong kinh điển, chưa có chỗ nào ghi rằng Đức Phật đã từng giận dữ. Dù Ngài bị ngược đãi nặng nề hay dù các đệ tử Ngài nhẫn tâm chống Ngài và bỏ đi, Ngài vẫn luôn luôn có thái độ cảm thông và từ bi. Là đệ tử của Ngài, chúng ta phải nên luôn nhớ rằng: “Không có hành động nào làm cho Đức Phật thất vọng hơn là khi chúng ta trở nên giận dữ về điều gì và trách mắng hay đổ thừa cho người khác vì sự sai lầm của chính chúng ta.” Tóm lại, một khi chúng ta kiên nhẫn theo sự tu tập của Bồ Tát, chúng ta không còn trở nên giận dữ hay trách mắng kẻ khác hay đối với mọi sự mọi vật trong vũ trụ. Chúng ta có thể than phiền về thời tiết khi trời mưa trời nắng và cần nhẫn về bụi bặm khi chúng ta gặp buổi đẹp trời. Tuy nhiên, nhờ nhẫn nhục, chúng ta sẽ có được một tâm trí bình lặng thanh thản, lúc đó chúng ta sẽ biết ơn cả mưa lẫn nắng. Rồi thì lòng chúng ta sẽ trở nên tự tại với mọi thay đổi trong mọi hoàn cảnh của chúng ta. “Nhẫn nhục,” thường được hiểu là chịu đựng những việc sỉ nhục một cách nhẫn nại, hay đúng hơn là chịu đựng với lòng bình thản. Hay như Đức

Khổng Tử nói: “Người quân tử không buồn khi công việc hay tài năng của mình không được người khác biết đến.” Không người Phật tử nào lại cảm thấy tổn thương khi mình không được tán dương đầy đủ; không, ngay cả khi họ bị bỏ lơ một cách bất công. Họ cũng tiếp tục một cách nhẫn nại trong mọi nghịch cảnh. Nhẫn nhục đôi khi cũng được gọi là nhẫn nại, nhưng nhẫn nhục thì đúng nghĩa hơn. Vì rằng nó không chỉ là sự kiên nhẫn chịu những bệnh hoạn của xác thịt, mà nó là cảm giác về sự vô nghĩa, vô giới hạn, và xấu ác. Nói cách khác, nhẫn nhục là nín chịu mọi sự mắng nhục của các loài hữu tình, cũng như những nóng lạnh của thời tiết. Nhẫn nhục Ba la mật được dùng để diệt trừ nóng giận và sân hận.

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

Thiền định có nghĩa là “cái tâm tĩnh lặng”, “tinh thần bất khuấy,” hay là trạng thái có được cái tâm tĩnh lặng, không dao động. Điều quan trọng là không những chúng ta phải nỗ lực thực hành giáo lý của đức Phật, mà chúng ta còn phải nhìn hết sự vật bằng cái tâm tĩnh lặng và suy nghĩ về sự vật bằng cái nhìn “như thị” (nghĩa là đúng như nó là). Được vậy chúng ta mới có thể thấy được khía cạnh chân thực của vạn hữu và tìm ra cách đúng đắn để đối phó với chúng. Từ “Thiền Định” là giữ trạng thái tâm bình lặng của mình trong bất cứ hoàn cảnh nào, nghịch cũng như thuận, và không hề bị xao động hay lúng túng ngay cả khi nghịch cảnh đến tới tấp. Điều này đòi hỏi rất nhiều công phu tu

tập. Thiền định có nghĩa là tư duy, nhưng không theo nghĩa tư duy về một phương diện đạo đức hay một cách ngôn triết học; nó là việc tu tập tinh tâm. Nói khác đi, thiền định là luôn tu theo pháp tư duy để đình chỉ sự tán loạn trong tâm. Thiền định Ba la mật được dùng để diệt trừ sự tán loạn và hôn trầm.

Một khi hành giả đã tu tập tròn đầy tinh tấn, nhẫn nhục, và thiền định thì trí tuệ tự nhiên tự nó phát triển cũng tròn đầy. Trí tuệ là cách nhìn đúng về sự vật và năng lực nhận định các khía cạnh chân thân thật của vạn hữu. Trí tuệ là khả năng nhận biết những dị biệt giữa các sự vật, đồng thời thấy cái chân lý chung cho các sự vật ấy. Tóm lại, trí tuệ là cái khả năng nhận ra rằng bất cứ ai cũng có thể trở thành một vị Phật. Giáo lý của Đức Phật nhấn mạnh rằng chúng ta không thể nhận thức tất cả các sự vật trên đời một cách đúng đắn nếu chúng ta không có khả năng trọn vẹn hiểu biết sự dị biệt lẫn sự tương đồng. Chúng ta không thể cứu người khác nếu chúng ta không có trí tuệ, vì dù cho chúng ta muốn làm tốt cho kẻ khác để cứu giúp họ, nhưng không có đủ trí tuệ để biết nên làm như thế nào, cái gì nên làm và cái gì không nên làm, chúng ta có thể làm hại người khác chứ không làm được lợi ích gì cho họ. Không có chữ Anh nào tương đương với từ “Prajna” trong Phạn ngữ. Thật ra, không có ngôn ngữ Âu châu nào tương đương với nó, vì người Âu không có kinh nghiệm nào đặc biệt tương đương với chữ “prajna.” Prajna là cái kinh nghiệm một người có được khi người ấy cảm thấy cái toàn thể tính vô hạn của sự vật trong ý nghĩa căn bản nhất của nó, nghĩa là, nói theo tâm lý học, khi cái bản ngã hữu hạn đập vỡ cái vỏ cứng của nó, tìm đến với cái vô hạn bao trùm tất cả những cái hữu hạn do đó vô thường. Chúng ta có thể xem kinh nghiệm này giống với một trực giác toàn thể về một cái gì vượt qua tất cả những kinh nghiệm đặc thù riêng lẻ của chúng ta. Trong Phật giáo, Bát Nhã là trí tuệ siêu việt, yếu tố giác ngộ. Nó là trực giác thông đạt mọi pháp để chứng đạt chân lý, hay để nhìn vào chân lý cứu cánh của vạn hữu, nhờ đó mà người ta thoát ra ngoài triền phược của hiện hữu và trở thành tự chủ lấy mình. Bát Nhã hay Trí huệ Ba la mật được dùng để diệt trừ sự hôn ám ngu si. Nói tóm lại, trí tuệ là điểm cao tột nhất đối với hành giả tu Phật. Tuy nhiên, nó phải được bắt đầu bằng sự thực hành bố thí, trì giới và phát triển định lực. Từ căn bản trong sạch ấy, hành giả mới có khả năng phát sanh ra một trí tuệ có khả năng soi thấu được thực chất của thân và tâm. Bằng cách giữ chánh niệm hoàn toàn

trong hiện tại, những gì huân tập trong tâm mình từ bấy lâu nay sẽ bắt đầu hiển lộ. Mọi tư tưởng, mọi tà ý, tham dục, luyến ái, sân hận, trong tâm sẽ được mang lên bình diện nhận thức. Và bằng sự thực hành chánh niệm, không dính mắc, không ghét bỏ, không nhận bất cứ đối tượng nào làm mình, tâm mình sẽ trở nên thư thái và tự tại.

***Practitioners Who Cultivate Observation of Precepts-
Patience-Right Efforts-Right Concentration
Are Entering the Door of Wisdom***

Six Paramitas mean the accumulated force of purity within the mind. Each time our mind is free of greed, hatred and delusion, it has a certain purifying force in the flow of consciousness. On our path of cultivation, especially practicing of meditation, we need a continuous flow of consciousness so that we can cross-over the samsara world. For Buddhist practitioners, when there is a great accumulation of the factors of non-greed, non-hatred, and non-delusion, the “Paramita” become forceful and result in all kinds of happiness including the highest happiness of enlightenment. The six paramitas are six things that ferry one beyond the sea of birth and death. In addition, the Six Paramitas are also the doctrine of saving all living beings. The six paramitas are also sometimes called the cardinal virtues of a Bodhisattva. Six Paramitas mean the six things that ferry one beyond the sea of mortality to nirvana. Six stages of spiritual perfection followed by the Bodhisattva in his progress to Buddhahood. The six virtues of perfection are not only characteristic of Mahayana Buddhism in many ways, they also contain virtues commonly held up as cardinal by all religious systems. They consist of the practice and highest possible development. Thus, practicing the six paramitas will lead the practitioner to cross over from the shore of the unenlightened to the dock of enlightenment. However, as for the development of wisdom, right efforts, patience, and meditation play an extremely important role in the path of cultivation for any Buddhist practitioners.

According to Buddhist teachings, observation of precepts, patience, right efforts, and right concentration play extremely important roles in the development of wisdom. Keeping precepts teaches us that we cannot truly save others unless we remove our own cankers by living a

moral and upright life. However, we must not think that we cannot guide others just because we are not perfect ourselves. Keeping precepts is also a good example for others to follow, this is another form of helping others. Sila-paramita or pure observance of precepts (keeping the commandments, upholding the precepts, the path of keeping precepts, or moral conduct, etc) is the practicing of all the Buddhist precepts, or all the virtuous deeds that are conducive to the moral welfare of oneself and that of others. Maintaining Precept Paramita is used to destroy violating precepts and degrading the Buddha-Dharma. For practitioners, the precepts have an even more profound meaning because they free our minds of remorse and anxiety. Practitioners should always remember that guilt about past actions is not very helpful; it only keeps our minds more agitated. Practitioners should try to establish basic purity of action in the present moment for it can help our minds become tranquil and one-pointed easier. Therefore, the foundation in morality becomes the basis of spiritual development for practitioners. Practitioners who cultivate merits alongside wisdom always eagerly endeavor to put into practice the moral codes and restrain our mindstream with pure Bodhisattva vows, the single path journeyed by all Buddhas of many aeons. Finally, practitioners who cultivate merits alongside wisdom always complete the perfection of moral discipline, by working for the sake of sentient beings, enacting virtuous deeds and not transgressing. They are always bound to the pratimoksha, bodhicitta and vows, even at the cost of their life.

Endurance is one of the most important qualities in nowadays society. Sakyamuni Buddha was endowed with all the virtues and became the Buddha through his constant practice. No matter what biography of Sakyamuni Buddha we read or which of the sutras, we find that nowhere is it recorded that the Buddha ever became angry. However severely he was persecuted and however coldly his disciples turned against him and departed from him, he was always sympathetic and compassionate. As Buddhists, we should always remember that: “No action that makes Sakyamuni Buddha more disappointed than when we become angry about something and we reproach others or when we blame others for our own wrongs.” In short, if we are able to practice the “endurance” of the Bodhisattvas, we cease to become

angry or reproachful toward others, or toward anything in the universe. We are apt to complain about the weather when it rains or when it shines, and to grumble about the dust when we have a day with fine weather. However, when through “endurance” we attain a calm and untroubled mind, we become thankful for both the rain and the sun. Then our minds become free from changes in our circumstances. “Patience,” really means patiently, or rather with equanimity, to go through deeds of humiliation. Or as Confucius says, “The superior man would cherish no ill-feeling even when his work or merit is not recognized by others.” No Buddhist devotees would feel humiliated when they were not fully appreciated, no, even when they were unjustly ignored. They would also go on patiently under all unfavorable conditions. Patience-paramita or humility is sometimes rendered patience, but humility is more to the point. Rather than merely enduring all sorts of ills of the body, it is the feeling of unworthiness, limitlessness, and sinfulness. In other words, humility or patience, or forbearance under insult of other beings as well hot and cold weather. Tolerance Paramita is used to destroy anger and hatred.

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

Meditation means “a quiet mind” or “an unbending spirit,” or the state of having a calm, unagitated mind. It is important for us not only to devote ourselves to the practice of the Buddha’s teachings but also to view things thoroughly with a calm mind and to think them over well. Then we can see the true aspect of all things and discover the right way to cope with them. Dhyana is retaining one’s tranquil state of mind in any circumstance, unfavorable as well as favorable, and not being at all disturbed or frustrated even when

adverse situations present themselves one after another. This requires a great deal of training. Dhyana means meditation, not in the sense of meditating on a moral maxim or a philosophical saying, but the disciplining of oneself in tranquillization. In other words, Dhyana (meditation, contemplation, quiet thoughts, abstraction, serenity) means the path of concentration of mind to stop the scattered mind. Meditation Paramita is used to destroy chaos and drowsiness.

Once practitioners have cultivated right efforts, patience and concentration in a complete manner, naturally wisdom will develop itself also in a complete manner. Wisdom means the right way of seeing things and the power of discerning the true aspects of all things. Wisdom is the ability both to discern the differences among all things and to see the truth common to them. In short, wisdom is the ability to realize that anybody can become a Buddha. The Buddha's teachings stress that we cannot discern all things in the world correctly until we are completely endowed with the ability to know both distinction and equality. We cannot save others without having wisdom, because even though we want to do good to others but we don't have adequate knowledge on what should be done and what should not be done, we may end up doing some harm to others. There is no corresponding English word for prajna, in fact, no European word, for it, for European people have no experience specifically equivalent to prajna. Prajna is the experience a man has when he feels in its most fundamental sense the infinite totality of things, that is, psychologically speaking, when the finite ego, breaking its hard crust, refers itself to the infinite which envelops everything that is finite and limited and therefore transitory. We may take this experience as being somewhat akin to a totalistic intuition of something that transcends all our particularized, specified experiences. In Buddhism, Prajna (the path of wisdom) means transcendental knowledge. This is what constitutes enlightenment; it is an intuition into the power to discern reality or truth, or into the ultimate truth of things, by gaining which one is released from the bondage of existence, and becomes master of one's self. Wisdom Paramita is used to destroy ignorance and stupidity. In short, wisdom is the culmination of the spiritual path for Buddhist practitioners. However, we must start from the practice of generosity, moral restraint, and the development of concentration. From that base of purity comes penetrating insight into the nature of the mind and body. By being perfectly aware in the moment, all that has been accumulated in our minds begins to surface. All the thoughts and emotions, all the ill will, greed and desire, all the lust and attachment in our minds begins to be brought to the conscious level. And through the practice of mindfulness, of not clinging, not condemning, not identifying with anything, the mind becomes lighter and free.

Chương Hai Mươi Bảy
Chapter Twenty-Seven

Vai Trò Của Chánh Kiến Và
Chánh Tư Duy Trong Tu Tập Trí Tuệ

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

Theo giáo thuyết Phật giáo, tuệ là sự cấu tạo của Chánh Kiến và Chánh Tư Duy, hai con đường Thánh đầu tiên của Bát Thánh Đạo. Chánh kiến là hiểu đúng theo “Tứ Diệu Đế.” Chánh kiến cũng có nghĩa là nhìn thấy được bản tánh của Pháp Thân Phật. Chánh kiến nói

đến thái độ của chính mình về sự vật, cái nhìn của mình bằng tinh thần và ý kiến của chính mình, chứ không phải là thứ mà mình nhìn thấy bằng mắt thường. Chánh kiến là phần quan trọng nhất trong Bát Thánh Đạo, vì bảy yếu tố còn lại đều do chánh kiến dẫn dắt. Chánh kiến đoan chắc việc duy trì được chánh tư duy và sắp xếp các ý tưởng; khi những tư duy và ý tưởng trở nên trong sáng và thiện lành thì lời nói và hành động của chúng ta cũng sẽ chân chánh. Chính nhờ có chánh kiến mà người ta bỏ được những cố gắng làm tổn hại và không có lợi, đồng thời giúp tu tập chánh tinh tấn để hỗ trợ cho sự phát triển chánh niệm. Chánh tinh tấn và chánh niệm có chánh kiến hướng dẫn sẽ đem lại chánh định. Như vậy, chánh kiến được xem là nhân tố chính trong Bát Thánh Đạo, nó thúc đẩy các yếu tố khác vận hành nhằm giúp đưa đến mối tương quan hoàn chỉnh. Trong Phật Giáo, chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường dẫn đến sự diệt khổ. Chánh kiến là hiểu được bốn sự thật cao quý. Sự hiểu biết này là trí tuệ cao cả nhất nhìn thấy sự thật tối hậu, nghĩa là thấy sự vật đúng là như thế. Đây là giai đoạn đầu tiên trong Bát Thánh đạo. Chánh kiến chỉ việc chấp nhận những khái niệm chính yếu trong Phật giáo như tứ diệu đế, mười hai nhân duyên, nghiệp, vãn vãn, đồng thời loại trừ tất cả những tà kiến. Dù không có sự định nghĩa rành mạch về Chánh Kiến trong Phật giáo, đại cương Chánh kiến là nhận thấy một cách khách quan ngay thẳng; thấy thế nào thì ghi đúng thế ấy, không bị thành kiến hoặc tình cảm ảnh hưởng mà làm cho sự nhận xét bị sai lệch; biết phân biệt cái thật cái giả; nhận thức đạo lý chân chánh để tiến tới tu hành giải thoát. Chánh kiến là không bị ảo giác, là hiểu biết đúng về tứ diệu đế về khổ, vì sao có khổ, làm cách nào diệt khổ và con đường dẫn tới diệt khổ. Hiểu rõ về tính vô ngã của sự tồn tại. Chánh kiến có nghĩa là chúng ta có sự hiểu biết đúng đắn về bản ngã và thế giới bên ngoài. Mặc dù chúng ta có sự hiểu biết của chính mình về thế giới, thường thường sự hiểu biết của mình lại không đúng. Nếu chúng ta hiểu sự vật đúng như thật, có thể cuộc sống của chúng ta sẽ hạnh phúc và có ý nghĩa hơn. Thí dụ các sinh viên hiểu được cái lợi của việc học đối với họ thì họ sẽ cố gắng học tập tốt hơn. Khi họ học tập tốt thì mọi người kể cả cha mẹ và thầy giáo sẽ thấy sung sướng. Chánh kiến cũng có nghĩa là hiểu biết tường tận và đúng đắn về tứ diệu đế và tuệ giác thâm sâu vào chơn lý. Chánh kiến hợp thế nghĩa là

sự hiểu biết của hàng phàm nhân về nghiệp và quả của nghiệp. Vì thế, chánh kiến hợp thể có nghĩa là sự hiểu biết hợp với Tứ Thánh Đế. Gọi là chánh kiến hợp thể vì sự hiểu biết này chưa thoát khỏi các lậu hoặc (cấu uế). Chánh kiến hợp thể có thể gọi là “tùy giác trí.” Theo Tiến Sĩ K. Sri. Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, có hai loại Chánh Kiến: Thứ nhất là Phàm Kiến hay kiến thức về một sự tích lũy của trí nhớ. Thứ nhì là Thánh Kiến hay hiểu biết thật và sâu xa, hay thâm nhập, nghĩa là nhìn sự vật đúng bản chất của nó, chứ không theo tên hay nhãn hiệu bề ngoài. Sự thâm nhập này chỉ xảy ra khi tâm ta đã gột rửa hết những bất tịnh và đã hoàn toàn phát triển qua thiền định. Người tu Phật nên cố gắng thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Chánh kiến là nhận thấy một cách khách quan ngay thẳng; thấy thế nào thì ghi đúng thế ấy, không bị thành kiến hoặc tình cảm ảnh hưởng mà làm cho sự nhận xét bị sai lệch; biết phân biệt cái thật cái giả; nhận thức đạo lý chân chánh để tiến tới tu hành giải thoát. Chánh kiến có nghĩa là thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Một trong những luật quan trọng là luật ‘Nhơn Quả’, mỗi hành động đều sẽ mang đến một kết quả nào đó, không có bất cứ ngoại lệ nào. Không có chuyện ‘không thiện không ác’ trong Phật giáo. Như vậy, hành giả tu tập thiền định nên luôn nhớ rằng mỗi khi chúng ta hành động vì tham-sân-si, ắt khổ đau sẽ đến với mình. Ngược lại, khi chúng ta làm vì lòng từ bi hay trí tuệ, kết quả sẽ là hạnh phúc và an lạc. Phật tử chơn thuần nên luôn có tâm tỉnh thức để khôn khéo biết phối hợp luật nhân quả vào cuộc sống hằng ngày của mình. Chánh kiến cũng có nghĩa là thấy và hiểu được cái tánh chân thật hay cái chân như của mình. Trong Phật Giáo, chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường dẫn đến sự diệt khổ. Nói tóm lại, qua chánh kiến chúng ta có thể nhìn mọi vật dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã, từ đó không gây khổ đau và phiền não cho mình và cho người; mà ngược lại, chánh kiến sẽ giúp chúng ta đem lại an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho cả mình và người khác. Qua chánh kiến và chánh tư duy chúng ta đoạn trừ tham, sân, si. Chánh Kiến là một trong hai phần học của Trí Tuệ (phần học khác là Chánh Tư Duy). Chánh kiến là thấy đúng bản chất, hiểu biết chân lý thật sự của mọi sự, không phải nhìn thấy chúng có vẻ như thế. Theo quan điểm Phật giáo, chánh kiến có nghĩa là tuệ

giác, là sự hiểu biết thâm sâu, hay nhìn thấy được mặt dưới của sự việc qua lăng kính của Tứ Diệu Đế, lý nhân duyên, vô thường, vô ngã, vô ngã. Chúng ta có thể tự mình đạt được chánh kiến hay hiểu biết chân lý do người khác chỉ bày. Tiến trình đạt được chánh kiến phải theo thứ tự, trước nhất là quan sát khác quan những việc quanh ta, kế thứ xem xét ý nghĩa của chúng. Nghĩa là nghiên cứu, xem xét, và kiểm tra, và cuối cùng là đạt được chánh kiến qua thiền định. Vào thời điểm này thì hai loại hiểu biết, tự mình hay thông qua người khác, trở nên không thể phân biệt được. Nói tóm lại, tiến trình đạt được chánh kiến như sau: quan sát và nghiên cứu, khảo sát một cách có trí tuệ những điều mình đã quan sát và nghiên cứu, và cuối cùng là tập trung tư tưởng để tư duy về cái mà mình đã khảo sát. Nói tóm lại, chánh kiến có nghĩa là sự hiểu biết về tứ diệu đế: khổ đế và tập đế hay những nguyên nhân khiến kéo dài dòng luân hồi sanh tử, diệt đế và đạo đế hay con đường đưa đến chấm dứt khổ đau và giải thoát hoàn toàn. Qua chánh kiến, chúng ta có thể nhìn mọi vật dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã. Người tu theo Phật nên phát triển chánh kiến bằng cách nhìn mọi vật dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã sẽ chấm dứt được luyến ái và mê lầm. Không luyến ái không có nghĩa là ghét bỏ. Ghét bỏ thứ gì mà chúng ta đã có và ưa thích trước đây chỉ là sự ghét bỏ tạm thời, vì sự luyến ái lại sẽ trở về với chúng ta. Mục đích của hành giả không phải là đi tìm sự khoái lạc, mà là đi tìm sự bình an. Bình an nằm ngay trong mỗi chúng ta, sự bình an được tìm thấy cùng chỗ giao động với khổ đau. Không thể nào tìm thấy sự bình an trong rừng sâu núi thẳm. Bình an cũng không thể được ban phát bởi người khác. Hành giả tu tập thiền định là để theo dõi đau khổ, thấy nguyên nhân của nó và chấm dứt nó ngay bây giờ hơn là đương đầu với kết quả của nó về sau này. Nói tóm lại, chánh kiến là trí tuệ như thật bản chất của thế gian. Muốn được vậy, chúng ta cần phải có sự thấu thị rõ ràng về Tứ Thánh Đế. Đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Đối với người có chánh kiến, khó có thể có cái nhìn mê mờ về mọi hiện tượng (chư pháp), vì người ấy đã vô nhiễm với mọi bất tịnh và đã đạt đến bất động tâm giải thoát (Akuppa ceto vimutti). Chánh kiến có nghĩa là hiểu biết các pháp như chúng thật sự là chứ không như chúng dường như là. Điều quan trọng là phải nhận thức được rằng chánh kiến trong đạo Phật có một ý nghĩa đặc biệt khác hẳn với những gì thường được mọi người gán cho. Trong Phật giáo, Chánh kiến là soi chiếu tuệ giác trên năm thủ uẩn và

hiểu được bản chất thật của nó, điều này có nghĩa là phải hiểu được chính thân tâm con người. Đó là trực nghiệm, tự quan sát thân tâm của chính mình. Chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường đưa đến sự diệt khổ. Chánh kiến rất quan trọng trong Bát Chánh Đạo, vì bảy phần còn lại đều do chánh kiến hướng dẫn. Chánh kiến đoan chắc rằng các tư duy chân chánh đã được duy trì và nhiệm vụ của nó là sắp xếp lại các ý niệm; khi những tư duy và ý niệm này đã trở nên trong sáng và thiện lành thì lời nói và hành động của chúng ta cũng sẽ chân chánh như vậy. Lại nữa, chính nhờ có chánh kiến mà người ta từ bỏ được những tinh tấn có hại hay bất lợi, đồng thời tu tập chánh tinh tấn hỗ trợ cho sự phát triển chánh niệm. Chánh tinh tấn và chánh niệm có chánh kiến hướng dẫn sẽ đem lại chánh định. Như vậy chánh kiến được xem là động lực chính trong Phật giáo, thúc đẩy các phần khác trong Bát Chánh Đạo vận hành trong mọi sự tương quan hoàn chỉnh. Có hai điều kiện cần thiết để đưa tới chánh kiến; do nghe người khác, nghĩa là nghe chánh pháp (saddhamma) từ nơi người khác; và do như lý tác ý. Điều kiện thứ nhất thuộc về bên ngoài, nghĩa là những gì chúng ta thu thập được từ bên ngoài; trong khi điều kiện thứ hai nằm ở bên trong, đó là những gì chúng ta tu tập, hay những gì ở trong tâm của chúng ta. Những gì chúng ta nghe tạo thành thức ăn cho tư duy và hướng dẫn chúng ta trong việc thành hình những quan điểm riêng của mình. Do vậy, nghe là điều rất cần thiết, nhưng chỉ đối với những gì liên quan đến chánh kiến, và nên tránh tất cả những lời nói bất thiện của người khác, vì nó làm cản trở tư duy chân chính. Điều kiện thứ hai là tác lý như ý, khó tu tập hơn, vì nó đòi hỏi phải có sự tỉnh giác thường xuyên trên những đối tượng chúng ta gặp trong cuộc sống hằng ngày. Tác lý như ý thường được dùng trong các bài pháp có ý nghĩa rất quan trọng, vì nó có thể làm cho chúng ta thấy được các pháp một cách sâu xa hơn. Từ “Yoniso” có nghĩa là bằng đường ruột bên trong, thay vì chỉ trên bề mặt nông cạn bên ngoài. Do đó, diễn đạt theo lối ẩn dụ, thì đó là sự chú ý triệt để hay sự chú ý hợp lý. Hai điều kiện nghe và tác ý như lý phối hợp với nhau sẽ giúp cho việc phát triển chánh kiến. Người tầm cầu chân lý sẽ không thỏa mãn với kiến thức bề mặt, với cái giả tưởng hời hợt bên ngoài của chư pháp, mà muốn tìm tòi sâu hơn để thấy những gì nằm ngoài tầm thấy của mắt thường. Đó là loại nghiên cứu

được Đức Phật khuyến khích, vì nó dẫn đến chánh kiến. Người có đầu óc phân tích tuyên bố một điều gì sau khi đã phân tích chúng thành những tính chất khác nhau, được sắp đặt lại theo hệ thống, làm cho mọi việc trở nên rõ ràng dễ hiểu, người ấy không bao giờ tuyên bố một điều gì khi chúng còn nguyên thể, mà sẽ phân tích chúng theo những nét đặc thù sao cho sự thật chế định và sự thật tuyệt đối có thể được hiểu rõ ràng không bị lẫn lộn. Đức Phật là một bậc toàn giác, một nhà phân tích đã đạt đến trình độ tuyệt luân. Cũng như một nhà khoa học phân tích con người thành các mô và các mô thành các tế bào. Đức Phật cũng phân tích các pháp hữu vi thành những yếu tố cơ bản, cho đến khi đã phân tích thành những pháp cùng tột, không còn có thể phân tích được nữa. Đức Phật bác bỏ lối phân tích nông cạn, không tác ý như lý, có khuynh hướng làm cho con người trở nên đần độn và ngăn trở việc nghiên cứu tìm tòi vào bản chất thật sự của chư pháp. Nhờ chánh kiến mà người ta thấy được tác động nhân quả, sự sanh và sự diệt của các pháp hữu vi. Thật tánh của chư pháp chỉ có thể nắm bắt theo cách đó, chớ không phải do niềm tin mù quáng, tà kiến, sự suy diễn hay ngay cả bằng triết lý trừu tượng mà chúng ta có thể hiểu được sự thật của chư pháp. Theo Kinh Tăng Chi Bộ, Đức Phật dạy: “Pháp này dành cho người có trí chứ không phải cho người vô trí.” Trong các kinh điển, Đức Phật luôn giải thích các pháp hành và các phương tiện để đạt đến trí tuệ và tránh những tà kiến hư vọng. Chánh kiến thấm nhuần toàn bộ giáo pháp, lan tỏa đến mọi phương diện của giáo pháp, và tác động như yếu tố chánh của Phật giáo. Do thiếu chánh kiến mà phạm phu bị trói buộc vào bản chất thật của cuộc đời, và không thấy được sự thật phổ quát của cuộc sống là khổ, thậm chí họ còn không muốn hiểu những sự thật này, thế nhưng lại vội kết án giáo pháp nhà Phật về Tứ Diệu Đế là bi quan yếm thế. Có lẽ đây cũng là điều tự nhiên, vì đối với những người còn mãi mê trong những lạc thú trần gian, những người lúc nào cũng muốn thỏa mãn các giác quan và chán ghét khổ, thì ngay cả ý niệm về khổ này cũng đã làm cho họ bực bội và xoay lưng lại với nó. Tuy nhiên, họ không nhận ra rằng cho dù họ có lên án cái ý niệm về khổ này, và cho dù họ có trung thành với chủ nghĩa lợi ích cá nhân, và lạc quan về các pháp, họ vẫn bị đè bẹp bởi tính chất bất toại nguyện cố hữu của cuộc đời.

Chánh tư duy là suy nghĩ đúng với lẽ phải, có lợi cho mình, và có lợi cho người khác. Suy nghĩ những hành vi lầm lỗi, những tâm niệm

xấu xa cần phải cải sửa. Suy nghĩ giới định tuệ để tu tập giải thoát. Suy xét vô minh là nguyên nhân của mọi sự đau khổ, là nguồn gốc của mọi tội ác; suy nghĩ tìm phương pháp đúng để tu hành giải thoát cho mình và cho người. Nghĩ đúng là ý nghĩ từ bỏ mọi dục vọng tham sân si. Nghĩ đúng là luôn nghĩ về lòng khoan dung và nhân từ với mọi loài. Chánh tư duy có nghĩa là suy nghĩ đúng. Những ai chất chứa những tư tưởng tham sân sẽ dễ dàng bị trở ngại. Nhưng nếu chúng ta suy nghĩ đúng, chúng ta sẽ làm đúng. Tỷ như nếu các em học sinh chất chứa những tư tưởng đúng, các em sẽ biết rằng thầy lười sẽ đưa đến thi rớt. Như vậy các em sẽ phải ngồi lại một năm khác để học lại những gì mình đã học. Biết được như vậy các em sẽ cố gắng học tập nhiều hơn để thi đậu trong các kỳ thi. Chỉ có những tư tưởng vị tha mà thôi. Như vậy, chánh tư duy có nghĩa là không có những chấp trước về tư tưởng, từ bỏ những tư tưởng sân hận và tổn hại. Chánh tư duy cũng có nghĩa là sự thanh tịnh tâm giúp cho con người không còn tư tưởng nhiễm trước nữa. Tư duy chân chánh là những tư duy có liên quan đến sự xuất ly (Nekkhamma-samkappa), tư duy vô sân hay từ ái (Avyapada-samkappa). Những tư duy này cần được tu tập và mở rộng đến muôn loài chúng sanh bất kể chủng tộc, giai cấp, dòng dõi hay tín ngưỡng, vì chúng bao trùm mọi loài có hơi thở, không có những giới hạn quy định. Chánh tư duy là tư duy liên hệ đến tu tập đúng, nghĩa là tâm thái luôn hướng về con đường của người Phật tử để đi đến giác ngộ Bồ Đề. Chánh tư duy là những tư tưởng không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tà độc. Tư tưởng không bị chi phối bởi những ác tâm có nghĩa là chúng ta không bị cai quản bởi sự giận dữ, vì giận dữ có khả năng thiêu đốt chúng ta và những người chung quanh nếu chúng ta không cẩn thận. Tư duy chân chánh là những tư duy có liên quan đến sự xuất ly (Nekkhamma-samkappa), tư duy vô sân hay từ ái (Avyapada-samkappa). Những tư duy này cần được tu tập và mở rộng đến muôn loài chúng sanh bất kể chủng tộc, giai cấp, dòng dõi hay tín ngưỡng, vì chúng bao trùm mọi loài có hơi thở, không có những giới hạn quy định. Chánh tư duy là suy nghĩ đúng với lẽ phải, có lợi cho mình, và có lợi cho người khác. Suy nghĩ những hành vi lầm lỗi, những tâm niệm xấu xa cần phải cải sửa. Suy nghĩ giới định tuệ để tu tập giải thoát. Suy xét vô minh là nguyên nhân của mọi sự đau khổ, là nguồn gốc của mọi tội ác; suy nghĩ tìm phương pháp đúng để tu hành giải thoát cho mình và cho người. Nghĩ đúng là ý nghĩ từ bỏ mọi dục vọng

tham sân si. Nghĩ đúng là luôn nghĩ về lòng khoan dung và nhân từ với mọi loài. Nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ ác tâm, khi đó tâm ta sẽ trở nên nhẹ nhàng và thoải mái, bản chất thương yêu của tâm sẽ tự nhiên hiển lộ. Cũng nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ tâm tánh tàn bạo, khi đó chúng ta sẽ có tâm thương xót những ai bị đau khổ và muốn cứu giúp họ. Nói tóm lại, chánh tư duy có nghĩa là sự suy nghĩ đúng với lẽ phải và không đưa đến khổ đau và phiền não cho mình và cho người; mà ngược lại, nó sẽ đem lại an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho cả mình và người khác. Chánh Tư Duy là một trong hai phần học của trí tuệ (phần khác là Chánh Kiến). Chánh tư duy có nghĩa là tránh luyến ái và sân hận. Theo Phật giáo, nguồn gốc của khổ đau và phiền não là vô minh, luyến ái và sân hận. Trong khi chánh kiến loại bỏ vô minh thì chánh tư duy loại bỏ luyến ái và sân hận; vì vậy chánh kiến và chánh tư duy cùng nhau loại bỏ nguyên nhân của khổ đau và phiền não. Để loại bỏ luyến ái và tham lam, chúng ta phải trau dồi buông bỏ, trong khi muốn loại bỏ sân hận và giận dữ chúng ta phải trau dồi lòng yêu thương và bi mẫn. Buông bỏ phát triển bằng cách suy gẫm về bản chất bất toại nguyện của đời sống, đặc biệt là bản chất bất toại của lạc thú giác quan. Lạc thú giác quan cũng giống như nước mặn, càng uống càng khát. Do hiểu biết bản chất bất toại của cuộc sống, và công nhận những hậu quả không được ưa thích của lạc thú giác quan, chúng ta có thể trau dồi sự buông bỏ và không luyến chấp một cách dễ dàng. Chúng ta có thể phát triển lòng yêu thương và bi mẫn do công nhận sự bình đẳng thiết yếu ở chúng sanh mọi loài. Giống như con người, tất cả chúng sanh đều sợ chết và run rẩy trước hình phạt. Hiểu thấu điều này chúng ta không nên giết hại hay làm cho chúng sanh khác bị giết hại. Cũng giống như con người, tất cả chúng sanh đều muốn sống và hạnh phúc. Hiểu thấu điều này, chúng ta không nên tự cho mình cao hơn người khác hay đánh giá mình khác với cách mà chúng ta đánh giá người khác. Chánh Tư Duy có nghĩa là những tư duy không cố chấp, từ ái và bất tổn hại. Ở mức độ cao hơn, Chánh Tư Duy chỉ cho loại tâm thức có khả năng giúp chúng ta phân tích “không tính” một cách vi tế, để nhận biết được tính không một cách trực tiếp.

***Roles of Right Understanding and
Right Thought in the Cultivation of Wisdom***

The Noble Eightfold Path is the fourth Noble Truth in the Four Noble Truths that can help us prevent problems or deal with any problems we may come across in our daily life. This is the path that leads to the end of sufferings and afflictions. If we follow it, we are on the way to less suffering and more happiness. The eight right (correct) ways. The path leading to release from suffering, the goal of the third in the four noble truths. These are eight in the 37 bodhi ways to enlightenment. The Noble Eightfold Path can be divided into three groups: virtue, concentration and wisdom. This is the only path; there are no short cuts to enlightenment and deliverance of the mind. All the practical guidance and instructions given by the Buddha to remove mental conflicts due to the unsatisfactoriness of life are to be found in the Noble Eightfold Path, from right understanding, right thoughts, right speech, right action, right livelihood, right effort, right mindfulness, right concentration. Practicing the Noble Eight-fold Path can bring about real advantages such as improvement of personal conditions. It is due to the elimination of all evil thoughts, words, and actions that we may commit in our daily life, and to the continuing practice of charitable work; improvement of living conditions. If everyone practiced this noble path, the world we are living now would be devoid of all miseries and sufferings caused by hatred, struggle, and war between men and men, countries and countries, or peoples and peoples. Peace would reign forever on earth. Besides, to cultivate the Eightfold Noble Path also means to practice meditation to attain of enlightenment or Bodhi Awareness. The Noble Eight-fold Path is the first basic condition for attaining Bodhi Consciousness that is untarnished while Alaya Consciousness is still defiled.

According to Buddhist teachings, Right Understanding and Right Thought constitute wisdom, the first two Noble Paths of the Eightfold Noble Path. Right view refers to understanding of the “Four Holy Truths.” It also can refer to insight into the nature of the Dharma Body of the Buddha. Right view refers to your manner of regarding something, your mental outlook and your opinions, not to what you view with your eyes. Right understanding is of the highest importance

of the Eightfold Noble Path, for the remaining seven factors of the path are guided by it. It ensures that right thoughts are held and it co-ordinates ideas; when as a result thoughts and ideas become clear and wholesome, man's speech and action are also brought into proper relation. It is through right understanding that one gives up harmful or profitless effort and cultivates right effort which aids the development of right mindfulness. Right effort and right mindfulness guided by right understanding bring about right concentration. Thus, right understanding, which is the main spring in the Eightfold Noble Path, causes other factors of the co-ordinate system to move in proper relation. In Buddhism, right understanding means the understanding of suffering or the unsatisfactory nature of all phenomenal existence, its arising, its cessation and the path leading to its cessation. Right understanding, right views, or knowledge of the four noble truths. This understanding is the highest wisdom which sees the Ultimate Reality. That is to say to see things as they are. Understanding the four noble truths, the first of the eightfold noble path. Correct views refer to accepting certain key Buddhist concepts such as the four noble truths (arya-satya), dependent arising (pratiya-samutpada), karma, etc., as well as to eliminating wrong views. Although there is no specific definition for the term sammaditthi in Buddhism, generally speaking, Right view is viewing things objectively; seeing them and reporting them exactly as they are without being influenced by prejudice or emotion. Right view helps differentiate the true from the false, and determines the true religious path for attaining liberation. Correct or Right View or Perfect View, freedom from the common delusion. Understanding correctly of the four noble truths of suffering, of the origin of suffering, of the extinction of suffering, and of the path leading to the extinction of suffering. Understand correctly on the non-ego of existence (nonindividuality of existence). Right understanding means to have a correct understanding of oneself and the world. Although we may have our own view of the world, it may not always be right. If we understand things as they really are, we would be able to live a happier and more meaningful life. For example, students who understand that it is to their own benefit to learn would work hard to learn more and do better. When they do well, everyone will be happy, including their parents and teachers. Right Understanding also means

understanding thoroughly and correctly the four noble truths and having penetrative insight into reality. Mundane right understanding means an ordinary worldling's knowledge of the efficacy of moral causation or of actions and their results. Therefore, mundane right understanding means the knowledge that accords with the Four Noble Truths. This is called mundane because the understanding is not yet free from taints. This may be called "knowing accordingly." According to Dr. K. Sri Dhammananda in the Gems of Buddhism Wisdom, there are two sorts of understanding: First, an accumulated of memory, an intellectual grasping of a subject according to certain given data. Second, real deep understanding, a penetration or an intellectual seeing a thing in its true nature, without name and external label. This penetration is possible only when the mind is free from all impurities and is fully developed through meditation. Buddhist practitioners should try to understand the natural laws which govern our everyday life. Right understanding or right view is viewing things objectively; seeing them and reporting them exactly as they are without being influenced by prejudice or emotion. Right view helps differentiate the true from the false, and determines the true religious path for attaining liberation. Right understanding means to understand the natural laws which govern our everyday life. One of the most important of these is the law of karma, the law of cause and effect, every action brings a certain result, without any exception. There is no such 'no wholesome nor unwholesome' in Buddhism. Practitioners who practice meditation should always remember that whenever we act with greed, hatred, or delusion, pain and suffering come back to us. On the contrary, when our actions are motivated by generosity, love or wisdom, the results are happiness and peace. Devout Buddhists should always have a mindful mind to skilfully integrate the understanding of the law of karma into our lives. Right understanding also means profoundly and subtly understand our true nature. In Buddhism, right understanding means the understanding of suffering or the unsatisfactory nature of all phenomenal existence, its arising, its cessation and the path leading to its cessation. In short, through right understanding, we can see things under the light of impermanence, suffering, and not-self, and this will lead not causing sufferings and afflictions for people and for self; on the contrary, it would bring us and other people peace, mindfulness and happiness.

Through Right understanding and right thought we eliminate greed, anger and ignorance: The mind supported by wisdom will bring forth the Right Understanding which help us wholly and entirely free from the intoxication of sense desire (kama), from becoming (bhava), wrong views (ditthi) and ignorance (avijja). Right Understanding or Right View is one of the two trainings in Wisdom (the other training is Right Thought). Right understanding can be said to mean seeing things as they really are, or understanding the real truth about things, rather than simply seeing them as they appear to be. According to Buddhist point of view, it means insight, penetrative understanding, or seeing beneath the surface of things, etc., under the lens of the Four Noble Truths, Interdependent origination, impermanence, impersonality, and so forth. Right understanding can be acquired by ourselves or by acquiring the truths that are shown by others. The process of acquiring right understanding must follow the following order: first we must observe objectively the facts which we are presented, then consider their significance. It is to say first to study and then to consider and examine them, and finally attaining right understanding through contemplation. At this point, the two types of understanding, either by ourselves or through others, become indistinguishable. To summarize, the process of acquiring right understanding are as follows: to observe and to study, to examine intellectually what we have observed and studied, to contemplate what we have examined. In short, Right Understanding means the understanding of the four noble truths: the truths of suffering and its causes perpetuate cyclic existence, the truths of cessation and the path are the way to liberation.

Through Right understanding, we can see things under the light of impermanence, suffering, and not-self. Buddhist practitioners should develop right understanding by seeing impermanence, suffering, and not-self in everything, which leads to detachment and loss infatuation. Detachment is not aversion. An aversion to something we once liked is temporary, and the craving for it will return. Practitioners do not seek for a life of pleasure, but to find peace. Peace is within oneself, to be found in the same place as agitation and suffering. It is not found in a forest or on a hilltop, nor is it given by a teacher. Practitioners meditate to investigate suffering, see its causes, and put an end to them right at the very moment, rather dealing with their effects later on. In short,

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

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

adhere to their own convenient and optimistic view of things, they are still being oppressed by the ever recurring unsatisfactory nature of life.

Right thought means that our reflection must be consistent with common sense, useful both to others and ourselves. We must strive to correct our faults, or change our wicked opinions. While meditating on the noble formula of “Precept, Concentration, and Wisdom,” we must realize that ‘ignorance’ is the main cause of suffering, the root of all wicked acts; therefore, we must look for a way to get rid of suffering for us and for others. Correct or Right Thought or Perfect Resolve. A mind free from sensual lust, ill-will and cruelty. Right thought means resolve in favour of renunciation, goodwill and nonharming of sentient beings. Right thought means to think in the right way. Those who harbor thoughts of greed and anger will easily get into trouble. But if we think correctly, we would end up doing the right things. For example, if students harbor the right thoughts, they will know that being lazy may make them fail in exams. This would mean spending another year doing the same things. So they would decide to work hard rather to pass all exams. Having only thoughts which are unselfish. Thus, right thought means freedom from mental attachments, to have renounced thoughts of hatred and harm. Right thought also means the purification of the mind so that one no longer has any polluted thinking. Right thoughts includes thoughts of renunciation, good will, and of compassion, or non-harm. These thoughts are to be cultivated and extended towards all living beings regardless of race, caste, clan, or creed. As they embrace all that breathes there are no compromising limitations. Correct intention or right thinking involves cultivating a proper orientation, that is, a mental attitude that aims at following the Buddhist path to awakening (Bodhi). Right thought means thoughts that are free from sensual desire, ill-will, and cruelty. Thoughts free from ill-will means thoughts that are free from anger, for when anger is burning in the mind, both us and people around us will suffer. Right thoughts includes thoughts of renunciation, good will, and of compassion, or non-harm. These thoughts are to be cultivated and extended towards all living beings regardless of race, caste, clan, or creed. As they embrace all that breathes there are no compromising limitations. Right thought means that our reflection must be consistent with common sense, useful both to others and ourselves. We must

strive to correct our faults, or change our wicked opinions. While meditating on the noble formula of “Precept, Concentration, and Wisdom,” we must realize that ‘ignorance’ is the main cause of suffering, the root of all wicked acts; therefore, we must look for a way to get rid of suffering for us and for others. A mind free from sensual lust, ill-will and cruelty. Right thought means resolve in favour of renunciation, goodwill and nonharming of sentient beings. Through meditation, we can recognize anger and let it go. At that time, the mind becomes light and easy, expressing its natural loving-kindness. Also through meditation, we can recognize cruelty and let it go. At that time, we will have the mind of understanding the suffering of others and wanting to alleviate it. In short, right thought means that our reflection must be consistent with common sense and that does not cause sufferings and afflictions for people and for self; on the contrary, it would bring us and other people peace, mindfulness and happiness. Right Thought is one of the two trainings in Wisdom (the other training is Right View or Right Understanding). Right thought or right thinking means avoiding attachment and aversion. According to Buddhism, the causes of suffering and afflictions are said to be ignorance, attachment, and aversion. When right understanding removes ignorance, right thought removes attachment and aversion; therefore, right understanding and right thought remove the causes of suffering. To remove attachment and greed we must cultivate renunciation, while to remove aversion and anger we must cultivate love and compassion. Renunciation is developed by contemplating the unsatisfactory nature of existence, especially the unsatisfactory nature of pleasures of the senses, for pleasures of the senses are likened to salt water, the more we drink, the more we feel thirsty. Through understanding the unsatisfactory nature of existence and recognizing the undesirable consequences of pleasures of the senses, we can easily cultivate renunciation and detachment. To develop love and compassion through recognizing the essential equality of all living beings. Like human beings, all other beings fear death and tremble at the idea of punishment. Understanding this, we should not kill other beings or cause them to be killed. Like human beings, all other beings desire life and happiness. Understanding this, we should not place ourselves above others or regard ourselves any differently from the way we regard others. Right thought means the thoughts of non-attachment, benevolence and non-harmfulness. On a deeper level, Right Thought refers to the mind that subtly analyzes Emptiness, thus leading us to perceive it directly.

Chương Hai Mươi Tám
Chapter Twenty-Eight

Vai Trò Của Chánh Niệm Và
Chánh Định Trong Tu Tập Trí Tuệ

Mặc dầu chánh niệm và chánh định đều không phải là cứu cánh của người tu Phật, nhưng cả hai đều đóng một vai trò cực kỳ quan trọng trong việc phát triển trí huệ, thứ mà chúng ta cần để phá tan bức màn vô minh để thăng tiến đến giác ngộ. Chánh Niệm có thể giúp chúng ta làm tan đi những tư tưởng rộn rịp xôn xao trong tâm thức, và cuối cùng giúp chúng ta có đủ năng lực đạt được sự nhất tâm trong khi tu tập. Trong khi đó chánh định là sự an định vững chắc của tâm, là chính sự tập trung đã làm cho tâm an trú và khiến cho nó không bị dao động, xáo trộn. Bát Thánh Đạo mà Đức Phật đã dạy là tám con đường chính mà người tu Phật nào cũng phải đi lên để được giác ngộ và giải thoát. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng dù chúng ta đã tiến đến mức độ khá cao trong định, cũng chưa chắc cái định này bảo đảm được cho chúng ta vị trí giác ngộ cuối cùng vì những khuynh hướng ô nhiễm ngầm vẫn chưa bị loại bỏ hoàn toàn. Chúng ta chỉ làm chúng lắng xuống tạm thời mà thôi. Vào bất cứ lúc nào chúng cũng đều có thể trở lại nếu hoàn cảnh cho phép, và đầu độc tâm trí chúng ta nếu chúng ta không luôn áp dụng chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định trong cuộc tu của chính mình. Vì lẽ chúng ta vẫn còn bất tịnh nên chúng ta vẫn còn bị ảnh hưởng bởi những lời cuốn bất thiện. Dầu chúng ta đã đạt đến trạng thái tâm vắng lặng nhờ chánh định, nhưng chúng ta vẫn chưa đạt đến trạng thái thanh tịnh tuyệt đối. Như vậy công phu hành thiền nhằm phát triển tâm định vắng lặng không bao giờ là cứu cánh của người tu Phật. Chuyện quan trọng nhất cho bất cứ người tu Phật nào ở đây cũng là phát triển “trí huệ,” vì chính trí huệ mới giúp được chúng ta loại trừ mê hoặc, phá bỏ vô minh để thăng tiến trên con đường giác ngộ và giải thoát. Theo Phật giáo Nguyên Thủy, niệm được xem như là một sợi dây mạnh mẽ vì nó giữ một vai trò quan trọng trong cả hai loại thiền định là tịnh trú và biệt quán. Niệm là một cơ năng nào đó của tâm và vì vậy, nó là một yếu tố của tâm hay một tâm sở. Không có niệm, một tâm sở tối quan trọng, chúng ta không có khả năng nhận ra bất cứ thứ gì, không thể hay biết đầy đủ các tác

phong của chính mình. Được gọi là chánh niệm, vì nó vừa tránh chú tâm sai lạc, mà cũng vừa tránh cho tâm để ý vào những điều bất thiện, và đàng khác nó hướng dẫn tâm của hành giả trên con đường chân chánh, trong sạch và giải thoát mọi phiền trước. Chánh niệm làm bén nhạy khả năng quan sát của hành giả, và hỗ trợ chánh tư duy và chánh kiến. Hiểu biết và suy tư được có trật tự cũng nhờ chánh niệm. Trong hai kinh Niệm Xứ và Nhập Tức Xuất Tức Niệm, Đức Phật dạy rõ ràng làm cách nào một hành giả có thể hay biết luồng tư tưởng của mình, tỉnh giác theo dõi, ghi nhận và quan sát từng ý nghĩ của chính mình, từ tốt cũng như xấu. Cả hai bài kinh đều cảnh giác chúng ta không nên xao lãng và mơ mộng, cũng như thúc hối chúng ta nên luôn canh chừng và luôn giữ tâm chánh niệm. Kỳ thật, một hành giả chuyên cần tu niệm sẽ ghi nhận rằng chính nhờ sự kiên đọc lại kinh điển sẽ làm cho chúng ta tỉnh giác hơn, quyết tâm hơn, và thận trọng chú niệm nhiều hơn. Khởi nói ai trong chúng ta cũng biết rằng chánh niệm là một đức độ mà không ai có thể xem thường được. Như vậy việc tu tập chánh niệm thật là thiết yếu trong thời buổi hỗn tạp mà chúng ta đang sống đây trong khi rất nhiều người phải gánh chịu khổ đau vì tâm trí mất thăng bằng. Chánh niệm là một phương tiện mang lại tịnh trụ, làm thăng tiến chánh kiến và chánh mạng. Chánh niệm là một yếu tố tối cần thiết cho những hành động của chúng ta trong đời sống hằng ngày cũng như cho tâm linh. Trong khi đó, theo Kinh Pháp Bảo Đàn, định và tuệ không thể tách rời. Trong Phẩm Thứ Tư, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Nầy thiện tri thức! Pháp môn của ta đây lấy định tuệ làm gốc, đại chúng chớ lầm nói định tuệ riêng. Định tuệ một thể không hai. Định là thể của tuệ, tuệ là dụng của định. Ngay khi tuệ, định ở tại tuệ; ngay khi định, tuệ ở tại định. Nếu biết được nghĩa nầy tức là cái học định tuệ bình đẳng. Những người học đạo chớ nói trước định rồi sau mới phát tuệ, hay trước tuệ rồi sau mới phát định, mỗi cái riêng khác. Khởi cái thấy như thế ấy, thì pháp có hai tướng. Miệng nói lời thiện, mà trong tâm không thiện thì không có định tuệ, định tuệ không bình đẳng. Nếu tâm miệng đều là thiện, trong ngoài một thứ, định tuệ tức là bình đẳng. Tự ngộ tu hành không ở chỗ tranh cãi, nếu tranh trước sau tức là đồng với người mê, không dứt sự hơn thua, trở lại tăng ngã và pháp, không lìa bốn tướng. Tổ lại nói thêm: “Nầy thiện tri thức! Định tuệ ví như cái gì? Ví như ngọn đèn và ánh sáng. Có ngọn đèn tức có ánh sáng, không đèn tức là tối, đèn là thể của ánh sáng, ánh sáng là dụng

của đèn; tên tuy có hai mà thể vốn đồng một. Pháp định tuệ này lại cũng như thế.”

Chánh niệm là nhớ đúng, nghĩ đúng là giai đoạn thứ bảy trong Bát Chánh đạo. Nhìn vào hay quán vào thân tâm để luôn tỉnh thức. Chánh niệm có nghĩa là lia mọi phân biệt mà niệm thực tính của chư pháp. Theo Bát Chánh Đạo, chánh niệm là “Nhất Tâm.” Chánh niệm là nhớ đến những điều hay lẽ phải, những điều lợi lạc cho mình và cho người. Chánh niệm có nghĩa là luôn tỉnh thức. Chúng ta nên luôn tỉnh thức về những điều chúng ta suy nghĩ, nói năng và hành động. Chúng ta phải tập trung tư tưởng vào mọi việc trước khi chúng ta có thể làm tốt được. Tỷ như, nếu chúng ta tập trung tư tưởng trong lớp học, chúng ta sẽ không bỏ sót những lời dạy của thầy cô. Chánh niệm còn có nghĩa là ức niệm hay nghĩ nhớ tới cảnh quá khứ, nhớ đến lỗi lầm cũ để sửa đổi, nhớ ân cha mẹ thầy bạn để báo đáp, nhớ ân tổ quốc để phụng sự bảo vệ; nhớ ân chúng sanh để giúp đỡ trả đền; nhớ ân Phật Pháp Tăng để tinh tấn tu hành. Chánh niệm còn có nghĩa là quán niệm hay quán sát cảnh hiện tại và tưởng tượng cảnh tương lai. Chúng ta nên quán tưởng đến cảnh đời đau khổ, bệnh tật, mê mờ của chúng sanh mà khuyến tu; tưởng niệm làm những điều lợi ích chung, không thối lui, không ngại khó khăn nhọc nhằn. Chánh niệm còn có nghĩa là chú tâm đúng là tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Lúc nào cũng tỉnh táo dẹp bỏ tham lam và buồn khổ của thế tục. Chánh niệm còn có nghĩa là lúc nào cũng tỉnh giác về thân thể, cảm xúc, tư tưởng cũng như những đối tác bên ngoài. Chánh niệm là tu tập sao cho tâm mình luôn trong sáng và tỉnh thức, trong đó mình phải tỉnh thức những biến chuyển trong tâm cũng như tâm thái của chính mình, và quan trọng hơn hết là mình phải kiểm soát được tâm mình. Xuyên qua sự tự quán sát và tâm thái tỉnh thức, người ta có thể phát triển chánh niệm nhằm làm cho mình có thể tự kiểm và tập trung những tình cảm, tư tưởng và cảm giác của mình về hướng tu tập giác ngộ Bồ Đề. Nói tóm lại, chánh niệm có nghĩa là nhớ đúng nghĩ đúng và kiểm soát tâm của chúng ta để nó không gây khổ đau và phiền não cho mình và cho người; mà ngược lại, nó sẽ đem lại an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho cả mình và người khác. Theo Phật giáo Nguyên Thủy, niệm được xem như là một sợi dây mạnh mẽ vì nó giữ một vai trò quan trọng trong cả hai loại thiền định là tịnh trú và biệt quán. Niệm là một cơ năng nào đó của tâm và vì vậy, nó là một yếu tố của tâm hay một tâm sở. Không có niệm, một tâm sở tối

quan trọng, chúng ta không có khả năng nhận ra bất cứ thứ gì, không thể hay biết đầy đủ các tác phong của chính mình. Được gọi là chánh niệm, vì nó vừa tránh chú tâm sai lạc, mà cũng vừa tránh cho tâm để ý vào những điều bất thiện, và đàng khác nó hướng dẫn tâm của hành giả trên con đường chân chánh, trong sạch và giải thoát mọi phiền phức. Chánh niệm làm bén nhạy khả năng quan sát của hành giả, và hỗ trợ chánh tư duy và chánh kiến. Hiểu biết và suy tư được có trật tự cũng nhờ chánh niệm. Trong hai kinh Niệm Xứ và Nhập Tức Xuất Tức Niệm, Đức Phật dạy rõ ràng làm cách nào một hành giả có thể hay biết luồng tư tưởng của mình, tỉnh giác theo dõi, ghi nhận và quan sát từng ý nghĩ của chính mình, từ tốt cũng như xấu. Cả hai bài kinh đều cảnh giác chúng ta không nên xao lãng và mơ mộng, cũng như thúc hối chúng ta nên luôn canh chừng và luôn giữ tâm chánh niệm. Kỳ thật, một hành giả chuyên cần tu niệm sẽ ghi nhận rằng chính nhờ sự kiên định đọc lại kinh điển sẽ làm cho chúng ta tỉnh giác hơn, quyết tâm hơn, và thận trọng chú niệm nhiều hơn. Khi nói ai trong chúng ta cũng biết rằng chánh niệm là một đức độ mà không ai có thể xem thường được. Như vậy việc tu tập chánh niệm thật là thiết yếu trong thời buổi hỗn tạp mà chúng ta đang sống đây trong khi rất nhiều người phải gánh chịu khổ đau vì tâm trí mất thăng bằng. Chánh niệm là một phương tiện mang lại tịnh trụ, làm thăng tiến chánh kiến và chánh mạng. Chánh niệm là một yếu tố tối cần thiết cho những hành động của chúng ta trong đời sống hằng ngày cũng như cho tâm linh. Chánh niệm là nhớ đúng, nghĩ đúng là giai đoạn thứ bảy trong Bát Thánh đạo. Nhìn vào hay quán vào thân tâm để luôn tỉnh thức. Chánh niệm có nghĩa là lìa mọi phân biệt mà niệm thực tính của chư pháp. Chánh niệm là nhớ đến những điều hay lẽ phải, những điều lợi lạc cho mình và cho người. Theo Bát Chánh Đạo, chánh niệm là “Nhất Tâm” và Thiền sẽ giúp hành giả có được Chánh Niệm. Nhờ Thiền mà chúng ta luôn tỉnh thức. Thật vậy, trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta nên luôn tỉnh thức về những điều chúng ta suy nghĩ, nói năng và hành động. Chúng ta phải tập trung tư tưởng vào mọi việc trước khi chúng ta có thể làm tốt được. Tỷ như, nếu chúng ta tập trung tư tưởng trong lớp học, chúng ta sẽ không bỏ sót những lời dạy của thầy cô. Chánh niệm còn có nghĩa là ước niệm hay nghĩ nhớ tới cảnh quá khứ, nhớ đến lỗi lầm cũ để sửa đổi, nhớ ân cha mẹ thầy bạn để báo đáp, nhớ ân tổ quốc để phụng sự bảo vệ; nhớ ân chúng sanh để giúp đỡ trả đền; nhớ ân Phật Pháp Tăng để

tỉnh tấn tu hành. Chánh niệm còn có nghĩa là quán niệm hay quán sát cảnh hiện tại và tưởng tượng cảnh tương lai. Chúng ta nên quán tưởng đến cảnh đời đau khổ, bệnh tật, mê mờ của chúng sanh mà khuyến tu; tưởng niệm làm những điều lợi ích chung, không thối lui, không ngại khó khăn nhọc nhằn. Chánh niệm còn có nghĩa là chú tâm đúng là tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Lúc nào cũng tỉnh táo dẹp bỏ tham lam và buồn khổ của thế tục. Chánh niệm còn có nghĩa là lúc nào cũng tỉnh giác về thân thể, cảm xúc, tư tưởng cũng như những đối tác bên ngoài. Chánh Niệm là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần học khác là Chánh Tinh Tấn và Chánh Định). Chánh Niệm là ý thức, hay sự chú ý, như vậy chánh niệm là tránh sự xao lãng hay tình trạng tâm trí vẩn đục. Trong việc tu tập Phật pháp, chánh niệm giữ vai trò một sợi dây cương kiểm soát tâm của chúng ta vì tâm chúng ta không bao giờ tập trung hay đứng yên một chỗ. Đức Phật dạy: “Tu tập chánh niệm là tu tập chú tâm vào thân, chú tâm vào cảm nghĩ, chú tâm vào thức, và chú tâm vào đối tượng của tâm.” Nói tóm lại, chánh niệm là kiểm soát thân và tâm và biết chúng ta đang làm gì vào mọi lúc. Chánh Niệm là một yếu tố tâm thức quan trọng có chức năng làm cho chúng ta nhớ tới những gì có lợi lạc. Chánh niệm giữ một vai trò quan trọng trong thiền định, thí dụ Chánh Niệm có thể giúp chúng ta làm tan đi những tư tưởng rộn rịp xôn xao trong tâm thức, và cuối cùng giúp chúng ta có đủ năng lực đạt được sự nhất tâm trên hơi thở. ***Chánh niệm là phát khởi niệm hay gán sự chú tâm vào:*** Thứ nhất là *thân hành niệm*: Nơi thân tỉnh thức bằng cách thực tập tập trung vào hơi thở. Thứ nhì là *thọ niệm*: Nơi cảm thọ tỉnh thức bằng cách quán sát sự đến đi trong ta của tất cả mọi hình thức của cảm thọ, vui, buồn, trung tính. Thứ ba là *tâm hành niệm*: Nơi những hoạt động của tâm tỉnh thức bằng cách xem coi tâm ta có chứa chấp dục vọng, sân hận, lừa dối, xao lãng, hay tập trung. Thứ tư là *niệm pháp*: Nơi vạn pháp tỉnh thức bằng cách quán sát bản chất vô thường của chúng từ sanh trụ dị diệt để tận diệt chấp trước và luyến ái. Theo giáo thuyết nhà Phật, có bốn nơi cần phải giữ chánh niệm hay Tứ Niệm Xứ là bốn đối tượng thiền quán để trụ tâm hay bốn cách Thiền theo Phật giáo để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành giác ngộ. Phật giáo Tiểu thừa gọi những phương pháp này là “nghiệp xứ” (kammattana), là một trong những phương pháp tư duy phân biệt. Có lối bốn mươi pháp Thiền như vậy được liệt kê trong Thanh Tịnh Đạo Luận (Visuddhi-Magga) bao gồm Tứ Vô Lượng Tâm,

Mười Bất Tịnh, Bồ Vô Sắc, Mười Biến Xứ, Mười Niệm, Một Tướng và Một Tướng. *Tứ Niệm Xứ bao gồm: Thứ nhất là Thân Niệm Xứ*: Còn gọi là quán thân bất tịnh. Quán và toàn chứng được thân này bất tịnh. Vì diên đảo mộng tưởng mà đa số chúng ta đều cho rằng thân này quý báu hơn hết. Nên thân này cần phải được ăn ngon mặc đẹp. Chính vì vậy mà chúng ta vật lộn với cuộc sống hằng ngày. Đời sống hằng ngày không còn là nơi an ổn nữa, mà trở thành đấu trường của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, ty hiềm, ganh ghét và vô minh. Từ đó ác nghiệp được từ từ kết tạo. Người tu chân thuần phải quán thân từ mắt, tai, mũi, lưỡi, miệng, hậu môn, vân vân đều là bất tịnh. Khi ngồi chúng ta nên quán tưởng thân này là bất tịnh, được bao phủ bởi một cái túi da như nhóp, bên trong như thịt, mỡ, xương, máu, đàm, và những chất thừa thải mà không một ai dám đụng tới. Thân này, nếu không được tắm rửa bằng nước thơm dầu thơm và xà bông thơm, thì chắc chắn không ai dám tới gần. Hơn nữa, thân này đang hoại diệt từng phút từng giây. Khi ta ngừng thở thì thân này là cái gì nếu không phải là cái thây ma? Ngày đầu thì thây ma bắt đầu đổi màu. Vài ngày sau đó thây thảy ra mùi hôi thúi khó chịu. Lúc này, dù là thây của một nữ tú hay nam thanh lúc còn sanh thời, cũng không ai dám đến gần. Người tu Phật nên quán thân bất tịnh để đối trị với tham ái, ích kỷ, và kiêu ngạo, vân vân. Một khi ai trong chúng ta cũng đều hiểu rằng thân này đều giống nhau cho mọi loài thì chúng ta sẽ dễ thông hiểu, kham nhẫn và từ bi hơn với mình và với người. Sự phân biệt giữa người già, người phế tật, và các chủng tộc khác sẽ không còn nữa. Như trên ta thấy khi quán thân thì thân này là bất tịnh. Nó bị coi như là một cái túi da đựng đầy những rác rưởi dơ bẩn, và chẳng bao lâu thì nó cũng bị tan rã. Vì vậy chúng ta không nên luyến chấp vào thân này. Bản chất của thân tâm chúng ta là bất tịnh, chứ không đẹp mà cũng chẳng Thánh thiện. Theo quan điểm tâm sinh lý thì thân thể con người là bất tịnh. Điều này không có nghĩa tiêu cực hay bi quan. Khách quan mà nói về thân thể con người, nếu chúng ta xem xét cho kỹ thì sẽ thấy rằng sự kết thành của thân này từ tóc, máu, mủ, phân, nước tiểu, ruột, gan, bao tử, vân vân, là hang ổ của vi khuẩn, là những nơi mà bệnh tật chờ phát triển. Thật vậy, thân chúng ta bất tịnh và bị hoại diệt từng phút từng giây. Quán thân cấu uế bất tịnh, phủ nhận ý nghĩ về “tịnh.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thân trên thân, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. *Thứ nhì là “Thọ Niệm Xứ”*: Còn gọi là quán

thọ thị khổ. Quán và toàn chứng được những cảm thọ là xấu xa, dù là cảm thọ khổ đau, vui sướng hay trung tính. Quán rằng cảm thọ là đau khổ. Có ba loại cảm thọ là vui sướng, khổ đau và trung tính; tuy nhiên, Phật dạy mọi cảm thọ đều đau khổ vì chúng vô thường, ngắn ngủi, không nắm bắt được, và do đó chúng là không thật, ảo tưởng. Hơn nữa, khi chúng ta nhận của ai cái gì thì lẽ đương nhiên là chúng ta phải làm cái gì đó để đền trả lại. Rất có thể chúng ta phải trả giá cao hơn cho những gì mà chúng ta đã nhận. Tuy nhiên, sự nhận về phần vật chất vẫn còn dễ nhận ra để đề phòng hơn là sự cảm thọ tinh thần, vì cảm thọ là một hình thức thọ nhận mà phần đông chúng ta đều vướng bẫy. Nó rất vi tế, nhưng hậu quả tàn phá của nó thật là khốc liệt. Thường thì chúng ta cảm thọ qua sáu căn. Thí dụ như khi nghe ai nói xấu mình điều gì thì mình lập tức nổi trận lôi đình. Thấy cái gì có lợi thì mình bèn ham muốn. Tham sân là hai thứ thống trị những sinh hoạt hằng ngày của chúng ta mà chúng ta không tài nào kiểm soát chúng được nếu chúng ta không có tu. Quán thọ thị khổ dần dần giúp chúng ta kiểm soát được những cảm thọ cũng như thanh tịnh tâm của chúng ta, kết quả sẽ làm cho chúng ta có được an lạc và tự tại. Chúng ta kinh qua những cảm thọ tốt và xấu từ ngũ quan. Nhưng cảm thọ tốt chẳng bao lâu chúng sẽ tan biến. Chỉ còn lại những cảm thọ xấu làm cho chúng ta khổ đau phiền não. Không có thứ gì trên cõi đời này hiện hữu riêng lẽ, độc lập hay trường cửu. Vạn hữu kể cả thân thể con người chỉ là sự kết hợp của tứ đại đất, nước, lửa, gió. Khi bốn thứ này liên hợp chặt chẽ thì được yên vui, ví bằng có sự trục trặc là khổ. Quán thọ thị khổ để phủ nhận ý nghĩ về “lạc.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thọ trên các cảm thọ; thọ thị khổ, từ đó tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Theo Kinh Niệm Xứ, quán thọ quán pháp niệm thọ có nghĩa là tỉnh thức vào những cảm thọ: vui sướng, khổ đau và không vui không khổ. Khi kinh qua một cảm giác vui, chúng ta biết đây là cảm giác vui bởi chính mình theo dõi quan sát và hay biết những cảm thọ của mình. Cùng thế ấy chúng ta cố gắng chứng nghiệm những cảm giác khác theo đúng thực tế của từng cảm giác. Thông thường chúng ta cảm thấy buồn chán khi kinh qua một cảm giác khổ đau và phấn chấn khi kinh qua một cảm giác vui sướng. Quán pháp niệm thọ sẽ giúp chúng ta chứng nghiệm tất cả những cảm thọ một cách khách quan, với tâm xả và tránh cho chúng ta khỏi bị lệ thuộc vào cảm giác của mình. Nhờ quán pháp niệm thọ mà chúng ta thấy

rằng chỉ có thọ, một cảm giác, và chính cái thọ ấy cũng phù du tạm bợ, đến rồi đi, sanh rồi diệt, và không có thực thể đơn thuần nguyên vẹn hay một tự ngã nào cảm thọ cả. Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Nầy các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ? Nầy các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ Kheo khi cảm giác lạc thọ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc.” Mỗi khi có một cảm thọ đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ đau khổ.” Mỗi khi có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ.” Khi có một cảm thọ khoái lạc vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc vật chất.” Khi có một cảm thọ khoái lạc tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc tinh thần.” Khi có một cảm thọ khổ đau vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau vật chất.” Khi có một cảm thọ khổ đau tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau tinh thần.” Khi có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không đau khổ.” Khi có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau.” Như vậy vị ấy sống quán niệm cảm thọ trên các nội thọ; hay sống quán niệm cảm thọ trên các ngoại thọ; hay sống quán niệm cảm thọ thể trên cả nội thọ lẫn ngoại thọ. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các thọ; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên các thọ. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các thọ. “Có thọ đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ.” Tu Tập Thọ Niệm Xứ là quán và toàn chứng được những cảm thọ là xấu xa, dù là cảm thọ khổ đau, vui sướng hay trung tính. Chúng ta kinh qua những cảm thọ tốt và xấu từ ngũ quan. Nhưng cảm thọ tốt chẳng bao lâu chúng sẽ tan biến. Chỉ còn lại những cảm thọ xấu làm cho chúng ta khổ đau phiền não. Không có thứ gì trên cõi đời này hiện hữu riêng lẻ, độc lập hay trường cửu. Vạn hữu kể cả thân thể con người chỉ là sự kết hợp của tứ đại đất, nước, lửa, gió. Khi bốn thứ này liên hợp chặt chẽ thì được yên vui, ví bằng có sự trục trặc là khổ. Quán thọ thị khổ để phủ nhận ý nghĩ về “lạc.” Ở đây vị Tỳ

Kheo quán thọ trên các cảm thọ; thọ thị khổ, từ đó tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. *Thứ ba là Tâm Niệm Xứ*: Còn gọi là quán tâm vô thường. Quán và toàn chứng được tâm là vô thường. Quán thấy tâm ngăn ngại vô thường. Nhiều người cho rằng tâm họ không thay đổi vì thế cho nên họ luôn chấp vào những gì họ nghĩ và tin rằng đó là chân lý. Rất có thể một số cũng thấy tâm mình luôn thay đổi, nhưng họ không chấp nhận mà cứ lờ đi. Người tu Phật nên quán sát tâm thiện, tâm ác của ta đều là tướng sanh diệt vô thường không có thực thể. Tất cả các loại tâm sở tướng nó chột có chột không, chột còn chột mất thì làm gì có thật mà chấp là tâm mình. Trong khi ngồi thiền định, người ta sẽ có cơ hội nhận ra rằng tâm này cứ tiếp tục nhảy nhót còn nhanh hơn cả những hình ảnh trên màn ảnh xi nê. Cũng chính vì vậy mà thân không an vì phải luôn phản ứng theo những nhịp đập của dòng suy tưởng. Cũng chính vì vậy mà con người ta ít khi được tĩnh lặng và chiêm nghiệm được hạnh phúc thật sự. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tâm không phải là một thực thể của chính nó. Nó thay đổi từng giây. Chính vì thế mà Phật đã dạy rằng tâm của phàm phu như con vượn chuyền cây, như gió, như điện chớp hay như giọt sương mai trên đầu cỏ. Pháp quán này giúp cho hành giả thấy được mọi sự mọi vật đều thay đổi từ đó có khả năng dứt trừ được bệnh chấp tâm sở là thật của ta. Vô thường là bản chất chính yếu của vạn hữu. Vạn hữu kể cả thân tâm con người vô thường, từng giây từng phút biến đổi. Tất cả đều phải trải qua tiến trình sinh trụ dị diệt. Quán tâm vô thường, phủ nhận ý nghĩ về “thường.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán tâm trên tâm, tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Tuy nhiên, chúng ta phải quán *Cái Tâm Nào?* Hành giả tu tập đi tìm tâm mình. Nhưng tìm cái tâm nào? Có phải tìm tâm tham, tâm giận hay tâm si mê? Hay tìm tâm quá khứ, vị lai hay hiện tại? Tâm quá khứ không còn hiện hữu, tâm tương lai thì chưa đến, còn tâm hiện tại cũng không ổn. Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này Ca Diếp, tâm không thể nắm bắt từ bên trong hay bên ngoài, hoặc ở giữa. Tâm vô tướng, vô niệm, không có chỗ sở y, không có nơi quy túc. Chư Phật không thấy tâm trong quá khứ, hiện tại và vị lai. Cái mà chư Phật không thấy thì làm sao mà quán niệm cho được? Nếu có quán niệm chẳng qua chỉ là quán niệm về vọng tưởng sinh diệt của các đối tượng tâm ý mà thôi.” Tâm như một ảo thuật, vì vọng tưởng điên đảo cho nên có sinh diệt muôn trùng. Tâm như nước trong dòng sông,

không bao giờ dừng lại, vừa sinh đã diệt. Tâm như ngọn lửa đèn, do nhân duyên mà có. Tâm như chớp giật, lóe lên rồi tắt. Tâm như không gian, nơi muôn vật đi qua. Tâm như bạn xấu, tạo tác nhiều lầm lỗi. Tâm như lưỡi câu, đẹp nhưng nguy hiểm. Tâm như ruồi xanh, ngó tưởng đẹp nhưng lại rất xấu. Tâm như kẻ thù, tạo tác nhiều nguy hiểm. Tâm như yêu ma, tìm nơi hiểm yếu để hút sinh khí của người. Tâm như kẻ trộm hết các căn lành. Tâm ưa thích hình dáng như con mắt thiêu thân, ưa thích âm thanh như trống trận, ưa thích mùi hương như heo thích rác, ưa thích vị ngon như người thích ăn những thức ăn thừa, ưa thích xúc giác như ruồi sa đĩa mật. Tìm tâm hoài mà không thấy tâm đâu. Đã tìm không thấy thì không thể phân biệt được. Những gì không phân biệt được thì không có quá khứ, hiện tại và vị lai. Những gì không có quá khứ, hiện tại và vị lai thì không có mà cũng không không. Hành giả tìm tâm bên trong cũng như bên ngoài không thấy. Không thấy tâm nơi ngũ uẩn, nơi tứ đại, nơi lục nhập. Hành giả không thấy tâm nên tìm dấu của tâm và quán niệm: “Tâm do đâu mà có?” Và thấy rằng: “Hễ khi nào có vật là có tâm.” Vậy vật và tâm có phải là hai thứ khác biệt không? Không, cái gì là vật, cái đó cũng là tâm. Nếu vật và tâm là hai thứ hóa ra có đến hai tầng. Cho nên vật chính là tâm. Vậy thì tâm có thể quán tâm hay không? Không, tâm không thể quán tâm. Lưỡi gươm không thể tự cắt đứt lấy mình, ngón tay không thể tự sờ mình, cũng như vậy, tâm không thể tự quán mình. Bị dẫn ép tứ phía, tâm phát sinh, không có khả năng an trú, như con vượn chuyền cành, như hơi gió thoảng qua. Tâm không có tự thân, chuyển biến rất nhanh, bị cảm giác làm dao động, lấy lục nhập làm môi trường, duyên thứ này, tiếp thứ khác. Làm cho tâm ổn định, bất động, tập trung, an tĩnh, không loạn động, đó gọi là quán tâm vậy. Tóm lại, quán Tâm nói lên cho chúng ta biết tầm quan trọng của việc theo dõi, khảo sát và tìm hiểu tâm mình và của sự hay biết những tư tưởng phát sanh đến với mình, bao gồm những tư tưởng tham, sân, và si, là nguồn gốc phát khởi tất cả những hành động sai trái. Qua pháp niệm tâm, chúng ta cố gắng thấu đạt cả hai, những trạng thái bất thiện và thiện. Chúng ta quán chiếu, nhìn thấy cả hai mà không dính mắc, luyến ái, hay bất mãn khó chịu. Điều này sẽ giúp chúng ta thấu đạt được cơ năng thật sự của tâm. Chính vì thế mà những ai thường xuyên quán tâm sẽ có khả năng học được phương cách kiểm soát tâm mình. Pháp quán tâm cũng giúp chúng ta nhận thức rằng cái gọi là “tâm” cũng chỉ là một tiến trình

luôn biến đổi, gồm những trạng thái tâm cũng luôn luôn biến đổi, và trong đó không có cái gì như một thực thể nguyên vẹn, đơn thuần gọi là “bản ngã” hay “ta.” Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Nầy các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm tâm thức nơi tâm thức? Nầy các Tỳ Kheo, mọi khi nơi tâm thức có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có tham dục. Mọi khi tâm thức không có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình không có tham dục. Mọi khi trong tâm thức mình có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có sân hận. Mọi khi tâm thức của mình không có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có sân hận. Mọi khi tâm thức mình có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang si mê. Mọi khi tâm thức của mình không có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có si mê. Mọi khi tâm thức mình có thu nhiếp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có thu nhiếp. Mọi khi tâm thức mình tán loạn, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang tán loạn. Mọi khi tâm thức mình trở thành khoáng đạt, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở thành khoáng đạt. Mọi khi tâm thức mình trở nên hạn hẹp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở nên hạn hẹp. Mọi khi tâm thức mình đạt đến trạng thái cao nhất, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang đạt đến trạng thái cao nhất. Mọi khi tâm thức mình không đạt đến trạng thái cao nhất, vị ấy ý thức rằng tâm thức mình không đạt đến trạng thái cao nhất. Mọi khi tâm thức mình có định, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có định. Mọi khi tâm thức mình không có định, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có định. Mọi khi tâm thức mình giải thoát, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang giải thoát. Mọi khi tâm thức mình không có giải thoát, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có giải thoát. Như vậy vị ấy sống quán niệm tâm thức trên nội tâm; hay sống quán niệm tâm thức trên cả nội tâm lẫn ngoại tâm. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên tâm thức; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên tâm thức. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên tâm thức. “Có tâm đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm tâm thức trên các tâm thức.” *Thứ tư là Pháp Niệm Xứ*: Còn gọi là quán pháp vô ngã. Quán và toàn chứng vạn pháp vô ngã. Quán Pháp có nghĩa là tỉnh thức trên tất cả các pháp.

Quán Pháp không phải là suy tư hay lý luận suông mà cùng đi chung với tâm tĩnh giác khi các pháp khởi diệt. Thí dụ như khi có tham dục khởi lên thì ta liền biết có tham dục đang khởi lên; khi có tham dục đang hiện hữu, ta liền biết có tham dục đang hiện hữu, và khi tham dục đang diệt, chúng ta liền biết tham dục đang diệt. Nói cách khác, khi có tham dục hay khi không có tham dục, chúng ta đều biết hay tỉnh thức là có hay không có tham dục trong chúng ta. Chúng ta nên luôn tỉnh thức cùng thể ấy với các triền cái (chướng ngại) khác, cũng như ngũ uẩn thủ (chấp vào ngũ uẩn). Chúng ta cũng nên tỉnh thức với lục căn bên trong và lục cảnh bên ngoài. Qua quán pháp trên lục căn và lục cảnh, chúng ta biết đây là mắt, hình thể và những trói buộc phát sanh do bởi mắt và trần cảnh ấy; rồi tai, âm thanh và những trói buộc; rồi mũi, mùi và những trói buộc của chúng; lưỡi, vị và những trói buộc liên hệ; thân, sự xúc chạm và những trói buộc; ý, đối tượng của tâm và những trói buộc do chúng gây nên. Chúng ta luôn tỉnh thức những trói buộc do lục căn và lục trần làm khởi lên cũng như lúc chúng hoại diệt. Tương tự như vậy, chúng ta tỉnh thức trên thất bồ đề phần hay thất giác chi, và Tứ Diệu Đế, vân vân. Nhờ vậy mà chúng ta luôn tỉnh thức quán chiếu và thấu hiểu các pháp, đối tượng của tâm, chúng ta sống giải thoát, không bám víu vào bất luận thứ gì trên thế gian. Cuộc sống của chúng ta như vậy là cuộc sống hoàn toàn thoát khỏi mọi trói buộc. Hành giả phải quán sát để thấy rằng chư pháp vô ngã và không có thực tướng. Mọi vật trên đời, vật chất hay tinh thần, đều tùy thuộc lẫn nhau để hoạt động hay sinh tồn. Chúng không tự hoạt động. Chúng không có tự tánh. Chúng không thể tự tồn tại được. Thân thể con người gồm hàng tỷ tế bào nương tựa vào nhau, một tế bào chết sẽ ảnh hưởng đến nhiều tế bào khác. Cũng như vậy, nhà cửa, xe cộ, đường xá, núi non, sông ngòi đều được kết hợp bởi nhiều thứ chứ không tự tồn. Do vậy, mọi vật trên đời này đều là sự kết hợp của nhiều vật khác. Chẳng hạn như nếu không có chất bổ dưỡng, nước, và không khí thì thân thể này chắc chắn sẽ ốm o gầy mòn và cuối cùng sẽ bị hoại diệt. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy rằng vạn pháp vô ngã, không, và vô thường. Hành giả nào thường quán pháp vô ngã thì những vị ấy sẽ trở nên khiêm nhường và đáng mến hơn. Thật vậy, vạn pháp không có thực tướng, chúng chỉ là sự kết hợp của tứ đại, và mỗi đại không có tự tánh, không thể đứng riêng lẻ, nên vạn pháp vô ngã. Quán pháp vô ngã, chúng chỉ nương tựa vào nhau để thành lập, từ đó phủ nhận ý nghĩ về

“Ngã.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán pháp trên các pháp, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Theo Kinh Trung Bộ và Trường Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo! Bất cứ ai tu tập bốn niệm xứ này trong bảy năm, vị ấy có thể đạt được một trong hai quả này: A La Hán trong hiện tại, hoặc quả Bất Hoàn trong vị lai. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì bảy năm, nếu vị nào tu tập bốn niệm xứ này trong 6 năm, 5 năm, 4 năm, 3 năm, 2 năm hay một năm thì cũng có thể đạt được một trong hai quả vừa nói trên. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì một năm, vị nào tu tập được tứ niệm xứ này trong 7 tháng, 6 tháng... hoặc nửa tháng, lại cũng có thể đạt được một trong hai quả vừa kể trên. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì nửa tháng. Nếu vị nào tu tập bốn niệm xứ này trong một tuần, cũng có thể mong đạt được một trong hai quả vừa kể trên. Đây là con đường độc nhất, này các Tỳ Kheo, để thanh tịnh hóa chúng sanh, để nhiếp phục sầu bi, để đoạn tận khổ ưu, để thành đạt chánh đạo, để chứng đắc Niết Bàn, đó là tu tập Tứ Niệm Xứ.” Nói tóm lại, đối với hành giả tu huệ, chánh niệm có nghĩa là ý thức được những gì đang xảy ra trong giờ phút hiện tại. Có nghĩa là phải biết được sự biến chuyển của mọi hiện tượng; khi đi thì mình ý thức được những cử động của thân thể; khi quán hơi thở, mình ý thức được cảm giác ra-vào nơi mũi hay lên-xuống nơi bụng; phải ý thức sự có mặt của tư tưởng hay cảm giác khi chúng khởi lên hay khi chúng biến mất. Chánh niệm sẽ đem lại cho tâm chúng ta sự thẳng bằng và an tĩnh. Chánh niệm còn có khả năng giữ cho tâm được linh hoạt, để chúng ta có thể ngồi lại quan sát, theo dõi những hiện tượng đang xảy ra như một vở tuồng chung quanh chúng ta. Chánh Niệm là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần học khác là Chánh Tinh Tấn và Chánh Định). Chánh Niệm là ý thức, hay sự chú ý, như vậy chánh niệm là tránh sự xao lãng hay tình trạng tâm trí vẩn đục. Trong việc tu tập Phật pháp, chánh niệm giữ vai trò một sợi dây cương kiểm soát tâm của chúng ta vì tâm chúng ta không bao giờ tập trung hay đứng yên một chỗ. Đức Phật dạy: “Tu tập chánh niệm là tu tập chú tâm vào thân, chú tâm vào cảm nghĩ, chú tâm vào thức, và chú tâm vào đối tượng của tâm.” Nói tóm lại, chánh niệm là kiểm soát thân và tâm và biết chúng ta đang làm gì vào mọi lúc. Chánh Niệm là một yếu tố tâm thức quan trọng có chức năng làm cho chúng ta nhớ tới những gì có lợi lạc. Chánh niệm giữ một vai trò quan trọng trong thiền định, thí dụ Chánh Niệm có thể giúp chúng ta làm tan đi những tư tưởng rộn rịp

xôn xao trong tâm thức, và cuối cùng giúp chúng ta có đủ năng lực đạt được sự nhất tâm trên hơi thở. Chánh niệm là phát khởi niệm hay gán sự chú tâm vào thân, thọ, tâm và pháp. Thân niệm: Nơi thân tỉnh thức bằng cách thực tập tập trung vào hơi thở. Thọ niệm: Nơi cảm thọ tỉnh thức bằng cách quán sát sự đến đi trong ta của tất cả mọi hình thức của cảm thọ, vui, buồn, trung tính. Tâm niệm: Nơi những hoạt động của tâm tỉnh thức bằng cách xem coi tâm ta có chứa chấp dục vọng, sân hận, lừa dối, xao lãng, hay tập trung. Niệm pháp: Nơi vạn pháp tỉnh thức bằng cách quán sát bản chất vô thường của chúng từ sanh trụ dị diệt để tận diệt chấp trước và luyện ái.

Trong khi đó, Định tức là Thiền Định, là phép luyện cho tâm được định tĩnh. Trong Phật giáo, không có phép gọi là tu hành nào mà không tu luyện cho tâm định tĩnh. Định là phép tu tập nhờ đó người ta đi đến yên tĩnh. Định giúp làm yên tĩnh những nhiễu loạn tinh thần. Thiền định (thu nhiếp những tư tưởng hỗn tạp) và trí tuệ (quán chiếu thấu suốt sự lý), giống như hai cánh tay, tay trái là thiền định, tay phải là trí tuệ. Phật tử chơn thuần nên luôn kiên định trong pháp tu chứ không nay vầy mai khác. Có người hôm nay tu Thiền, ngày mai nghe nói niệm Phật chắc chắn vãng sanh lưu xá lợi hay được công đức lớn lao, lại bỏ Thiền mà niệm Phật. Sau đó lại nghe nói trì chú thù thắng hơn liền bỏ niệm Phật mà trì chú. Những người như vậy sẽ tiếp tục thay đổi từ pháp môn này qua pháp môn khác, để rồi kết quả chẳng thành cái gì hết. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng định lực đối với người tu rất ư là cần thiết. Nếu chúng ta không có định lực, chắc chắn chúng ta sẽ không thành công trong tu tập. Ngoài ra, nếu chúng ta thiếu định lực thì đạo tâm không kiên cố, nên có thể dễ dàng bị ảnh hưởng bên ngoài chi phối khiến bị đọa lạc. Chánh định là sự an định vững chắc của tâm có thể so sánh với ngọn đèn cháy sáng không dao động ở nơi kín gió. Chính sự tập trung đã làm cho tâm an trú và khiến cho nó không bị dao động, xáo trộn. Việc thực hành định tâm (samadhi) đúng đắn sẽ duy trì tâm và các tâm sở ở trạng thái quân bình. Hành giả có thể phải đương đầu với rất nhiều chướng ngại của tinh thần, nhưng với sự hỗ trợ của chánh tinh tấn và chánh niệm, tâm định vững vàng có khả năng đẩy lùi những chướng ngại, những tham dục đang khuấy động tâm của vị hành giả. Tâm định vững chắc không bị các pháp trần làm cho xao lãng, vì nó đã chế ngự được năm triền cái. Chánh định là tập trung tư tưởng đúng là tập trung vào việc từ bỏ những điều bất thiện và tập trung tinh

thần được hoàn tất trong bốn giai đoạn thiền định. Chánh định còn có nghĩa là tập trung tư tưởng vào một vấn đề gì để thấy cho rõ ràng, đúng với chân lý, có lợi ích cho mình và cho người. Chánh định có nghĩa là chúng ta phải giữ cho tâm mình định tĩnh để thấy rõ bản chất thật của vạn hữu. Thực tập chánh định có thể làm cho chúng trở thành một con người hiểu biết và hạnh phúc hơn. Chánh định đòi hỏi hành giả phải tu tập những bước vừa kể trên. Trừ phi nào mình có chánh định, để tâm có thể an trụ nhất điểm mà không bị lôi cuốn hay làm cho lo ra bởi sự buông thả hay kích thích, chừng đó mình mới có thể đi vào thiền định đòi hỏi sự tập trung mãnh liệt. Nói tóm lại, chánh định có nghĩa là chú tâm trong tu tập để không gây khổ đau và phiền não cho mình và cho người. Ngược lại, chánh định sẽ giúp hành giả đem lại an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho cả mình và người khác. Chánh Định là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần khác là Chánh Tinh Tấn và Chánh Niệm). Chánh định là tập trung tâm vào một đối tượng. Chánh định tiến bộ từ từ đến trạng thái tâm an trú nhờ vào Chánh Tinh Tấn và Chánh Niệm. Chánh định còn có thể giúp chúng ta tiến sâu vào sự nhất tâm cao hơn, hay những tầng thiền (sắc giới và vô sắc giới). Lúc này, trạng thái của tâm của hành giả trụ trên một đối tượng duy nhất. Trong Phật giáo Đại Thừa, “tam muội” chỉ sự thăng bằng bên trong, sự yên tĩnh và tập trung tinh thần, hay trạng thái tĩnh tâm hoàn toàn của tinh thần, nhưng không mất đi ý thức về hiện thực. Đây là một trạng thái phi nhị nguyên, mà đặc trưng của nó là mọi sự phân biệt giữa chủ thể và đối tượng, bên trong và bên ngoài, đều biến mất. Chủ thể và đối tượng chỉ là một. Theo Phật giáo, chánh định có nghĩa là tâm định tĩnh, không bị quấy rối. Sự nối kết giữa người quán tưởng và đối tượng thiền. Trong nhà Thiền, Tam Muội chẳng những ám chỉ sự quân bình, tĩnh lặng hay nhất tâm bất loạn, mà nó còn ám chỉ trạng thái tập trung mãnh liệt nhưng không hề gắng sức, mà là sự thấm nhập trọn vẹn của tâm trong chính nó hay là sự trực quan cao rộng (nhập chánh định). Tam Muội và Bồ Đề đồng nhất với nhau theo cái nhìn của tâm Bồ Đề Giác Ngộ, tuy nhiên nhìn theo giai đoạn đang phát triển thì tam muội và ngộ khác nhau. Chánh định là tập trung tâm vào một đối tượng. Tam muội còn có nghĩa là định hay tập trung tinh thần vào một đối tượng duy nhất, đạt được do thực tập thiền định hay sự phối hợp giữa thiền định và trí tuệ Bát nhã. Định là trạng thái tập trung tinh thần, kết quả trực tiếp của thiền và quán tưởng. Định là công cụ

chính dẫn tới đại giác. Định là trạng thái ý thức phi nhị nguyên, kết hợp cả chủ thể và đối tượng. Định chẳng phải là kèm giữ tâm tại một điểm, mà cũng không là dời tâm từ chỗ này đến chỗ khác, vì làm như vậy là theo tiến trình của nhị nguyên. Bước vào định là bước vào trạng thái tĩnh tâm. Sự tu tập “định” tự nó không phải là cứu cánh của sự giải thoát. Định chỉ là phương tiện để đạt đến một cái gì đó vi diệu hơn, thường được coi là có tầm quan trọng sống còn, đó là tuệ (vipassana). Nói cách khác, định là phương tiện để đi đến chánh kiến, chi đầu tiên trong Bát Thánh Đạo. Mặc dù chỉ là phương tiện để đạt đến cứu cánh, định cũng đóng một vai trò quan trọng trong Bát Thánh Đạo, nó được xem như là sự thanh tịnh tâm, mà sự thanh tịnh tâm này được tạo ra nhờ sự lặng yên của năm triền cái. Nếu một người còn bị những thọ khổ bức bách, người ấy không thể trông đợi sự định tâm. Nghĩa là chừng nào thân tâm chúng ta còn bị khổ sở vì đau đớn, thì không thể nào có được sự định tâm đúng nghĩa. Theo Kinh Tương Ưng Bộ, Đức Phật đã dạy: “Do không có khinh an, nên sống đau khổ. Do tâm đau khổ nên không có định tĩnh. Do tâm không định tĩnh, nên các pháp không hiện rõ.” Như trên đã nói, trong Phật giáo, chánh định là tập trung tư tưởng đúng là tập trung vào việc từ bỏ những điều bất thiện và tập trung tinh thần được hoàn tất trong bốn giai đoạn thiền định. Chánh định còn có nghĩa là tập trung tư tưởng vào một vấn đề gì để thấy cho rõ ràng, đúng với chân lý, có lợi ích cho mình và cho người. Chánh định có nghĩa là chúng ta phải giữ cho tâm mình định tĩnh để thấy rõ bản chất thật của vạn hữu. Thực tập chánh định có thể làm cho chúng trở thành một con người hiểu biết và hạnh phúc hơn. Chánh định đòi hỏi hành giả phải tu tập những bước vừa kể trên. Trừ phi nào mình có chánh định, để tâm có thể an trụ nhất điểm mà không bị lôi cuốn hay làm cho lo ra bởi sự buông thả hay kích thích, chừng đó mình mới có thể đi vào thiền định đòi hỏi sự tập trung mãnh liệt. Chánh định là một trong ba mục tiêu của Thiền quán. Đây là định lực là năng lực hay sức mạnh phát sinh khi tâm được hợp nhất qua sự tập trung. Người đã phát triển định lực không còn nô lệ vào các đam mê, người ấy luôn làm chủ cả chính mình lẫn các hoàn cảnh bên ngoài, người ấy hành động với sự tự do và bình tĩnh hoàn toàn. Tâm của người ấy như trạng thái nước đã lắng trong và tĩnh lặng. Trong khi hành thiền chúng ta thường nghĩ rằng sự ồn ào, tiếng xe chạy, tiếng người nói, hình ảnh bên ngoài là những chướng ngại đến quấy nhiễu chúng ta khiến chúng ta phóng tâm, trong

khi chúng ta đang cần sự yên tĩnh. Kỳ thật, ai quấy nhiễu ai? Có lẽ chính chúng ta là người quấy nhiễu chúng. Xe cộ, âm thanh vẫn hoạt động theo đường lối tự nhiên của chúng. Chúng ta quấy nhiễu chúng bằng những ý tưởng sai lầm của chúng ta, cho rằng chúng ở ngoài chúng ta. Chúng ta cũng bị dính chặt vào ý tưởng muốn duy trì sự yên lặng, muốn không bị quấy nhiễu. Phải học để thấy rằng chẳng có cái gì quấy nhiễu chúng ta cả, mà chính chúng ta đã ra ngoài để quấy nhiễu chúng. Hãy nhìn cuộc đời như một tấm gương phản chiếu chúng ta. Khi tập được cách này thì chúng ta tiến bộ trong từng thời khắc, và mỗi kinh nghiệm của chúng ta đều làm hiển lộ chân lý và mang lại sự hiểu biết. Một cái tâm thiếu huấn luyện thường chứa đầy lo âu phiền muộn. Bởi thế chỉ một chút yên tịnh do thiền đem lại cũng dễ khiến cho chúng ta dính mắc vào đó. Đó là sự hiểu biết sai lầm về sự an tịnh trong thiền. Có đôi lúc chúng ta nghĩ rằng mình đã tận diệt được tham sân si, nhưng sau đó chúng ta lại thấy bị chúng tràn ngập. Thật vậy, tham đắm vào sự an tịnh còn tệ hơn là dính mắc vào sự dao động. Bởi vì khi dao động, ít ra chúng ta còn muốn thoát ra khỏi chúng; trong khi đó chúng ta rất hài lòng lưu giữ sự an tịnh và mong muốn được ở mãi trong đó. Đó chính là lý do khiến chúng ta không thể tiến xa hơn trong hành thiền. Vì vậy, khi đạt được hỷ lạc, bạn hãy tự nhiên, đừng dính mắc vào chúng. Dù hương vị của sự an tịnh có ngọt ngào đi nữa, chúng ta cũng phải nhìn chúng dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã. Hành giả hành thiền nhưng đừng mong cầu phải đạt được tâm định hay bất cứ mức độ tiến bộ nào. Chỉ cần biết tâm có an tịnh hay không an tịnh, và nếu có an tịnh thì mức độ của nó nhiều hay ít mà thôi. Làm được như vậy thì tâm của chúng ta sẽ tự động phát triển. Phải có sự chú tâm kiên cố thì trí tuệ mới phát sanh. Chú tâm như bật đèn và trí tuệ là ánh sáng phát sanh do sự bật đèn đó. Nếu không bật đèn thì đèn sẽ không sáng, nhưng không nên phí thì giờ với cái bật đèn. Cũng vậy định tâm chỉ là cái chén trống không, trí tuệ là thực phẩm đựng trong cái chén ấy. Đừng dính mắc vào đối tượng như dính mắc vào một loại chú thuật. Phải hiểu mục tiêu của nó. Nếu chúng ta thấy niệm Phật khiến chúng ta dễ chú tâm thì niệm Phật, nhưng đừng nghĩ sai lầm rằng niệm Phật là cứu cánh trong việc tu hành. Theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện, giới đức trang nghiêm giúp phát triển định tâm. Ba chỉ cuối cùng của Bát Chánh Đạo là chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định, hợp thành nhóm định. Hành

giả có thể ngồi lại trong một tịnh thất, dưới một cội cây hay ngoài trời, hoặc một nơi nào thích hợp khác để gom tâm chăm chú vào đề mục hành thiền, đồng thời không ngừng tinh tấn gội rửa những bợn nhơ trong tâm và dần dần triệt tiêu năm triền cái để định tâm vào một điểm. Thiền định có nghĩa là tư duy, nhưng không theo nghĩa tư duy về một phương diện đạo đức hay một cách ngôn triết học; nó là việc tu tập tĩnh tâm. Nói khác đi, thiền định là luôn tu theo pháp tư duy để đình chỉ sự tán loạn trong tâm. Thiền định Ba la mật được dùng để diệt trừ sự tán loạn và hôn trầm. Từ “Dhyana” là giữ trạng thái tâm bình lặng của mình trong bất cứ hoàn cảnh nào, nghịch cũng như thuận, và không hề bị xao động hay lúng túng ngay cả khi nghịch cảnh đến tới tấp. Điều này đòi hỏi rất nhiều công phu tu tập. Chúng ta tham thiền vì muốn tinh thần được tập trung, tâm không vọng tưởng, khiến trí huệ phát sanh. Thiền định là hành pháp giúp chúng sanh đạt hoàn toàn tịnh lự, vượt thoát sanh tử, đáo bỉ ngạn. Đây là Ba La Mật thứ năm trong Lục Độ Ba La Mật. Tiếng Phạn là “Dhyana” và tiếng Nhật là “Zenjo.” Zen có nghĩa là “cái tâm tĩnh lặng” hay “tinh thần bất khuấy,” và Jo là trạng thái có được cái tâm tĩnh lặng, không dao động. Điều quan trọng là không những chúng ta phải nỗ lực thực hành giáo lý của đức Phật, mà chúng ta còn phải nhìn hết sự vật bằng cái tâm tĩnh lặng và suy nghĩ về sự vật bằng cái nhìn “như thị” (nghĩa là đúng như nó là). Được vậy chúng ta mới có thể thấy được khía cạnh chân thực của vạn hữu và tìm ra cách đúng đắn để đối phó với chúng. Theo Kinh Pháp Hoa, chương XV, Phẩm Tùng Địa Đồng Xuất, Đức Phật dạy rằng: “Chư Bồ Tát không chỉ một kiếp mà nhiều kiếp tu tập thiền ba la mật. Vì Phật đạo nên siêng năng tinh tấn, khéo nhập xuất trụ nơi vô lượng muôn ngàn ức tam muội, được thần thông lớn, tu hạnh thanh tịnh đã lâu, hay khéo tập các pháp lành, giỏi nơi vấn đáp, thế gian ít có.” Lục Tổ Huệ Năng dạy chúng rằng: Này thiện tri thức! Pháp môn của ta đây lấy định tuệ làm gốc, đại chúng chớ lầm nói định tuệ riêng. Định tuệ một thể không hai. Định là thể của tuệ, tuệ là dụng của định. Ngay khi tuệ, định ở tại tuệ; ngay khi định, tuệ ở tại định. Nếu biết được nghĩa này tức là cái học định tuệ bình đẳng. Những người học đạo chớ nói trước định rồi sau mới phát tuệ, hay trước tuệ rồi sau mới phát định, mỗi cái riêng khác. Khởi cái thấy như thế ấy, thì pháp có hai tướng. Miệng nói lời thiện, mà trong tâm không thiện thì không có định tuệ, định tuệ không bình đẳng. Nếu tâm miệng đều là thiện, trong ngoài một thứ,

định tuệ tức là bình đẳng. Tự ngộ tu hành không ở chỗ tranh cãi, nếu tranh trước sau tức là đồng với người mê, không dứt sự hơn thua, trở lại tăng ngã và pháp, không lìa bốn tướng. Tổ lại nói thêm: “Nầy thiện tri thức! Định tuệ ví như cái gì? Ví như ngọn đèn và ánh sáng. Có ngọn đèn tức có ánh sáng, không đèn tức là tối, đèn là thể của ánh sáng, ánh sáng là dụng của đèn; tên tuy có hai mà thể vốn đồng một. Pháp định tuệ nầy lại cũng như thế.”

***Roles of Right Mindfulness and
Right Concentration in the Cultivation of the Wisdom***

Although both right mindfulness and right concentration are not our ends in cultivation, but both of them play an extremely important role in the development of the wisdom, which cultivators need to destroy ignorance to advance directly to enlightenment. Right mindfulness can help us clear the flurry of thoughts from our minds, and eventually, we'll be able to concentrate single-pointedly on our meditation. Meanwhile, right concentration fixes the mind right and causes it to be unmoved and undisturbed. The Eightfold Noble Path is eight main roads that any Buddhist must tread on in order to achieve enlightenment and liberation. Sincere Buddhists should always remember that even the higher practice of calming concentration or samadhi does not assure and place us in an ultimate position of enlightenment, for defilements or latent tendencies are not totally removed yet. We only calm them down temporarily. At any moment they may re-appear when circumstances permit, and poison our mind if we don't always apply right effort, right mindfulness, and right concentration in our own cultivation. As we still have impurities, we are still impacted by unwholesome impulses. Even though we have gained the state of calm of mind through concentration or samadhi, but that state is not an absolute state of purity. Thus the efforts to develop concentration never an end itself to a Buddhist cultivator. The most important thing for any Buddhist cultivator here is to develop his “Insight” for only “insight” can help us eliminating perversions and destroying ignorance, and to advance on the Path of Enlightenment and Liberation. According to Theravada Buddhism, mindfulness is considered as the strongest strand for it plays an important role in the

acquisition of both calm and insight. Mindfulness is a certain function of the mind, and therefore, a mental factor. Without this all important factor of mindfulness one cannot cognize sense-objects, one cannot be fully aware of one's behavior. It is called right mindfulness because it avoids misdirected attention, and prevents the mind from paying attention to things unwholesome, and guides its possessor on the right path to purity and freedom. Right mindfulness sharpens the power of observation, and assists right thinking and right understanding. Orderly thinking and reflection is conditioned by man's right mindfulness. In the Satipatthana and Anapanasati sutras, the Buddha states clearly how a meditator becomes aware of his thoughts, mindfully watching and observing each and every one of them, be they good or evil, salutary or otherwise. The sutras warn us against negligence and day-dreaming and urges us to be mentally alert and watchful. As a matter of fact, the earnest student will note that the very reading of the discourse, at times, makes him watchful, earnest and serious-minded. It goes without saying that right mindfulness is a quality that no sensible man would treat with contempt. Thus, it is truly essential to cultivate mindfulness in this confused age when so many people suffer from mental imbalance. Right mindfulness is an instrumental not only in bringing concentration calm, but in promoting right understanding and right living. It is an essential factor in all our actions both worldly and spiritual. While in the Dharma Jewel Platform Sutra, concentration and wisdom can not be separated. In Chapter Fourth, the Sixth Patriarch taught: "The Master instructed the assembly: "Good Knowing Advisors, this Dharma-door of mine has concentration and wisdom as its foundation. Great assembly, do not be confused and say that concentration and wisdom are different. Concentration and wisdom are one substance, not two. Concentration is the substance of wisdom, and wisdom is the function of concentration. Where there is wisdom, concentration is in the wisdom. Where there is concentration, wisdom is in the concentration. If you understand this principle, you understand the balanced study of concentration and wisdom. Students of the Way, do not say that first there is concentration, which produces wisdom, or that first there is wisdom, which produces concentration: do not say that the two are different. To hold this view implies a duality of dharma. If your speech is good, but your mind is not, then concentration and

wisdom are useless because they are not equal. If mind and speech are both good, the inner and outer are alike, and concentration and wisdom are equal. Self-enlightenment, cultivation, and practice are not a matter for debate. If you debate which comes first, then you are similar to a confused man who does not cut off ideas of victory and defeat, but magnifies the notion of self and dharmas, and does not disassociate himself from the four makrs. The Patriarch added: “Good Knowing Advisors, what are concentration and wisdom like? They are like a lamp and its light. With the lamp, there is light. Without the lamp, there is darkness. The lamp is the substance of the light and the light is the function of the lamp. Although there are two names, there is one fundamental substance. The dharma of concentration and wisdom is also thus.”

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

mental clarity and alertness in which one is aware of one's mental processes and attitudes and, more importantly, in which one is in control of them. Through continuous self-examination and mental alertness, one can develop the mindfulness that enables one to master one's emotions, thoughts and feelings and focus them in the direction of awakening (bodhi). In short, right remembrance means remembering correctly, thinking correctly, and controlling the mind so that it does not cause sufferings and afflictions for people and for self; on the contrary, it would bring us and other people peace, mindfulness and happiness. According to Theravada Buddhism, mindfulness is considered as the strongest strand for it plays an important role in the acquisition of both calm and insight. Mindfulness is a certain function of the mind, and therefore, a mental factor. Without this all important factor of mindfulness one cannot cognize sense-objects, one cannot be fully aware of one's behavior. It is called right mindfulness because it avoids misdirected attention, and prevents the mind from paying attention to things unwholesome, and guides its possessor on the right path to purity and freedom. Right mindfulness sharpens the power of observation, and assists right thinking and right understanding. Orderly thinking and reflection is conditioned by man's right mindfulness. In the Satipatthana and Anapanasati sutras, the Buddha states clearly how a meditator becomes aware of his thoughts, mindfully watching and observing each and every one of them, be they good or evil, salutary or otherwise. The sutras warn us against negligence and day-dreaming and urges us to be mentally alert and watchful. As a matter of fact, the earnest student will note that the very reading of the discourse, at times, makes him watchful, earnest and serious-minded. It goes without saying that right mindfulness is a quality that no sensible man would treat with contempt. Thus, it is truly essential to cultivate mindfulness in this confused age when so many people suffer from mental imbalance. Right mindfulness is an instrumental not only in bringing concentration calm, but in promoting right understanding and right living. It is an essential factor in all our actions both worldly and spiritual. Right remembrance, the seventh of the eightfold noble path, means remembering correctly and thinking correctly. The looking or contemplating on the body and the spirit in such a way as to remain ardent, self-possessed and mindful. Right remembrance means looking

on the body and spirit in such a way as to remain ardent, self-possessed and mindful, having overcome both hankering and dejection. Right mindfulness means to give heed to good deed for our own benefit and that of others. According to the eightfold noble path, right mindfulness means the one-pointedness of the mind, and Zen will help practitioner to have Right Remembrance. Through Zen we always have Right mindfulness. In fact, in our daily life activities, we should always be aware and attentive. We should always be aware of what we think, say and do. We must concentrate on everything we do before we can do it well. For instance, if we concentrate in class, we would not miss anything the teacher says. Right mindfulness also means remembrance including old mistakes to repent of and deep gratitude towards parents, country, humankind, and Buddhist Triple Gems. Right mindfulness also means the reflection on the present and future events or situations. We must meditate upon human sufferings that are caused by ignorance and decide to work for alleviating them, irrespective of possible difficulties and boredom. Correct Memory which retains the true and excludes the false. Dwell in contemplation of corporeality. Be mindful and putting away worldly greed and grief. Correct mindfulness also means ongoing mindfulness of body, feelings, thinking, and objects of thought. Right Mindfulness is one of the three trainings in meditation (two others are Right Effort and Right Concentration). Mindfulness is awareness or attention, and as such it means avoiding a distracted or cloudly state of mind. In the practice of the Dharma, right mindfulness plays as a kind of rein upon our minds for our minds are never concentrated or still. The Buddha taught: "The practice of mindfulness means mindfulness of the body, mindfulness of feelings, mindfulness of consciousness, and mindfulness of objects of the mind." In short, right mindfulness means to watch our body and mind and to know what we are doing at all times. Right Mindfulness is an important mental factor that enables us to remember and keep our attention on what is beneficial. Right Mindfulness plays an important role in meditation, i.e., Right mindfulness can help us clear the flurry of thoughts from our minds, and eventually, we'll be able to concentrate single-pointedly on our breath. ***Right mindfulness is the application or arousing of attention:*** *First*, activities of the body. Be attentive to the activities of the body with the practice of concentration on breathing. *Second*, feelings or

sensations. Be aware of all forms of feelings and sensations, pleasant, unpleasant, and neutral, by contemplating their appearance and disappearance within oneself. *Third*, the activities of the mind (Cittanupassana (p)). Be aware whether one's mind is lustful, hatred, deluded, distracted or concentrated. *Fourth*, mental objects (Dhammanapassana (p)). Contemplate the impermanence of all things from arise, stay, change and decay to eliminate attachment. According to Buddhist teachings, there are four places that need be mindful: Four meditations, or four foundations of Mindfulness, or four objects on which memory or thought should dwell. Four types of Buddhist meditation for eradicating illusions and attaining enlightenment. Hinayana calls these practices 'basis of action' (kammathana) which is one of the modes of analytical meditation. Some forty such meditations are given in the Visuddha-Magga: four 'measureless meditations, ten impurities, four formless states, ten universals, ten remembrances, one sign, and one mental reflex. ***Four types of Buddhist meditation comprise of:*** *First, meditation and full realization on the impurity of the body:* Due to illusions, most of us think that our body is more valuable than any thing else. So it needs be provided with better foods and expensive clothes. Therefore, the 'struggle for life' has come into play. Life is no longer a peaceful place, but a battle field with greed, hatred, envy, arrogance, doubt, wrong views, killing, stealing, sexual misconduct, lying. Evil karma is gradually formed as a result. Earnest Buddhists should view the body (eye, ear, skin, hair, nose, tongue, mouth, anus, etc) is unclean (Quán thân bất tịnh) which covered with a bag of skin, inside are flesh, fat, bone, blood, mucus and waste matters of which no one wishes to touch. The body itself, if not being washed frequently with fragrant water and soap, no one wants to stay close to it. In addition, it is prone to decay minute after minute, second after second. If we stop breathing, what is the body called if not a corpse? During the first day, its color is changing. A few days later, it becomes bluish and produces offensive odor. At this time, even if that disintegrated body once was the most beautiful woman or a handsome man, no one wants to be close to it. Earnest Buddhist should always contemplate that the body is unclean. This contemplation is designed to cure greed, attachment, selfishness, and arrogance. Also, when people realize that they are physically and biologically the same, they would

easily understand, tolerate and compassionate among themselves and others. The discrimination against the aging, people with disabilities, and the other race would be diminished. As we see above, through contemplation we see that our body is not clean. It is viewed as a skinned bag containing dirty trash that will soon be disintegrated. Therefore, we must not become attached to it. The nature of our bodies and minds are impure which is neither holy nor beautiful. From psychological and physiological standpoint, human beings are impure. This is not negative or pessimistic. Objectively speaking, if we examine the constituents of our bodies from the hair, blood, pus, excrement, urine, intestines, liver, and stomach, etc., they are dwelling places for many bacteria. Many diseases are awaiting for the opportunity to develop. In fact, our bodies are impure and subject to decay. The body as an abode of mindfulness. Contemplation of the impurity of the body, or to contemplate the body as impure. Mindfulness of the body as impure and utterly filthy (consider the body is impure). This negates the idea of "Purity." Here a monk abides contemplating body as body, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. *Second, meditation and full realization on the evils of sensations:* Contemplate on the evils of sensations, no matter they are painful, joyous, or indifferent sensations. To view all the feelings are painful. There are three kinds of feelings: pleasures, pain and neutral ones; however, according to Buddha's teaching, all feelings are painful because they are impermanent, transient, ungraspable, and therefore, they are unreal, illusive and deceptive. (Quán thọ thị khổ). Furthermore, when you accept something from others, naturally, you have to do something else for them in return. It might cost you more than what you have accepted. However, we can easily refuse material things, but the hardest thing to escape is our own feelings. Feeling is a form of acceptance that most of us could easily be trapped. It is very subtle, but its effect is so destructible. We usually feel whatever conveyed to us by the six senses. For example, hearing someone bad-mouth on us, we feel angry at once. Seeing something profitable, we readily feel greedy. After all, if we don't cultivate, greed and angry are two uncontrollable agents which dominate and overwhelm our daily activities. To contemplate all the feelings are painful will gradually assist us to keep the feelings

under control as well as to purify our mind; and as a result, provide us the joy and peace. We experience good and bad feelings from our five senses. But good feelings never last long; and sooner or later they will disappear. Only bad feelings remain from which we will suffer. Nothing in the universe can exist independently or permanently. All things including bodies of human beings are composed of four elements: earth, water, fire, and air. When there is a harmonious relationship among these four elements, there is peace. When the four elements are not in harmony, there is suffering. Feelings as an abode of mindfulness, or to contemplate all feelings or sensations lead to suffering, or mindfulness of feeling as the cause of suffering. Sensation or consciousness as always resulting in suffering (receiving is self-binding—consider feelings or the senses as a source of suffering). This negates the idea of “Joy.” Here a monk abides contemplating feelings as feelings, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering. According to the Satipatthanasutta, contemplation of feelings or sensations means to be mindful of our feeling, including pleasant, unpleasant and indifferent or neutral. When experiencing a pleasant feeling we should know that it is a pleasant feeling because we are mindful of the feeling. The same with regard to all other feelings. We try to experience each feeling as it really is. Generally, we are depressed when we are experiencing unpleasant feelings and are elated by pleasant feelings. Contemplation of feelings or sensations will help us to experience all feelings with a detached outlook, with equanimity and avoid becoming a slave to sensations. Through the contemplation of feelings, we also learn to realize that there is only a feeling, a sensation. That feeling or sensation itself is not lasting and there is no permanent entity or “self” that feels. According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, the Buddha taught “How, Bhikkhus, does a Bhikkhu abide contemplating feelings as feelings? Here, when feeling a pleasant feeling, a Bhikkhu understands: ‘I feel a pleasant feeling;’ when feeling a painful feeling, he understands: ‘I feel a painful feeling;’ when feeling a neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: ‘I feel a neither-painful-nor-pleasant feeling.’ When feeling a worldly pleasant feeling, he understands: ‘I feel a worldly pleasant feeling;’ when feeling an unworldly pleasant feeling, he understands: ‘I feel an unworldly pleasant feeling;’ when feeling a

worldly painful feeling, he understands: 'I feel a worldly painful feeling;' when feeling an unworldly painful feeling, he understands: 'I feel an unworldly painful feeling;' when feeling a worldly neither-painful-nor pleasant feeling, he understands: 'I feel a worldly neither-painful-nor-pleasant feeling;' when feeling an unworldly neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: 'I feel an unworldly neither-painful-nor-pleasant feeling.' In this way he abides contemplating feelings as feelings internally, or he abides contemplating feelings as feelings externally, or he abides contemplating feelings as feelings both internally and externally. Or else he abides contemplating in feelings their arising factors, or he abides contemplating in feelings their vanishing factors, or he abides contemplating in feelings both their arising and vanishing factors. Or else, mindfulness that 'there is feeling' is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And, he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating feelings as feelings." Cultivation on the Sensations means meditation and full realization on the evils of sensations, no matter they are painful, joyous, or indifferent sensations. We experience good and bad feelings from our five senses. But good feelings never last long; and sooner or later they will disappear. Only bad feelings remain from which we will suffer. Nothing in the universe can exist independently or permanently. All things including bodies of human beings are composed of four elements: earth, water, fire, and air. When there is a harmonious relationship among these four elements, there is peace. When the four elements are not in harmony, there is suffering. Feelings as an abode of mindfulness, or to contemplate all feelings or sensations lead to suffering, or mindfulness of feeling as the cause of suffering. Sensation or consciousness as always resulting in suffering (receiving is self-binding. Consider feelings or the senses as a source of suffering). This negates the idea of "Joy." Here a monk abides contemplating feelings as feelings, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. *Third, meditation and full realization on the evanescence or impermanence of mind and thoughts:* Contemplating the impermanence of the thought or to view the mind is transient or impermanent. Most people think that their mind is not changed; therefore, they attach to

whatever they think. They believe that what they think reflects the truth. Probably some of them would discover that their mind is changing, but they refuse to accept it. Buddhist practitioners should always contemplate their wholesome and unwholesome minds, they are all subject to rising and destroying. They have no real entity. In sitting meditation, one will have the chance to recognize the facts that the mind keeps jumping in a fast speed as pictures on a movie screen. The body, therefore, always feels restless and eager to react on the thinking pulses. That is why people are rarely calm down or experiencing true happiness. Earnest Buddhists should always remember that the mind does not have any “real entity” to itself. It changes from second to second. That’s why the Buddha viewed the mind of an ordinary person is like a swinging monkey, the wind, lightning or a drop of morning dew. This contemplation helps the practitioners see that everything is changed so that the practitioners will have the ability to eliminate attachment to what they think. Impermanence is the key nature of all things. From moment to moment, all things in this universe, including human’s bodies and minds are in constant transformation. Everything passes through a period of birth, maturity, transformation and destruction. Mind as an abode of mindfulness, or mindfulness of the mind as impermanent, or to contemplate the mind as impermanent. Ordinary mind is impermanent, merely one sensation after another (mind is everchanging, consider the mind to be a constant state of flux). This negates the idea of “Permanence.” Here a monk abides contemplating mind as mind, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. However, on *What Mind* do we have to contemplate? According to the Siksasamuccaya Sutra, the Buddha taught: “Cultivator searches all around for this thought. But what thought? Is it the passionate, hateful or confused one? Or is it the past, future, or present one? The past one no longer exists, the future one has not yet arrived, and the present one has no stability. In the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, the Buddha taught: “For thought, Kasyapa, cannot be apprehended, inside, or outside, or in between. For thought is immaterial, invisible, nonresisting, inconceivable, unsupported, and non-residing. Thought has never been seen by any of the Buddhas, nor do they see it, nor will they see it. And

what the Buddhas never see, how can that be observable process, except in the sense that dharmas proceed by the way of mistaken perception? Thought is like a magical illusion; by an imagination of what is actually unreal it takes hold of a manifold variety of rebirths. A thought is like the stream of a river, without any staying power; as soon as it is produced it breaks up and disappears. A thought is like a flame of a lamp, and it proceeds through causes and conditions. A thought is like lightning, it breaks up in a moment and does not stay on... Searching thought all around, cultivator does not see it in the skandhas, or in the elements, or in the sense-fields. Unable to see thought, he seeks to find the trend of thought, and asks himself: "Whence is the genesis of thought?" And it occurs to him that "where is an object, there thought arises." Is then the thought one thing and the object another? No, what is the object just that is the thought. If the object were one thing and the thought another, then there would be a double state of thought. So the object itself is just thought. Can then thought review thought? No, thought cannot review thought. As the blade of a sword cannot cut itself, so can a thought not see itself. Moreover, vexed and pressed hard on all sides, thought proceeds, without any staying power, like a monkey or like the wind. It ranges far, bodiless, easily changing, agitated by the objects of sense, with the six sense-fields for its sphere, connected with one thing after another. The stability of thought, its one-pointedness, its immobility, its undistraughtness, its one-pointed calm, its nondistractedness, that is on the other hand called mindfulness as to thought. In short, the contemplation of mind speaks to us of the importance of following and studying our own mind, of being aware of arising thoughts in our mind, including lust, hatred, and delusion which are the root causes of all wrong doing. In the contemplation of mind, we know through mindfulness both the wholesome and unwholesome states of mind. We see them without attachment or aversion. This will help us understand the real function of our mind. Therefore, those who practice contemplation of mind constantly will be able to learn how to control the mind. Contemplation of mind also helps us realize that the so-called "mind" is only an ever-changing process consisting of changing mental factors and that there is no abiding entity called "ego" or "self." According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, the Buddha taught: "Bhikkhus, does a

Bhikhu abide contemplating mind as mind? Here a Bhikhu understands mind affected by lust as mind affected by lust, and mind unaffected by lust as mind unaffected by lust. He understands mind affected by hate as mind affected by hate, and mind unaffected by hate as mind unaffected by hate. He understands mind affected by delusion as mind affected by delusion, and mind unaffected by delusion as mind unaffected by delusion. He understands contracted mind as contracted mind, and distracted mind as distracted mind. He understands exalted mind as exalted mind, and unexalted mind as unexalted mind. He understands surpassed mind as surpassed mind, and unsurpassed mind as unsurpassed mind. He understands concentrated mind as concentrated mind, and unconcentrated mind as unconcentrated mind. He understands liberated mind as liberated mind, and unliberated mind as unliberated mind. In this way he abides contemplating mind as mind internally, or he abides contemplating mind as mind externally, or he abides contemplating mind as mind both internally and externally. Or else, he abides contemplating in mind its arising factors, or he abides contemplating in mind its vanishing factors, or he abides contemplating in mind both its arising and vanishing factors. Or else mindfulness that 'there is mind' is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating mind as mind." *Fourth, contemplation of mental objects:* "Contemplation of mind-objects" means meditation and full realization on the transiency selflessness of all elements (contemplating that all the dharmas are without their own nature). The contemplation of mental objects or mind contents means to be mindful on all essential dharmas. The contemplation of mental objects is not mere thinking or deliberation, it goes with mindfulness in discerning mind objects as when they arise and cease. For example, when there is a sense desire arising, we immediately know that a sense desire is arising in us; when a sense desire is present, we immediately know that a sense desire is present in us; when a sense desire is ceasing, we immediately know that a sense desire is ceasing. In other words, when there is sense desire in us, or when sense desire is absent, we immediately know or be mindful that there is sense desire or no sense desire in us. We should always be mindful with the same regard to the other hindrances,

as well as the five aggregates of clinging (body or material form, feelings, perception, mental formation, and consciousness). We should also be mindful with the six internal and six external sense-bases. Through the contemplation of mental factors on the six internal and external sense-bases, we know well the eye, the visible form and the fetter that arises dependent on both the eye and the form. We also know well the ear, sounds, and related fetters; the nose, smells and related fetters; the tongue and tastes; the body and tactile objects; the mind and mind objects, and know well the fetter arising dependent on both. We also know the ceasing of the fetter. Similarly, we discern the seven factors of enlightenment, and the Four Noble Truths, and so on. Thus we live mindfully investigating and understanding the mental objects. We live independent, clinging to nothing in the world. Our life is totally free from any attachments. Practitioners must contemplate to see that everything is without-self and has no real nature. Everything in the world, either physical or mental, is dependent upon each other to function or survive. They are not free from one another or free to act on their own will. They do not have a "self." They are not capable of being self-existent. A human body is composed of billions of cells that depend on one another; one cell dies will effect so many other cells. Similarly, a house, a car, a road, a mountain, or a river all are compounded, not being self-existent. Everything, therefore, is a combination of other things. For instance, without nutritious foods, water, and fresh air, this body will certainly be reduced to a skeleton and eventually disintegrated. Thus the Buddha taught: "All existents are selfless, empty, and impermanent." Practitioners who always contemplate 'the dharma is without-self,' they should become more humble and likable. In fact, everything has no real nature, they are only a combination of the four elements, and each element is empty and without a self of itself, thus everything is without a self. Dharmas (real things and phenomena) as an abode of mindfulness, or mindfulness of dharmas as dependent, without self-entity, or to contemplate all things as being dependent, without self-nature or self-identity. All phenomena lack self-nature. There is no such thing as an ego. Things in general as being dependent and without a nature of their own (things are composed and egoless, consider everything in the world as being a consequence of causes and conditions and that nothing

remains unchanged forever). This negates the idea of “Personality.” Here a monk abides contemplating monf-objects as mind-objects, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. According to Majjhima Nikaya and Digha Nikaya, the Buddha taught: “Bhikhus! Whoever should be able to develop these Four Foundations of mindfulness for seven years, one of these two fruits may be expected by him: ‘either Arahantship in this life or the state of Non-returning in the future. Bhikhus! Let alone 7 years. Should anyone be able to develop these Four Foundations of mindfulness for six years, five years, four years, three years, two years, one year... then one of the two above mentioned fruits may also be expected by him. Bhikhus! Let alone one year. Should anyone be able to develop these Four Foundations of mindfulness for seven months, six months... half a month, then one of the two above mentioned fruits may also be expected by him. Bhikhus! Let alone half a month. Should anyone be able to develop these Four Foundations of mindfulness for a week, then one of the two above mentioned fruits may also be expected by him. This is the only way, Bhikhus, for the purification of beings, for the overcoming of sorrow and lamentation, for the destruction of suffering and grief, for winning the right path, for realizing Nirvana, namely, the Four Foundations of mindfulness.” For practitioners who cultivate wisdom, mindfulness means being aware of what is happening in the present moment. It means noticing the flow of things, when walking, to be aware of the movement of the body; in observing the breath, to be aware of the sensations of the in-out or raising-falling; to notice thoughts or feelings as they arise or as they disappear. Mindfulness brings the quality of poise, equilibrium and balance to the mind. Mindfulness also keeps the mind sharply focused, with the attitude of sitting back and watching the passing show of our surroundings. The function of the right effort is to be vigilant and check all unhealthy thoughts, and to cultivate, promote and maintain wholesome and pure thoughts arising in a man’s mind. Right Mindfulness is one of the three trainings in meditation (two others are Right Effort and Right Concentration). Mindfulness is awareness or attention, and as such it means avoiding a distracted or cloudly state of mind. In the practice of the Dharma, right mindfulness plays as a kind of rein upon our minds for our minds are never concentrated or still.

The Buddha taught: “The practice of mindfulness means mindfulness of the body, mindfulness of feelings, mindfulness of consciousness, and mindfulness of objects of the mind.” In short, right mindfulness means to watch our body and mind and to know what we are doing at all times. Right Mindfulness is an important mental factor that enables us to remember and keep our attention on what is beneficial. Right Mindfulness plays an important role in meditation, i.e., Right mindfulness can help us clear the flurry of thoughts from our minds, and eventually, we’ll be able to concentrate single-pointedly on our breath. Right mindfulness is the application or arousing of attention in the body, feeling, mind and mental objects. Activities of the body: Be attentive to the activities of the body with the practice of concentration on breathing. Feelings or sensations: Be aware of all forms of feelings and sensations, pleasant, unpleasant, and neutral, by contemplating their appearance and disappearance within oneself. The activities of the mind: Be aware whether one’s mind is lustful, hatred, deluded, distracted or concentrated. Mental objects: Contemplate the impermanence of all things from arise, stay, change and decay to eliminate attachment.

Meanwhile, concentration here refers to dhyana, meditation, trance, or training the mind. In Buddhism, there is no so-called cultivation without concentration, or training the mind. Meditation is the exercise to train oneself in tranquilization. Meditation (training the mind) calms mental disturbance. Meditation and wisdom, two of the six paramitas; likened to the two hands, the left meditation, the right wisdom. Sincere Buddhists should always be firm in the method of cultivation, not to change the method day after day. Some undetermined Buddhists practice meditation today, but tomorrow they hear that reciting the Buddha’s name will easily be reborn in the Pure Land with a lot of relics and have a lot of merit and virtue, so they give up meditation and start reciting the Buddha’s name. Not long after that they hear the merit and virtue of reciting mantras is supreme, so they stop reciting the Buddha’s name and start reciting mantras instead. Such people will keep changing from one Dharma-door to another Dharma-door, so they end up achieving nothing. Sincere Buddhists should always remember that “Power of Concentration” is extremely important in our cultivation. If we have no Power of Concentration, we

will surely have no success in our cultivation. Furthermore, if we do not have sufficient power of concentration, we will surely lack a firm resolve in the Way, external temptations can easily influence us and cause us to fall. Right concentration is the intensified steadiness of the mind comparable to the unflickering flame of a lamp in a windless place. It is concentration that fixes the mind right and causes it to be unmoved and undisturbed. The correct practice of “samadhi” maintains the mind and the mental properties in a state of balance. Many are the mental impediments that confront a practitioner, a meditator, but with support of Right Effort and Right Mindfulness the fully concentrated mind is capable of dispelling the impediments, the passions that disturb man. The perfect concentrated mind is not distracted by sense objects, for it sees things as they are, in their proper perspective. Correct Concentration means detached from sensual objects, detached from unwholesome things, and enters into the first, second, third and fourth absorption. Right concentration means a strong concentration of our thoughts on a certain subject in order to set it clearly, consistent with Buddhist doctrine and for the benefit of others and ourselves. Right meditation means to keep the mind steady and calm in order to see clearly the true nature of things. This type of mental practice can make us become more understanding and a happier person. “Correct concentration” requires the previous steps. Unless one has a concentrated mind that can fix itself calmly and one-pointedly on a single object without being distracted by laxity or excitement, one cannot properly enter into meditation, which requires intense concentration. In short, right concentration means to learn to concentrate in cultivation so that we do not cause sufferings and afflictions for people and for self. On the contrary, it would bring us and other people peace, mindfulness and happiness. Right Concentration is one of the three trainings in Samadhi (two other trainings are Right Effort and Right Mindfulness). Right concentration means to concentrate the mind single-pointedly on an object. Our concentration or single-pointedness slowly improves through effort and mindfulness, until we attain calm abiding. Right Concentration may also help us progress to deeper states of concentration, the actual meditative stabilizations (form and formless realms). At the moment, the practitioner has the balanced state or concentration of thought. In

Mahayana Buddhism, samadhi designates equilibrium, tranquility, and collectedness of mind. It also designates a completely wakeful total absorption of the mind in itself. It is a nondualistic state of mind in which there is no distinction between subject and object, either inner or outer. There is no mind of the meditator (subject) that is directed toward an object of meditation or concentrated on a point (so-called one-pointedness of mind). In Zen, the subject and object are one. In Buddhism, right concentration means the mind fixed and undisturbed. Composing the mind, intent contemplation, perfect absorption, union of the meditator with the object of meditation. In Zen it implies not merely equilibrium, tranquility, and one-pointedness, but a state of intense yet effortless concentration, of complete absorption of the mind in itself, of heightened and expanded awareness. Samadhi and Bodhi are identical from the view of the enlightened Bodhi-mind. Seen from the developing stages leading to enlightenment-awakening; however, samadhi and enlightenment are different. Right concentration means to concentrate the mind single-pointedly on an object. Samadhi also means one-pointedness of mind which is obtained from the practices of meditation or the combination of meditation (Dhyana) and Prajna (Transcendental wisdom). The state of mental concentration resulting from the practice of meditation and contemplation on Reality (the state of even-mindedness). Samadhi is the key tool that leads to enlightenment. Samadhi is a non-dualistic state of consciousness in which the consciousness of the experiencing "subject" becomes one with the experienced "object." Samadhi is neither a straining concentration on one point, nor the mind is directed from here (subject) to there (object), which would be dualistic mode of experience. To enter samadhi means to attain the state of absorption of dhyana. The development of concentrative calmness itself is never an end of the deliverance. It is only a means to something more sublime which is of vital importance, namely insight (vipassana). In other words, a means to the gaining of Right Understanding, the first factor of the Eightfold Noble Path. Though only a means to an end, it plays an important role in the Eightfold Noble Path. It is also known as the purity of mind (citta-visuddhi), which is brought about by stilling the hindrances. A person who is oppressed with painful feeling can not expect the purity of mind, nor concentrative calm. It is to say that so long as a man's

body or mind is afflicted with pain, no concentrative calm can be achieved. According to the Samyutta Nikaya, the Buddha taught: “The mind of him who suffers is not concentrated.” As above mentioned, in Buddhism, correct concentration means to concentrate in detaching from sensual objects, detaching from unwholesome things, and entering into the first, second, third and fourth absorption. Right concentration means a strong concentration of our thoughts on a certain subject in order to set it clearly, consistent with Buddhist doctrine and for the benefit of others and ourselves. Right meditation means to keep the mind steady and calm in order to see clearly the true nature of things. This type of mental practice can make us become more understanding and a happier person. “Correct concentration” requires the previous steps. Unless one has a concentrated mind that can fix itself calmly and one-pointedly on a single object without being distracted by laxity or excitement, one cannot properly enter into meditation, which requires intense concentration. Right concentration is one of the three aims of meditation. This is the power or strength that arises when the mind has been unified and brought to one-pointedness in meditation concentration. One who has developed the power of concentration is no longer a slave to his passions, he is always in command of both himself and the circumstances of his life, he is able to move with perfect freedom and equanimity. His mind becomes like clear and still water. In our meditation, we think that noises, cars, voices, sights, and so forth, are distractions that come and bother us when we want to be quiet. But who is bothering whom? Actually, we are the ones who go and bother them. The car, the sound, the noise, the sight, and so forth, are just following their own nature. We bother things through some false idea that they are outside of us and cling to the ideal of remaining quiet, undisturbed. We should learn to see that it is not things that bother us that we go out to bother them. We should see the world as a mirror. It is all a reflection of mind. When we know this, we can grow in every moment, and every experience reveals truth and brings understanding. Normally, the untrained mind is full of worries and anxieties, so when a bit of tranquility arises from practicing meditation, we easily become attached to it, mistaking states of tranquility for the end of meditation. Sometimes we may even think we have put an end to lust or greed or hatred, only to be overwhelmed by them later on. Actually, it is worse

to be caught in calmness than to be stuck in agitation, because at least we will want to escape from agitation, whereas we are content to remain in calmness and not go any further. Thus, when extraordinarily blissful, clear states arise from insight meditation practice, do not cling to them. Although this tranquility has a sweet taste, it too, must be seen as impermanent, unsatisfactory, and empty. Practicing meditation without thought of attaining absorption or any special state. Just know whether the mind is calm or not and, if so, whether a little or a lot. In this way it will develop on its own. Concentration must be firmly established for wisdom to arise. To concentrate the mind is like turning on the switch, there is no light, but we should not waste our time playing with the switch. Likewise, concentration is the empty bowl and wisdom is the food that fills it and makes the meal. Do not be attached to the object of meditation such as a mantra. Know its purpose. If we succeed in concentrating our mind using the Buddha Recitation, let the Buddha recitation go, but it is a mistake to think that Buddha recitation is the end of our cultivation. By Dhyana or quiet meditation. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, virtue aids the cultivation of concentration. The first three factors of the Noble Eightfold Path, right effort, right mindfulness and right concentration, form the concentration group. This called training in concentration or samadhi-sikkha. Progressing in virtue the meditator practices mental culture, Seated in cloister cell, or at the foot of a tree, or in the open sky, or in some other suitable place, he fixes his mind on a subject of meditation and by unceasing effort washes out the impurities of his mind and gradually gains mental absorption by abandoning the five hindrances. Dhyana means meditation, not in the sense of meditating on a moral maxim or a philosophical saying, but the disciplining of oneself in tranquillization. In other words, Dhyana (meditation, contemplation, quiet thoughts, abstraction, or serenity) means the path of concentration of mind to stop the scattered mind. Meditation Paramita is used to destroy chaos and drowsiness. Dhyana is retaining one's tranquil state of mind in any circumstance, unfavorable as well as favorable, and not being at all disturbed or frustrated even when adverse situations present themselves one after another. This requires a great deal of training. We practice meditation because we want to concentrate our mind until there are no more idle

thoughts, so that our wisdom can manifest. The attainment of perfection in the mystic trance, crossing the shore of birth and death. This is the fifth of the six paramitas. “Dhyana” in Sanskrit and “Zenjo” in Japanese. “Zen” means “a quiet mind” or “an unbending spirit,” and “jo” indicates the state of having a calm, unagitated mind. It is important for us not only to devote ourselves to the practice of the Buddha’s teachings but also to view things thoroughly with a calm mind and to think them over well. Then we can see the true aspect of all things and discover the right way to cope with them. According to the Lotus Sutra, Chapter XV “Emerging from the Earth”, the Buddha taught: “The Dhyana-paramita which Bodhisattvas attained not only in one kalpa but numerous. These Bodhisattvas have already for immeasurable thousands, ten thousands, millions of kalpas applied themselves diligently and earnestly for the sake of the Buddha way. They have acquired great transcendental powers, have over a long period carried out brahma practices, and have been able to step by step to practice various good doctrines, becoming skilled in questions and answers, something seldom known in the world.” The Sixth Patriarch Hui Neng instructed the assembly: “Good Knowing Advisors, this Dharma-door of mine has concentration and wisdom as its foundation. Great assembly, do not be confused and say that concentration and wisdom are different. Concentration and wisdom are one substance, not two. Concentration is the substance of wisdom, and wisdom is the function of concentration. Where there is wisdom, concentration is in the wisdom. Where there is concentration, wisdom is in the concentration. If you understand this principle, you understand the balanced study of concentration and wisdom. Students of the Way, do not say that first there is concentration, which produces wisdom, or that first there is wisdom, which produces concentration: do not say that the two are different. To hold this view implies a duality of dharma. If your speech is good, but your mind is not, then concentration and wisdom are useless because they are not equal. If mind and speech are both good, the inner and outer are alike, and concentration and wisdom are equal. Self-enlightenment, cultivation, and practice are not a matter for debate. If you debate which comes first, then you are similar to a confused man who does not cut off ideas of victory and defeat, but magnifies the notion of self and dharmas, and does not disassociate himself from the four makrs. The Patriarch added: “Good Knowing Advisors, what are concentration and wisdom like? They are like a lamp and its light. With the lamp, there is light. Without the lamp, there is darkness. The lamp is the substance of the light and the light is the function of the lamp. Although there are two names, there is one fundamental substance. The dharma of concentration and wisdom is also thus.”

Chương Hai Mươi Chín
Chapter Twenty-Nine

Sự Cần Thiết Của Thiền Quán
Trong Tu Tập Trí Tuệ

Tổng Quan Về Việc Tu Tập trí Tuệ Bằng Pháp Môn Thiền Định:
Định lực của Thiền giả là bất khả tư nghì trong việc phát triển trí tuệ. Thiền na dịch là “tư duy.” Tư duy trong cõi sắc giới thì gọi là thiền. Thiền theo tiếng Phạn là Dhyana. Định theo tiếng Phạn là Samadhi. Định bao trùm toàn bộ bối cảnh của Thiền, để tâm chuyên chú vào một đối tượng mà đạt tới trạng thái tịch tĩnh không tán loạn. Thiền là một yếu tố của Định; tuy nhiên, cả hai từ được dùng gần như lẫn lộn với nhau. Thiền là thuật ngữ Trung Hoa, do từ tiếng Phạn “Dhyana” mà ra. Thiền Na chỉ sự tập trung tinh thần và sự tĩnh tâm, trong đó mọi sự phân biệt nhị nguyên đều biến mất. Tĩnh lực là làm vắng lặng dòng suy tưởng. Thiền Na là Ba La Mật thứ năm trong lục độ Ba La Mật (thực tập thiền na để được trí huệ Bát Nhã), trong đó tất cả mọi biện biệt giữa chủ thể và đối tượng, giữa thật và giả, đều bị xóa bỏ. Ch’an là chữ tương đương gần nhất của Hoa ngữ cho chữ “Dhyana” trong Phạn ngữ, có nghĩa là tĩnh lực. Tĩnh lực hay định chỉ các tư tưởng khác, chỉ chuyên chú suy nghĩ vào một cảnh. Thiền là một trường phái phát triển tại Đông Á, nhấn mạnh đến vô niệm, hiểu thẳng thực chất của vạn hữu. Chữ Thiền được dịch từ Phạn ngữ “Dhyana”. Dhyana dùng để chỉ một trạng thái tĩnh lực đạt được bởi buông bỏ. Thiền dùng để làm lắng dịu và loại bỏ luyến ái, hận thù, ganh ghét và si mê trong tâm chúng ta hầu đạt được trí tuệ siêu việt có thể dẫn tới đại giác. Thực tập thiền có thể dẫn đến định. Theo dấu tích ngược về thời một vị sư Ấn Độ tên là Bồ Đề Đạt Ma, người đã du hành sang Trung quốc vào đầu thế kỷ thứ sáu. Người ta tin rằng ông là vị tổ thứ 28 của dòng Thiền ở Ấn Độ và là vị tổ đầu tiên của dòng Thiền ở Trung Quốc. Trường phái này nhấn mạnh đến “thiền,” và một vài trường phái còn dùng những lời nói bí ẩn (công án) nhằm đánh bại lối suy nghĩ bằng nhận thức hay quan niệm, và hỗ trợ thực chứng chân lý. Khi nhìn lại nguồn gốc của Thiền, chúng ta thấy rằng người sáng lập thật sự của Thiền không ai khác hơn là Đức Phật. Qua quán tưởng nội tại mà Đức Phật đạt được

chánh đẳng chánh giác và do đó trở thành bậc Giác Giả, vị Chúa của Trí Tuệ và Từ Bi. Trong đạo Phật có nhiều phương pháp tu tập và thiền định là một trong phương pháp chính và quan trọng nhất để đạt được trí huệ. Theo lịch sử Phật giáo thì Đức Thích Tôn Từ Phụ của chúng ta đã đạt được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác sau nhiều ngày tháng tọa thiền dưới cội Bồ Đề. Hơn 25 thế kỷ về trước chính Đức Phật đã dạy rằng thực tập thiền là quay trở lại với chính mình hầu tìm ra chân tánh của mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, hay bắc hay nam; chúng ta nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ ở trong đó thôi là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Mãi đến ngày nay, chúng ta vẫn còn kính thờ Ngài qua hình ảnh tọa thiền lẳng sâu trong chánh định của Ngài. Thiền tông được truy nguyên từ thời Đức Phật lẳng lẽ đưa lên một cánh sen vàng. Lúc ấy hội chúng cảm thấy bối rối, duy chỉ có Ngài Đại Ca Diếp hiểu được và mỉm cười. Câu chuyện này ngầm nói lên rằng yếu chỉ của Chánh Pháp vượt ngoài ngôn ngữ văn tự. Trong nhà Thiền, yếu chỉ này được người thầy truyền cho đệ tử trong giây phút xuất thần, xuyên phá bức tường tri kiến hạn hẹp thông thường của con người. Yếu chỉ mà Ngài Đại Ca Diếp nhận hiểu đã được truyền thừa qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma. Tổ Bồ Đề Đạt Ma là một thiền sư Ấn Độ có chí hướng phụng hành theo kinh Lăng Già, một bản kinh của tông Du Già. Ngài du hóa sang Trung Quốc vào năm 470 và bắt đầu truyền dạy Thiền tại đây. Sau đó Thiền tông lan tỏa sang Triều Tiên và Việt Nam. Đến thế kỷ thứ 12 Thiền tông phổ biến mạnh mẽ và rộng rãi ở Nhật Bản. Thiền theo tiếng Nhật là Zen, tiếng Trung Hoa là Ch'an, tiếng Việt là "Thiền", và tiếng Sanskrit là "Dhyana" có nghĩa là nhất tâm tĩnh lự. Có nhiều dòng Thiền khác nhau tại Trung Hoa, Nhật Bản và Việt Nam, mỗi truyền thống đều có lịch sử và phương thức tu tập của riêng mình, nhưng tất cả đều cho rằng mình thuộc dòng thiền bắt đầu từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Thiền sư cho rằng Đức Phật đã truyền lại tính túy của tâm giác ngộ của Ngài cho đệ tử là Ca Diếp, rồi tới phiên Ca Diếp lại truyền thừa cho người kế thừa. Tiến trình này tiếp tục qua 28 vị tổ Ấn Độ cho đến tổ Bồ Đề Đạt Ma, người đã mang Thiền truyền thừa vào Trung Hoa. Tất cả những vị đạo sư Ấn Độ và Trung Hoa thời trước đều là những vị Thiền sư. Thiền là một trong những pháp môn mà Đức Phật truyền giảng song song với giới luật, bố thí, nhẫn nhục

và trí tuệ. Một số hành giả muốn lập pháp môn Thiền làm cốt lõi cho việc tu tập nên Thiền tông dần dần được thành hình. Nguyên lý căn bản của Thiền tông là tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, tức là hạt giống Phật mà mỗi người tự có sẵn. Nguyên lý này được một số Thiền sư trình bày qua câu “Tất cả chúng sanh đều đã là Phật”, nhưng chỉ vì những tâm thái nhiễu loạn và những chướng ngại pháp đang còn che mờ tâm thức mà thôi. Như vậy công việc của thiền giả chỉ là nhận ra tánh Phật và để cho tánh Phật ấy phát hào quang xuyên vượt qua những chướng ngại pháp. Vì tiền đề cơ bản để chứng đạt quả vị Phật, tức là chủng tử Phật đã nằm sẵn trong mỗi người rồi nên Thiền tông nhấn mạnh đến việc thành Phật ngay trong kiếp này. Các vị Thiền sư tuy không phủ nhận giáo lý tái sanh hay giáo lý nghiệp báo, nhưng không giảng giải nhiều về những giáo lý này. Theo Thiền tông, người ta không cần phải xa lánh thế gian này để tìm kiếm Niết Bàn ở một nơi nào khác, vì tất cả chúng sanh đều có sẵn Phật tánh. Hơn nữa, khi người ta chứng ngộ được tánh không thì người ta thấy rằng sinh tử và Niết Bàn không khác nhau. Thiền tông nhận thức sâu sắc những giới hạn của ngôn ngữ và tin chắc rằng công phu tu tập có chiều hướng vượt qua phạm vi diễn đạt của ngôn ngữ. Hành thiền là quay trở lại trong mình hầu tìm ra chân tính của chính mình. Chúng ta không nhìn lên, không nhìn xuống, không nhìn sang đông hay sang tây, sang bắc hay sang nam; mà là nhìn lại chính chúng ta, vì chính ở trong chúng ta và chỉ trong đó thôi mới là trung tâm xoay chuyển của cả vũ trụ. Vì vậy Thiền tông đặc biệt nhấn mạnh đến việc thực nghiệm và không đặt trọng tâm vào việc hiểu biết suông. Do đó nên với người tu Thiền thì điều quan trọng trước tiên là phải gắn bó với một vị Thiền sư có nhiều kinh nghiệm. Bổn phận của vị Thiền sư là đưa thiền sinh đi ngược trở lại cái thực tại hiện tiền bất cứ khi nào tâm tư của thiền sinh còn dong ruổi với những khái niệm có sẵn. Hiểu theo nghĩa này, Thiền là một tôn giáo mang học thuyết và các phương pháp nhằm mục đích đưa tới chỗ nhìn thấy được bản tính riêng của chúng ta, và tới giác ngộ hoàn toàn, như Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã trải qua dưới cội Bồ Đề sau một thời kỳ thiền định mãnh liệt. Hơn bất cứ một phái Phật giáo nào, Thiền đặt lên hàng đầu sự thể nghiệm đại giác và nhấn mạnh tới tính vô ích của các nghi lễ tôn giáo. Con đường ngắn hơn nhưng gay go trong tu hành là “tọa thiền.” Những đặc trưng của Thiền có thể tóm tắt bằng bốn nguyên lý sau đây: Giáo ngoại biệt truyền; bất lập văn tự;

trực chỉ nhân tâm; kiến tánh thành Phật. Theo quan điểm bí truyền: Thiền không phải là một tôn giáo, mà là một nguồn gốc không thể xác định được và không thể truyền thụ được. Người ta chỉ có thể tự mình thể nghiệm. Thiền không mang một cái tên nào, không có một từ nào, không có một khái niệm nào, nó là nguồn của tất cả các tôn giáo, và các tôn giáo chỉ là những hình thức biểu hiện của cùng một sự thể nghiệm giống nhau. Theo nghĩa này, Thiền không liên hệ với một truyền thống tôn giáo riêng biệt nào, kể cả Phật giáo. Thiền là “sự hoàn thiện nguyên lai” của mọi sự vật và mọi thực thể, giống với sự thể nghiệm của tất cả các Đại Thánh, các nhà hiền triết và các nhà tiên tri thuộc tất cả mọi tôn giáo, dù có dùng những tên gọi khác nhau đến mấy để chỉ sự thể nghiệm ấy. Trong Phật giáo, người ta gọi nó là “sự đồng nhất của Sanh tử và Niết bàn.” Thiền không phải là một phương pháp cho phép đi đến sự giải thoát đối với một người sống trong vô minh, mà là biểu hiện trực tiếp, là sự cập nhật hóa sự hoàn thiện vốn có trong từng người ở bất cứ lúc nào. Theo quan điểm công truyền: Thiền là một phái của Phật giáo Đại Thừa, phát triển ở các thế kỷ thứ sáu và thứ bảy, nhờ sự hòa trộn Phật giáo Thiền do tổ Bồ Đề Đạt Ma du nhập vào Trung Quốc và Đạo giáo. Tuy nhiên, theo các truyền thống Phật giáo, có năm loại Thiền khác nhau: Ngoại đạo Thiền, Phạm phu Thiền, Tiểu Thừa Thiền, Đại Thừa Thiền, và Tối thượng thừa Thiền. Thiền ngoại đạo gồm nhiều loại khác nhau. Chẳng hạn như Thiền Cơ Đốc giáo, thiền thiên liêng và thiền siêu việt, vân vân. Phạm phu thiền là sự tập trung tinh thần đến chỗ sâu xa, vận động thể dục thể thao, trà đạo thiền, và những nghi thức khác. Tiểu thừa thiền là quán tâm vô thường, quán thân bất tịnh và quán pháp vô ngã. Thiền Đại thừa là a) quán pháp sanh diệt là tự tánh của chư pháp; b) quán sự thật về cái gì thuộc về hình tướng bên ngoài đều hư dối không thật; c) quán sự hiện hữu, không và trung đạo; d) quán thật tướng của mọi hiện tượng; e) quán sự thâm nhập hố tương qua lại của mọi hiện tượng; f) quán mọi hiện tượng tự chúng là tuyệt đối. Tất cả sáu pháp quán này tương đương với lời Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm: “Nếu bạn muốn biết rõ tất cả chư Phật ba đời quá khứ, hiện tại và vị lai, thì bạn nên quán tánh của pháp giới là tất cả chỉ do tâm tạo mà thôi.” Tối thượng thừa Thiền được chia ra làm ba loại: Nghĩa Lý Thiền, Như Lai Thiền và Tổ Sư Thiền. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Tu Du-già thì trí phát, bỏ Du-già thì tuệ tiêu. Biết rõ hay lẽ này thế

nào là đắc thất, rồi nỗ lực thực hành, sẽ tăng trưởng thêm trí tuệ (282). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (362). Này các Tỳ Kheo, hãy mau tu thiền định! Chớ buông lung, chớ mê hoặc theo dục ái. Đừng đợi đến khi nuốt hờn sắt nóng, mới ăn năn than thở (371). Ai nhập vào thiền định, an trụ chỗ ly trần, sự tu hành viên mãn, phiền não lậu dứt sạch, chứng cảnh giới tối cao, Ta gọi họ là Bà-la-môn (386).”

Thiền Ba La Mật có nghĩa là chỉ tập trung vào một cảnh. Trong Phật giáo, thiền chiếm một vị trí tối quan trọng, vì chính nhờ thực hành thiền mà chúng ta đạt được sự an ổn và giác ngộ. Những mô tả về thiền được ghi chép trong các kinh Phật cổ xưa không nhiều thì ít đều y cứ vào những phương pháp mà Đức Phật đã sử dụng để chứng đạt sự giác ngộ và Niết Bàn của Ngài, cũng như dựa vào kinh nghiệm riêng của Ngài về sự phát triển tinh thần. Thiền định Ba La Mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đạt đến định tĩnh cũng như những nội lực thâm diệu, và cũng nhờ đó mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh có tâm trí tán loạn. Khi ánh sáng trí tuệ lóe lên, chúng ta gọi đó là tức thì giác ngộ. Pháp môn này thường liên hệ đến tông Hoa Nghiêm hay Thiền tông (đốn giáo không dùng ngôn ngữ văn tự). Lý thuyết giác ngộ bất thân do Thiền Nam Tông chủ trương, ngược lại với Thiền Bắc Tông hay phái đại giác tuần tự của Tiểu Thừa. Trường phái này do Lục tổ Huệ Năng, tổ thứ sáu của dòng Thiền trung Hoa chủ xướng. Đốn ngộ dành cho những bậc thượng căn thượng trí. Khi cuối cùng hành giả phá vỡ được bức tường nhận thức và hốt nhiên thâm nhập được vào ý nghĩa của thực tại. Trạng thái bùng vỡ đột ngột này được gọi là “Ngộ”. Ngộ là một kinh nghiệm trực giác thâm sâu chứ không phải là cứu cánh của tự thân, nhưng nó chỉ nhằm giúp hành giả tiếp tục công phu tu tập. Sau khi ngộ, hành giả vẫn cần phải tiếp tục làm hiển lộ Phật tánh của bản thân. Mặc dù Thiền tông nói về “đốn ngộ” nhưng hình như hành giả cũng phải thành tựu những đạo quả một cách từ từ. Hốt nhiên đây là sự sụp đổ của bức tường cản trở cuối cùng để hành giả kinh qua một tuệ giác mới nguyên. Thiền phái được truyền từ Tổ Bồ Đề Đạt Ma. Theo Thiền sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập I, sự phân hóa dưới thời Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn thành hai tông phái của Huệ Năng và Thần Tú giúp cơ duyên cho Thiền phát triển thuần túy hơn bằng cách tước bỏ những

yếu tố không cần thiết, hoặc nói đúng hơn, những yếu tố không tiêu hóa được. Rốt cùng phái Thiền Đốn ngộ của Huệ Năng tồn tại vượt qua Thần Tú, chứng tỏ Thiền Đốn Ngộ ứng hợp một cách tuyệt hảo nhất với nếp tâm lý và cảm nghĩ của người Trung Hoa. Thiền đốn ngộ có bốn đặc tính đặc thù: Bất lập văn tự; giáo ngoại biệt truyền; trực chỉ nhân tâm; kiến tánh thành Phật.

Sự Cần Thiết Của Thiền Quán Trong Tu Tập Trí Tuệ: Theo đạo Phật, ngoài mục tiêu tối thượng là giải thoát, đạo này còn giúp cho hành giả có được cuộc sống an lạc và hạnh phúc. Để đạt được những mục tiêu này, con đường duy nhất có thể đạt được phải do trí tuệ. Dầu rằng trau dồi đức hạnh và tuân giữ giới luật cũng rất cần thiết, nhưng muốn đạt được trí tuệ, hành giả không có con đường nào khác hơn là phải thanh lọc tâm ý qua thiền định. Thật vậy, thiền định một mặt giúp ta giữ giới, mặt khác nó giúp chuẩn bị cho tâm trí của chúng ta nhìn đúng sự vật và đạt đến trí huệ dẫn đến giải thoát. Trong thời Đức Phật còn tại thế, Ngài đã thường nhắc nhở chúng đệ tử rằng tâm thức là nguồn gốc của tất cả đức hạnh, tất cả những đức tính. Như vậy, muốn đạt được những đức hạnh này, chúng ta chỉ cần rèn luyện tâm ý, vì tâm ý là chìa khóa thay đổi bản chất kinh nghiệm của chúng ta. Chính vì vậy mà đạo Phật luôn tập trung vào tâm thức như chìa khóa để đạt đến sự chuyển biến về cách con người kinh nghiệm cuộc sống và cách con người liên hệ với người khác. Đức Phật đã vạch ra: “Đã từ lâu, tâm của con người bị tham, sân, si làm ô nhiễm. Những bợn nhơ tinh thần làm cho chúng sanh bất tịnh; gội rửa thì tâm được thanh sạch.” Lối sống của người Phật tử là một tiến trình tích cực thanh lọc thân, khẩu, ý. Đó là tự trau dồi, tự phát triển và tự thanh lọc, để đi đến kết quả là tự mình chứng ngộ. Điều nhấn mạnh ở đây là kết quả thực tiễn chứ không phải là sự tranh luận triết học hay lý luận trừu tượng. Do đó nhu cầu thực hành mỗi ngày một ít thiền định là cần thiết. Nó cũng giống như con gà mái ấp trứng, chứ không như con sóc chạy loanh quanh lẫn quần trong cái lồng.

Như trên đã nói, thiền quán là một tiến trình trọn đời. Cá bơi lội trong nước, nhưng chúng không biết chúng đang bơi trong nước. Từng phút, từng lúc chúng ta hít thở không khí, nhưng chúng ta không ý thức điều này. Chúng ta chỉ ý thức được không khí khi chúng ta không có nó. Tương tự như vậy, chúng ta luôn nghe âm thanh của tiếng thác nước, gió thổi, mưa rơi, chim hót. Tất cả những thứ này là những bài

thuyết pháp tuyệt vời và sống động. Chúng chính là âm thanh của đức Như Lai đang giảng pháp cho chúng ta. Chúng ta nghe nhiều bài thuyết giảng mọi lúc, nhưng chúng ta làm ngơ như điếc. Nếu chúng ta thật sự đang sống trong tỉnh thức, bất cứ lúc nào chúng ta nghe, thấy, ngửi, nếm, xúc chạm, chúng ta sẽ nhận biết và nói với chính chúng ta “À, đây là một bài giảng tuyệt vời!” Vào lúc đó, chúng ta sẽ thấy rằng không có kinh sách nào dạy chúng ta hay hơn cái kinh nghiệm với thiên nhiên mà chúng ta đang sống trong đó. Cũng như chúng ta phải thở và phải ăn mỗi ngày. Cả hai thứ thở và ăn đều quan trọng cho đời sống, thì thiền quán cũng thế, vì thiền quán khiến cho đời sống của chúng ta được thăng bằng, cũng như giúp chúng ta hiểu được chính mình và bản chất cuộc đời. Nó cung cấp một nền móng vững chắc cho sự dung hòa giữa mình và người, cũng như giữa mình và vũ trụ. Như vậy thiền quán không phải là vấn đề từng ngày, từng tuần, từng tháng hay từng năm, mà là trọn đời. Nếu chúng ta quyết tâm tu tập một cách mạnh mẽ, thì chắc chắn chúng ta sẽ đạt được mục đích tối thượng của mình là thành Phật, thành tựu trí tuệ viên mãn và vô lượng từ bi. *Có ba thứ cần thiết tối thiểu cho việc tu tập Thiền Quán: Thứ nhất là Sự Cần Thiết của Kinh Điển: Có người nói rằng lời nói không cần thiết, nhưng trên thực tế lời nói lại rất cần thiết, vì nếu không có lời nói thì không ai có thể truyền đạt phương pháp tu tập cho người khác. Nếu chúng ta bị trói buộc bởi lời nói thì chúng ta không thể nào quay về với tự tánh được. Nếu chúng ta không bị lời nói trói buộc, không sớm thì muộn chúng ta sẽ được tỏ ngộ. Trong nhà Thiền, không có luật lệ nào cấm cản hành giả đọc sách hay kinh điển; tuy nhiên, bạn nên đọc với một cái tâm buông bỏ mọi suy nghĩ. Nếu bạn đọc với cái tâm buông bỏ mọi suy nghĩ thì các sách về thiền, kinh Phật và ngay cả kinh Thánh đều là chân lý cả. Tuy nhiên, hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng kinh điển chỉ dạy lời Phật dạy, chứ không phải là tâm Phật. Dù chúng ta có quán triệt bao nhiêu kinh điển, chúng ta vẫn không đạt được sự hiểu biết đúng đắn. Mục đích của tham thiền là để làm tan chảy khối vọng tưởng này. Cuối cùng còn lại chân ngã. Chúng ta thể nhập vào cảnh giới của vô ngã. Và nếu chúng ta không dừng lại ở đó, nếu chúng ta không nghĩ tưởng hay chấp trước về cảnh giới này, chúng ta sẽ tiếp tục trong sự tu tập của mình đến khi chúng ta thể nhập thành một với Tuyệt đối. Thứ nhì là Sự Cần Thiết của một vị Thầy Giới: Mỗi khi chúng ta học bất cứ thứ gì, điều quan trọng là chúng ta phải tìm một*

ông thầy giỏi khi chúng ta muốn tu tập thiền quán. Nhờ những lời khuyên bảo của vị thầy mà chúng ta có thể đạt được kết quả nhanh và đi đúng đường. Chúng ta cần một vị thầy có đủ tư cách để chỉ dẫn cho mình, vì vị thầy sẽ giúp mình điều chỉnh sai lầm và hướng dẫn mình mỗi khi gặp trở ngại trong lúc hành thiền. Chỉ có vị thầy mới có thể biết được mức độ tiến bộ của mình để điều chỉnh và hướng dẫn trong những lúc cần thiết. Nếu chúng ta không tìm ra được một vị thầy, chúng ta có thể nhờ vào sách vở, nhưng không cuốn sách nào có thể hoàn toàn thay thế vị trí của ông thầy được. Chúng ta có thể đạt được một số tiến bộ khi đọc kỹ lời chỉ dẫn và thực hành đúng theo những điều ấy, nhưng chúng ta cần phải thường xuyên trao đổi ý kiến và thảo luận với thầy mới có thể đạt được kết quả tốt được. *Thứ ba là Sự Cần Thiết của Các Khóa Thiền Tập*: Khóa thiền tập cho chúng ta cơ hội thực tập thiền quán sâu hơn nhờ sự hỗ trợ của hoàn cảnh chung quanh. Mọi việc mình làm trong khóa thiền đều là đề mục hành thiền cả. Ngày tu tập thiền quán trong khóa thiền sẽ là thực tập liên tục giữa tọa thiền và đi kinh hành; đến đêm thì có các buổi thuyết giảng hay các buổi tham vấn với một vị thầy. Mọi hoạt động trong khóa thiền sẽ khiến sự thực tập liên tục tiến triển tốt đẹp. Sự im lặng tuyệt đối được tuân giữ trong suốt khóa thiền. Khóa thiền có thể kéo dài một ngày, một cuối tuần, một tuần, hay lâu hơn. Sự thực tập liên tục trong khóa thiền giúp cho tâm an trụ và tĩnh lặng. Vì sự trụ tâm rất cần thiết cho việc phát sanh trí huệ, nên khóa thiền là cơ hội tốt có thể giúp chúng ta thấy được thực tướng của chư pháp.

The Necessity of Meditation in the Cultivation of the Wisdom

An Overview of the Cultivation of Wisdom With Methods of Meditation: The concentration power of a zen practitioner is inconceivable in development of wisdom. Meditation in the visible or known is called Dhyana. Dhyana is Meditation (Zen), probably a transliteration. Meditation is an element of Concentration; however, the two words (dhyana and samadhi) are loosely used. Ch'an-na is a Chinese version from the Sanskrit word "Dhyana," which refers to collectedness of mind or meditative absorption in which all dualistic distinctions disappear. The fifth paramita (to practice dhyana to obtain

real wisdom or prajna). In dhyana all dualistic distinctions like subject, object, true, false are eliminated. Ch'an is a Chinese most equivalent word to the Sanskrit word "Dhyana," which means meditation. To enter into meditation. A school that developed in East Asia, which emphasized meditation aimed at a non-conceptual, direct understanding of reality. Its name is believed to derive from the Sanskrit term "Dhyana." Dhyana is a general term for meditation or a state of quietude or equanimity gained through relaxation. To meditate, to calm down, and to eliminate attachments, the aversions, anger, jealousy and the ignorance that are in our heart so that we can achieve a transcendental wisdom which leads to enlightenment. It traces itself back to the Indian monk named Bodhidharma, who according to tradition travelled to China in the early sixth century. He is considered to be the twenty-eighth Indian and the first Chinese patriarch of the Zen tradition. The school's primary emphasis on meditation, and some schools make use of enigmatic riddles called "kung-an," which are designed to defeat conceptual thinking and aid in direct realization of truth. When looking into the origins of Zen, we find that the real founder of Zen is none other than the Buddha himself. Through the practice of inward meditation the Buddha attained Supreme Enlightenment and thereby became the Awakened One, the Lord of Wisdom and Compassion. In Buddhism, there are many methods of cultivation, and meditation is one of the major and most important methods in developing of wisdom. According to the Buddhist History, our Honorable Gautama Buddha reached the Ultimate Spiritual Perfection after many days of meditation under the Bodhi Tree. The Buddha taught more than 25 centuries ago that by practicing Zen we seek to turn within and discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or west or north or south; we look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center upon which the whole universe turns. To this day, we, Buddhist followers still worship Him in a position of deep meditation. Zen is traced to a teaching the Buddha gave by silently holding a golden lotus. The general audience was perplexed, but the disciple Mahakasyapa understood the significance and smiled subtly. The implication of this is that the essence of the Dharma is beyond words. In Zen, that essence is transmitted from teacher to disciple in sudden

moments, breakthroughs of understanding. The meaning Mahakasyapa understood was passed down in a lineage of 28 Indian Patriarchs to Bodhidharma. Bodhidharma, an Indian meditation master, strongly adhered to the Lankavatara Sutra, a Yogacara text. He went to China around 470 A.D., and began the Zen tradition there. It spread to Korea and Vietnam, and in the 12th century became popular in Japan. Zen is a Japanese word, in Chinese is Ch'an, in Vietnamese is Thiền, in Sanskrit is "Dhyana" which means meditative concentration. There are a number of different Zen lineages in China, Japan and Vietnam, each of it has its own practices and histories, but all see themselves as belonging to a tradition that began with Sakyamuni Buddha. Zen histories claim that the lineage began when the Buddha passed on the essence of his awakened mind to his disciple Kasyapa, who in turn transmitted to his successor. The process continued through a series of twenty-eight Indian patriarchs to Bodhidharma, who transmitted it to China. All the early Indian missionaries and Chinese monks were meditation masters. Meditation was one of many practices the Buddha gave instruction in, ethics, generosity, patience, and wisdom were others, and the Ch'an tradition arose from some practitioners' wish to make meditation their focal point. An underlying principle in Zen is that all beings have Buddha nature, the seed of intrinsic Buddhahood. Some Zen masters express this by saying all beings are already Buddhas, but their minds are clouded over by disturbing attitudes and obscurations. Their job, then, is to perceive this Buddha nature and let it shine forth without hindrance. Because the fundamental requirement for Buddhahood, Buddha nature, is already within everyone, Zen stresses attaining enlightenment in this very lifetime. Zen masters do not teach about rebirth and karma in depth, although they accept them. According to Zen, there is no need to avoid the world by seeking nirvana elsewhere. This is because first, all beings have Buddha-nature already, and second, when they realize emptiness, they will see that cyclic existence and nirvana are not different. Zen is accurately aware of the limitations of language, and gears its practice to transcend it. When we practice meditation we seek to turn to within and to discover our true nature. We do not look above, we do not look below, we do not look to the east or to the west, or to the north, or to the south; we look into ourselves, for within ourselves and there alone is the center

upon which the whole universe turns. Experience is stressed, not mere intellectual learning. Thus, associating with an experienced teacher is important. The Zen teacher's duty is to bring the students back to the reality existing in the present moment whenever their fanciful minds get involved in conceptual wanderings. In this sense, Ch'an is a religion, the teachings, and practices of which are directed toward self-realization and lead finally to complete awakening or enlightenment as experienced by Sakyamuni Buddha after intensive meditative self-discipline under the Bodhi-tree. More than any other school, Ch'an stresses the prime importance of the enlightenment experience and the uselessness of ritual religious practices and intellectual analysis of doctrine for the attainment of liberation. Ch'an teaches the practice of sitting in meditative absorption as the shortest, but also steepest, way to awakening. The essential nature of Ch'an can be summarized in four short statements: Special transmission outside the orthodox teaching; nondependence on sacred writings; direct pointing to the human heart; leading to realization of one's own nature and becoming a Buddha. Esoterically regarded, Ch'an is not a religion, but rather an indefinable, incommunicable root, free from all names, descriptions, and concepts, that can only be experienced by each individual for him or herself. From expressed forms of this, all religions have sprung. In this sense, Ch'an is not bound to any religion, including Buddhism. It is the primordial perfection of everything existing, designated by the most various names, experienced by all great sages, and founders of religions of all cultures and times. Buddhism has referred to it as the "identity of Samsara and Nirvana." From this point of view, Ch'an is not a method that brings people living in ignorance to the goal of liberation; rather it is the immediate expression and actualization of the perfection present in every person at every moment. Exoterically regarded, Zen, or Ch'an as it is called when referring to its history in China, is a school of Mahayana Buddhism, which developed in China in the 6th and 7th centuries from the meeting of Dhyana Buddhism, which was brought to China by Bodhidharma, and Taoism. However, according to Buddhist traditions, there are five different kinds of Zen: Outer Path Zen, Common People's Zen, Hinayana Zen, Mahayana Zen, and Utmost Vehicle Zen. Outer Path Zen: Outer Path Zen includes many different types of meditation. For example, Christian

meditation, Divine Light, Transcendental Meditation, and so on. Common People's Zen: Common People's Zen is concentration meditation, Dharma Play meditation, sports, the tea ceremony, ritual ceremonies, etc. Hinayana Zen: Hinayana Zen is insight into impermanence, impurity, and non-self. Mahayana Zen: Mahayana Zen a) insight into the existence and nonexistence of the nature of the dharmas; b) insight into the fact that there are no external, tangible characteristics, and that all is empty; c) insight into existence, emptiness, and the Middle Way; d) insight into the true aspect of all phenomena; e) insight into the mutual interpenetration of all phenomena; f) insight that sees that phenomena themselves are the Absolute. These six are equal to the following statement from the Avatamsaka Sutra: "If you wish thoroughly understand all the Buddhas of the past, present, and future, then you should view the nature of the whole universe as being created by the mind alone." Utmost Vehicle Zen: Utmost Vehicle Zen, which is divided into three types: Theoretical Zen, Tathagata Zen, and Patriarchal Zen. In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: "From meditation arises wisdom. Lack of meditation wisdom is gone. One who knows this twofold road of gain and loss, will conduct himself to increase his wisdom (Dharmapada 282). He who controls his hands and legs; he who controls his speech; and in the highest, he who delights in meditation; he who is alone, serene and contented with himself. He is truly called a Bhikhshu (Dharmapada 362). Meditate monk! Meditate! Be not heedless. Do not let your mind whirl on sensual pleasures. Don't wait until you swallow a red-hot iron ball, then cry, "This is sorrow!" (Dharmapada 371). He who is meditative, stainless and secluded; he who has done his duty and is free from afflictions; he who has attained the highest goal, I call him a Brahmana (Dharmapada 386)."

Transcendental meditation means focusing our minds on one point. In Buddhism, meditation occupies the most important role, for it is in and through meditation one can attain enlightenment and supreme security from bondage. Expositions of meditation as it is handed down in the early Buddhist writings are more or less based on the methods used by the Buddha for his own attainment of enlightenment and Nirvana and his personal experience of mental development. Dhyana

paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we accomplish all balanced states of dhyana and wonderfully profound powers, and we teach and guide distracted living beings. Once a beam of light of wisdom flashes out, we call it an attainment of immediate enlightenment. It is usually associated with the Avatamsaka and Zen schools. Sudden teaching expounds the abrupt realization of the ultimate truth without relying upon verbal explanations or progression through various stages of practice. The doctrine of “Sudden” Enlightenment (instantly to apprehend, or attain to Buddha-enlightenment) associated with the Southern school of Zen in China, in contrast with the Northern school of “Gradual” Enlightenment, or Hinayana or other methods of gradual attainment. This school was founded by the sixth patriarch Hui-Neng. Immediate awakening or Immediate teaching or practice for awakening for the advanced. When one finally breaks down a mental barrier and suddenly penetrates into the meaning of reality, the resulting experience is called “Sudden enlightenment”. A deep intuitive experience such as “sudden enlightenment” is not a goal in itself, but rather is called to further practice. After a sudden enlightenment, one still needs to reveal one’s Buddha nature even more. Although Zen talks about “sudden enlightenment”, it seems like realizations are gained in a gradual manner. What is sudden is the collapsing of the last barrier in a series and the experience of new insight. Zen sect transmitted from Bodhidharma. According to Zen master D.T. Suzuki in the Essays in Zen Buddhism, Book I, the differentiation of two schools under the fifth patriarch, by Hui-Neng and Shen-Hsiu, helped the further progress of pure Zen by eliminating unessential or rather undigested elements. Eventually the school of Hui-Neng survived the other proves that his Zen was in perfect accord with Chinese psychology and modes of thinking. Sudden-enlightened Zen is distinguished by four characteristics: It is not established by words; it is a special transmission outside the teachings; it directly points to the human mind; and through it one sees one’s own nature and becomes a Buddha.

The Necessity of Meditation in the Cultivation of the Wisdom:

According to Buddhism, besides the goal of emancipation, this religion also helps practitioners achieve the goal of peace and happiness. To obtain these goals, the only way that can be achieved is through

wisdom. Even though the practice for good conduct and observance of moral rules are also necessary, but in order to achieve wisdom, practitioners have no other choices but developing the mind through meditation. In fact, on the one hand, meditation serves as a safeguard of our practice of morality, and on the other hand, it helps prepare the mind to see things as they really are and to obtain wisdom which will open the door to freedom. During the time of the Buddha, He always reminded His disciples that the mind is the source of all virtues and qualities. Thus, in order to attain these virtues, the only thing we need to do is to discipline our minds, for mind is the key to changing the nature of our experience. That's why Buddhism always focuses upon the mind as the key to achieving a change in the way human beings experience life, and in the way human beings relate to other people. The Buddha pointed out: "For a long time has man's mind been defiled by greed, hatred and delusion. Mental defilements make beings impure; mental cleansing purifies them." The Buddhist way of life is an intense process of cleansing one's action, speech, and thought. It is self-development and self-purification resulting in self-realization. The emphasis is on practical results and not on philosophical speculation or logical abstraction. Hence the need to practice daily a little meditation. To behave like the hen on her eggs, and not behaving like the squirrel in the revolving cage.

As mentioned above, meditation is a lifetime process. Fish swim in the water, but they don't know they are in water. Every minute, every moment we breathe in air, but we do it unconsciously. We would only be conscious of air only if we were without it. In the same way, we are always hearing the sounds of water falls, wind, rain, bird-singing, and so forth. All these sounds are wonderful and lively sermons. They are the voice of the Buddha himself preaching to us. We hear many sermons, all the time, but we are deaf to them. If we were really alive in mindfulness, whenever we heard, saw, smelled, tasted, touched, we would say to ourselves "Ah, this is a fine sermon!" At that time, we would see that there is no scripture that teaches so well as this experience with nature. Just as we breathe and eat every day. Both breathing and eating are important for life, and so is meditation, for meditation keeps our life in balance and helps us understand ourselves and the nature of life. It provides a secure foundation for harmony

between ourselves and others, and between ourselves and the universe. So meditation is not a matter of days, weeks, months, or years, but of a whole lifetime. When we have a strong determination in practice, there is no doubt that we will reach our final goal, the state of Buddhahood, the realization of perfect wisdom and infinite compassion. *There are three minimum requirements in practice of meditation: The first requirement is the Necessities of Buddhist Sutras:* Some one says words are not necessary, but in reality, they are very necessary because without words no one can transfer methods of cultivation to anyone else. If we are attached to words, we cannot return to our true self. If we are not attached to words, sooner or later we will attain enlightenment. In Zen, there is no rule to prohibit Zen practitioners to read books and sutras; however, you should read with a mind that has cut off all thinking. If you read with a mind that has cut off all thinking, then Zen books, sutras, and even Bibles are all the truth. However, Zen practitioners should always remember that sutras are only the Buddha's words. They are not Buddha's mind. No matter how many sutras we have mastered, we still have not attained true understanding. The purpose of Zen meditation is to dissolve this thought-mass. What is finally left is the real self. We enter into the world of the selfless, And if we do not stop there, if we do not think about this realm or cling to it, we will continue in our practice until we become one with the Absolute. *The second requirement is the Necessity of a Good Zen Master:* Whenever you learn a new skill, we need to have a good teacher. It is important that we need a good master when we want to practice meditation. With the advice of a teacher, we learn quicker and we cannot go wrong. We need a teacher who is competent to give instructions, correct our mistakes, and give guidance when we have trouble in the course of meditation. Only the teacher can tell, and so at such a time he or she is indispensable. If we cannot find a teacher, we may rely on books, although no book can entirely take the place of a teacher. We may be able to do fairly well by reading the instructions and following them carefully. But even then, we may have need for discussion with a teacher occasionally. *The third requirement is the Necessity of Meditation Retreats:* A meditation retreat provides an opportunity to deepen meditation practice in a supportive environment with the guidance of a experienced teacher. Everything we do at a

retreat becomes the object of meditation. A retreat day consists of alternate periods of sitting and walking meditation, a nightly lecture and personal interviews with the teacher. Continuity of practice is developed by bringing mindfulness to all other activities throughout the day as well. Noble silence is observed during the retreat. Retreats can last for one day, a weekend, a week or longer. The intensive practice of a retreat is very beneficial for developing good concentration and quieting the mind. Since concentration is essential for penetrative wisdom to arise, a meditation retreat gives us the best possible opportunity to be able to experience for ourselves the true nature of reality.

Chương Ba Mươi
Chapter Thirty

Tu Tập Trí Tuệ Bằng Thiền Chỉ

Tổng Quan Về Thiền: Thiền của Phật giáo dựa trên 2 phương pháp: vắng lặng hoặc tịnh tâm, và tuệ giác, cả hai đều là những phương tiện thiết yếu trên con đường tiến tới chấm dứt khổ đau. Thiền tịnh tâm nhằm vào việc đạt được sự vắng lặng và tập trung định lực và nâng cao nhận thức về đề mục thiền đến một điểm trừu tượng. Tất cả những chương ngại tinh thần đã được loại trừ, khỏi tâm “hòa nhập” vào một ý tưởng trừu tượng của đề mục: sự an định này được gọi là “dhyana” (thiền định gom tâm lại), tiếng Pali là Jhana, tiếng Trung Hoa là Ch’an, tiếng Nhật là “Zen” và tiếng Việt là Thiền. Những công cụ hỗ trợ thiền mang lại những trạng thái an định khác nhau. Những người mới bắt đầu hành thiền có thể tập trung vào một cái đĩa có màu sắc làm đề mục tham thiền, trong khi những người tiến bộ hơn có thể tập trung vào sự tưởng niệm đến Phật. Mục đích của thiền tuệ giác là nhận thức được tuệ giác (prajna). Điều này người ta sẽ có thể dần dần đạt được qua các trạng thái an định của thiền chỉ. Hành giả tập trung sự hiểu biết sâu sắc vào 3 đặc tính của thế tục: vô thường, khổ và vô ngã.

Thiền Chỉ: Chỉ là một trạng thái thiền định biểu trưng sự nhất tâm (hay tâm tụ vào nhất điểm) trên một vật thể, còn gọi là thiền an trụ. Một trong bảy định nghĩa của Thiền Định, được diễn tả như là Xa-Ma-Tha hay Tam Ma Địa, có nghĩa là dẹp yên tâm loạn động, hay là để cho tâm yên định, dừng ở một chỗ. Tâm định chỉ ư như nút xứ, khác với “quán” là xác nghiệm bằng chứng cứ. Chỉ là dẹp bỏ các vọng niệm, còn quán dùng để chứng nghiệm chân lý. Về mặt lý thuyết mà nói, bất cứ vật thể nào cũng có thể được dùng làm điểm tập trung, dù vậy những vật thể như thân Phật vẫn được người ta ưa thích dùng làm điểm tập trung hơn. Chỉ được thành đạt khi tâm có khả năng trụ yên một chỗ trên vật thể một cách tự nhiên không cần phải nỗ lực, và có khả năng trụ tại đó trong thời gian người đó muốn mà không bị phóng dật hay tán loạn quấy rầy. Người ta nói có sáu điều tiên quyết trước khi thành đạt được “Chỉ”, trụ nơi thích hợp, thiếu dục, tri túc, không có nhiều sinh hoạt, tịnh giới và phải hoàn toàn rũ bỏ mọi vọng niệm. Chỉ là điều

cần có trước khi đạt được trí huệ “Bát Nhã”. Pháp hành thiền an trụ trong Phật giáo đưa đến tột đỉnh là đắc thiền và pháp thiền tuệ dẫn đến tầng Thánh hay giải thoát. Vị hành giả liên tục kiên trì nỗ lực thực hành thiền tuệ dẫn đến việc tháo gỡ những thăng thụt hay dây trói buộc chúng sanh vào vòng luân hồi sanh tử, và tiến đạt đến tầng Thánh cuối cùng là A La Hán. Đức Phật không thỏa mãn với các tầng thiền và các kinh nghiệm huyền bí. Mục tiêu duy nhất của Ngài là chứng đắc Toàn Giác và Niết Bàn. Sau khi đã gom tâm hoàn toàn an trụ và vắng lặng bằng thiền định, Ngài có thể phát triển thiền tuệ, tức là pháp hành khả dĩ giúp cho hành giả nhìn thấy sự vật đúng như sự vật là như vậy, tức là thấy được thực tướng của sự vật, chứ không phải chỉ thấy bề ngoài, hình như sự vật là như vậy. Nói cách khác, đó là thấu đạt bản chất thật sự của chính mình, rõ ràng và tường tận như thật sự bản chất của mình là như vậy.

Thiền Chỉ Và Nhất Điểm Tâm: Chỉ là một trạng thái thiền định biểu trưng sự nhất tâm (hay tâm tụ vào nhất điểm) trên một vật thể, còn gọi là thiền an trụ. Một trong bảy định nghĩa của Thiền Định, được diễn tả như là Xa-Ma-Tha hay Tam Ma Địa, có nghĩa là dẹp yên tâm loạn động, hay là để cho tâm yên định, dừng ở một chỗ. Tâm định chỉ ư như xứ, khác với “quán” là xác nghiệm bằng chứng cứ. Chỉ là dẹp bỏ các vọng niệm, còn quán dùng để chứng nghiệm chân lý. Về mặt lý thuyết mà nói, bất cứ vật thể nào cũng có thể được dùng làm điểm tập trung, dù vậy những vật thể như thân Phật vẫn được người ta ưa thích dùng làm điểm tập trung hơn. Chỉ được thành đạt khi tâm có khả năng trụ yên một chỗ trên vật thể một cách tự nhiên không cần phải nỗ lực, và có khả năng trụ tại đó trong thời gian người đó muốn mà không bị phóng dật hay tán loạn quấy rầy. Người ta nói có sáu điều tiên quyết trước khi thành đạt được “Chỉ”, trụ nơi thích hợp, thiếu dục, tri túc, không có nhiều sinh hoạt, tịnh giới và phải hoàn toàn rũ bỏ mọi vọng niệm. Chỉ là điều cần có trước khi đạt được trí huệ “Bát Nhã”. Pháp hành thiền an trụ trong Phật giáo đưa đến tột đỉnh là đắc thiền và pháp thiền tuệ dẫn đến tầng Thánh hay giải thoát. Vị hành giả liên tục kiên trì nỗ lực thực hành thiền tuệ dẫn đến việc tháo gỡ những thăng thụt hay dây trói buộc chúng sanh vào vòng luân hồi sanh tử, và tiến đạt đến tầng Thánh cuối cùng là A La Hán. Đức Phật không thỏa mãn với các tầng thiền và các kinh nghiệm huyền bí. Mục tiêu duy nhất của Ngài là chứng đắc Toàn Giác và Niết Bàn. Sau khi đã gom tâm hoàn

toàn an trụ và vắng lặng bằng thiền định, Ngài có thể phát triển thiền tuệ, tức là pháp hành khả dĩ giúp cho hành giả nhìn thấy sự vật đúng như sự vật là như vậy, tức là thấy được thực tướng của sự vật, chứ không phải chỉ thấy bề ngoài, hình như sự vật là như vậy. Nói cách khác, đó là thấu đạt bản chất thật sự của chính mình, rõ ràng và tường tận như thật sự bản chất của mình là như vậy.

Những Đóa Hoa Tuệ Giác và Bi Mẫn: Khi thực tập liên tục, thiền quán sẽ làm nảy nở tuệ giác nơi bạn cùng lúc với những đóa hoa của lòng bi mẫn, tha thứ, hoan hỷ và buông xả. Bạn biết buông xả vì bạn không có nhu cầu nắm giữ cho riêng mình. Bạn không còn là cái “ta” nhỏ bé và dễ tan vỡ cần phải bảo trọng bằng đủ mọi cách nữa. Bạn trở thành hoan hỷ bởi vì cái vui của tha nhân cũng là cái vui của bạn, người bạn đong đầy hỷ lạc và không còn ganh ghét ích kỷ nữa. Thoát được sự luyến chấp vào tà kiến và thành kiến, con người của bạn sẽ đong đầy sự khoan dung rộng lượng. Cánh cửa bi mẫn của bạn được mở rộng ra, và bạn cũng biết đau nỗi đau của chúng sanh muôn loài. Kết quả là bạn làm bất cứ thứ gì có thể làm được hầu làm vơi đi những nỗi đau khổ ấy. Hành thiền là tự tập loại trừ những ganh ghét, sân hận, và vị kỷ, đồng thời phát triển tình thương đến với mọi người. Chúng ta ai cũng có thân xác và đời sống của riêng mình, nhưng chúng ta vẫn có thể sống hài hòa với mọi người và giúp đỡ lẫn nhau trong khả năng của chính mình.

Cultivations of the Wisdom Through Practicing Samatha Meditation

An Overview of Meditation: Buddhist meditation is based on two methods, calm (samatha) and insight (vipasyana), both of which are necessary vehicles on the path to the Cessation of Duhkha. Calm meditation aims at achieving calmness and concentration, and at raising the perception of the meditational subject to the point of abstraction. After mental obstacles have been eliminated, the mind “absorbs” itself into an abstract idea of the subject: this absorption is called “dhyana” (in Pali, jhana); in Chinese “Ch’an,” in Japanese “Zen,” and in Vietnamese “Thiền.” Different meditational ‘aids’ give rise to different mental absorptions. A beginner might concentrate on a colored disc, while a more advanced practitioner could focus on

reflecting the Buddha. The goal of insight meditation is to realize wisdom. This is also acquired gradually and ultimately achieved through the mental absorptions of samatha meditation. The practitioner aims to directly comprehend the three characteristics of the phenomenal world: impermanence, dukkha and no-self.

Samatha Meditation: Samatha Meditation is a meditative state characterized by a one-pointedness of mind (*cittaikagrata*) on an internal meditative object, also called meditation of calming the mind. One of the seven definitions of dhyana described as samatha or samadhi; it is defined as silencing, or putting to rest the active mind, or auto-hypnosis. The mind is centered or the mind steadily fixed on one place, or in one position. It differs from “contemplation” which observes, examines, analyzes evidence. Samadhi or samatha has to do with getting rid of distraction for moral ends; it is abstraction, rather than contemplation. Theoretically, any object may serve as the focus of concentration, though virtuous objects such as the body of a Buddha are said to be preferable. It is attained when the mind is able to remain upon its object one-pointedly, spontaneously and without effort, and for as long a period of time as one wishes, without being disturbed by laxity or excitement. There are said to be six prerequisites for achieving calming. They are staying in an agreeable place, having few desires, knowing satisfaction, not having many activities, pure ethics, and thoroughly abandoning thoughts. It is generally considered to be a prerequisite for attainment of “higher insight” or “Prajna”. Samatha taught in Buddhism culminates in Jhana and Vipassana which leads to the four stages of sanctity or emancipation. The meditator continuing zestfully his insight meditation removes, by gradual process, the fetters that bind him to the Wheel of Existence (*samsara*) and reach the last and the fourth stage of sanctity (*Arahatta*). The Buddha was not satisfied with mere “Jhana” and mystical experiences, his one and only aim was to attain full enlightenment and Nirvana. Having gained perfect concentrative calm through samatha meditation, he was able to develop insight (*vipassana*) meditation that enables a person to see things as they really are, and not as they appear to be. That is, on other words, to understand ourselves as we really are.

Samatha Meditation and One-pointedness of mind: Samatha Meditation is a meditative state characterized by a one-pointedness of

mind (cittaikagrata) on an internal meditative object, also called meditation of calming the mind. One of the seven definitions of dhyana described as samatha or samadhi; it is defined as silencing, or putting to rest the active mind, or auto-hypnosis. The mind is centered or the mind steadily fixed on one place, or in one position. It differs from “contemplation” which observes, examines, analyzes evidence. Samadhi or samatha has to do with getting rid of distraction for moral ends; it is abstraction, rather than contemplation. Theoretically, any object may serve as the focus of concentration, though virtuous objects such as the body of a Buddha are said to be preferable. It is attained when the mind is able to remain upon its object one-pointedly, spontaneously and without effort, and for as long a period of time as one wishes, without being disturbed by laxity or excitement. There are said to be six prerequisites for achieving calming. They are staying in an agreeable place, having few desires, knowing satisfaction, not having many activities, pure ethics, and thoroughly abandoning thoughts. It is generally considered to be a prerequisite for attainment of “higher insight” or “Prajna”. Samatha taught in Buddhism culminates in Jhana and Vipassana which leads to the four stages of sanctity or emancipation. The meditator continuing zestfully his insight meditation removes, by gradual process, the fetters that bind him to the Wheel of Existence (samsara) and reach the last and the fourth stage of sanctity (Arahatta). The Buddha was not satisfied with mere “Jhana” and mystical experiences, his one and only aim was to attain full enlightenment and Nirvana. Having gained perfect concentrative calm through samatha meditation, he was able to develop insight (vipassana) meditation that enables a person to see things as they really are, and not as they appear to be. That is, on other words, to understand ourselves as we really are.

Flowers of Insight Compassion: As you continue practicing, the flower of insight will blossom in you, along with the flowers of compassion, tolerance, happiness, and letting go. You can let go, because you do not need to keep anything for yourself. You are no longer a fragile and small “self” that needs to be preserved by all possible means. Since the happiness of others is also your happiness, you are now filled with joy, and you have no jealousy or selfishness. Free from attachment to wrong views and prejudices, you are filled

with tolerance. The door of your compassion is wide open, and you also suffer the sufferings of all living beings. As a result, you do whatever you can to relieve these sufferings. To practice meditation is to train ourselves to eliminate hatred, anger, and selfishness and to develop loving-kindness towards all. We have our physical bodies and our own lives, but still we can live in harmony with each other and help each other to the best of our ability.

Chương Ba Mươi Một
Chapter Thirty-One

Tu Tập Trí Tuệ Bằng Thiền Minh Sát

Tổng Quan Về Thiền Minh Sát: Từ “Vipassana” có nghĩa là thấy một cách đặc biệt, từ gốc chữ “Passati” là thấy và tiếp đầu ngữ “Vi” là đặc biệt. Vì thế “Vipassana” là thấy một cách đặc biệt hay khác thường, cái thấy vượt ra ngoài cái thấy thông thường, hay tuệ nhãn. Không phải cái nhìn trên bề mặt, hay nhìn phớt qua. Không phải chỉ thấy thoáng qua cái dáng mà nhìn sự vật đúng theo bối cảnh của sự vật, tức là nhìn dưới ánh sáng của ba đặc tướng, hay ba dấu hiệu đặc thù của các pháp hữu vi, các hiện tượng sinh tồn. Đó là vô thường hay biến đổi, khổ đau hay bất toại nguyện, và vô ngã hay không có một cái tự ngã trường tồn vĩnh cửu. Đó là pháp thiền tuệ, lấy thiền định làm nền tảng, pháp thiền mà theo đó hành giả gột rửa đến mức tận cùng các bợn nhơ trong tâm, lột bỏ ảo kiến về cái “ta,” nhìn thấy thực tướng của vạn pháp và chứng ngộ Niết Bàn. Như vậy “thiền tuệ” là giáo pháp đặc thù của chính Đức Phật, trước kia chưa từng được nghe thấy, một chứng nghiệm duy nhất mà chỉ có Đức Bổn Sư mới có, hoàn toàn riêng biệt cho Phật giáo và chưa ai biết trước thời Đức Phật Sĩ Đạt Đa Cồ Đàm. Theo Phật, thiền chủ yếu là làm cho tâm được định tĩnh, rồi dùng cái tâm định tĩnh này để tiến xa hơn trên đường tu. Nhưng chúng ta nên thận trọng và đừng bị dính mắc vào sự yên tịnh, vì thiền Phật giáo không ngừng lại ở đây. Mục đích của hành thiền là làm cho cái tâm được yên định, rồi dùng cái tâm yên định này để quan sát bản chất thật của thân và tâm. Như vậy, hành giả tu thiền đừng để mình bị lạc vào trong an tịnh, mà phải dùng sự an tịnh của mình để quan sát sâu xa hơn bản chất của thân và tâm. Đây mới chính là phương cách giúp chúng ta giải thoát thật sự. Chúng ta phải quan sát thân tâm một cách trực tiếp chứ không dùng sự suy nghĩ hay tưởng tượng để nhìn thân tâm mình. Phương cách quan sát phải là phương cách an tịnh, định tâm và lắng nghe từ bên trong. Chỉ khi nào có tâm định tĩnh và an tịnh thì lúc đó trí tuệ mới khởi sanh một cách tự nhiên được. Tuy nhiên, hành giả không nên suy nghĩ quá nhiều bất cứ thứ gì, ngay cả cái chuyện đạt được trí tuệ. Hơn thế nữa, thiền là thực hành cho bằng được cái nhiếp tâm và giữ ý với lòng từ bi bao la. Chẳng hạn như khi rửa tay, ta biết

thứ nhất ta đang rửa sạch những bụi bặm của thế gian; thứ nhì ta nguyện tâm ta cũng được tẩy sạch; và thứ ba ta mong cho ai nấy đều có được đôi tay sạch như ta, ấy là ta đang hành thiền một cách rất ráo. Minh sát tuệ có nguyên nghĩa là 'thấy bằng nhiều cách' hay năng lực quán sát đối tượng thân tâm qua ánh sáng của vô thường, khổ não và vô ngã của mọi hiện tượng về cả vật chất lẫn tinh thần. Công phu tu tập biệt quán hay thiền “Minh Sát” giúp phát triển một trạng thái tâm thức tỉnh giác và khả năng biệt sắc bén có thể trực nhận được thực tại tối hậu, vô ngã và không có tự thể kiên cố. Trong truyền thống Nguyên Thủy thì biệt quán được tu tập với “Tứ Niệm Xứ”: chánh niệm về thân, về những cảm thọ, về tâm thức và về các pháp. Khi quán sát tướng tận 4 pháp này, hành giả nhận thức được 3 đặc điểm: vô thường, khổ, và không có tự thể kiên cố. Bằng cách quán sát hơi thở, quán sát những cảm giác của thân thể, quán sát những dạng tâm tưởng khác nhau và những tâm sở trong từng giây từng phút một, ngay đó hành giả nhận ra không hề có kẻ nào trong tâm thức của mình để điều động. Bản chất của chúng ta là vô ngã, không có một tự thể kiên cố nào để làm vừa lòng hay để bảo vệ. Biệt quán cũng được phát triển ngoài công phu thiền tọa. Bằng cách tỉnh thức một cách bén nhạy vào mỗi hành động, cảm thọ và tư tưởng, hành giả quán sát được ai đang thực hiện và ai đang kinh nghiệm những việc này, chỉ tìm thấy một dòng chảy liên tục của những hành động tâm thức và những biến động vật lý mà không có một chủ thể kiên cố hay một cái ngã nào làm chủ nhân ông cả, ngay đó hành giả nhận biết được tánh vô ngã. Kết hợp pháp môn biệt quán với pháp môn tịnh trụ, hành giả có thể tẩy sạch dòng chảy của tâm thức để thoát khỏi những tâm thái nhiễu loạn và những nghiệp lực gây nên khổ đau phiền não nữa.

Thiền Minh Sát Theo Truyền Thống Bồ Tát Đại Thừa: Thiền Quán của Bồ Tát Đại Thừa là thiền trên sự “Vô Ngã” của thế giới hiện tượng. Một vị Bồ Tát thực hành thiền định đặt căn bản trên Lục Độ Ba La Mật. Nhận biết sự vô ngã của thế giới hiện tượng là nhận biết rằng nội thức và thế giới hiện tượng bên ngoài là trống không một cách tự nhiên. Vì vậy, hành giả Đại Thừa tin rằng nguồn cội của luân hồi là các phiền não, và gốc của phiền não là chấp vào bản ngã. Loại bỏ sự bám víu vào một bản ngã là con đường giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Thiền Quán trên tánh không cũng được gọi là Quán Duyên Khởi, nghĩa là tất cả thế giới hiện tượng khởi lên có một sự phụ thuộc

vào thế giới hiện tượng khác, và vì lẽ đó không có sự hiện hữu thật của chính nó. Để loại bỏ các phiền não, theo Lạt Ma Khenchen Thrangu trong quyển “Sư Thực Hành về Thiền Chỉ và Thiền Quán”, các hành giả Đại Thừa thiền trên bản tính tự nhiên của thế giới hiện tượng bên trong và bên ngoài bằng chi tiết để khám phá ra rằng chúng hoàn toàn không có thực chất, giống như các bong bóng trong nước. Bằng sự nhận thức này, các phiền não tự nhiên biến mất. Niềm tin về thế giới hiện tượng bên ngoài làm mê muội sự hiểu biết, và sau khi sự hiểu biết mê muội này được loại bỏ, chúng ta được giải thoát khỏi luân hồi.

Thiền Minh Sát Theo Truyền Thống Kim Cang Thừa: Thiền Minh Sát theo Truyền Thống Kim Cang Thừa là loại thiền nhằm thấu hiểu bản tính tự nhiên về tánh không ngang qua thiền phân tích. Hành giả bây giờ xem xét để thấy ai đang nhận biết, ai có sự hiểu biết này, và hành giả nhận thấy rằng người nhận biết không hiện hữu (chỉ có một tập hợp ngũ uẩn trong một cá thể gọi là ‘hành giả’). Như thế, hành giả nhận biết về sự trống rỗng của vạn hữu. Điều này được hiểu như trí tuệ phân biệt hoặc Bát nhã phân biệt. Theo Lạt Ma Khenchen Thrangu trong quyển “Sư Thực Hành về Thiền Chỉ và Thiền Quán”, Siddhas là những bậc thầy của Kim Cang Thừa nói rằng khi chúng ta nhìn trực tiếp vào sân hận, sân hận không xuất hiện. Sự sân hận có bản chất trống rỗng của chính nó. Nó đi đến từ trạng thái trống rỗng tự nhiên của chính nó. Đây là phương pháp đặc biệt của Thiền Quán Kim Cang Thừa về đối trị sân hận: nhìn trực tiếp vào bản tính tự nhiên của sân hận.

Thiền Minh Sát Theo Truyền Thống Ngoại Đạo: Trầm tư các khía cạnh của chư pháp. Thí dụ như chúng ta trầm tư về một phiền não thô thiển, giống như sân hận trong thiền. Chúng ta có thể nhận thức rằng sân hận có hại đến với chính mình và những người khác và rằng tâm không sân hận sẽ yên tĩnh và bình yên. Vì vậy, thật dễ dàng để thấy các lợi ích về sự vắng mặt của phiền não thô là sân hận, đó là sự bình yên. Vì vậy, với loại thiền này, chúng ta có thể khắc phục sự sân hận. Kỳ thật, không có gì sai trái đối với loại hành thiền này, nhưng đây chỉ là loại thiền dùng để chế ngự các tâm độc hơn là để hiểu biết về tánh không hay sự vắng mặt của bản ngã.

Thiền Minh Sát Theo Truyền Thống Thanh Văn và Duyên Giác: Thiền Quán của các hàng Thanh Văn và Duyên Giác được đặt căn bản

trên Tứ Diệu Đế. Với loại Quán này, sự bình yên được căn cứ trên Tứ Diệu Đế như sự mô tả về Luân Hồi và Niết Bàn. Chân lý thứ nhất là mô tả về luân hồi được gọi là sự thật về khổ. Chân lý thứ hai là nguồn gốc hay nguyên nhân của khổ, nó bắt nguồn từ nghiệp và các phiền não. Chân lý thứ ba là sự dập tắt xảy ra nếu nghiệp và các phiền não bị loại bỏ, và kết quả này là ở trong Niết Bàn. Chân lý thứ tư là thực hành theo con đường sự thật dẫn đến sự dập tắt khổ. Theo Quán của Thanh Văn và Duyên Giác, nguyên nhân về các phiền não được nhận biết như sự chấp thủ đến các ý tưởng về ngã hoặc về “Tôi” hoặc “của tôi”. Sự tin tưởng về một bản ngã là một ảo giác, bởi vì thực sự không có ngã hoặc vật phụ thuộc về cái ngã đó. Khi chúng ta có khả năng nhận biết về sự vắng mặt của “Ngã” trong Thiền Quán, bấy giờ sự chấp thủ đối với bản ngã tự nhiên bị triệt tiêu ngay. Vì vậy, thiền quán chính yếu của Thanh Văn là thiền trên sự vắng mặt của bản ngã.

***To Cultivate the Wisdom in
Practicing Meditation on Insight***

An Overview of Meditation on Insight: The word “vipassana” means, by derivation, seeing in an extraordinary way, from the word “passati” to see the prefix “vi” denoting, special, particular. Vipassana, therefore means, seeing beyond what is ordinary, clear vision. It is not surface seeing or skimming, not seeing mere appearances, but seeing things in their proper perspective, that is in terms of the three characteristics or signs of phenomenal existence: impermanence or change; suffering or unsatisfactoriness and non-self or egolessness (anicca, dukkha and anatta). It is this insight meditation, with calm concentration of mind as its basis, that enables the practitioner to purge his mind of all defilements, to remove the ego-illusion and to see reality and experience Nirvana. Vipassana or insight meditation, therefore, is a typical doctrine of the Buddha himself, not heard by him before, a unique experience of the Master, exclusively Buddhist, which was not in existence prior to Siddhartha Gautama, the Buddha. According to the Buddha, meditation basically creates a quiet and concentrated mind; then Zen practitioners can utilize this quiet and concentrated mind to advance in their path of cultivation. But we have to be careful not to be stuck in tranquility, for Buddhist meditation does

not stop here. The purpose of meditation is to let our mind become still and concentrated, and then to use that concentration to examine the true nature of the body and mind. Therefore, Zen practitioners must utilize the concentration, not to get lost in the joy of tranquility, but to utilize this quiet and concentrated mind to deeply examine the nature of the body and mind. This is what actually liberates us. We must examine our body and mind directly and do not involve the use of thought and reasoning. The method of examination must be a silent, concentrated and inner listening one. Only when the mind is concentrated and still, then real wisdom can naturally arise. However, Zen practitioners should not think too much about anything, even the attainment of wisdom. Furthermore, meditation is practicing for the concentration in mind and keeping in us an immense compassion. For example, when washing hands, first of all, we know we are cleaning the dust of the world; secondly, we wish that our mind is also clean; and thirdly, we wish that everyone also has clean hands as we are. Insight meditation or tranquility of mind or positive achievement originally means the intuitive cognition of the three marks of existence, namely, the impermanence, suffering, and no-self of all physical and mental phenomena. The practice of special insight or “Vipassana” helps develop an acutely perceptive and discerning state of mind that can directly perceive the ultimate reality, selflessness or lack of a solid self-identity. In the Theravada practice, this is done by means of the four mindfulnesses (satipathana): mindfulness of the body, feelings, mind, and phenomena. Closely examining these four, one becomes aware of three characteristics: their transience, their problematic or suffering nature, and their lack of a solid self-identity. By observing and examining the breath, the feelings in the body, the various consciousnesses, and the mental factors in each moment, one realizes there is no little person somewhere inside one’s head running the show. We are selfless, without a solid self-identity that needs to be pleased and protected. Special insight is also developed outside of formal sitting meditation. By being acutely aware of each action, feeling and thought, one examines who is doing and experiencing these things. Finding only a continuous stream of mental and physical events, without a concrete personality or self who is the boss, one understands selflessness. Combining special insight with the concentration of calm

abiding, one is able to cleanse the mindstream of all disturbing attitudes and the karma that cause sufferings and afflictions.

Vipassana of the Bodhisattvas in Mahayana tradition: In the Vipassana of the Bodhisattvas in Mahayana tradition is the meditation on the selflessness of phenomena. A Bodhisattva practices meditation based on the Six Paramitas. The Vipassana of the Bodhisattvas in Mahayana tradition is the realization that inner consciousness and external phenomena are naturally peaceful and empty. So the Mahayana meditator believes that the root of samsara is the klesas and that the root of the klesas is ego-clinging. Eliminating clinging to a self is the way to be liberated from samsara. The Vipassana meditation of the Mahayana tradition is also called the realization of the dependent origination. This means that all phenomena that arise have a dependence upon other phenomena and therefore no true existence of their own. According to Lama Khenchen Thrangu in “The Practice of Tranquility and Insight”, to eliminate klesas, the Mahayana meditators meditate on the nature of external and internal phenomena in detail to discover that they are completely insubstantial, like bubbles in water. With this realization the klesas naturally disappear. The belief in the reality of external phenomena is called the obscuration of knowledge, and when this obscuration is eliminated there is liberation from samsara.

Vipassana of the Mantrayana: In the Vipassana of the Vajrayana tradition is the meditation on the real nature of the emptiness of all phenomena. A Mantrayanist practices meditation based on the understanding of the nature of emptiness through analytical meditation. The practitioner is now looking to see who is knowing, who has this understanding, and he finds the real knower does not exist (there exists only the combination of the five aggregates in an entity called ‘practitioner’). So we recognize this invisibility of knowing and emptiness. This is known as discriminating wisdom or discriminating prajna. According to Lama Khenchen Thrangu in “The Practice of Tranquility and Insight”, there are siddhas who accomplished vajrayana master, who have said that when one looks directly at anger, the anger disappears. Anger has its own natural empty state. This is a special method of Vajrayana meditation for overcoming anger: looking directly into the nature of anger.

Vipassana for the Externalists: In the Vipassana for the Externalists, one contemplates the “peaceful and the coarse” aspects. For example, one might contemplate a coarse klesa such as anger in one’s meditation. One can realize that anger is harmful to oneself and others and that without anger, the mind would be peaceful and happy. So with this meditation one can overcome anger. Actually, there is nothing wrong with this kind of meditation, but this practice is performed to calm the mind and subjugate the mind poisons rather than to understand emptiness or the absence of self.

Vipassana of the Sravakas and Pratyeka-Buddhas: The Vipassana for the Sravakas and Pratyeka-buddhas is based on the Four Noble Truths. With this type of Vipassana, peace is based on the Four Noble Truths as a description of Samsara and Nirvana. The first noble truth is a description of samsara, which is called the truth of suffering. The second truth of origination looks at the cause of samsara, which originates from karma and klesas. The third truth of cessation occurs if karma and the klesas are eliminated and this results in Nirvana. The fourth truth is following and practicing the truth of the path. In the Vipassana of the Sravakas, the cause of the klesas is identified as the clinging to the idea of self or of “I” or “Mine”. A belief in a self is a delusion because actually there is no self or things that belong to a self. When one is able to realize the absence of self in Vipassana meditation, then the natural clinging to self just vanishes. So, the main meditation of the Sravakas is the meditation on the absence of self.

Chương Ba Mươi Hai
Chapter Thirty-Two

Thân Tâm Và Giới Đức Thanh Tịnh
Là Đang Đi Vào Đường Trí Tuệ

Có lẽ khi vài người thấy chúng ta ngồi thiền, họ sẽ hỏi tại sao chúng ta lại phí thời giờ như vậy. Đối với họ thiền quán không có nghĩa lý gì cả; nhưng với chúng ta là những người tu tập thiền quán, thì thiền quán là cốt yếu và rất có ý nghĩa trong đời sống của mình. Suốt cả ngày, rồi mỗi ngày trong tuần, mỗi tuần trong tháng, mỗi tháng trong năm... chúng ta bận rộn lu bù với công việc. Theo Phật giáo, tâm của chúng ta hành xử như con vượn chuyền cây, không chịu ở yên và luôn nhảy nhót; vì thế mà người ta gọi nó là ‘tâm viên’. Đây là những lý do khiến tại sao chúng ta phải tham thiền. Để quân bình đời sống, chúng ta cần phải có lúc ngồi yên lặng để tập chấp nhận và thử nghiệm thay vì hưởng ngoại cầu hình, chúng ta nhìn vào bên trong để tự hiểu mình hơn. Qua thiền quán, chúng ta cố gắng giữ cho cái tâm viên này đứng yên, giữ cho nó tĩnh lặng và thanh tịnh. Khi tâm ta đứng yên, chúng ta sẽ nhận thức rằng Phật ở ngay trong tâm mình, rằng cả vũ trụ ở trong ta, rằng tự tánh và Phật tánh không sai khác. Như vậy điều quan trọng nhất trong thiền tập là giữ cho tâm mình được yên tịnh, một việc có lẽ dễ hiểu nhưng không dễ làm chút nào cả. Thế nhưng thực hành là quan trọng hơn cả; cái hiểu biết tự nó không có giá trị gì cả nếu chúng ta không chịu đem cái hiểu biết ra mà thực hành. Phương pháp thiền tập là một phương pháp có khoa học, chúng ta học bằng cách thực hành và bằng kinh nghiệm của chính chúng ta. Tại sao chúng ta phải tu tập thiền quán? Một lý do khác khiến tại sao chúng ta nên tu tập thiền quán là vì thiền quán là đỉnh cao nhất trong tu tập Phật giáo. Nhờ thiền quán mà chúng ta chẳng những có thể thanh tịnh thân tâm, mà còn đạt được trí huệ giải thoát nữa. Hơn nữa, nhờ thiền quán mà chúng ta có khả năng thấy được vạn sự vạn vật như thật, từ đó khởi lòng từ bi, khiêm cung, nhẫn nhục, kiên trì, và biết ơn, vân vân.

Giới đức là một trong những yếu tố quan trọng nhất trong thiền định, nên hành giả tu thiền chơn thuần nhất định phải có giới hạnh trang nghiêm. Thước đo của sự tiến bộ trong thiền định là cách cư xử

của hành giả với những người chung quanh. Nhờ thanh tịnh giới đức và đạo hạnh mà hành giả tu thiền lúc nào cũng sống hòa ái và khoan dung với mọi người, chứ không cần thiết phải lui vào rừng sâu núi thẳm, xa lánh mọi người. Thật vậy, lúc chung sống trong cộng đồng, chúng ta mới có cơ hội và điều kiện tu sửa giới hạnh của chính mình. Như vậy, người sơ cơ tu tập thiền định trước hết phải có khả năng sống tốt đẹp với mọi người trước khi rút vào nơi vắng vẻ để tu tập thiền định thâm sâu hơn. Nghĩa là bên cạnh tu tập tọa thiền, chúng ta phải luôn cố gắng sống tốt đẹp và hòa ái với mọi người trong cuộc sống hằng ngày. Có người nói ‘tu thiền chẳng cần hành thiện tránh ác’. Những ai dám nói như vậy, quả thật họ chẳng phải là Phật tử chân thuần. Ngược lại, có rất nhiều tế hạnh mà chúng ta phải chuẩn bị trước cũng như trong khi tu tập thiền định. Cái mà chúng ta gọi là tế hạnh, nhưng kỳ thật những thứ này ảnh hưởng rất lớn trên đường tu tập của chúng ta. Khi chứng kiến sự thành công của người khác, chúng ta khởi tâm tùy hỷ; khi thấy người khác khổ đau, chúng ta khởi tâm thương xót và cảm thông. Khi thành công, mình phải luôn giữ tâm khiêm cung.

***Purification of Body, Mind, and Morality
Means Entering the Path of Wisdom***

Perhaps when some people see us sitting in meditation, they ask us why we are wasting our time. To them meditation is meaningless; but to us who practice meditation, it is an essential and very meaningful part of our lives. All day long, every day of the week, every week of the month, and every month of the year, we are so busy with our business or occupation. According to Buddhism, our mind behaves like a monkey, restless and always jumping; it is therefore called a ‘monkey-mind’. These are reasons why we have to meditate. To give balance to our lives it is necessary to sit quietly, to learn to accept and experience rather than to look outward for forms, we look within in order to understand ourselves better. Through meditation we try to keep that monkey-mind still, to keep it calm, quiet and pure. When our mind is still, we will realize that the Buddha is inside us, that the whole universe is inside us and that our true nature is one with the Buddha nature. So the most important task is to keep our minds quiet, a task which may be simple to understand but is not simple to practice at all.

Yet practice is all important; knowing by itself has no value at all if we do not put our knowledge into practice. The method of Zen is the scientific method, that is to say we learn by doing, by our own experience. Another reason to cause us to practice meditation and contemplation is that meditation is a 'peak' of practice in Buddhism. Through meditation, we can not only purify our body and mind, but also attain wisdom of emancipation. Furthermore, through meditation we can see things as they really are, and we can generate inside ourselves compassion, modest, patient, tolerance, courage, and gratitude, and so on.

Morality is one of the most important factors in meditation, so, a devout zen practitioner must be a good virtue one. One's meditation progress is valued from his or her behavior toward people around. Through the purification of morality and behavior, zen practitioners always live peacefully and tolerantly with people, not necessarily retreat in deep jungle to be away from people. In fact, while living in the community, we have chances and conditions to improve our morality. Therefore, a zen beginner must be able to live together with everyone before turning into solitude life for deep meditation. That is to say, beside practicing meditation, we use the rest of our time to live nicely and kindly to people. Some people say that they do not need to do good deeds, nor do they need to prevent unwholesome deeds. Those who dare to say so, they are really not devout Buddhists. In the contrary, there are a lot of small virtues need be prepared before and during we practice meditation. The so-called 'small virtues' are, in fact, play a big role on our way of cultivation. We would be happy with other's success and sympathy with other's miseries. We will keep ourselves modest when achieving success.

Chương Ba Mươi Ba
Chapter Thirty-Three

**Chùa Đoạn Trừ Tham-Sân-Si-Mạn-Nghi-Tà Kiến-
Sát-Đạo-Dâm-Vọng, Khó Lòng Có Được Trí Tuệ**

Thông thường mà nói, tu tập đối với người xuất gia trong các chùa viện còn tương đối đơn giản và dễ dàng hơn so với những người tại gia, vì ngày ngày ngoài xã hội người tại gia luôn phải đương đầu với mười tên giặc, kể cả thù trong lẫn giặc ngoài: tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, những thứ lúc nào cũng chực chờ hãm hại và phá nát đường tu của chúng ta. Đối với người tu tập trí tuệ, nếu không đoạn trừ những tên giặc này, khó lòng mà có được một thứ trí tuệ chân chính. **Tham dục** là tham muốn và yêu thích của cái trần thế. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Nếu chúng ta không có ham muốn cho riêng chúng ta; nếu chúng ta làm việc và kiếm tiền nhằm giúp đỡ người khác; nếu chúng ta lấy tu tập là sự nghiệp và sự nghiệp là tu tập thì cuộc sống của chúng ta trong sáng và hạnh phúc biết dường nào! Tuy nhiên, nhiều người không hiểu điều này. Họ chỉ hứng thú tới việc kiếm tiền thật nhiều hoặc thành công trong sự nghiệp ngoài đời. Nên nhớ rằng đây chỉ là cái “Tôi” nhỏ nhoi mà thôi. Phật tử chân thuần nên làm thật nhiều tiền để giúp đỡ mọi người, thì dầu có tạo ra sự nghiệp thế tục cũng là sự nghiệp tốt. Lòng ham muốn vị kỷ thúc đẩy chúng ta thỏa mãn những gì mình cần cũng như những gì mình không xứng đáng được như ăn uống, nhà cửa, xe cộ, tài sản và danh vọng, vân vân. Mắt thì ham nhìn nơi sắc đẹp không biết chán, tai ham nghe mọi thứ âm thanh du dương, mũi ham mong ngửi mùi hương các loại, lưỡi ham nếm các vị béo bổ ngọt ngon, thân ham những xúc chạm mịn màng, và ý ham các sự ghét thương bỉ thử, vân vân. Lòng

tham của con người như thùng không đáy, như biển cả lấy nước liên tục từ trăm ngàn sông hồ to nhỏ, hết ngày này qua ngày khác. Trong thời mạt pháp này, chúng sanh nói chung và nhân loại nói riêng, đã và đang dùng đủ mọi phương cách, thủ đoạn, mưu chước để lường gạt và tàn hại lẫn nhau. Thế nên cuộc đời của chúng sanh, nhất là nhân loại, vốn dĩ đã đau khổ, lại càng đau khổ hơn. Tất cả đều do nơi tánh tham lam, lòng ích kỷ bòn xén mà ra. Chính bằng mưu gian chước quỷ, dối gạt, phương tiện cũng như lật lọng bằng mọi thủ đoạn để đạt cho bằng được. Lòng tham là mãnh lực tinh thần mạnh mẽ khiến cho người ta đấu tranh giết chóc, lọc lừa dối trá lẫn nhau, ngay cả những hành động tàn độc cũng không chừa. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Biết tri tức thiếu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Tu tập giúp chúng ta quân bình được tham dục bằng sự chú tâm vào đề mục bất tịnh. Dính mắc vào vóc dáng có thể là một cực đoan. Gặp trường hợp như thế chúng ta phải để tâm đến một cực đoan khác của cơ thể. Chúng ta hãy quan sát cơ thể và xem đó như một xác chết. Hãy nhìn vào tiến trình tan rã, hủy hoại của một xác chết. Cũng có thể quan sát từng bộ phận của cơ thể như tim, phổi, gan, mắt, máu, nước tiểu, mồ hôi, vân vân. Hãy nhớ lại hình ảnh của các yếu tố bất tịnh của cơ thể mỗi khi tham dục phát sanh. Làm như thế sẽ tránh khỏi tham dục quá nhiều. Hơn nữa, qua tu tập, chúng ta có thể thấy dây trói tham ái và chấp thủ buộc chúng ta vào ngục tù sanh tử. Nói cách khác, tham ái là gốc rễ ngăn cản chúng ta không phát sanh động lực từ bỏ sanh tử, mà còn là một trong những yếu tố chính trói buộc chúng ta vào sanh tử. Để đối trị tham ái, hãy thiền quán về sự bất tịnh của thân xác. Khi chúng ta bị ràng buộc vào một người nào chẳng hạn, hãy quán sát người ấy chỉ là một cái túi đựng những thứ ô uế. Khi ấy sự tham ái và chấp thủ của chúng ta sẽ giảm thiểu. Chúng ta chỉ nghiệm được chân

hạnh phúc và an nhiên tự tại khi chúng ta buông bỏ hoặc có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiếu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Thật vậy, một khi người tu Phật chúng ta từ bỏ được tham dục cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đẩy được qua một bên những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình. Để kết luận về tham cho chương sách này, trên bước đường tu tập hành giả nên luôn nhớ lời Phật dạy trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương dạy: “Một kẻ với trạng thái tâm đầy tham dục dù sống trên trời cũng không thấy đủ; một người đã lìa tham dục dù phải ở dưới đất vẫn thấy hạnh phúc.”

Sân hận là sự đáp lại cảm xúc đối với việc gì không thích đáng hay không công bằng. Nếu không đạt được cái mình ham muốn cũng có thể đưa đến sân hận. Sân hận liên hệ tới việc tự bảo vệ mình. Tuy nhiên, theo giáo thuyết nhà Phật thì sân hận tự biểu lộ trong nó một tư cách thô lỗ, phá mất hành giả một cách hữu hiệu nhất. Đức Phật tuyên bố rất rõ ràng rằng một tâm đầy những sân hận và thù địch không thể hiểu một cách tốt đẹp, không thể nói một cách tốt đẹp. Một người ô nhiễm nuôi dưỡng sự bất mãn và uất hận sẽ không làm dịu bớt hận thù của mình. Chỉ với tâm bất hại và lòng từ mẫn đối với chúng sanh mọi loài mới có thể chấm dứt được hận thù. Sân hận là một trong tam độc, hay một trong ba ngọn lửa đang đốt cháy tâm. Sân hận là nhiên liệu đốt cháy cả rừng công đức của kẻ tu hành. Người tu phải luôn chế ngự sân hận và phát triển lòng từ bi trong tâm. Theo tâm lý học Phật giáo, yếu tố tâm thức về sân hận luôn nối kết với kinh nghiệm khổ đau. Người ta có thể tham và lạc cùng một lúc, nhưng không thể nào vừa sân hận mà lại vừa vui vẻ cùng một lúc được. Bất kỳ ai vun xới oán ghét, sân hận, giận dữ, tính ác nuôi dưỡng sự trả thù hay bảo tồn lòng căm giận đều bị trói buộc vào kinh nghiệm khổ đau như thế, vì người ấy đã chập chịt vào một nguồn cội rất mạnh của khổ đau. Những ai gieo hận thù cho người khác như giết chóc hay hành hạ hay cắt xéo thân thể, có thể

sẽ tái sanh vào những cảnh giới nơi mà họ phải cảm thọ những kinh nghiệm cực kỳ đau đớn, nhức nhối, khắc nghiệt. Chỉ trong những hoàn cảnh như thế họ mới có thể kinh nghiệm những nỗi khổ mà do sự bất thiện của chính họ, họ đã tự đem đến cho chính họ. Đức Phật dạy: “Giặc cướp công đức, không gì hơn sân hận. Vì khi tâm sân hận nổi lên thì chúng sanh lập tức tạo nghiệp, và do đó mà muôn ngàn chướng ngại lập tức hiện ra, ngăn che Thánh đạo, lấp mờ Phật tánh. Cho nên nói ‘Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai,’ nghĩa là chỉ vì một niệm giận tức mà phải lãnh chịu bao nhiêu chướng nạn.”

Si mê hay vô minh là nhìn mọi sự mọi vật không đúng như thật. Không hiểu sự thật về cuộc đời. Chừng nào mà chúng ta không phát triển tâm mình để đạt được trí tuệ chừng đó chúng ta vẫn vô minh về bản chất đúng của sự vật. Theo Phật giáo, vô minh có nghĩa là coi cái ngã hay cái ta là thật. Si mê hay vô minh là nguyên nhân chính của sự không giác ngộ của chúng ta. Vô minh chỉ là giả tướng nên nó chịu ảnh hưởng của sanh, diệt, tăng, giảm, uế, tịnh, vân vân. Vô minh chính là nguyên nhân của, sanh, lão, lo âu, sầu muộn, khổ sở, bệnh hoạn, và chết chóc. Vô minh không biết gì đến con đường thoát khổ là một trong ba lậu hoặc nuôi dưỡng dòng sanh tử luân hồi. Có khi Vô minh có nghĩa là ảo tưởng. Nghĩa là bóng tối hoàn toàn không có ánh chiếu sáng. Vô minh là lầm cái dường như với cái thật là, hay hiện tượng ảo tưởng mà cho là thực tại. Vô minh, si mê hay không giác ngộ, một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã. Vì si mê mà người ta không thấy được cái nhìn như thị, không thể phân biệt đúng sai. Ngu si làm cho người ta mù quáng về chấp ngã, chấp pháp là những thứ vô thường, luôn thay đổi và hoại diệt. Khi giận dữ đã khởi lên thì con người sẽ không còn gì ngoài “si mê.” Để triệt tiêu si mê bạn nên thiền quán “nhân duyên.” Tất cả những vấn đề khó khăn của chúng ta đều bắt nguồn từ vô minh và mê hoặc. Vô minh là bợn nhơ đứng hàng đầu. Tham lam, sân hận, ngã mạn và rất nhiều bợn nhơ khác cùng phát sanh chung với vô minh. Giải pháp phải nằm trong những vấn đề ấy, và do đó, chúng ta không nên tách rời, chạy đi tìm ở đâu ngoài vấn đề. Phân tách và nghiên cứu cho tận tường chúng ta sẽ thấy rằng tất cả những vấn đề ấy đều là những vấn đề của kiếp nhân sinh, của con người, vậy thì chúng ta không nên đổ trách nhiệm cho ai khác hơn là con người. Những vấn đề thật sự chủ chúng ta phải được

và chỉ được giải quyết bằng cách dứt bỏ những ảo kiến và những khái niệm sai lầm, và thu xếp nếp sống của chúng ta vào khuôn khổ điều hòa đồng nhịp với thực tại. Và điều này chỉ có thể thực hiện được qua thiền hành mà thôi.

Mạn hay kiêu mạn là tật đố phát sinh do người ta có cảm giác mình thấp kém, trong khi kiêu mạn (tà mạn, ngã mạn, tăng thượng mạn, etc.) phát sinh từ cảm giác tự tôn sai lầm. Những thứ tự kiêu này sinh ra do người ta nhìn các sự vật từ một quan điểm sai lệch. Những ai đã thực sự thông hiểu Phật pháp và có thể đạt được cái nhìn đúng đắn về sự vật sẽ không bao giờ nhân nhượng lối suy nghĩ lệch lạc như thế. *Kiêu mạn có nhiều nghĩa bao gồm: Kiêu mạn có nhiều nghĩa bao gồm: Thứ nhất* là mạn kiến hay tự cao tự đại (sự kiêu ngạo hay kiêu căng). Mạn Kết hay sự ngã mạn. Kiêu mạn cho rằng mình hay hơn người khác. *Thứ nhì* là mạn cảnh có nghĩa là kiêu mạn vì tiến bộ và mê lầm rằng mình đã đạt được Niết Bàn. Đây là một trong mười cảnh trong thiền quán. *Thứ ba* là mạn tràng (kiêu mạn như tấm tràng phan che chắn hết thiện nghiệp). Lòng ngã mạn bốc cao như cờ phướn treo cao trong gió. *Thứ tư* là mạn danh, tức là cậy nơi gia thế hay tiếng tăm mà kiêu mạn. Đây là một trong tám thứ kiêu mạn. *Thứ năm* là mạn phước, tức là cậy nơi phước đức bố thí thiện lành mà kiêu mạn. Đây là một trong tám thứ kiêu mạn. *Thứ sáu* là mạn tuệ, tức là cậy nơi lớn tuổi mà kiêu mạn. Đây là một trong tám thứ kiêu mạn. *Thứ bảy* là ti mạn, tức là khởi tâm kiêu mạn cho rằng người cực kỳ tài giỏi chỉ hơn mình chút ít thôi. *Thứ tám* là ti hạ mạn. Người tự ti ngạo mạn cho rằng mình chỉ kém người (thật sự vượt thật xa mình) chút ít mà thôi, đây là một trong thất mạn. Hoặc sự ngã mạn cho rằng ta không kém hơn kẻ hơn ta là bao, đây cũng là một trong cửu mạn. *Thứ chín* là ngã mạn, tức là sự kiêu hãnh của tự ngã, hoặc cậy vào cái ta mà khinh mạn hay kiêu ngạo người khác, hoặc tính tự cao tự đại của cái ta. *Thứ mười* là ngã đẳng mạn là một trong bảy loại kiêu ngạo. Ngã mạn cho rằng ta bằng những kẻ hơn ta, đây cũng là một trong chín loại ngã mạn. *Thứ mười một* là quá mạn, một trong bảy loại kiêu ngạo, cho rằng ta hơn những kẻ ngang hàng với ta. Quá mạn là khởi tâm kiêu mạn cho rằng mình hơn những người bằng mình, và cho rằng mình bằng hay coi thường những người hơn mình.

Lại có bốn thứ cống cao ngã mạn: Thứ nhất là kiêu mạn vì tiến bộ và mê lầm rằng mình đã đạt được Niết Bàn. Đây là một trong mười

cảnh trong thiên quán. *Thứ nhì* là sự kiêu hãnh của tự ngã. *Thứ ba* là cậy vào cái ta mà khinh mạn hay kiêu ngạo người khác. *Thứ tư* là tính tự cao tự đại của cái ta. *Theo Câu Xá Luận, có bảy loại kiêu mạn: Thứ nhất là “Mạn”*: Mạn là khởi tâm kiêu mạn cho rằng mình hơn hay mình bằng người. *Thứ nhì là “Quá mạn”*: Quá mạn là khởi tâm kiêu mạn cho rằng mình hơn những người bằng mình, và cho rằng mình bằng hay coi thường những người hơn mình. *Thứ ba là “Mạn quá mạn”*: Mạn quá mạn là khởi tâm kiêu mạn cho rằng mình hơn những người hơn mình. *Thứ tư là “Ngã mạn”*: Ngã mạn là khởi tâm kiêu mạn chấp có ta và có cái sở hữu của ta. *Thứ năm là “Tăng thượng mạn”*: Tăng thượng mạn là khởi tâm kiêu mạn khi chưa chứng đắc Thánh đạo mà cho là chứng đắc. Một vị Tăng nghĩ rằng mình đã chứng đắc, hoặc một vị Tăng cao ngạo, tự cho mình là hay giỏi, không chịu tu trì Phật pháp. Trong Pháp Hội Pháp Hoa, trong khi Đức Phật đang giảng Kinh Pháp Hoa, thì năm ngàn vị Tỳ Kheo Tiểu Thừa, tưởng rằng mình đã chứng đắc, nên bỏ ra về, từ chối không nghe Phật giảng kinh. *Thứ sáu là “Ti mạn”*: Ti mạn hay Ti Hạ Mạn là khởi tâm kiêu mạn cho rằng người cực kỳ tài giỏi chỉ hơn mình chút ít thôi. *Thứ bảy là “Tà mạn”*: Đây là một trong tám loại mạn. Tà mạn là không tôn kính Tam Bảo, làm những việc quấy ác để được lợi mình. Tà mạn là Ngã mạn trong tà kiến và những việc làm xằng bậy. Khởi tâm kiêu mạn cho rằng mình có đạo đức, kỳ thật mình chẳng có đạo đức gì.

Ngoài ra, còn có tám thứ kiêu mạn: Thứ nhất là “Lực mạn”: Cậy mình mạnh hơn người nên kiêu mạn. *Thứ nhì là “Gia thế mạn”*: Cậy nơi gia thế hay tiếng tăm mà kiêu mạn. *Thứ ba là “Tài mạn”*: Cậy nơi nhiều tiền lắm bạc mà kiêu mạn. *Thứ tư là “Tự tại mạn”*: Cậy nơi tự tại hay quyền cao chức trọng mà kiêu mạn. *Thứ năm là “Tuế mạn”*: Cậy nơi lớn tuổi mà kiêu mạn. *Thứ sáu là “Thông minh mạn”*: Cậy nơi thông minh trí tuệ mà kiêu mạn. *Thứ bảy là “Bố thí mạn”*: Cậy nơi phước đức bố thí thiện lành mà kiêu mạn. *Thứ tám là “Hảo tướng mạn”*: Cậy nơi tướng hảo mà kiêu mạn. *Theo truyền thống Phật giáo Đại Thừa, có tám loại kiêu mạn khác: Thứ nhất là “Như mạn”*. Thứ nhì là “Mạn mạn”. Thứ ba là “Bất như mạn”. Thứ tư là “Tăng thượng mạn”. Thứ năm là “Ngã mạn”. Thứ sáu là “Tà mạn”. Thứ bảy là “Kiêu mạn”. Thứ tám là “Đại mạn”. *Theo Vi Diệu Pháp thì có chín loại mạn: Thứ nhất là “Ngã Thắng Mạn”*: Đối với người bằng mình, lại sinh tâm quá mạn cho rằng mình hơn họ. *Thứ nhì là “Ngã Đẳng Mạn”*: Đối với

người hơn mình, lại sinh tâm quá mạn cho rằng mình bằng họ. *Thứ ba là “Ngã Liệt Mạn”*: Khởi tâm kiêu mạn cho rằng mình không đến nỗi tệ như người khác. *Thứ tư là “Hữu Thắng Ngã Mạn”*: Vẫn khởi tâm kiêu mạn dù biết rằng người đó hơn mình. *Thứ năm là “Vô Đẳng Ngã Mạn”*: Khởi tâm kiêu mạn cho rằng không ai bằng mình. *Thứ sáu là “Vô Liệt Ngã Mạn”*: Dù biết rằng không ai kém hơn mình nhưng vẫn sanh lòng kiêu mạn cho rằng mình chỉ kém người chút ít thôi. *Thứ bảy là “Vô Thắng Ngã Mạn”*: Đối với người bằng mình, lại sanh tâm kiêu mạn cho rằng không ai có thể hơn mình được. *Thứ tám là “Hữu Đẳng Ngã Mạn”*: Dù biết người cũng bằng mình, nhưng vẫn sanh tâm kiêu mạn cho rằng họ chỉ bằng ta thôi. *Thứ chín là “Hữu Liệt Ngã Mạn”*: Đối với người bằng mình, lại khởi tâm kiêu mạn cho rằng họ tệ hơn mình. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tất đố phát sinh do người ta có cảm giác mình thấp kém, trong khi kiêu mạn (tà mạn, ngã mạn, tăng thượng mạn, etc.) phát sinh từ cảm giác tự tôn sai lầm. Những thứ tự kiêu này sinh ra do người ta nhìn các sự vật từ một quan điểm sai lệch. Những ai đã thực sự thông hiểu Phật pháp và có thể đạt được cái nhìn đúng đắn về sự vật sẽ không bao giờ nhân nhượng lối suy nghĩ lệch lạc như thế.

Kiêu mạn là quan niệm tự thổi phồng mình lên. Khi chúng ta nhìn xuống từ một đỉnh núi thì mọi sự ở dưới thấp đều như nhỏ lại. Khi chúng ta tự cho mình cao hơn thiên hạ, và có một cái nhìn tự thổi phồng mình lên, tức là chúng ta tự khoác lên cho mình một sắc thái cao vượt. Thật khó cho một người mang tánh kiêu mạn tu tập, vì dù cho vị thầy có dạy gì cho người ấy cũng không lợi ích gì. Sự kiêu ngạo nghĩa là sự kiêu căng sai lầm, nghĩ rằng mình đúng dù mình sai trái, nghĩ rằng mình giỏi dù trên thực tế mình dở tệ. Kiêu mạn cũng có nghĩa là tự phụ do cái ảo tưởng cho rằng mình thông hiểu những gì người khác khó mà hiểu được. Sự kiêu ngạo là một trong những chướng ngại chính trong việc tu tập của chúng ta. Trong khi tu đạo, chúng ta cần phải có đủ trí huệ chân chánh. Người có trí huệ chân chánh không bao giờ tự khen ngợi chính mình và hủy báng người khác. Những con người ấy không bao giờ nói mình thanh cao, còn người khác thì tệ hại, bần tiện. Một khi những người tu Phật chúng ta mà buông bỏ được tánh kiêu ngạo cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đẩy được qua một bên một trong những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình. Trong đạo Phật, những kẻ ngã mạn, tự khen mình chê người không còn

đường tiến tu, tuy họ sống mà như đã chết vì họ đã đi ngược lại với đạo đức của một người con Phật.

Nghi hay hoài nghi có nghĩa là hoài nghi về mặt tinh thần. Theo quan điểm Phật giáo thì hoài nghi là thiếu khả năng tin tưởng nơi Phật, Pháp, Tăng; nghi rằng không biết thật sự có cái gọi là gieo nhân gì gặt quả đó hay không, vân vân. Nghi là một trong năm chướng ngại mà người ta phải trút bỏ trên đường nhập Thánh. Thật vậy, một người ở ở trong tình trạng hoài nghi thật sự là một con người đang bị một chứng bệnh tàn khốc nhất, trừ khi anh ta buông bỏ mối hoài nghi của mình, bằng không anh ta vẫn phải tiếp tục lo âu và đau khổ về chứng bệnh tàn khốc này. Bao lâu con người còn phải chịu tình trạng khó chịu tinh thần này, tình trạng lưỡng lự không quyết đoán được này, con người ấy sẽ vẫn tiếp tục có thái độ hoài nghi về mọi việc mà điều này được xem là bất lợi nhất cho việc tu tập. Các nhà chú giải giải thích tâm triền cái này như là sự không có khả năng quyết định điều gì một cách rõ rệt, nó cũng bao gồm cả sự hoài nghi về khả năng có thể chứng đắc các thiền nữa. Hoài nghi là một trong những căn bản phiền não gây ra đau khổ. Một trong năm chướng ngại mà người ta phải trút bỏ trên đường nhập Thánh. Thuật ngữ “Vichikiccha” là từ Nam Phạn (Pali) là phối hợp của “Vi”, có nghĩa là không, và “cikiccha” có nghĩa là thuốc chữa. Hoài nghi có nhiều loại: nghi ngại tự ngã, nghi ngại tôn sư, và nghi ngại pháp. *Có bốn thứ nghi: Thứ nhất là nghi về Thân:* Nghi rằng trong quá khứ mình đã từng có thân hay không? Nghi rằng trong hiện tại thân này có thật sự hiện hữu hay không? Nghi rằng trong tương lai có đầu thai hay không? Nghi rằng trong quá khứ và vị lai thân ta là nam hay nữ? *Thứ nhì là nghi về Mạng:* Nghi rằng có thân có mạng hay có thân không mạng? Nghi rằng thân cùng mạng này là thường hay vô thường? Nghi rằng thân cùng mạng này do ai tạo ra? Trời Tự Tại tạo ra, theo luật tiến hóa tạo ra, tự nhiên sanh ra, do đời tạo ra, vân vân. Nghi rằng thân này là do cát bụi tạo ra. Nghi rằng nếu thân này không do cát bụi tạo ra thì tại sao khi tan rã rồi thì thân ấy lại hoàn về cát bụi. Nghi rằng thân do pháp hay do chẳng phải pháp tạo ra. Nghi rằng thân này do nghiệp hay chẳng do nghiệp tạo ra. Nghi rằng thân này do phiền não tạo ra. Nghi rằng thân này có phải do cha mẹ tạo ra hay không. *Thứ ba là nghi về Ngã:* Nghi rằng Ngã từ đâu sanh ra và sẽ đi về đâu? Nghi rằng nếu có cái Ngã, thì Ngã ấy là sắc hay chẳng phải sắc? Nghi rằng nếu có Ngã thì cái Ngã ấy là tướng hay chẳng phải là

tướng? Nghi rằng cái Ngã ở trong thân hay ở ngoài thân? Nghi rằng cái Ngã ở trong tâm hay ở trong mắt? Nghi rằng cái Ngã ở đời quá khứ thuộc giống nào (là thú, hay là người và nó hành xử ra sao)? Nghi về cái Ngã đời vị lai thuộc giống nào? *Thứ tư là nghi về Tội*: Nghi rằng sát sanh có phạm tội hay không? Nghi rằng uống rượu hay những chất cay độc có phạm hay không phạm tội? Nghi rằng tội ta tự tạo hay vì người khác mà gây tạo? Nghi rằng nếu gây tạo tội rồi thì thân này sẽ thọ báo hay Ngã này sẽ thọ báo? Bên cạnh đó, còn có năm thứ nghi (ngũ nghi). *Đây là năm loại nghi hoặc ẩn núp trong tâm và có khuynh hướng làm nãn niềm tin của chúng ta*: *Thứ nhất* là nghi nơi trí huệ của Như Lai. *Thứ nhì* là nghi nơi giáo pháp của Phật. *Thứ ba* là nghi người thuyết pháp. *Thứ tư* là nghi không biết con đường hay phương cách để nghị đi theo có đáng tin cậy hay không. *Thứ năm* là nghi ngờ lòng thành của người hiểu và đi theo giáo pháp của Thế Tôn. Ngoài ra, còn có năm loại hoài nghi khác nữa. Đây là những loại nghi ngờ chẳng những khiến cho hành giả tràn ngập với sân hận và chống đối, mà còn làm cho tâm hành giả bị mê mờ. *Có năm loại hoài nghi khiến cho tâm mê mờ*: *Loại nghi ngờ thứ nhất* liên hệ tới Đức Phật, vị thầy vĩ đại đã chỉ cho chúng ta con đường giải thoát. *Loại nghi ngờ thứ hai* liên hệ tới Pháp, con đường đưa đến giải thoát. *Loại nghi ngờ thứ ba* liên hệ tới Tăng già, những bậc cao thượng đã nhỏ được một phần hay hết thảy phiền não. *Loại nghi ngờ thứ tư* là nghi ngờ chính mình, nghi ngờ giới luật và cách hành thiền của chính mình. *Loại nghi ngờ cuối cùng* là nghi ngờ người khác, bao gồm cả thiền sư lẫn những bạn đồng tu khác. Hành giả nên luôn nhớ rằng nghi ngờ là chuyện tự nhiên. Mọi người đều bắt đầu với sự nghi ngờ. Chúng ta sẽ học được ở sự hoài nghi nhiều điều lợi lạc. Điều quan trọng là đừng đồng hóa mình với sự hoài nghi. Nghĩa là đừng chụp lấy nó, đừng bám víu vào nó. Dính mắc và hoài nghi sẽ khiến chúng ta rơi vào vòng lẩn quẩn. Thay vào đó, hãy theo dõi toàn thể tiến trình của hoài nghi, của sự băn khoăn. Hãy nhìn xem ai đang hoài nghi. Hoài nghi đến và đi như thế nào. Làm được như vậy, chúng ta sẽ không còn là nạn nhân của sự hoài nghi nữa. Chúng ta sẽ vượt ra khỏi sự nghi ngờ và tâm chúng ta sẽ yên tĩnh. Lúc bấy giờ chúng ta sẽ thấy mọi chuyện đến và đi một cách rõ ràng. Tóm lại, hãy để cho mọi sự bám víu, dính mắc của chúng ta trôi đi; chú tâm quan sát sự nghi ngờ; đó là cách hiệu quả nhất để thấy rõ bản chất thật của hoài nghi. Chỉ cần đơn thuần chú tâm quan sát hoài nghi, hoài nghi sẽ

biến mất. Nói tóm lại, thấy được bản chất thật của hoài nghi sẽ đưa hành giả đến chỗ buông bỏ. Mà thật vậy, trừ phi hành giả tu Phật thấy được bản chất thật của hoài nghi, nếu không là không bao giờ buông bỏ được chúng. Hành giả phải luôn cố gắng lắng nghe lời Phật dạy về hoài nghi để không bị vướng mắc những khổ đau và phiền não trên đường tu tập của mình.

Tà Kiến theo đạo Phật là không thừa nhận nhân quả, không theo Phật pháp, là một trong ngũ kiến và thập ác. Kỳ thật, không có sự định nghĩa rành mạch về “tà kiến” trong Phật giáo. Trong thời Đức Phật, chính Ngài đã khẳng định với chúng đệ tử của Ngài rằng: “Cả đến giá trị các lời tuyên bố của chính Như Lai cũng phải được thắc mắc.” Đức Phật tuyên bố không có quyền hành gì về học thuyết của Ngài ngoài trừ kinh nghiệm của chính bản thân của chính Ngài. Tà kiến khởi lên từ quan niệm lầm lẫn về bản chất thật của sự hiện hữu. Trong thời Đức Phật còn tại thế, có ít nhất là 62 tà kiến ngoại đạo. Phật giáo nhấn mạnh trên thuyết nhân quả. Hiểu được thuyết nhân quả là đã giải được phần lớn câu hỏi về nguồn gốc của khổ đau phiền não. Không hiểu hay không chịu hiểu thuyết nhân quả là một loại tà kiến trong Phật giáo. Theo Đức Phật, chúng sanh phải chịu đựng khổ đau phiền não vì tham lam, sân hận và si mê, và nguyên nhân của những điều độc hại này chẳng những là vô minh mà còn do tà kiến nữa. Theo Phật Giáo nguyên Thủy được ghi lại trong A Tỳ Đạt Ma Luận, tà kiến là ba quan kiến sai lầm sau đây được ghi lại trong Kinh Tạng: “Tin rằng mọi sự vật từ nhiễm đến tịnh đều phát sanh không có nguyên nhân, nhiễm tịnh chỉ là tình cờ mà thôi. Tin rằng hành động dầu tốt hay xấu đều không tạo quả, do đó chối bỏ luân lý đạo đức. Tin rằng không có kiếp sống nào sau kiếp này, do đó chối bỏ mọi ý nghĩa đạo lý của nghiệp (đoạn kiến). Cũng theo Phật Giáo Nguyên Thủy, có mười loại tà kiến khác: Tin rằng không có cái gì gọi là “để bát,” nghĩa là để bát cho chư Tăng Ni không đem lại lợi ích gì. Tin rằng không có gì gọi là “cúng dường,” nghĩa là cúng dường cho chư Tăng Ni không đem lại lợi ích gì. Tin rằng không có gì gọi là “dâng tặng,” hay dâng tặng vật dụng đến chư Tăng Ni không đem lại lợi ích gì. Tin rằng không có nhân quả, nghĩa là hành động thiện ác đều không gây hậu quả nào. Tin rằng không có gì gọi là “thế gian này”. Tin rằng không có gì gọi là “thế giới tới,” nghĩa là người sanh ở đây không chấp nhận có tiền kiếp và kiếp vị lai. Tin rằng không có “mẹ”. Tin rằng không có “cha,” nghĩa là đối xử với cha

mẹ thế nào cũng không có hậu quả. Tin rằng không có chúng sanh chết và tái sanh. Tin rằng không có những bậc tu sĩ xa lánh chốn phồn hoa đô hội để tìm nơi vắng vẻ tham thiền nhập định, cũng như những bậc thiện tri thức, đức độ cao thượng, đạo hạnh trang nghiêm đã chứng đạt đạo quả (chư Phật và A La Hán). Theo Ngài Bồ Đề trong Vi Diệu Pháp thì có ba loại tà kiến: Chủ nghĩa đoạn kiến, cho rằng sau khi chết là không còn gì nữa, vì vậy mà người theo chủ nghĩa này phủ nhận ý nghĩa của thiện nghiệp. Chủ nghĩa phủ nhận nhân duyên thì cho rằng mọi chuyện phát sanh nhiễm ô hay thanh tịnh đều không có nguyên nhân, chúng sanh nhiễm ô hay thanh tịnh bởi tình cờ hay định mệnh. Chủ nghĩa phủ nhận hậu quả thì lại cho rằng hành động dù tốt dù xấu cũng đều không tạo quả. Theo Kinh Ví Dụ Con Rắn trong Trung Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy: “Người nào nghe Như Lai hay đệ tử Như Lai thuyết pháp để bạt trừ tất cả kiến xứ, cố chấp, thiên chấp, thiên kiến, tùy miên, sự tịnh chỉ mọi hành động, sự từ bỏ mọi sanh y, sự diệt trừ khát ái để đưa đến ly tham, đoạn diệt, Niết Bàn. Vì ấy nghĩ rằng chắc chắn ta sẽ bị đoạn diệt, chắc chắn ta sẽ bị hoại diệt, chắc chắn ta sẽ không tồn tại. Vì ấy không sầu muộn, không than vãn, không khóc lóc; vì ấy không đấm ngực, không đi đến bất tỉnh.” Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Không đáng hổ lại hổ, việc đáng hổ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (316). Không đáng sợ lại sợ, việc đáng sợ lại không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (317). Không lỗi tưởng là lỗi, có lỗi lại tưởng không, cứ ôm tà kiến ấy, địa ngục khó lánh xa (318).” Qua tu tập, chúng ta thấy sự như thực của vạn hữu, từ đó mà cũng thấy được tà kiến là khư khư bảo thủ, kiên trì giữ lấy quan điểm của mình, không chấp nhận rằng có những kiếp sống trong quá khứ và những kiếp sống kế tiếp trong tương lai, không chấp nhận rằng con người có thể đạt tới trạng thái Niết Bàn. Tà kiến nghĩa là niềm tin sai lạc cho rằng trong ngũ uẩn hay những thứ tạo nên cá thể có một linh hồn trường cửu. Tà kiến còn có nghĩa là thấy sự vật một cách sai lầm. Tà kiến cũng có nghĩa là phủ nhận sự hiện hữu của hiện tượng và bám vào chủ nghĩa hoàn toàn hủy diệt, nghĩa là khi chết là chấm dứt tất cả, đối lại với chủ trương cho rằng thân tâm là thường trụ bất diệt; cả hai đều là tà kiến. Tánh và nghiệp dụng của nó là giải thích sai lầm mà cho là trúng. Nguyên nhân gần của nó là không chịu tin theo tứ diệu đế. Chấp giữ tà kiến theo đạo Phật là khư khư bảo thủ, kiên trì giữ lấy quan điểm của mình, không chấp nhận rằng có những

kiếp sống trong quá khứ và những kiếp sống kế tiếp trong tương lai, không chấp nhận rằng con người có thể đạt đến trạng thái Niết bàn, không chấp nhận có Phật, Pháp, Tăng. Hồ nghi không có những điều trên chưa phải là tà kiến, tuy nhiên, nếu chúng ta bỏ lơ không chịu tham vấn, không chịu tìm học về những vấn đề này để giải quyết những nghi tình ấy thì tà kiến sẽ phát sinh, chúng ta sẽ tin tưởng và đi theo những giáo lý sai lầm ấy. Thật vậy, trừ phi hành giả tu Phật thấy được bản chất thật của tà kiến, nếu không là không bao giờ buông bỏ được chúng. Hành giả phải luôn cố gắng lắng nghe lời Phật dạy về tà kiến để không bị vướng mắc những khổ đau và phiền não trên đường tu tập của mình. Tuy nhiên, chúng ta không bao giờ thấy được bản chất thật của tà kiến chỉ bằng cách đơn thuần kêu nó đi, chỉ có tu tập mới có thể giúp cho chúng ta thấy được bản chất thật của tà kiến mà thôi. Qua tu tập, chúng ta sẽ có cơ hội phá tan bức màn vô minh để thấy rằng rất nhiều thứ mà chúng ta đã từng khư khư bảo thủ trong quá khứ là sai lầm. Vì tà kiến chẳng những không giúp ích gì được cho chúng ta mà ngược lại còn khiến chúng ta ngày càng đi trật đường chánh pháp của đức Phật. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng trừ phi chúng ta thấy được bản chất thật của tà kiến qua tu tập, nếu không là chúng ta không bao giờ buông bỏ được chúng. Tóm lại, người tu Phật chúng ta nên cố gắng thấy rõ bản chất thật của tà kiến để buông bỏ. Làm được như vậy cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đẩy được qua một bên những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình. Đây là một trong những phương cách buông bỏ tuyệt vời nhất cho hành giả.

Sát sanh là một trong mười ác nghiệp, giết hại mạng sống của loài hữu tình. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, sát sanh là cố ý giết chết một chúng sanh. Trong Phạn ngữ, “Panatipata,” pana có nghĩa là đời sống tâm vật lý của một chúng sanh. Xem thường đời sống, tiêu diệt, cắt đứt, ngăn chặn sức tiến của năng lực một đời sống, không cho nó tiếp tục trôi chảy là panatipata. Pana còn có nghĩa là cái gì có hơi thở. Do đó tất cả những động vật, kể cả loài thú, đều được xem là sanh vật. Tuy nhiên, cây cỏ không được xem là “sinh vật” vì chúng không có phần tinh thần. Tuy nhiên, chư Tăng Ni cũng không được phép hủy hoại đời sống của cây cỏ. Giới này không áp dụng cho những cư sĩ tại gia. Có năm điều kiện cần thiết để thành lập một nghiệp sát sanh: có một chúng sanh, biết rằng đó là một chúng sanh, ý muốn giết, cố gắng để giết, và giết chết chúng sanh đó. Nghiệp dữ gây

ra do hành động sát sanh nặng hay nhẹ tùy sự quan trọng của chúng sanh bị giết. Nếu giết một bậc vĩ nhân hiền đức hay một con thú to lớn tạo nghiệp nặng hơn là giết một tên sát nhân hung dữ hay một sinh vật bé nhỏ, vì sự cố gắng để thực hiện hành động sát sanh và tai hại gây ra quan trọng hơn. Quả dữ của nghiệp sát sanh bao gồm yếu mạng, bệnh hoạn, buồn rầu khổ nạn vì chia ly, và luôn luôn lo sợ. Không Sát Sanh là giới thứ nhất trong Ngũ Giới. Chúng ta đang sống trong một thế giới bất toàn, mạnh hiếp yếu, lớn hiếp nhỏ, giết chóc tràn lan khắp nơi. Ngay trong thế giới loài vật, chúng ta cũng thấy cọp ăn nai, rắn ăn nhái, nhái ăn những côn trùng nhỏ, hoặc cá lớn nuốt cá bé, vân vân. Và hãy nhìn về thế giới loài người của chúng ta, chúng ta giết thú, thậm chí có khi vì quyền lợi mà chúng ta còn giết hại lẫn nhau nữa. Chính vì thế mà Đức Phật đặt ra giới luật thứ nhất cho chúng đệ tử của Ngài: “không sát sanh.” Không sát sanh là giới thứ nhất trong thập giới. Không sát sanh là không giết hại vì lòng từ bi mẫn chúng. Đây là giới luật đầu tiên dành cho cả xuất gia lẫn tại gia, không sát sanh bao gồm không giết, không bảo người giết, không hoan hỷ khi thấy giết, không nghĩ đến giết hại bất cứ lúc nào, không tự vận, không tán thán sự giết hay sự chết bằng cách nói: “Ông/bà thù chết đi còn sướng hơn sống.” Không sát sanh cũng bao gồm không giết hại thú vật. Không sát sanh cũng bao gồm không giết thú làm thịt, vì làm như vậy, chúng ta chẳng những cắt ngắn đời sống mà còn gây đau đớn và khổ sở cho chúng nữa (ba lý do trọng yếu để ngăn chặn sát sanh: a) Nghiệp báo như quả: sát nghiệp bị sát báo, tức là giết người sẽ bị người giết lại. Đức Phật dạy: “Tất cả các loài hữu tình chúng sanh loài nào cũng quý trọng thân mạng, đều tham sống sợ chết. Tất cả già trẻ đều lo tiếc giữ thân mạng, thậm chí đến lúc già gần chết đến nơi vẫn còn sợ chết. Vì quý trọng sự sống, nên khi bị gia hại là họ căm thù trọn kiếp. Lúc gần chết lại oán ghét nhau, lấy oán để trả oán, oán không bao giờ chấm dứt.” b) Sát sanh cùng với tâm cứu hộ trái nhau. c) Bồi dưỡng thân tâm: Phật giáo cấm Phật tử đích thân giết hại, cố ý giết hại, như giết, duyên giết; không cho phép Phật tử chế tạo và bán các dụng cụ sát sanh như cung tên, dao gươm, súng đạn, vân vân). Phật tử chân thuần nên luôn nhớ lời Phật dạy, chẳng những không sát sanh, chẳng những tôn trọng sự sống, mà còn trân quý sự sống. Không sát sanh đồng thời mở lòng từ đến tất cả chúng sanh không đưa ra một giới hạn nào cả. Tất cả chúng sanh trong đạo Phật, hàm ý tất cả mọi loài sinh vật, mọi

loài có hơi thở. Một điều ai trong chúng ta cũng phải thừa nhận rằng mọi loài đều có sự sống, dù là người hay vật, đều tham sống sợ chết. Vì sự sống quý giá đối với muôn loài như vậy, mục đích của chúng ta là không để nó bị hại và tìm cách kéo dài sự sống. Điều này áp dụng đến cả những sinh vật nhỏ nhoi nhất có ý thức về sự sống. Theo Kinh Pháp Cú (131), Đức Phật dạy: “Ai mưu cầu hạnh phúc, bằng cách hại chúng sanh, các loài thích an lành, đời sau chẳng hạnh phúc.” Hạnh phúc của mọi loài sinh vật tùy thuộc vào sự sống của chúng. Vì vậy tước đoạt đi cái được xem là vô cùng quý giá đối với chúng là cực kỳ độc ác và vô lương tâm. Vì vậy, không làm hại và giết chóc kẻ khác là một trong những đạo đức quan trọng nhất của người con Phật. Những ai muốn dưỡng thói quen đối xử độc ác với loài vật cũng hoàn toàn có khả năng ngược đãi con người khi có cơ hội. Khi một ý nghĩ độc ác dần dần phát triển thành nỗi ám ảnh, nó có thể dẫn đến tính tàn bạo. Những người sát sanh phải chịu đau khổ trong kiếp hiện tại. Sau kiếp sống này, ác nghiệp sẽ đẩy họ vào khổ cảnh lâu dài. Ngược lại, người có lòng thương tưởng đến những chúng sanh khác và tránh xa việc sát sanh sẽ được tái sanh vào những cõi an vui và nếu có sanh lại làm người cũng sẽ được đầy đủ sức khỏe, sắc đẹp, giàu sang, có ảnh hưởng, và thông minh, vân vân. Đức Phật đã dạy trong các kinh điển: “Tội ác lớn không gì bằng giết hại sinh mạng; công đức lớn không gì bằng cứu sống sinh mạng. Đời sống thật quý báu đối với chúng sanh mọi loài.” Thật vậy, tất cả chúng sanh đều tham sống sợ chết, chúng ta nên tôn trọng đời sống và không nên sát hại bất cứ sinh vật nào. Giới này không những cấm chúng ta sát hại con người, mà còn cấm chúng ta sát hại bất cứ sinh vật nào để kiếm tiền hay xem sát hại như một môn thể thao (săn bắn). Chúng ta có một thái độ bi mẫn đến muôn loài, và mong cho họ có đời sống hạnh phúc và giải thoát. Chăm sóc cho trái đất mà chúng ta đang ở, không làm ô nhiễm sông ngòi và không khí, không phá hủy rừng rậm cũng được bao gồm trong giới này. Giết hại chúng sanh, một trong bốn trọng tội trong Phật giáo. Sát sanh là cố ý giết hại mạng sống của chúng sanh, kể cả thú vật. Lời khuyên không sát sanh thách thức chúng ta phải sáng tạo ra những phương cách khác hơn bạo động nhằm giải quyết những xung đột. Không sát sanh hay tàn hại sinh mạng của loài hữu tình. Theo giáo thuyết nhà Phật thì giết người là phạm trọng giới, giết bất cứ loài sinh vật nào cũng đều phạm khinh giới. Tự vẫn hay tự giết mình cũng đưa đến

những hình phạt nặng nề trong kiếp lai sanh. Theo Hòa Thượng Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, sự cấm lấy đi mạng sống không những chỉ cho loài người mà cho tất cả các sinh vật thuộc mọi loài, cả lớn lẫn bé, từ con sâu con kiến. Mỗi ngày, một số lớn súc vật bị giết để làm thực phẩm, người ăn thịt nhiều, trong khi người ăn chay lại ít. Trong lãnh vực khoa học, nhiều con vật được dùng trong nhiều cuộc khảo cứu và thử nghiệm. Trong lãnh vực hành pháp, vũ khí được sử dụng để diệt tội phạm. Những cơ quan bảo vệ luật pháp trừng trị kẻ phạm pháp. Những kẻ hiếu chiến sử dụng vũ khí để giết hại lẫn nhau. Những hành động kể ra trên đây là những thí dụ không bị coi là bất hợp pháp hay đi ngược lại lẽ lối sinh hoạt hằng ngày trên thế giới. Thật ra, người ta còn có thể cho là sai khi cấm làm những hành động đó. Ngày nay nhiều động vật bị cạy những vi trùng, và nhờ những vi trùng, những mầm bệnh, và nhiều loại vi trùng đã được khám phá. Hầu hết mọi thứ đều chứa vi trùng, ngay cả đến nước uống. Tuy có một phần lớn những bất tịnh được ngăn lại bởi máy lọc, vi trùng vẫn qua được. Cho nên vô số vi trùng vào trong cuống họng ta với mỗi ngụm nước. Cũng giống như vậy với thuốc men, bất cứ lúc nào thuốc men được dùng đến, vô số vi trùng bị giết. Những vi trùng có được coi như là chúng sinh hay không phải là chúng sinh? Nếu như vậy, không ai có thể hoàn toàn tuân theo giới này được. Ngoài ra có một số người quan niệm là người không giết mạng sống con vật cũng nên không ăn thịt, vì ăn thịt là khuyến khích người khác sát sanh, tội cũng không kém gì người giết.

Trộm đạo là lấy bất cứ thứ gì mà không được cho bởi chủ nhân hay trộm cắp cũng sai ngay cả về mặt pháp lý. Đạo hay Trộm Cắp, một trong bốn trọng tội trong Phật giáo. Trộm cắp là lấy những gì mà người ta không cho, kể cả việc không đóng thuế hay tiền lệ phí mà mình phải trả, hay mượn đồ mà không trả, hay lấy những vật dụng từ sở làm để dùng cho cá nhân mình. Vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni nào trộm cắp hay xâm phạm tài sản của người khác, dù là của tư hay của công, đều phạm một trong bốn giới Rơi Rụng. Vị ấy không còn xứng đáng làm Tăng hay làm Ni trong giáo đoàn nữa. Không trộm cắp có nghĩa là không trực tiếp hay gián tiếp phỉnh gạt để lấy của người. Trái lại còn phải cố gắng bố thí cho muôn loài. Đức Phật đã từng dạy “họa lớn không gì bằng tham lam; phước lớn không gì bằng bố thí”. Không trộm cắp là giới thứ nhì trong ngũ giới. Chúng ta không có quyền lấy bất cứ

thứ gì mà người ta không cho. Không trộm cắp giúp cho chúng ta trở nên lương thiện hơn (bất cứ vật gì của người không cho mà mình cố ý lấy, thì gọi là thâu đạo hay trộm cắp. Ý nghĩa ngăn cản trộm cắp là để diệt trừ nghiệp báo, như quả ở ngoài, chủ yếu là trừ tâm niệm tham và diệt hẳn ngã chấp, ái dục mạnh thì khởi tâm tham cầu, tham cầu không được thì sanh ra trộm cắp. Một khi chấp ngã, nghĩa là chấp có ta, thì có của mình mà không có của người, chỉ nghĩ đến sở hữu của ta, không nghĩ đến sở hữu của người. Ngăn ngừa trộm cướp tức là chặn đứng lòng tham và chấp ngã).

Dâm dục là giới thứ ba trong ngũ giới cho hàng tại gia, cấm ham muốn nhiều về sắc dục hay tà hạnh với người không phải là vợ chồng của mình. Giới thứ ba trong mười giới trọng cho hàng xuất gia trong Kinh Phạm Võng, cắt đứt mọi ham muốn về sắc dục. Người xuất gia phạm giới dâm dục tức là phạm một trong tứ đọa, phải bị trục xuất khỏi giáo đoàn vĩnh viễn. Bốn điều kiện cần thiết để tạo nghiệp tà dâm: ý nghĩ muốn thỏa mãn nhục dục, cố gắng thỏa mãn nhục dục, tìm phương tiện để đạt được mục tiêu, và sự thỏa mãn. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, đây là những quả báo không tránh khỏi của tà dâm là có nhiều kẻ thù, đời sống vợ chồng không hạnh phúc, và sanh ra làm đàn bà hay làm người bán nam bán nữ. Những lời Phật dạy về “Tà Dâm” Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, đọa địa ngục (309). Vô phước đọa ác thú bị khủng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến (310). Dâm dục phát triển thành thói quen vì sự giao hợp trong đó hai người âu yếm nhau và phát sanh sức nóng kích thích sự ham muốn. Chuyện này cũng giống như việc chà xát hai tay với nhau. Nhân dâm dục có quả báo là giường sắt nóng, cột đồng, tám địa ngục nóng (giường sắt có nghĩa là sự ham muốn, và cột đồng có nghĩa là sự thèm muốn tình dục). Đức Phật dạy: “Dâm tập giao tiếp, phát ra từ nơi cọ xát mãi không thôi. Như vậy nên lúc chết thấy có lửa sáng, trong đó phát động. Ví dụ như người lấy tay cọ xát nhau thấy có hơi nóng. Hai cái tập nương nhau khởi, nên có việc giường sắt trụ đồng. Cho nên mười phương các Đức Phật nói dâm là lửa dục. Bồ Tát thấy sự dâm dục như tránh hầm lửa.” Vào thời Đức Phật còn tại thế, có một người đàn ông có thói quen tà dâm. Dù đã bị bắt nhiều lần, nhưng thói cũ vẫn không chữa. Trong khi tuyệt vọng, người cha bèn đưa người ấy

đến gặp Đức Phật để nghe lời khuyên nhủ. Đức Phật chỉ ra cho người ấy thấy rằng một kẻ phạm hạnh tà dâm sẽ tự làm khổ mình cũng như làm khổ người khác. Người ấy chẳng những phung phí tiền bạc và mất đi tiếng tăm, mà còn tạo ra nhiều kẻ thù cho chính mình. Đây chính là những hậu quả nghiêm trọng của sự tà dâm, mà người ta thường không nhìn thấy khi phạm phải lỗi lầm này. Không tà dâm có nghĩa là không lang chạ với vợ hay chồng người, hoặc với người không phải là vợ hay chồng của mình. Gian dâm là sai. Người Phật tử tại gia nên có trách nhiệm trong vấn đề tình dục. Nếu chưa xuất gia được để tu hành giải thoát, thì hai vợ chồng nên gìn giữ mối quan hệ đứng đắn, ân cần, yêu thương và trung thành với nhau, thì gia đình sẽ hạnh phúc, và xã hội sẽ tốt đẹp hơn. Người phạm tội gian dâm không còn được kính nể và không được ai tin cậy. Tà dâm dính líu tới những người mà mối liên hệ vợ chồng phải tránh theo tập tục, hay với những người cấm bởi pháp luật, hay bởi Pháp, là sai. Cho nên ép buộc bằng phương tiện vũ lực hay tiền bạc một người đã có gia đình hay người chưa có gia đình ưng thuận là tà dâm. Mục đích của giới thứ ba là gìn giữ sự kính trọng gia đình và mối người liên hệ để bảo vệ tính cách thiêng liêng bất khả xâm phạm (Giới này chia làm hai loại, tại gia và xuất gia. Không tà dâm chỉ dành cho người tại gia thọ trì năm giới cấm, nghĩa là vợ chồng không chính thức cưới hỏi, phi thời, phi xứ, đều thuộc tà dâm. Giới cấm này chẳng những giúp ta tránh được quả báo, mà còn đặc biệt gìn giữ và trưởng dưỡng thân tâm không cho chạy theo tình dục phi thời phi pháp. Về phần Tăng chúng xuất gia, với ý chí cầu phạm hạnh, giới này đòi hỏi Tăng chúng đoạn tuyệt với tất cả mọi hành vi dâm dục, cho đến khởi tâm động niệm đều là phạm giới). Theo Thanh Tịnh Đạo, tà hạnh là làm những điều đáng lý không nên làm, và không làm cái nên làm, do tham sân si và sợ. Chúng được gọi là đường xấu vì đó là những con đường mà bậc Thánh không đi. Tà dâm được nói trong giáo lý nhà Phật như là một trong những hình thức tương tự với sự Gian Dâm. Với Tăng Ni dù chỉ suy nghĩ hay ao ước đến chuyện làm tình với một người khác, chứ đừng nói đến chuyện làm tình, là đã có tội và phạm giới luật nhà Phật, phải bị khai trừ khỏi Giáo đoàn. Riêng với Phật tử tại gia, nếu suy nghĩ hay ao ước, hoặc làm tình với người không phải là vợ chồng của mình đều bị cấm đoán. Tránh tà dâm là tôn trọng con người và những quan hệ cá nhân. Nhiều bất hạnh xảy đến với những con người tà hạnh và có lối sống thiếu trách nhiệm. Kết quả của sự tà hạnh

là nhiều gia đình tan vỡ, nhiều trẻ em trở thành nạn nhân của sự lạm dụng tình dục. Đối với tất cả Phật tử tại gia, hạnh phúc của chính mình cũng là hạnh phúc của người khác, vì thế vấn đề tình dục phải được thực thi bằng sự lo lắng yêu thương, chứ không bằng sự ham muốn đòi hỏi của xác thịt. Khi thọ trì giới này, Phật tử tại gia nên tự kiểm vấn đề tình dục, và vợ chồng nên trung thành với nhau. Vấn đề này cũng giúp tạo nên sự an lạc trong gia đình. Trong một gia đình hạnh phúc, người chồng và người vợ phải tương kính và thương yêu nhau. Có được gia đình hạnh phúc, thế giới sẽ trở thành một nơi tốt hơn cho đời sống. Những người Phật tử trẻ nên luôn nhớ có thân thể tinh khiết mới phát sanh được những việc thiện lành trong cuộc sống hằng ngày. Người Phật tử chơn thuần không nên tà hạnh vì thứ nhất chúng ta không muốn làm người xấu trong xã hội; thứ hai là không tà hạnh giúp chúng ta trở nên trong sạch và đàng hoàng hơn. Không tà hạnh là giới cấm thứ ba trong ngũ giới cho hàng tại gia, cấm ham muốn nhiều về sắc dục hay tà hạnh với người không phải là vợ chồng của mình. Giới thứ ba trong mười giới trọng cho hàng xuất gia trong Kinh Phạm Võng, cắt đứt mọi ham muốn về sắc dục. Người xuất gia phạm giới dâm dục tức là phạm một trong tứ đạo, phải bị trục xuất khỏi giáo đoàn vĩnh viễn. Đây là một trong tám giới đầu trong Thập Giới mà Đức Phật chế ra cho Phật tử tại gia cứ mỗi nửa tháng là phải giữ tám giới này trong 24 giờ. Có bốn điều kiện cần thiết để tạo nghiệp tà dâm: ý nghĩ muốn thỏa mãn nhục dục, cố gắng thỏa mãn nhục dục, tìm phương tiện để đạt được mục tiêu, và sự thỏa mãn hay hành động tà dâm. Riêng đối với người xuất gia, vị Tỳ Kheo nào chủ ý dâm dục mà nói với người nữ hoặc người nam nên có quan hệ tình dục với mình, vị ấy phạm giới Tăng thân giải cứu. Vị Tỳ Kheo Ni nào có chủ ý dâm dục, với người nam hay người nữ, là phạm một trong tám giới Rơi Rụng. Vị ấy không còn xứng đáng làm Tỳ Kheo Ni và không thể tham dự vào những sinh hoạt của giáo đoàn nữa. Dùng lời nói hay cử chỉ có tác dụng kích động dâm tính, là phạm giới Rơi Rụng thứ bảy. Bảo rằng mình sẵn sàng trao hiến tình dục cho người kia, là phạm giới Rơi Rụng thứ tám. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, đây là những quả báo không tránh khỏi của tà dâm: có nhiều kẻ thù, đời sống vợ chồng không hạnh phúc, và sanh ra làm đàn bà hay làm người bán nam bán nữ. Nếu các chúng sanh trong các thế giới ở lục đạo, mà tâm chẳng dâm, thì không bị sinh tử nối tiếp. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm,

quyển Sáu, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về giới “Đoạn dâm,” một trong bốn giới quan trọng cho chư Tăng Ni trong Phật giáo: “A Nan! Ông tu tam muội, gốc rễ ra khỏi trần lao, nếu tâm dâm chẳng trừ, thì không thể ra được. Dù có đa trí, thiền định hiện tiền, nhưng chẳng đoạn dâm, thì quyết bị lạc về ma đạo. Thượng phẩm là ma vương, trung phẩm là ma dân, hạ phẩm là ma nữ. Các ma kia cũng có đồ chúng, đều tự xưng mình thành vô thượng đạo. Sau khi tôi diệt độ, trong đời mạt pháp, phần nhiều các ma dân ấy xí thịnh trong đời, hay làm việc tham dâm, làm bậc thiện tri thức, khiến các chúng sanh lạc vào hầm ái kiến, sai mất đường Bồ Đề. A Nan! Ông dạy người đời tu tam ma địa, trước hết phải đoạn dâm. Ấy gọi là lời dạy rõ ràng thanh tịnh, quyết định thứ nhất của Như Lai. Vì cơ đó nếu chẳng đoạn dâm mà tu thiền định, ví như nấu cát muốn thành cơm, trải qua trăm nghìn kiếp chỉ thấy cát nóng mà thôi. Tại sao? Bởi vì cát không phải là bản thân của cơm. A Nan! Nếu ông đem cái thân dâm mà cầu diệu quả của Phật, dù được diệu ngộ, cũng đều là dâm căn, căn bản thành dâm, luân chuyển trong ba đường, quyết chẳng ra khỏi. Do đường lối nào tu chứng Niết Bàn của Như Lai? Quyết khiến thân tâm đều đoạn cơ quan dâm dục, đoạn tính cũng không còn, mới có thể trông mong tới Bồ Đề của Phật. Như thế tôi nói, gọi là Phật thuyết. Nói chẳng đúng thế, tức là ma Ba Tuần thuyết. Theo Tăng Chi Bộ Kinh, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo, Như Lai không thấy một sắc nào khác, do sắc đó tâm của một người đàn ông bị hấp dẫn, xâm chiếm và ngự trị như sắc của một người đàn bà. Này các Tỳ Kheo, sắc của một người đàn bà xâm chiếm và ngự trị tâm của người đàn ông. Này các Tỳ Kheo, Như Lai không thấy một âm thanh nào khác, do âm thanh đó tâm của một người đàn ông bị hấp dẫn, xâm chiếm và ngự trị như âm thanh của một người đàn bà. Này các Tỳ Kheo, âm thanh của một người đàn bà xâm chiếm và ngự trị tâm của người đàn ông. Lại cũng như vậy đối với hương, vị, xúc...” Sự hấp dẫn về giới tính được Đức Phật mô tả như là một xung lực mạnh mẽ nhất trong con người. Nếu trở thành một kẻ nô lệ cho xung lực này thì dù có là người mạnh nhất cũng biến thành yếu ớt, dù là bậc hiền nhân cũng có thể từ bậc cao rớt xuống bậc thấp như thường. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, đọa địa ngục (309). Vô phước đọa ác thú bị khủng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến

(310).” Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật dạy: “Có người lo lắng vì lòng dâm dục không dứt nên muốn đoạn âm. Đoạn âm không bằng đoạn tâm. Tâm như người hướng dẫn, một khi người hướng dẫn ngừng thì những kẻ tùng sự đều phải ngừng. Tâm tà không ngừng thì đoạn âm có ích gì? Đức Phật Ca Diếp có dạy rằng: ‘Dục sinh từ nơi ý. Ý do tư tưởng sinh, hai tâm đều tịch lặng, không mê sắc cũng không hành dâm.’” Hành giả tu Phật chúng nên lắng nghe lời Phật dạy để từ bỏ tà dâm, vì khi chúng ta có thể từ bỏ được tà dâm cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đã đấy được qua một bên những chương ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình.

Vọng hay vọng ngữ là lời nói giả dối để phỉ báng, khoe khoang hay lừa dối người khác. Vọng ngữ là không nói đúng sự thật (nói dối). Vọng ngữ cũng còn có nghĩa là nói lời đâm thọc, nói lười hai chiều hay nói lời hủy báng. Vọng ngữ còn có nghĩa là nói lời thô lỗ cộc cằn, hay nói lời nhảm nhí vô ích. Hủy báng kinh điển Phật giáo cũng được xem như một thứ vọng ngữ nghiêm trọng. Hủy báng kinh điển Phật giáo có nghĩa là chế nhạo những lời Phật dạy được viết lại trong kinh điển, như cho rằng những nguyên tắc ấy là giả, rằng những lời Phật dạy trong kinh điển Phật giáo hay trong Đại Thừa Phật giáo là do ma vương nói ra, vân vân. Loại phạm tội này không thể sám hối được. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có bốn điều kiện cần thiết để tạo nên nghiệp nói dối: có sự giả dối không chân thật, ý muốn người khác hiểu sai lệch sự thật, thốt ra lời giả dối, và tạo sự hiểu biết sai lệch cho người khác. Theo Phật giáo, vọng ngữ là lối biện bạch chính cho những tội lỗi khác. Phật tử chân thuần phải nên để ý những trường hợp sau đây: vì tranh đua nên chúng ta nói dối; vì tham lam nên chúng ta nói dối; vì muốn cầu cạnh nên chúng ta nói dối; vì ích kỷ nên chúng ta nói dối; vì tự lợi nên nói dối. Chúng ta nói dối để lừa gạt người khác. Chúng ta phạm lỗi mà không dám tự nhận nên nói dối, tìm lời biện bạch cho mình, vân vân và vân vân. Cũng theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có những hậu quả không tránh khỏi của sự nói dối: bị mắng chửi nhục mạ, tánh tình đê tiện, không ai tín nhiệm, và miệng mồm hôi thúi. Đức Phật muốn chúng đệ tử của Ngài hết sức ngay thẳng nên Ngài đã khuyến cáo chúng ta không nên nói dối, mà nói thật, sự thật hoàn toàn. Không nói dối bao gồm không nói lời độc ác, không nói lời thêu dệt, không nói lười hai chiều, không nói lời gian trá, như có nói không, không nói có. Trái lại, phải nói lời

chân thật ngay thẳng hiền hòa, lợi mình lợi người. Tuy nhiên, trong những trường hợp đặc biệt, đôi khi người ta không thể nói được sự thật, chẳng hạn họ phải nói dối để khỏi bị hại, và bác sĩ nói dối để giúp đỡ tinh thần bệnh nhân. Nói dối vào những trường hợp như vậy có thể trái ngược với giới luật, nhưng không hẳn là trái ngược với lòng từ bi hay mục đích. Cấm nói dối mục đích là đem lại lợi ích hỗ tương bằng cách gắn vào sự thật và tránh sự xúc phạm bằng lời nói. Giống như vậy, lời phát biểu làm hại hạnh phúc người khác, chẳng hạn như lời nói hiểm độc, sỉ nhục, phỉ báng nhằm nhạo báng người khác và khoe khoang mình là người đáng tin, có thể là sự thật, nhưng những lời như vậy bị coi là sai vì chúng trái với giới luật. Phật tử chơn thuần nên luôn tôn trọng nhau và không nên vọng ngữ hay tự khoác lác. Tránh vọng ngữ có thể đưa đến ít tranh cãi và hiểu lầm hơn, và thế giới sẽ là một nơi an lành hơn. Cách hành trì giới thứ tư là chúng ta nên luôn nói sự thật. Có bốn sự biểu hiện vọng ngữ. *Thứ nhất là nói dối*: Nói dối có nghĩa là nói thành lời hay nói bằng cách gật đầu hay nhún vai để diễn đạt một điều gì mà chúng ta biết là không đúng sự thật. Tuy nhiên, khi nói thật cũng phải nói thật một cách sáng suốt kết hợp với tâm từ ái. Thật là thiếu lòng từ bi và u mê khi thật thà nói cho kẻ sát nhân biết về chỗ ở của nạn nhân mà hắn muốn tìm, vì nói thật như thế có thể đưa đến cái chết cho nạn nhân. Chúng ta không nên nói dối vì nếu chúng ta nói dối thì sẽ không ai tin chúng ta. Hơn nữa, không nói dối giúp ta trở nên chân thật và đáng tin cậy hơn. Theo Kinh Pháp Cú, câu 306, Đức Phật dạy “Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục. *Thứ nhì là nói đâm thọc*: Còn gọi là nói lưỡi hai chiều hay nói lời hủy báng. Nói lời đâm thọc là có nói không, không nói có để gây chia rẽ; hoặc nói ly gián hay nói lưỡi hai chiều. Theo thuật ngữ Pali, Pisunavaca có nghĩa là phá vỡ tình bạn. Vu khống người khác là một điều độc ác nhất vì nó đòi hỏi phải đưa ra một lời tuyên bố đối trá với ý định làm hại thanh danh của người khác. Người nói lời ly gián thường phạm vào hai tội ác một lúc, vì lời vu cáo không đúng sự thật nên người ấy phạm tội nói dối, và sau đó còn phạm tội đâm thọc sau lưng người khác. Trong thi kệ Sanskrit, người đâm thọc sau lưng người khác được so sánh với con muỗi, tuy nhỏ nhưng rất độc. Nó bay đến với tiếng hát vo ve, đậu lên người của bạn, hút máu, và có thể truyền bệnh sốt rét vào bạn. Lại nữa, lời lẽ của người đâm thọc có thể ngọt ngào như mật ong, nhưng tâm địa của

họ đầy nọc độc. Như vậy chúng ta phải tránh lời nói đâm thọc, hay lời nói ly gián phá hủy tình thân hữu. Thay vì gây chia rẽ, chúng ta hãy nói những lời đem lại sự an vui và hòa giải. Thay vì gieo hạt giống phân ly, chúng ta hãy mang an lạc và tình bạn đến những ai đang sống trong bất hòa và thù nghịch. *Thứ ba là “Nói lời thô lỗ cộc cằn”*: Lời thô ác bao gồm nhục mạ, mắng chửi, nhạo báng và biếm nhẽ, vân vân. Có lúc chúng ta nói những lời đó với nụ cười trên môi mà chúng ta lại giả bộ cho rằng lời chúng ta đang thốt ra không có gì tổn hại đến ai. Phật tử thuần thành đừng bao giờ dùng lời thô ác vì những lời đó làm tổn hại đến người. Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có ba điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp nói lời thô lỗ: có một người khác để cho ta nói lời thô lỗ, tư tưởng sân hận, và thốt ra lời thô lỗ. Những hậu quả không tránh khỏi của sự nói lời thô lỗ cộc cằn: đầu không làm gì hại ai cũng bị họ ghét bỏ, tiếng nói khàn khàn chứ không trong trẻo. Vào thời Đức Phật còn tại thế, một ngày nọ, có một người giận dữ với sắc mặt hung tợn đến gặp Đức Phật. Người ấy nói những lời nói cộc cằn thô lỗ với Phật. Đức Phật lắng nghe một cách thản nhiên, và không nói một lời nào. Cuối cùng khi người ấy ngưng nói, Đức Phật bèn hỏi: “Nếu có ai đó đem một vật gì đến cho ông mà ông không nhận, thì vật ấy thuộc về ai?” Người ấy trả lời: “Dĩ nhiên là vật ấy vẫn thuộc về người hỏi đầu muốn cho.” Đức Phật bèn nói tiếp: “Cũng như vậy với những lời mà ông vừa nói ban nãy, ta không muốn nhận, vậy chúng vẫn thuộc về ông. Ông phải tự giữ lấy chúng. Ta e rằng cuối cùng rồi ông sẽ gánh lấy khổ đau phiền não, vì kẻ ác thóa mạ người hiền chỉ mang lấy khổ đau cho chính mình mà thôi. Cũng như một người muốn làm ô nhiễm bầu trời bằng cách phun nước miếng lên trời. Nước miếng của người ấy chẳng bao giờ có thể làm ô nhiễm được bầu trời, mà ngược lại nó sẽ rơi xuống ngay trên mặt của chính người đó vậy.” Nghe lời Phật nói xong, người đó cảm thấy xấu hổ, bèn xin Phật tha thứ và nhận làm đệ tử. Đức Phật nói: “Chỉ có ái ngữ và sự lý luận hợp lý mới có thể làm ảnh hưởng và chuyển hóa được người khác mà thôi.” Phật tử chân thuần nên cố tránh nói lời thô lỗ. *Thứ tư là “Nói lời nhảm nhí vô ích”*: Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có hai điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp nói lời nhảm nhí vô ích: ý muốn nói chuyện nhảm nhí, và thốt ra lời nói nhảm nhí vô ích. Những hậu quả không tránh khỏi của việc nói lời nhảm nhí: các bộ phận trong cơ thể bị khuyết tật,

và lời nói không minh bạch rõ ràng (làm cho người ta nghi ngờ). Theo Kinh Pháp Cú, câu 306, Đức Phật dạy: “Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục.” Theo Phật giáo, gian trá lừa đảo quả báo là bị gông cùm roi vọt. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về Trá Tập Nhân như sau: “Trá tập dụ nhau, phát từ nơi đổ nhau, dẫn dắt không thôi. Vì vậy như dây quấn cây để sống, nước tưới ruộng thì cây cỏ sinh trưởng. Hai tập nhân nhau, nên có các việc gông, xiềng, cùm, xích, roi, đánh, vằn vằn. Vì thế mười phương Phật gọi gian ngụy là giặc hiểm. Bồ Tát nên tránh gian trá như tránh lang sói.” Thật tình mà nói, từ bỏ vọng ngữ không phải là chuyện dễ làm, không phải là chuyện làm được ngày một ngày hai, nhưng khi đã đi theo con đường tu Phật, chúng ta sẽ không có sự lựa chọn nào khác hơn là phải từ bỏ vọng ngữ. Một khi chúng ta từ bỏ vọng ngữ cũng đồng nghĩa với việc chúng ta đã đẩy được qua một bên những chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chính mình.

***Not Yet Eliminate Desires-Anger-Ignorance-Arrogance-
Doubt-Wrong Views-Killing-Stealing-Lying,
It Is Difficult to Attain Wisdom***

Ordinarily speaking, for monks and nuns in temples, cultivation is relatively simple and easy than that of lay people, who, everyday, have to deal with ten robbers in the society, both internal and external: greed, anger, ignorance, arrogance, doubt, wrong views, killing, stealing, sexual misconducts, and lying... that are always waiting to harm and to destroy completely our path of cultivation. For those who cultivate wisdom, if we don't eliminate these robbers, it is difficult to attain a real wisdom. ***Craving*** (greed, affection, desire) means desire for and love of the things of this worldly life. Most people define happiness as the satisfaction of all desires. The desires are boundless, but our ability to realize them is not, and unfulfilled desires always create suffering. When desires are only partially fulfilled, we have a tendency to continue to pursue until a complete fulfillment is achieved. Thus, we create even more suffering for us and for others. Only if we have no desire for ourselves; if we are working and earning money in order to help other people; if we make cultivation our business and our

business is cultivation only, then how clear and happy our life will be! However, most people don't understand this. They are only interested in making a lot of money or becoming successful in worldly business. Remember, this is only a small 'I'. Devout Buddhists should make a lot of money to help all people, then even we create our worldly business, it is a good business. It is a selfish desire for more than we need or deserve, such as food, house, car, wealth, honors, etc. Eyes are longing for viewing beautiful forms without any satisfaction, ears are longing for melodious sounds, nose is longing for fragrance, tongue is longing for delicate tastes, body is longing for soothing touches, and mind is longing for various emotions of love and hate from self and others. Human beings' greediness is like a barrel without bottom. It is just as the great ocean obtaining continuously the water from hundreds and thousands of large and small rivers and lakes everyday. In this Dharma Ending Age, sentient beings, especially human beings use every method to manipulate and harm one another. Sentient beings' lives, especially, those of human beings' are already filled with pain and sufferings, now there are even more pain and sufferings. Through tricks, expedients, and manipulations we try to reach our goal irrespective of whatever happens to others. Greed is a powerful mental force that drives people to fight, kill, cheat, lie and perform various forms of unwholesome deeds. The desires are boundless, but our ability to realize them is not, and unfulfilled desires always create suffering. When desires are only partially fulfilled, we have a tendency to continue to pursue until a complete fulfillment is achieved. Thus, we create even more suffering for us and for others. Knowing how to feel satisfied with few possessions help us destroy greed and desire. This means being content with material conditions that allow us to be healthy and strong enough to cultivate. This is an effective way to cut through the net of passions and desires, attain a peaceful state of mind and have more time to help others. Cultivation helps us balance 'Lust' by contemplation of loathsomeness. Attachment to bodily form is one extreme, and one should keep the opposite in mind. Examine the body as a corpse and see the process of decay, or think of the parts of the body, such as lungs, spleen, fat, feces, and so forth. Remembering these and visualizing the loathsome aspects of the body will free us from lust. Furthermore, through cultivation, we can see the string of

craving and attachment confines us to samsara's prison. In other words, craving and attachment are not only roots that prevent us from being sufficiently moved to renounce samsara, but they are also two of the main things that bind us to samsara. In order to overcome craving and attachment, we should contemplate on the impurity of the body. When we are attached to someone, for example, consider how that person is just a sack full of six kinds of filthy substances. Then our attachment and craving will diminish. We can only realize the true happiness and a peaceful state of mind when we get rid of greed and desires or when our desires are few. This is one of the great steps towards the shore of liberation. The Buddha taught: "Craving and desire are the cause of all unhappiness or suffering. Everything sooner or later must change, so do not become attached to anything. Instead devote yourself to clearing your mind and finding the truth, lasting happiness." Knowing how to feel satisfied with few possessions help us destroy greed and desire. This means being content with material conditions that allow us to be healthy and strong enough to cultivate. This is an effective way to cut through the net of passions and desires, attain a peaceful state of mind and have more time to help others. As a matter of fact, once, we, Buddhist practitioners get rid of greed and desire also means that we have already pushed away great obstacles on our own path of cultivation. In conclusion for this chapter, on the path of cultivation, practitioners should always remember the Buddha's teaching in the Sutra in Forty Two Chapters taught: "Though a person with a state of mind filled with desires dwells in heaven, still that is not enough for him; though a person who has ended desire dwells on the ground, still he is happy."

Ill will or anger is an emotional response to something that is inappropriate or unjust. If one does not obtain what one is greedy can lead to anger. Anger is an emotion involved in self-protection. However, according to Buddhist doctrines, anger manifests itself in a very crude manner, destroying the practitioner in a most effective way. The Buddha makes it very clear that with a heart filled with hatred and animosity, a man cannot understand and speak well. A man who nurtures displeasure and animosity cannot appease his hatred. Only with a mind delighted in harmlessness and with loving kindness towards all creatures in him hatred cannot be found. Ill-will or Hatred is

one of the three poisons in Buddhism (greed, anger, ignorance). This is one of the three fires which burn in the mind until allowed to die for fuelling. Anger manifests itself in a very crude manner, destroying the practitioner in a most effective way. To subdue anger and resentment, we must develop a compassionate mind. According to Buddhist psychology, the mental factor of aversion is always linked to the experience of pain. One may be greedy and happy, but never angry and happy at the same time. Anyone who cultures hatred, anger, or malice, nurses revenge or keeps alive a grudge is bound to experience much suffering for he has laid hold a very potent source of it. Those who exercise their hatred on others as in killing, torturing or maiming may expect birth in a state, compared in the scriptural simile to a pitfull of glowing situations, where they will experience feelings which are exclusively painful, sharp, and severe. Only in such an environment will they be able to experience all the misery which they, by their own cruelty to others, have brought upon themselves. The Buddha taught: "Bandits who steal merits are of no comparison to hatred and anger. Because when hatred and anger arise, inevitable innumerable karma will be created. Immediately thereafter, hundreds and thousands of obstructions will appear, masking the proper teachings of enlightenment, burying and dimming the Buddha Nature. Therefore, a thought of hatred and anger had just barely risen, ten thousands of karmic doors will open immediately. It is to say with just one thought of hatred, one must endure all such obstructions and obstacles."

Delusion or ignorance is not seeing things as they really are. It is failing to understand the truth about life. As long as we have not develop our minds to obtain wisdom, we remain ignorant of the true nature of things. According to Buddhism, ignorance means regarding the self as real. Ignorance is the main cause of our non-enlightenment. Ignorance is only a false mark, so it is subject to production, extinction, increase, decrease, defilement, purity, and so on. Ignorance is the main cause of our birth, old age, worry, grief, misery, and sickness, and death. Ignorance of the way of escape from sufferings, one of the three affluences that feed the stream of mortality or transmigration. Sometimes ignorance means "Maya" or "Illusion." It means complete darkness without illumination. The ignorance which mistakes seeming for being, or illusory phenomena for realities. Ignorance is one of the

three fires which must be allowed to die out before Nirvana is attained. The erroneous state of mind which arises from belief in self. Due to ignorance, people do not see things as they really are, and cannot distinguish between right and wrong. They become blind under the delusion of self, clinging to things which are impermanent, changeable, and perishable. Once anger arises, one has nothing but “ignorance.” In order to eliminate “ignorance,” you should meditate on causality. All of our psychological problems are rooted in ignorance, in delusion. Ignorance is the crowning corruption. Our greeds, hates, conceits and a host of other defilements go hand in hand with our ignorance. The solutions are to be found in the problems themselves and hence we should not run away from our problems. Analyze and scrutinize the problems, and you will see that they are human problems, so do not attribute them to non-humans. Our real problems can be solved only by giving up illusions and false concepts and bringing our lives into harmony with reality and this can be done only through meditation.

Arrogance is generated by one’s feeling of inferiority, while pride, haughtiness, and arrogance are born from a false sense of superiority. These kinds of pride and arrogance are caused by looking at things from a distorted, self-centered point of view. Those who have truly understood the Buddha’s teachings and been able to obtain a right view of things will never succumb to such warped thinking. *First*, Pride has a variety of meanings including the pride of thinking oneself is superior to others. *Second*, the Pride in progress and the delusion that one has attained Nirvana. This is one of the ten stages or objects in meditation. *Third*, the Pride as a banner rearing itself aloft. *Fourth*, the Pride because of clan or name. This is one of the eight kinds of pride or arrogance. *Fifth*, the Pride because of good or charitable deeds. This is one of the eight kinds of pride or arrogance. *Sixth*, the Pride because of years of age. This is one of the eight kinds of pride or arrogance. *Seventh*, the Pride of regarding self as little inferior to those who far surpass one. Vaunting one’s inferiority or false humility. *Eighth*, the Pride of regarding self as little inferior to those who far surpass one. Pride of thinking oneself is not much inferior to those who surpass us. The pride of regarding self as little inferior to those who far surpass one. This is one of the seven kinds of pride. The pride of thinking myself not much inferior to those who far surpass me, one of the nine

kinds of pride. *Ninth*, the Pride of self, or the pride of self-superiority. It is to say exalting self and depreciating others, or self-intoxication or pride of self, or the ego-conceit (egotism). *Tenth*, the Pride of thinking oneself is equal to those who surpass us. The pride which among superiors regards self as equal, one of the seven arrogances. The pride of thinking oneself equal to those who surpass us, this is also one of the nine kinds of pride. *Eleventh*, the Pride of thinking oneself is superior to equals. The pride which among equals regards self as superior, one of the seven arrogances. The pride which among equals regards self as superior and among superiors as equal. Superiority over equals and equality with superiors.

There are four different kinds of arrogance: The first kind of pride is the arrogance in progress and the delusion that one has attained Nirvana. This is one of the ten stages or objects in meditation. The second kind of pride is the self-superiority, or self-sufficiency, or the pride of self. The third kind of pride is the exalting self and depreciating others, or the self-intoxication or pride of self. The fourth kind of pride is the ego-conceit or the egotism. According to the Kosa Sastra, there are seven pretensions or arrogances: First, asserting superiority over inferiors and equality with equals. Second, the pride which among equals regards self as superior and among superiors as equal (superiority over equals and equality with superiors). Third, superiority over manifest superiors. Fourth, egotism or overweening pride. Fifth, vaunting assertion of possessing the truth. self-conceit, or high opinion of one's self, or haughtiness. Haughtiness means vaunting assertion of possessing the truth. Pride (of superior knowledge), haughtiness, self-conceit, high opinion of one's self. A monk who thinks to have attained more than is the fact. A Supremely (lofty/haughty) arrogant monk who has high opinion of one's self (self-conceit/self pride/haughtiness) and refuses to hear the Buddha's Teachings, one of the seven arrogances. When the Buddha preached about the Lotus Sutra, there were 5,000 disciples who, in their Hinayana superiority, thought they had gained all wisdom and refused to hear the Lotus sutra. Sixth, vaunting one's inferiority or false humility. The pride of regarding self as little inferior to those who far surpass one. Seventh, vaunting lack of virtue for virtue. The Pride in false views or doings. This is one of the eight kinds of pride, mana,

arrogance or self-conceit. To hold to heterodox views and not to reverence Triratna. False views also means perverse or evil pride or doing evil for self-advancement, vaunting lack of virtue for virtue.

Besides, there are eight kinds of pride or arrogance: First, arrogance because of strength. Second, pride because of clan or name. Third, arrogance because of wealth. Fourth, arrogance because of independence or high position. Fifth, pride because of years of age. Sixth, arrogance because of cleverness. Seventh, pride because of good or charitable deeds. Eighth, arrogance because of good looks. According to the Mahayana Buddhism, there are other eight kinds of arrogance: First, though inferior, to think oneself equal to others (in religion). Second, thought superior, to think oneself superior among manifest superiors. Third, to think oneself not so much inferior among manifest superiors. Fourth, to think one has attained more than is the fact. Fifth, self-superiority, or self-sufficiency. Sixth, pride in false views or doings. Seventh, arrogance. Eighth, extreme arrogance. According to Abhidharma, there are nine forms of pride: First, that I surpass those who are equal to me. Second, I am equal to those who surpass me. The pride of thinking oneself equal to those who surpass us. Third, that I am not so bad as others. Fourth, that others surpass me. Fifth, none are equal to me. Sixth, none are inferior to me. Seventh, none surpass me. Eighth, that are equal to me. Ninth, that are worse than me. According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten kinds of conceited action of Great Enlightening Beings: Enlightening Beings who can get rid of these ten kinds of conceited action will attain ten kinds of actions of knowledge. First, not respecting teachers, parents, mendicants, people on the right Path, people aiming for the right Path, or honorable fields of blessings, is conceited action. Second, if there are teachers who have attained to supreme truth, who ride the Great Vehicle of universal enlightenment, who know the way to emancipation, who have attained mental command and expound the great principles of the scriptures, to be haughty toward them or their teachings and to be disrespectful is conceited action. Third, when in an audience hearing the sublime Teaching expounded, to be unwilling to laud its excellence and cause others to believe and accept it, is conceited action. The fourth conceited action: habitually conceiving the illusion of superiority, elevating

onself and looking down on others, not seeing one's own faults, and not knowing one's own shortcoming. *The fifth conceited action:* habitually imagining that one is better than those who are better than oneself; not praising virtuous people who are praiseworthy; not being happy when others praise virtuous people. *Sixth,* when seeing someone preach, in spite of knowing it is the norm, the rule, the truth, the word of Buddha, to despise the teaching because of disliking the person, to slander it and incite others to slander it, is conceited action. *The seventh conceited action:* seeking a high seat for oneself; declaring oneself to a teacher; declaring oneself to be worthy of receiving offerings; not supposed to work; failing to rise to greet old people who have cultivated spiritual practice for a long time; being unwilling to serve and make offerings to enlightening beings. *Eighth,* frowning unhappily on seeing people with virtue, speaking to them harshly and looking for faults in them, is conceited action. *The ninth conceited action:* When seeing intelligent people who know the truth, not being willing to approach and attend them, not respecting and honoring them, being unwilling to ask them what is good and what is not good, what should be done and what should not be done, what acts result in various benefits and comforts in the long night, being foolish and deluded, stubborn and contentious, swallow by self-importance, never able to see the way of emancipation. *The tenth conceited action:* minds shrouded by conceit; when Buddhas appear in the world are unable to approach, respect, and honor them; no new good arises, and goodness from the past evaporates and vanishes; they say what they should not; they contend where they should not; in the future they will surely fall into a deep pit of danger and; will not even encounter Buddha; much less hearing the Teaching for hundreds of thousands of eons; though because of having once conceived the aspiration for enlightenment they will in the end wake up on their own.

According to the Surangama Sutra, book Eight, the Buddha reminded Ananda about the habit of arrogance as follows: "Habits of arrogance and resulting friction which give rise to mutual intimidation. When it accelerates without cease, it produces torrents and rapids which create restless waves of water, just as water is produced when a person continuously works his tongue in an effort to taste flavors. Because these two habits incite one another, there come into being the

river of blood, the river of ashes, the burning sand, the poisonous sea, the molten copper which is poured over one or which must be swallowed, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon self-satisfaction and name it 'drinking the water of stupidity.' Bodhisattvas should avoid arrogance as they would a huge deluge." Devout Buddhists should always remember that envy is generated by one's feeling of inferiority, while pride, haughtiness, and arrogance are born from a false sense of superiority. These kinds of pride and arrogance are caused by looking at things from a distorted, self-centered point of view. Those who have truly understood the Buddha's teachings and been able to obtain a right view of things will never succumb to such warped thinking.

Pride is the inflated opinion of ourselves and can manifest in relation to some good or bad object. When we look down from a high mountain, everyone below seems to have shrunken in size. When we hold ourselves to be superior to others, and have an inflated opinion of ourselves, we take on a superior aspect. It is extremely difficult to develop any good qualities at all when one has pride, for no matter how much the teacher may teach that person, it will do no good. Haughtiness means false arrogance, thinking oneself correct in spite of one's wrong conduct, thinking oneself is good in spite of one's very bad in reality. Haughtiness also means arrogance and conceit due to one's illusion of having completely understood what one has hardly comprehended at all. Haughtiness is one of the main hindrances in our cultivation. In cultivating the Way, we must have genuine wisdom. Those who have genuine wisdom never praise themselves and disparage others. These people never consider themselves the purest and loftiest, and other people common and lowly. Once, we, Buddhist practitioners, get rid of pride and arrogance also means that we have already pushed away one of the great obstacles on our own path of cultivation. In Buddhism, those who praise themselves have no future in their cultivation of the Way. Even though they are still alive, they can be considered as dead, for they have gone against their own conscience and integrity.

Doubt signifies spiritual doubt, from a Buddhist perspective the inability to place confidence in the Buddha, the Dharma, the Sangha, and the training; doubt if there really is a so called "you reap what you

sow”, and so on. Doubt is one of the five hindrances one must eliminate on entering the stream of saints. In fact, one who suffers from perplexity is really suffering from a dire disease, and unless he sheds his doubts, he will continue to worry over and suffer from this illness. As long as man is subject to this mental itch, this sitting on the fence, he will continue to take a skeptical view of things which is most detrimental to mental ability to decide anything definitely; it also includes doubt with regard to the possibility of attaining the jhanas. Doubt, as wavering uncertainty, a hindrance and fetter to be removed, one of the mula-klesa, or root causes of suffering. Skepticism, one of the five hindrances one must eliminate on entering the stream of saints. Vichikiccha is a Pali term, a combination of “vi”, means without; and “cikiccha” means medicine. One who suffers from perplexity is really suffering from a dire disease, and unless he sheds his doubts, he will continue to worry over and suffer from this illness. As long as man is subject to this mental itch, this sitting on the fence, he will continue to take a skeptical view of things which is most detrimental to mental ability to decide anything definitely; it also includes doubt with regard to the possibility of attaining the jhanas. “Doubt” has many categories: doubt of self, doubt of teacher, and doubt of dharma. There are four types of doubts. *First, doubts of the body:* Doubting that whether in the past one had a body or not? Doubting that whether at the present this body really exists or not? Doubting that whether in the future one will have another body or not (one will be reincarnated or not)? Doubting that in the past and in the future, whether one will have a male’s or female’s body? *Second, doubts of Life:* Doubting that whether there is life and body or there is body but no life? Doubting that life and body are permanent or impermanent? Doubting about who created this life and body? Doubt that the body was created by Isvaradeva (God of Free-Will), was created through time or evolution, was naturally created, was created by the nature of life, and so on. Doubt that this body was created from the soil. Doubting that if the body was not formed from the soil, then how come once it deteriorates it returns to the soil? Doubting that the body was created by dharma or not dharma. Doubting that this body was created by karma or not karma. Doubting that this body was created by afflictions. Doubting that whether this body was created by parents or not. *The third doubt is the doubts of*

Self: Doubting where does the Self come from and where will it go? Doubting if there is a Self, then does that Self have form or doesn't have form? Doubting if there is Self, then does that Self have characteristics or doesn't it have characteristics? Doubting whether the Self exists within the body or outside the body? Doubting whether the Self exists within the mind or within the eyes? Doubting about what type of the Self in the past (was it an animal, a human, and how did it behave, etc)? Doubting about what will be the type of the Self in the future? *The fourth doubt is the doubts about Transgressions*: Doubting if killing living things (animals) is considered transgressions or not? Doubting if drinking alcohol or other substances is considered a transgression or not? Doubting one's transgressions are created by the individual or created by someone else? Doubting if transgressions are created will one reap the retribution or will the Self reap those retributions? Besides, there are also five kinds of Doubt. These are five doubts that lurk in the shadows of the human mind and tend to discourage faith. *First*, doubt in the Buddha's wisdom. *Second*, doubt in the Buddha's Teachings. *Third*, doubt in the person who explains the Buddha's teachings. *Fourth*, doubt as to whether the ways and methods suggested for following the Noble Path are reliable. *Fifth*, doubt in the sincerity of others who understand and follow the Buddha's teachings. In addition, there are five more kinds of doubt. These doubts that cause the practitioner to be filled with anger and resistance, but also cause his or her mind become deluded. There are five kinds of doubt that lead to a deluded mind. *The first doubt* is regarding the Buddha, the great master who showed the path to enlightenment. *The second doubt* is regarding the Dharma, the path that leads to liberation. *The third doubt* is regarding the Sangha, the noble ones who have uprooted some or all of the afflictions. *The fourth is the doubt* of oneself, of one's own morality and method of practice. *The last is the doubt* of other people, including one's master and other fellow practitioners. Practitioners should always remember that doubting is natural. Everyone starts with doubts. We can learn a great deal from them. What is important is that we do not identify with our doubts. That is, do not get caught up in them, letting our mind spin in endless circles. Instead, watch the whole process of doubting, of wondering. See who it is that doubts. See how doubts come and go. Then we will no longer be victimized by our

doubts. We will step outside of them, and our mind will be quiet. We can see how all things come and go. Let go of our doubts and simply watch to see the real nature of them. This is how to end doubting. In short, to see the real nature of doubts will lead practitioners to letting go. And as a matter of fact, unless Buddhist practitioners see the real nature of doubts, if not, we can never let them go. Practitioners should always listen to the Buddha's teachings on doubts to prevent us from sufferings and afflictions on our path of cultivation.

Improper views or Wrong views in Buddhism means not recognizing the doctrine of normal karma. Perverted (wrong) views or opinions, not consistent with the dharma, one of the five heterodox opinions and ten evils. In fact, there is no specific definition for the term "wrong views" (micchaditthi) in Buddhism. During the Buddha's time, the Buddha confirmed his disciples that even the validity of the Buddha's own statements could be questioned." The Buddha claimed no authority for his doctrine except his own experience. Perverted (wrong) views or opinions arises from a misconception of the real characteristic of existence. There were at least sixty-two heretical views (views of the externalist or non-Buddhist views) in the Buddha's time. Buddhism emphasizes on theory of causation. Understanding the theory of causation means to solve most of the question of the causes of sufferings and afflictions. Not understanding or refuse of understanding of the theory of causation means a kind of wrong view in Buddhism. According to the Buddha, sentient beings suffer from sufferings and afflictions because of desires, aversions, and delusion, and the causes of these harmful actions are not only from ignorance, but also from wrong views. Wrong views according to Hinayana Buddhism: "Wrong view is the acausality view, which states that there is no cause or condition for the defilement and purification of beings, that beings are defiled and purified by chance, or necessity. The inefficacy of action view, which claims that deeds have no efficacy in producing results and thus invalidates moral distinctions. Annihilism, which denies the survival of the personality in any form after death, thus negating the moral significance of deed. Also according to the Hinayana Buddhism, there are another ten kinds of wrong views: There is no such virtue and generosity. This means that there is no good effect in giving alms: There is no such virtue as liberal alms-giving:

There is no such virtue as offering gifts to guests. This means there is no effect in such charitable actions. There is neither fruit, nor result of good or evil deeds. There is no such belief as “this world.” There is no such belief as “a world beyond,” i.e. those born here do not accept a past existence, and those living here do not accept future life. There is no “mother.” There is no father, i.e. there is no effect in anything done to them. There are no beings that died and are reborn. There are no righteous and well-disciplined recluses and Brahmins who, having realized by their own super-intellect this world and the world beyond, make known the same (Buddhas and Arahants). According to Bhikkhu Bodhi in *Abhidhamma*, there are three kinds of wrong views: Nihilism (*natthika-ditthi*), which denies the survival of the personality in any form after death, thus negating the moral significance of deeds. The causality view (*ahetuka-ditthi*), which states that there is no cause or condition for the defilement and purification of beings, that beings are defiled and purified by chance, fate, or necessity. The inefficacy of action view (*akiriya-ditthi*), which claims that deeds have no efficacy in producing results and thus invalidates moral distinctions. According to the Simile of the Snake in the Middle Length Discourses of the Buddha, the Buddha taught about someone who does not have wrong views as follows: “Here Bhikkhus! Someone who hears the Tathagata or a disciple of the Tathagata teaching the Dharma for the elimination of all standpoints, decisions, obsessions, adherences, and underlying tendencies, for the stilling of all formations, for the relinquishing of all attachments, for the destruction of craving, for dispassion, for cessation, for Nirvana. He thinks that he will be annihilated, he will be perished; he will have no more sorrow, grieve, and lament; he does not weep beating his breast and become distraught.” In the *Dharmapada Sutra*, the Buddha taught: “Those who embrace the wrong views, are ashamed of what is not shameful, and are not ashamed of what is shameful, will not be able to avoid the hell (*Dharmapada* 316). Those who fear when they should not fear, and don’t fear in the fearsome, embrace these false views, will not be able to avoid the hell (*Dharmapada* 317). Those who perceive faults in the faultless, and see no wrong in what is wrong; such men, embracing false doctrines, will not be able to avoid the hell (*Dharmapada* 318).” Through cultivation, we can see that holding wrong views involves vigorously and hostilely

denying the existence of such things as past and future lives, the possibility of attaining Nirvana. Wrong views mean the false belief that the skandhas, or constituents of personality, contain an immortal soul. False view also means seeing wrongly. Wrong views also means denying a substantial reality to the phenomenal universe and holding to the view of total annihilation, or the view that death ends life, or world-extinction and the end of causation, in contrast with the view that body and soul are eternal, both views being heterodox. Its characteristic is unwise or unjustified interpretation or belief. Its function is to preassume. It is manifested as a wrong interpretation or belief. Its proximate cause is unwillingness to see the noble ones. Holding wrong views in Buddhism involves vigorously and hostilely denying the existence of such things as past and future lives, the possibility of attaining nirvana, the existence of the Buddhas, Dharma and Sangha. Doubt about these subjects does not constitute wrong views; however, if we neglect to resolve our doubts by asking questions and investigating these issues, we could later generate wrong views by believing in deceptive doctrines. As a matter of fact, unless Buddhist practitioners see the real nature of wrong views, if not, we can never let them go. Practitioners should always listen to the Buddha's teachings on wrong views to prevent us from sufferings and afflictions on our path of cultivation. However, we never lose wrong views by saying it has to go, only cultivation and practicing can help us see that we the real nature of wrong views. Through cultivation, we will have the opportunity to destroy the veil of ignorance to see that there have been many things that we used to stubbornly held in the past are wrong. For wrong views could not help us nothing, but on the contrary, they caused us to derail farther and farther from the Buddha's teachings. Buddhist cultivators should always remember that unless we, Buddhist practitioners, see the real nature of wrong views, if not, we can never let them go. In short, we, Buddhist practitioners should try to see the real nature of all wrong views. To be able to do this also means we push away great obstacles on our own path of cultivation. This is one of the most wonderful methods of letting go for practitioners.

Killing is one of the ten kinds of evil karma, to kill living beings, to take life, kill the living, or any conscious being. According to *The Buddha and His Teaching*, written by Most Venerable Narada, killing

means the intentional destruction of any living being. The Pali term *pana* strictly means the psycho-physical life pertaining to one's particular existence. The wanton destruction of this life-force, without allowing it to run its due course, is *panatipata*. *Pana* also means that which breathes. Hence all animate beings, including animals, are regarded as *pana*. However, plants are not considered as "living beings" as they possess no mind. Monks and nuns, however, are forbidden to destroy even plant life. This rule, it may be mentioned, does not apply to lay-followers. Five conditions that are necessary to complete the evil of killing: a living being, knowledge that it is a living being, intention of killing, effort to kill, and consequent death (cause the death of that being). The gravity of the evil deed of killing depends on the goodness and the magnitude of the being concerned. If the killing of a virtuous person or a big animal is regarded as more heinous than the killing of a vicious person or a small animal, because a greater effort is needed to commit the evil and the loss involved is considerably great. The evil effects of killing include brevity of life, ill-health, constant grief due to the separation from the loved one, and constant fear. We are living in an imperfect world where the strong prey on the weak, big animals prey on small animals, and killing is spreading everywhere. Even in the animal world, we can see a tiger would feed on a deer, a snake on a frog, a frog on other small insects, or a big fish on a small fish, and so on. Let us take a look at the human world, we kill animals, and sometimes we kill one another for power. Thus, the Buddha set the first rule for his disciples, "not to kill." Not to kill the living, the first of the Ten Commandments. Not to kill will help us become kind and full of pity. This is the first Buddhist precept, binding upon clergy and laity, not to kill and this includes not to kill, not to ask other people to kill, not to be joyful seeing killing, not to think of killing at any time, not to kill oneself (commit suicide), not to praise killing or death by saying "it's better death for someone than life." Not to kill is also including not to slaughtering animals for food because by doing this, you do not only cut short the lives of other beings, but you also cause pain and suffering for them. "Not to Take Life" is one of the first eight of the Ten Commandments which the Buddha set forth for lay Buddhists to observe 24 hours every fortnight. If we truly believe that all sentient beings are the Buddhas of the future, we would never

think of killing or harming them in any way. Rather, we would have feelings of loving-kindness and compassion toward all of them, without exception. Buddhists do not take life out of the pity of others. Besides, not to kill will help us become kind and full of pity. Devout Buddhists should always remember the Buddha's teachings, not only not to kill, not only do we respect life, we also cherish it. Abstain from killing and to extend compassion to all beings does not entail any restriction. All beings, in Buddhism, implies to all living creatures, or all that breathe. It is an admitted fact that all that live, human or animal, love life and hate death. As life is precious to all, their one aim is to preserve it from harm and prolong it. This implies even to the smallest creatures that are conscious of being alive. According to the Dhammapada (131), "Whoever in his search for happiness harasses those who are fond of happiness will not be happy in the hereafter." The happiness of all creatures depends on their being alive. So to deprive them of that which contains all good for them, is cruel and heartless in the extreme. Thus, not to harm and kill others is one of the most important virtue of a Buddhist. Those who develop the habit of being cruel to animal are quite capable of ill treating people as well when the opportunity comes. When a cruel thought gradually develops into an obsession it may well lead to sadism. Those who kill suffer often in this life. After this life, the karma of their ruthless deeds will for long force them into states of woe. On the contrary, those who show pity towards others and refrain from killing will be born in good states of existence, and if reborn as humans, will be endowed with health, beauty, riches, influences, and intelligence, and so forth. The Buddha always taught in his sutras: "The greatest sin is killing; the highest merit is to save sentient lives. Life is dear to all." In fact, all beings fear death and value life, we should therefore respect life and not kill anything. This precept forbids not only killing people but also any creature, especially if it is for money or sport. We should have an attitude of loving-kindness towards all beings, wishing them to be always happy and free. Caring for the Earth, not polluting its rivers and air, not destroying its forests, etc, are also included in this precept. Killing is one of the four grave prohibitions or sins in Buddhism. Killing is intentionally taking the life of any being, including animals. The advice of not killing challenges us to think creatively of alternate means to resolve conflict

besides violence. Refraining from taking life. According to the Buddhist laws, the taking of human life offends against the major commands, of animal life against the less stringent commands. Suicide also leads to severe penalties in the next lives. According to Most Venerable Dhammananda in the *Gems of Buddhism Wisdom*, the prohibition against the taking of any life applies not only to humanity but also to creatures of every kind, both big and small; black ants as well as red ants. Each day a vast number of animals are slaughtered as food, for most people eat meat, while vegetarians are not common. In the field of science, animals are used in many researches and experiments. In the administrative field, arms are used in crime suppression. Law enforcement agencies punish law breakers. Belligerents at war use arms to destroy one another. The actions cited here as examples are not regarded as illegal or as running counter to normal worldly practice. Indeed, it may even be considered wrong to abstain from them, as is the case when constables or soldiers fail in their police or military duties. Nowadays many kinds of animals are known to be carriers of microbes and, thanks to the microscope, germs and many sorts of microbes have been detected. Almost everything contains them, even drinking water. Only the larger impurities are caught by filter; microbes can pass through. So infinite microbes pass into our throats with each draught of water. It is the same medicines. Whenever they are used, either externally or internally, they destroy myriads of microbes. Are these microbes to be considered as living beings in the sense of the first sila or are they not? If so, perhaps no one can fully comply with it. Besides, some are of the opinion that people who refrain from taking the life of animals should also refrain from eating meat, because it amounts to encouraging slaughter and is no less sinful according to them.

Stealing means taking possession of anything that has not been given by its owner or stealing, is also wrong, even legally speaking. Stealing, one of the four grave prohibitions or sins in Buddhism. Stealing is taking what isn't given to us. It includes not paying taxes or fees that are due, borrowing things and not returning them, and taking things from our workplace for our own personal use. A Bhiksu or Bhiksuni who steals or violates the property of another, whether the property is privately or publicly owned, breaks the second of the Four

Degradation Offences. He or she is no longer worthy to remain a Bhikṣu or Bhikṣuni and cannot participate in the activities of the Order of Bhikṣus or Order of Bhikṣunis. Not to take anything which does not belong to you or what is not given to you. Refraining from taking what is not given. Adattadana-viratih means not directly or indirectly taking other's belongings. On the contrary, one should give things, not only to human beings, but also to animals. The Buddha always taught in his sutras "desire brings great misfortune; giving brings great fortune." Not to steal or no stealing is the second of the ten commandments. Not to steal because we have no right to take what is not given. Not to steal will help us become honest.

Lewd, sexual misconduct, fornication, or adultery, the third commandment of the five basic commandments for lay people, and the third precept of the ten major precepts for monks and nuns in the Brahma Net Sutra. Monks or nuns who commit this offence will be expelled from the Order forever. Four conditions that are necessary to complete the evil of sexual misconduct: the thought to enjoy, consequent effort, means to gratify, and gratification. According to The Buddha and His Teachings, written by Most Venerable Narada, these are the inevitable consequences of Kamesu-micchacara: Having many enemies, having an undesirable wives and husbands (spouses), and birth as a woman or as a eunuch (thái giám). In the Dharmapada Sutra, the Buddha's taught: Four misfortunes occur to a careless man who commits adultery: acquisition of demerit, restlessness, moral blame and downward path (Dharmapada 309). There is acquisition of demerit as well as evil destiny. No joy of the frightened man. The king imposes a heavy punishment. Therefore, man should never commit adultery (Dharmapada 310). Lust grows into a habit because of sexual intercourse in which two people caress each other thereby producing heat that in turn stimulates desire. This is like the heat caused by rubbing the hands together. Adultery results in the iron bed, the copper pillar, and the eight hot hells (the bed stands for sexual desire and the pillar for the partner on whom the sinner depends to stimulate his sexual appetite). The Buddha taught: "Habits of lust and reciprocal interactions which give rise to mutual rubbing. When this rubbing continues without cease, it produces a tremendous raging fire within which movement occurs, just as warmth arises between a person's

hands when he rubs them together. Because these two habits set each other ablaze, there come into being the iron bed, the copper pillar, and other such experiences. Therefore, Thus Come Ones of the ten directions look upon the practice of lust and name it the 'fire of desire.' Bodhisattvas avoid desire as they would a fiery pit." At the time of the Buddha, there was a man who had the habit of committing adultery. Even though he had been arrested a number of times for his misconduct, he did not change his ways. In desperation, his father brought him to the Buddha for advice. The Buddha pointed out that a person who indulges in sexual misconduct creates problems and suffering for himself as well as others. He not only squanders his money and loses his reputation but also creates enemies for himself. These are serious consequences often result from sexual misconduct, but they are usually overlooked at the time when it is being committed. Not to engage in improper sexual conduct. Against lust, not to commit adultery, to abstain from all sexual excess, or refraining from sexual misconduct. This includes not having sexual intercourse with another's husband or wife, or being irresponsible in sexual relationship. Adultery is wrong. Laypeople should be responsible in sexual matters. If we do not have the great opportunity to renounce the world to become monks and nuns to cultivate obtain liberation, we should keep a good relationship between husband and wife, we should be considerate, loving and faithful to each other, then our family will be happy, and our society will be better. One who commits it does not command respect nor does one inspire confidence. Sexual misconduct involving person with whom conjugal relations should be avoided to custom, or those who are prohibited by law, or by the Dharma, is also wrong. So is coercing by physical or even financial means a married or even unmarried person into consenting to such conduct. The purpose of this third sila is to preserve the respectability of the family of each person concerned and to safeguard its sanctity and inviolability. According to The Path of Purification, "Bad Ways" is a term for doing what ought not to be done and not doing what ought to be done, out of desire, hate, delusion, and fear. They are called "bad ways" because they are ways not to be traveled by Noble Ones. Adultery is mentioned in Buddhist texts as one of a number of forms of similar sexual misconduct. For monks or nuns who only think about or wish to commit sexual intercourse with

any people (not wait until physically committing sexual intercourse) are guilty and violate the Vinaya commandments and must be excommunicated from the Order. For laypeople, thinking or wishing to make love or physically making love with those who are not their husband or wife is forbidden. Avoiding the misuse of sex is respect for people and personal relationships. Much unhappiness arises from the misuse of sex and from living in irresponsible ways. Many families have been broken as a result, and many children have been victims of sexual abuse. For all lay Buddhists, the happiness of others is also the happiness of ourselves, so sex should be used in a caring and loving manner, not in a craving of worldly flesh. When observing this precept, sexual desire should be controlled, and husbands and wives should be faithful towards each other. This will help to create peace in the family. In a happy family, the husband and wife respect, trust and love each other. With happy families, the world would be a better place for us to live in. Young Buddhists should keep their minds and bodies pure to develop their goodness. Devout Buddhists should not commit sexual misconduct (to have unchaste) because first, we don't want to be a bad person in the society; second, not to have unchaste will help us become pure and good. Not to commit sexual misconduct is the third commandment of the five basic commandments for lay people, and the third precept of the ten major precepts for monks and nuns in the Brahma Net Sutra. Monks or nuns who commit this offence will be expelled from the Order forever. This is one of the first eight of the Ten Commandments which the Buddha set forth for lay Buddhists to observe 24 hours every fortnight. There are four conditions that are necessary to complete the evil of sexual misconduct: the thought to enjoy, consequent effort, means to gratify (gratification or the act of sexual misconduct). For Monks and Nuns, a Bhiksu who, when motivated by sexual desire, tells a woman or a man that it would be a good thing for her or him to have sexual relations with him, commits a Sangha Restoration Offence. A Bhiksuni who is intent upon having sexual relations with someone, whether male or female, breaks one of the eight Degradation Offences. She is no longer worthy to remain a Bhiksuni and cannot participate in the activities of the Order of Bhiksunis. Through word or gesture arouses sexual desire in that person, breaks the seventh of the Eight Degradation Offences. Says to

that person that she is willing to offer him or her sexual relations, breaks the eighth of the Eight Degradation Offences. According to *The Buddha and His Teachings*, written by Most Venerable Narada, these are the inevitable consequences of Kamesu-micchacara: having many enemies, union with undesirable wives and husbands (spouses), and birth as a woman or as a eunuch (thái giám). If living beings in the six paths of any mundane world had no thoughts of lust, they would not have to follow a continual succession of births and deaths. According to the *Surangama Sutra*, the Buddha reminded Ananda about “cutting off lust”, one of the four important precepts for monks and nuns in Buddhism: “Ananda! Your basic purpose in cultivating is to transcend the wearisome defilements. But if you don’t renounce your lustful thoughts, you will not be able to get out of the dust. Even though one may have some wisdom and the manifestation of Zen Samadhi, one is certain to enter demonic paths if one does not cut off lust. At best, one will be a demon king; on the average, one will be in the retinue of demons; at the lowest level, one will be a female demon. These demons have their groups of disciples. Each says of himself he has accomplished the unsurpassed way. After my extinction, in the Dharma-Ending Age, these hordes of demons will abound, spreading like wildfire as they openly practice greed and lust. Calming to be good knowing advisors, they will cause living beings to fall into the pit of love and views and lose the way to Bodhi Ananda! When you teach people in the world to cultivate samadhi, they must first of all sever the mind of lust. This is the first clear and unalterable instruction on purity given by the Thus Come Ones and the Buddhas of the past, World Honored Ones. Therefore, Ananda, if cultivators of Zen Samadhi do not cut off lust, they will be like someone who cooks sand in the hope of getting rice, after hundreds of thousands of eons, it will still be just hot sand. Why? It wasn’t rice to begin with; it was only sand. Ananda! If you seek the Buddha’s wonderful fruition and still have physical lust, then even if you attain a wonderful awakening, it will be based in lust. With lust at the source, you will revolve in the three paths and not be able to get out. Which road will you take to cultivate and be certified to the Thus Come One’s Nirvana? You must cut off the lust which is intrinsic in both body and mind. Then get rid of even the aspect of cutting it off. At that point you have some hope of attaining the

Buddha's Bodhi. What I have said here is the Buddha's teaching. Any explanation counter to it is the teaching of Papiyan. According to the Anguttara Nikaya, the Buddha taught: "Monk, I know not of any other single form by which a man's heart is attracted as it is by that of a woman. Monks, a woman's form fills a man's mind. Monks, I know not of any other single sound by which a man's heart is attracted as it is by that of a woman. Monks, a woman's sound fills a man's mind (the same thing happens with smell, flavor, touch..." Sex is described by the Buddha as the strongest impulse in man. If one becomes a slave to this impulse, even the most powerful man turn into a weakling; even the sage may fall from the higher to a lower level. In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: "Four misfortunes occur to a careless man who commits adultery: acquisition of demerit, restlessness, moral blame and downward path (Dharmapada 309). There is acquisition of demerit as well as evil destiny. No joy of the frightened man. The king imposes a heavy punishment. Therefore, man should never commit adultery (Dharmapada 310)." In the Forty-Two Sections Sutra, the Buddha said: "There was once someone who, plagued by ceaseless sexual desire, wished to castrate himself. To cut off your sexual organs would not be as good as to cut off your mind. Your mind is like a supervisor; if the supervisor stops, his employees will also quit. If the deviant mind is not stopped, what good does it do to cut off the organs?" The Kasyapa Buddha taught: 'Desire is born from your will; your will is born from thought. When both aspects of the mind are still, there is neither form nor activity.' We, Buddhist practitioners should listen to the Buddha's teaching to get rid of sexual misconducts, for once we are able to get rid of sexual misconducts also means that we have already pushed away great obstacles on our own path of cultivation.

False speech means nonsense or transgression speaking, or lying, either slander, false boasting, or deception. Lying also means not to tell the truth. Lying also means tale-bearing speech, or double tongue speech, or slandering speech. Lying also means harsh speech or frivolous talk. Slander the Buddhist Sutras is considered a serious lying. Slandering the Buddhist sutras means ridiculing Buddhist theories taught by the Buddha and written in the sutras, i.e., saying that the principles in the Buddhist sutras are false, that the Buddhist and

Great Vehicle sutras were spoken by demon kings, and so on. This sort of offense cannot be pardoned through repentance. According to *The Buddha and His Teachings*, there are four conditions that are necessary to complete the evil of lying: an untruth, deceiving intention, utterance, and actual deception. According to Buddhism, “Lying” is the main rationalization for other offenses. Devout Buddhists should always be aware of the following situations: we tell lies when we contend; we tell lies when we are greedy; we tell lies when we seek gratification; we tell lies as we are selfish; we tell lies as we chase personal advantages. We tell lies to deceive people. We commit mistakes but do not want to admit, so we tell lies and try to rationalize for ourselves, and so on, and so on. Also according to *The Buddha and His Teachings*, written by Most Venerable Narada, there are some inevitable consequences of lying as follow: being subject to abusive speech, vilification, untrustworthiness, and stinking mouth. The Buddha wanted His disciples to be so perfectly truthful that He encouraged us not to lie, but to speak the truth, the whole truth. Against lying, deceiving and slandering. Not to lie includes not saying bad things, not gossiping, not twisting stories, and not lying. On the contrary, one must use the right gentle speech, which gives benefit to oneself and others. However, sometimes they are unable to speak the truth; for instance, they may have to lie to save themselves from harm, and doctors lie to bolster their patients’ morale. Lying under these circumstances may be contrary to the sila, but it is not entirely contrary to the loving-kindness and to its purpose. This sila aims at bringing about mutual benefits by adhering to truth and avoiding verbal offences. Similarly, utterances harmful to another’s well-being, for example, malicious, abusive or slanderous speech intended either to deride others or to vaunt oneself may be truthful, yet they must be regarded as wrong, because they are contrary to the sila. Sincere Buddhists should always respect each other and not tell lies or boast about ourselves. This would result in fewer quarrels and misunderstandings, and the world would be a more peaceful place. In observing the fourth precept, we should always speak the truth. There are four ways of “Mrsavadaviratih”. The first way is “lying”. Lying means verbally saying or indicating through a nod or a shrug something we know isn’t true. However, telling the truth should be tempered and compassion. For instance, it isn’t wise to tell

the truth to a murderer about a potential victim's whereabouts, if this would cause the latter's death. We should not to lie because if we lie, nobody would believe us. Furthermore, not to lie will help us become truthful and trustful. According to the Dharmapada Sutra, verse 306, the Buddha taught: "The speaker of untruth goes down; also he who denies what he has done, both sinned against truth. After death they go together to hells." The second way is "Tale-bearing" or "Slandering". To slander means to twist stories, or to utilize slandering words. The Pali word means literally 'breaking up of fellowship'. To slander another is most wicked for it entails making a false statement intended to damage someone's reputation. The slanderer often commits two crimes simultaneously, he says what is false because his report is untrue and then he back-bites. In Sanskrit poetry the back-biter is compared to a mosquito which though small is noxious. It comes singing, settles on you, draws blood and may give you malaria. Again the tale-bearer's words may be sweet as honey, but his mind is full of poison. Let us then avoid tale-bearing and slander which destroy friendships. Instead of causing trouble let us speak words that make for peace and reconciliation. Instead of sowing the seed of dissension, let us bring peace and friendship to those living in discord and enmity. The third way is "Harsh speech" (Pharusavaca p). Harsh words include insult, abuse, ridicule, sarcasm, and so on. Sometimes harsh words can be said with a smile, as when we innocently pretend what we have said won't hurt other people. Devout Buddhists should never use harsh words because harsh words hurt others. According to The Buddha and His Teaching, written by Most Venerable Narada, there are three conditions that are necessary to complete the evil of harsh speech: a person to be abused, an angry thought, and the actual abuse. The inevitable consequences of harsh speech: being detested by others though absolutely harmless, and having a harsh voice. At the time of the Buddha, one day, an angry man with a bad temper went to see the Buddha. The man used harsh words to abuse the Buddha. The Buddha listened to him patiently and quietly, and did not say anything as the man spoke. The angry man finally stopped speaking. Only then did the Buddha ask him, "If someone wants to give you something, but you don't want to accept it, to whom does the gift belong?" "Of course it belongs to the person who tried to give it away in the first place," the

man answered. “Likewise it is with your abuse,” said the Buddha. “I do not wish to accept it, and so it belongs to you. You should have to keep this gift of harsh words and abuse for yourself. And I am afraid that in the end you will have to suffer it, for a bad man who abuses a good man can only bring suffering on himself. It is as if a man wanted to dirty the sky by spitting at it. His spittle can never make the sky dirty, it would only fall onto his own face and make it dirty instead.” The man listened to the Buddha and felt ashamed. He asked the Buddha to forgive him and became one of his followers. The Buddha then said, “Only kind words and reasoning can influence and transform others.” Sincere Buddhist should avoid using harsh words in speech. The fourth way is “Frivolous talk” (Samphappalapa p). According to Most Venerable in The Buddha and His Teachings, there are two conditions that are necessary to complete the evil of frivolous talk: the inclination towards frivolous talk, and its narration. The inevitable consequences of frivolous talk: defective bodily organs and incredible speech. According to the Dharmapada Sutra, verse 306, the Buddha taught: “The speaker of untruth goes down; also he who denies what he has done, both sinned against truth. After death they go together to hells.” According to Buddhism, habits of deceptions (deceitfulness) result in yokes and being beaten with rods. According to the Surangama Sutra, book Eight, the Buddha reminded Ananda about the habit of deceitfulness as follows: “Habits of deception and misleading involvements which give rise to mutual guile. When such maneuvering continues without cease, it produces the ropes and wood of gallows for hanging, like the grass and trees that grow when water saturates a field. Because these two habits perpetuate one another, there come into being handcuffs and fetters, canes and locks, whips and clubs, sticks and cudgels, and other such experiences. Therefore, the Thus Come Ones of the ten directions look upon deception and name it a ‘treacherous crook.’ Bodhisattvas fear deception as they would a savage wolf.” Truly speaking, to let go these lying speeches is not an easy thing to do; they are not easy to be eliminated in one or two days, but when we want to follow the Buddha's Path, we have no other choice but to let go these lying speeches. Once we are able to let them go, it also means that we have already pushed away great obstacles on our own path of cultivation.

Chương Ba Mươi Bốn
Chapter Thirty-Four

Người Tu Tuệ Trước Tiên Nền
Thông Suốt Tánh Không Của Vạn Hữu

Theo Phật giáo, chư pháp không hay là hư không, trống rỗng (sự không có tính chất cá biệt hay độc lập), vô thường, và không có tự ngã. Nghĩa là vạn pháp không có tự tính, mà tùy thuộc vào nhân duyên, và thiếu hẳn tự tánh. Vì vậy một con người nói là không có “tự tánh” vì con người ấy được kết hợp bởi nhiều thứ khác nhau, những thứ ấy luôn thay đổi và hoàn toàn tùy thuộc vào nhân duyên. Tuy nhiên, Phật tử nhìn ý niệm về “không” trong đạo Phật một cách tích cực trên sự hiện hữu, vì nó ám chỉ mọi vật đều luôn biến chuyển, nhờ vậy mới mở rộng để hướng về tương lai. Nếu vạn hữu có tánh chất không biến chuyển, thì tất cả đều bị kẹt ở những hoàn cảnh hiện tại mãi mãi không thay đổi, một điều không thể nào xảy ra được. Phật tử thuần thành phải cố gắng thấy cho được tánh không để không vướng víu, thay vào đó dùng tất cả thời giờ có được cho việc tu tập, vì càng tu tập chúng ta càng có thể tiến gần đến việc thành đạt “trí huệ” nghĩa là càng tiến gần đến việc trực nghiệm “không tánh,” và càng chứng nghiệm “không tánh” chúng ta càng có khả năng phát triển “trí huệ ba la mật.”

Thuật ngữ “Sunyata” là sự kết hợp của “Sunya” có nghĩa là không, trống rỗng, rỗng tuếch, với hậu tiếp từ “ta” có nghĩa là “sự” (dùng cho danh từ). Thuật ngữ rất khó mà dịch được sang Hoa ngữ; tuy nhiên, chúng ta có thể dịch sang Anh ngữ như là sự trống không, sự trống rỗng, hoặc chân không. Khái niệm của từ “Sunyata” căn bản thuộc về cả hợp lý và biện chứng. Thật khó để hiểu được khái niệm “Tánh không” vì ý niệm chân đế của nó (thắng nghĩa không, lia các pháp thì không có tự tánh) liên quan đến ý nghĩa ngôn ngữ học, đặc biệt vì từ nguyên học (tánh không có nghĩa là trống rỗng hoặc không có gì trong hình dáng của chư pháp) không cung cấp thêm được gì vào ý thực tiễn hay lý thuyết của khái niệm này. Theo Tiến sĩ Harsh Narayan, tánh không là thuyết hư vô thanh tịnh hoàn toàn, là thuyết phủ định, sự trống rỗng không triệt để của chư pháp hiện hữu cho đến những hệ quả cuối cùng của sự phủ định. Những nhà tư tưởng của trường phái Du Già

đã mô tả tánh không như là hoàn toàn hư vô. Tiến sĩ Radhakrishnan nói rằng sự tuyệt đối dường như là bất động trong tính tuyệt đối. Tiến sĩ Murti nói rằng trí tuệ Ba la mật là một sự tuyệt đối hoàn toàn. Theo Trung Anh Phật học Từ Điển, bản chất không là tánh không vật thể của bản chất các hiện tượng là ý nghĩa căn bản của tánh không.

Theo các kinh điển Đại Thừa khác, tánh không có nghĩa là bản chất đích thực của thực tại kinh nghiệm. Tánh không vượt khỏi sự phủ định và không thể diễn tả được. Đức Phật cũng dùng vô số những hình ảnh so sánh trong kinh điển Pali để chỉ ra sự không thật của mỗi loại pháp và chính những hình ảnh này, sau này được dùng một cách hiệu quả trong các trường phái triết học Đại Thừa, đặc biệt là những nhà tư tưởng Phật giáo Trung Hoa đã so sánh tánh không với nhiều hình ảnh và màu sắc linh động. “Tánh không” không chướng ngại... giống như hư không trống không, hiện hữu trong mọi hiện tượng nhưng chưa bao giờ cản trở hoặc chướng ngại bất cứ tướng trạng nào. “Tánh không” như nhất thiết trí... giống như trống không, ở khắp nơi, nắm giữ và biết hết mọi điều, mọi nơi. “Tánh không” như sự bình đẳng... giống như Không, bình đẳng với tất cả, không phân biệt thiên lệch bất cứ nơi nào. “Tánh không” biểu thị tánh chất mênh mông... giống như không, vô biên, rộng lớn và vô tận. “Tánh không” không có hình sắc và bóng dáng... giống như không, không mang dáng dấp hoặc hình tướng nào. “Tánh không” biểu thị sự thanh tịnh... giống như không, luôn luôn trong sáng không gợn phiến nào ô uế. “Tánh không” biểu thị sự bất động... giống như không, luôn luôn ở trạng thái dừng chỉ, năng động nhưng vượt lên những tiến trình sanh và diệt. “Tánh không” ám chỉ sự phủ định tích cực... phủ định tất cả những gì có giới hạn và kết thúc. “Tánh không” ám chỉ sự phủ định của phủ định... phủ định tất cả Ngã chấp và đoạn diệt những chấp thủ vào tánh không. “Tánh không” ám chỉ sự không đạt được hoặc không nắm giữ được... giống như không gian hay hư không, không lưu dấu hoặc nắm giữ pháp nào.

Bắt đầu Trung Quán Luận, ngài Long Thọ đã đưa ra nền tảng triết lý của mình bằng tám sự phủ định. Không có sanh diệt, một, khác, đoạn, thường, đi đến trong định thức duyên khởi. Hay nói một cách khác về căn bản thì nơi đây chỉ có duy nhất “không sanh” được coi ngang hàng với tánh không. Trong vài chỗ khác ngài Long Thọ cũng cho rằng Duyên khởi là tánh không. Ở đây tánh không nằm trong thực tại của lý Trung Đạo này vượt khỏi hai quan điểm căn bản đối đãi là

hiện hữu và không hiện hữu. Tánh không là sự hiện hữu tương đối của chư pháp hoặc là sự tương đối. Như vậy theo Trung Quán Luận thì tánh không không có nghĩa là không hiện hữu tuyệt đối mà là sự hiện hữu tương đối. Tánh không ám chỉ bản chất đích thực của thực tại kinh nghiệm hoặc điều gì đó giống như vậy, hình thức của bản chất thật của các hiện tượng. Tánh không bao gồm tất cả những vấn đề liên quan đến quan điểm của Phật giáo về cuộc đời và thế giới. Ngài Long Thọ đã tuyên bố rằng Tánh không như một bản chất đích thực của thực tại kinh nghiệm: “Với tánh không, tất cả đều có thể; không có tánh không, tất cả đều không thể.” Trong kinh Bát Nhã Ba La Mật, tánh không chỉ cho thế giới tuệ giác là không thể tách rời ra khỏi thế giới vọng tưởng: “Thế giới vọng tưởng là đồng với thế giới tuệ giác (sắc là đồng nhất với không), thế giới tuệ giác là đồng với thế giới vọng tưởng (không thì đồng với sắc).”

Mục đích của Tánh không chỉ ra sự đoạn diệt về ngôn ngữ và những nỗ lực nhằm đưa đến sự đoạn diệt này: “Tánh không tương ứng với chân lý tối hậu, được gọi là trạng thái trong đó ngôn ngữ cũng bị đoạn tận và ‘Tánh không’ nghĩa là tất cả những pháp hiện hữu liên quan tới đời sống hằng ngày chúng ta là một yếu tố được xác lập thật sự.. Thuật ngữ ‘Tánh Không’ được sử dụng đơn giản như một phương tiện để đi đến Niết Bàn hay Giải thoát. Về mặt tâm lý học, ‘Tánh Không’ là sự buông bỏ chấp thủ. Pháp thoại về ‘Tánh Không’ nhằm để buông xả tất cả khát ái của tâm. Về mặt đạo đức học, sự phủ định của ‘Tánh Không’ là một hiệu quả tích cực, ngăn chặn Bồ Tát không làm các điều ác mà nỗ lực giúp người khác như chính bản thân mình. Đức hạnh này khiến nuôi dưỡng và tăng trưởng lòng từ bi. Về mặt nhận thức luận, ‘Tánh Không’ như ánh sáng chân trí tuệ rằng chân lý không phải là thực thể tuyệt đối. Tri thức chỉ cung cấp kiến thức, không cung cấp trí tuệ chân thật và tuệ giác là vượt qua tất cả ngôn từ. Về mặt siêu hình, ‘Tánh Không’ nghĩa là tất cả các pháp không có bản chất, tánh cách và chức năng cố định. Về mặt tinh thần, ‘Tánh Không’ là sự tự do, Niết Bàn hoặc giải thoát khỏi khổ đau phiền não. Như vậy, ‘Tánh Không’ không phải là lý thuyết suông, mà là nấc thang để bước lên giải thoát. Nấc thang mà nơi đó không cần phải bàn luận, mà chỉ cần cất chân bước lên. Nếu hành giả không bước, dù chỉ một bậc, thì nấc thang trở nên vô dụng. Như vậy, ‘Tánh Không’ tượng trưng cho một phương pháp tu tập hơn chỉ là một khái niệm để bàn luận. Công

dụng duy nhất của ‘Tánh Không’ là giúp cho chúng ta loại bỏ phiền não và vô minh đang bao bọc chúng ta để mở ra những tiến trình tâm linh siêu vượt thế giới này ngang qua tuệ giác.

Theo Kinh Tiểu Không, Đức Phật bảo A Nan: “Này A Nan, nhờ an trú vào ‘không tánh’ mà bây giờ ta được an trú viên mãn nhất.” Vậy thì nghĩa của trạng thái ‘không’ là gì mà từ đó Đức Phật được an trú vào sự viên mãn nhất? Chính nó là ‘Niết Bàn’ chứ không là thứ gì khác. Nó chính là sự trống vắng tất cả những dục lậu, hữu lậu và vô minh. Chính vì thế mà trong thiền định, hành giả cố gắng chuyển hóa sự vọng động của thức cho tới khi nào tâm hoàn toàn là không và không có vọng tưởng. Mức độ cao nhất của thiền định, diệt tận thọ-tưởng định, khi mọi ý tưởng và cảm thọ đã dừng thì được xem như là nền tảng vững chắc để đạt đến Niết Bàn. Đức Phật bảo Xá Lợi Phất về không như sau: “Trong ‘Không’ không có hình thể, không có cảm xúc, không có niệm lự, không có tư duy, không có ý thức, không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý; không có hình thể, âm thanh, hương thơm, mùi vị, xúc chạm và hiện hữu; không có đối tượng của mắt cho đến không có đối tượng của ý thức; không có minh, không có vô minh, không có sự chấm dứt của minh, cũng không có sự chấm dứt của vô minh; cho đến không có tuổi già và sự chết, cũng không có sự chấm dứt của tuổi già và sự chết; không có khổ đau, không có nguyên nhân của khổ đau, không có sự chấm dứt khổ đau và không có con đường đưa đến sự chấm dứt khổ đau; không có trí giác cũng không có sự thành tựu trí giác; vì chẳng có quả vị trí giác nào để thành tựu. Người nào tỉnh thức bình yên do sống an lành trong tuệ giác vô thượng thì thoát ly tất cả. Và rằng, vì không có những chướng ngại trong tâm nên không có sợ hãi và xa rời những cuồng si mộng tưởng, đó là cứu cánh Niết Bàn vậy!”

Trên quan điểm Tuyệt Đối, Sunyata có nghĩa là “hoàn toàn không có cấu tác của tư tưởng, không có đa nguyên tánh.” Nói cách khác, không tánh được sử dụng nơi nguyên lý có hàm ý: ngôn ngữ của nhân loại không thể diễn tả được; nó vừa “là” mà cũng vừa là “không là,” “vừa là vừa không là,” “chẳng phải là cũng không phải là không là,” phạm trù tư tưởng hoặc thuật ngữ đều không thể áp dụng vào những thứ vừa kể trên được. Nó siêu việt trên tư tưởng; nó vô đa nguyên tánh, nó là một tổng thể, không thể phân chia thành những bộ phận được. Đặc điểm nổi bật nhất của triết lý Trung Quán là sự sử dụng

nhều lần hai chữ “không” và “không tánh.” Vì đây là khái niệm chính yếu của hệ thống triết lý này, cho nên, hệ thống triết lý này thường được gọi là “hệ thống triết lý không tánh,” xác định “không” như là đặc tánh của Thực tại. Chữ “không” đã khiến cho người ta cảm thấy bối rối nhất trong triết lý Phật giáo. Những người không phải là Phật tử đã giải thích nó như là thuyết “hư vô.” Nhưng đó không phải là ý nghĩa của chữ này. Trên phương diện ngữ nguyên thì chữ gốc của nó là “svi,” có nghĩa là “nở lớn ra” hay “bành trướng ra.” Có điều đáng tò mò là chữ “Brahman” (Bà la môn) có gốc là “brh” hoặc “brhm,” cũng có nghĩa là nở lớn hay bành trướng. Theo lời Đức Phật về “Không lý” và về nguyên tắc của không, chữ không dường như được sử dụng theo nghĩa của “tồn hữu học” trong hầu hết các kinh văn Phật giáo. Sự ngụ ý về ý nghĩa ngữ nguyên của chữ này dường như không được diễn tả một cách đầy đủ và trọn vẹn. Theo một số các học giả cho rằng chữ “không” không mang ý nghĩa trên phương diện tồn hữu học. Nó chỉ là một loại ám thị trên mặt “cứu cánh học” mà thôi. Nhưng rõ ràng chữ “sunya” được dùng theo ý nghĩa “tồn hữu học,” kèm theo ngụ ý của giá trị luận và bối cảnh của cứu thế học. Theo nghĩa tồn hữu học thì “sunya” là một loại “không” mà đồng thời cũng “chứa đầy.” Bởi vì nó không phải là một thứ đặc biệt nào đó, cho nên nó có khả năng trở thành mọi thứ. Nó được xem là đồng nhất với Niết Bàn, với Tuyệt Đối, với Thực Tại.

Từ “không tánh” là danh từ trừu tượng bắt nguồn từ chữ “sunya”. Nó có nghĩa là sự tước đoạt chứ không phải là viên mãn. Hai chữ “sunya” và “sunyata” nên được hiểu theo tương quan với chữ “svabhava” hay “tự tánh.” Nghĩa đen của chữ “svabhava” là “tự kỷ.” Nguyệt Xứng cho rằng trong triết lý Phật giáo, chữ này được dùng bằng hai cách: bản chất hay đặc tánh của một sự vật, thí dụ như nóng là tự tánh hay đặc tánh của lửa. Ở trong thế giới này, một thuộc tánh luôn luôn đi theo một vật, tuyệt đối, bất khả phân, nhưng không liên hệ một cách bền vững với bất cứ sự vật nào khác, đây được biết như là tự tánh hay đặc tánh của vật ấy. Chữ “svabhava” hay tự tánh là phản nghĩa của “tha tánh” (parabhava). nguyệt Xứng nói rằng “svabhava là tự tánh, cái bản chất cốt yếu của sự vật.” Trong khi ngài Long Thọ bảo rằng “Kỳ thực tự tánh không do bất cứ một vật nào khác đem lại, nó là vô tác, nó không lệ thuộc vào bất cứ cái gì, nó không liên hệ với bất cứ thứ gì khác hơn là chính nó, nó không tùy thuộc và vô điều kiện.”

Chữ “sunya” cần phải được hiểu theo hai quan điểm. Thứ nhất là từ quan điểm của hiện tượng hoặc thực tại kinh nghiệm, nó có nghĩa là “svabhava-sunya,” tức là “tự tánh không,” hoặc không có thực tại tánh của thực thể tự kỷ độc lập của chính nó. Thứ nhì là từ quan điểm của Tuyệt Đối, nó có nghĩa là “prapanca-sunya,” nghĩa là “hý luận không,” hay không có sự diễn đạt bằng ngôn ngữ không có hý luận, không do tư tưởng tạo thành, và không có đa nguyên tánh.

Đối với tục đế hoặc thực tại kinh nghiệm thì không tánh có nghĩa là “vô tự tánh,” nghĩa là không có tự ngã, không có bản chất, vô điều kiện. Nói cách khác, không tánh là chữ bao hàm “duyên khởi” hoặc sự hoàn toàn tương đối, hỗ tương lẫn nhau của sự vật. Ý tưởng này cũng được chuyên chở bằng cách khác với thuật ngữ “giả danh sở tác,” sự có mặt của một cái tên không có nghĩa là thực tại tánh của sự vật được gọi tên. Nguyệt Xứng đã nói: “Một cái xe được gọi như vậy khi xét tới các bộ phận cấu thành của nó như bánh xe, vôn vôn; điều đó không có nghĩa rằng chính cái xe có thể là vật gì khác ngoài những thành phần của nó. Đây là một thí dụ khác về tánh tương đối hoặc sự hỗ tương lẫn nhau của sự vật. Trên phương diện hỗ tương nương nhau mà tồn tại thì ‘không tánh’ cũng bao hàm tính chất tương đối và phi tuyệt đối của những quan điểm đặc thù. Không tánh đã vạch rõ ra sự điên rồ của việc tiếp nhận bất cứ sự khởi đầu tuyệt đối nào hoặc sự kết thúc hoàn toàn nào; vì vậy ‘không tánh’ bao hàm ‘trung đạo’, đối xử với sự vật theo bản chất của chúng, tránh những khẳng định hoặc phủ định cực đoan như “là” và “không là.” Ngoài những điểm trên, trong triết học Trung Quán, ‘không tánh’ còn có những ý nghĩa khác. Đối với thực tại tối thượng hay thắng nghĩa đế, không tánh còn bao hàm bản chất phi khái niệm của tuyệt đối. Đối với hành giả, không tánh có nghĩa là thái độ của “vô sở đắc,” không bám víu vào sự tương đối như là tuyệt đối, cũng không bám víu vào sự tuyệt đối như là một cái gì đặc biệt. Đại Trí Độ Luận đã đưa ra một hàm ý khác về nguyên lý ‘không tánh,’ đó chính là “sự tìm kiếm thực tại” không thể cưỡng cầu được, nó siêu việt trên đời sống biến đổi hằng ngày này.

Chữ ‘không tánh’ không phải chỉ hàm ý tồn hữu học, mà nó còn hàm ý trên phương diện giá trị luận. Do bởi tất cả mọi sự vật kinh nghiệm đều không có thực thể, vì thế chúng đều không có giá trị. Sở dĩ chúng ta gán cho những sự vật của trần thế nhiều giá trị như vậy là vì sự ngu muội của chúng ta. Một khi chúng ta lãnh hội được không tánh

một cách chính xác thì những bàm víu ấy sẽ tự động biến mất. Không tánh không phải chỉ là một khái niệm trên mặt tri thức. Mà sự chứng nghiệm không tánh là phương tiện cứu độ. Nếu chúng ta nắm vững một cách đúng đắn về không tánh, thì nó có thể dẫn chúng ta đến sự phủ định tánh “địa tạp” của các pháp, có thể giải thoát khỏi sự “thoáng hiện” của những cảm dỗ trong đời sống. Thiền quán về ‘không tánh’ có thể dẫn đến tuệ giác Bát Nhã hay trí tuệ siêu việt, là thứ đem lại giải thoát cho hành giả. Ngài Long Thọ đã diễn đạt được sự tinh túy trong lời dạy của ngài về ‘không tánh qua bài kệ dưới đây: “Giải thoát đạt được bằng cách tiêu trừ các hành vi và ái dục ích kỷ. Tất cả các hành vi và ái dục ích kỷ đều bắt nguồn từ những cấu trúc tưởng tượng, chứng coi những sự vật vô giá trị như là những sự vật đầy giá trị. Sự cấu tác của tưởng tượng phát sanh từ tác động của tâm trí sẽ chấm dứt khi đã nhận thức được không tánh, sự trống rỗng của sự vật. Không tánh được sử dụng trong triết học Trung Quán như là một biểu tượng của những thứ không thể diễn tả được. Khi gọi Thực Tại là ‘không’, triết học trung Quán chỉ có ý nói rằng nó là ‘không thể diễn tả được bằng ngôn ngữ.’ Ngay trong câu thứ nhất của Trung Quán Tụng, ngài Long Thọ đã làm nổi bật lập điểm về ‘không luận’ một cách ngời sáng. Lập điểm này được cấu thành bởi “tám điều không”: không diệt, không sanh, không đoạn, không thường, không nhất nguyên, không đa nguyên, không tới, không đi.

***Those Who Cultivate Wisdom Should First See
Through the Emptiness of All Things***

Emptiness or void, central notion of Buddhism recognized that all composite things are empty (samskrita), impermanent (anitya) and void of an essence (anatam). That is to say all phenomena lack an essence or self, are dependent upon causes and conditions, and so, lack inherent existence. Thus, a person is said to be empty of being a “self” because he is composed of parts that are constantly changing and entirely dependent upon causes and conditions. However, the concept of emptiness is viewed by Buddhists as a positive perspective on reality, because it implies that everything is constantly changing, and is thus open toward the future. If things possessed an unchanging essence, all beings would be stuck in their present situations, and real change

would be impossible. Devout Buddhists should try to attain the realization of emptiness in order to develop the ability to detach on everything, and utilize all the available time to practice the Buddha-teachings. The more we practice the Buddha's teachings, the more we approach the attainment of wisdom, that is to say the more we are able to reach the "direct realization of emptiness," and we realize the "emptiness of all things," the more we can reach the "perfection of wisdom."

The term "Sunyata" terminologically compounded of "Sunya" meaning empty, void, or hollow, and an abstract suffix "ta" meaning "ness". The term was extremely difficult to be translated into Chinese; however, we can translate into English as "Emptiness," "Voidness," or "Vacuity." The concept of this term was essentially both logical and dialectical. The difficulty in understanding this concept is due to its transcendental meaning in relation to the logico-linguistic meaning, especially because the etymological tracing of its meaning (sunyata meaning vacuous or hollow within a shape of thing) provides no theoretical or practical addition to one's understanding of the concept. According to Dr. Harsh Narayan, Sunyavada is complete and pure Nihilism. Sunyata is a negativism which radically empties existence up to the last consequences of Negation. The thinkers of Yogacara school describe "Sunyata" as total Nihilism. Dr. Radhakrishnan says that absolute seems to be immobile in its absoluteness. Dr. Murti views Prajna-paramita as absolute itself and said: "The absolute is very often termed sunya, as it is devoid of all predicates." According to Chinese-English Buddhist Dictionary, "the nature void, i.e., the immateriality of the nature of all things" is the basic meaning of "Sunyata".

According to other Mahayana sutras, "Sunyata" means the true nature of empirical Reality. It is considered as beyond the Negation or Indescribable. The Buddha used a number of similes in the Nikayas to point out the unreality of dharmas of every kind and it is these similes that have been later used with great effectiveness in Mahayana philosophical schools, especially of Chinese Buddhist thinkers. Emptiness implies non-obstruction... like space or the Void, it exists within many things but never hinders or obstructs anything. Emptiness implies omnipresence... like the Void, it is ubiquitous; it embraces everything everywhere. Emptiness implies equality... like the Void, it

is equal to all; it makes no discrimination anywhere. Emptiness implies vastness... like the Void, it is vast, broad and infinite. Emptiness implies formlessness or shapelessness... like the Void, it is without form or mark. Emptiness implies purity... like the Void, it is always pure without defilement. Emptiness implies motionlessness... like the Void, it is always at rest, rising above the processes of construction and destruction. Emptiness implies the positive negation... it negates all that which has limits or ends. Emptiness implies the negation of negation... it negates all Selfhood and destroys the clinging of Emptiness. Emptiness implies unobtainability or ungraspability... space or the Void, it is not obtainable or graspable.

At the beginning of *Madhyamika Sastra*, Nagarjuna gives the fundamentals of his philosophy by means of eight negations. There is neither origination, nor cessation, neither permanence nor impermanence, neither unity nor diversity, neither coming-in nor going-out, in the law of *Pratityasamutpada* (Dependent Origination). Essentially, there is only non-origination which is equated with *Sunyata*. Elsewhere he also states that *Pratityasamutpada* is called *Sunyata*. Here *Sunyata* referring as it does to non-origination, is in reality the Middle path which avoids the two basic views of existence and non-existence. *Sunyata* is the relative existence of things, or a kind of relativity. So, according to the *Madhyamika*, *sunyata* does not mean absolute non-being, but relative being. Emptiness implies the true nature of empirical Reality or what is the same, the form of true nature of all phenomena. This subject matter of *sunyata* will cover all the questions concerning the Buddhist outlooks on life and world. Nagarjuna claimed *Sunyata* as the true nature of empirical Reality: "With *sunyata*, all is possible; without it, all is impossible". In the *Prajna-Paramita Sutra*, *Sunyata* refers to the world of enlightenment, but it also stated that this world of enlightenment is not separate from the world of delusion: "The world of illusion is identical with the world of enlightenment (form is identical with void), and the world of enlightenment is identical with the world of illusion (void is identical with form)."

The purpose of *Sunyata* refers to the objective of extinguishing linguistic proliferation and the efforts leading towards this objective: "*Sunyata* corresponds to ultimate truth, namely, the state in which

linguistic proliferation has been extinguished; and the meaning of Sunyata signifies all existent relating to our everyday life in which Sunyata is an actual established fact.” The term ‘Emptiness’ or ‘Sunyata’ is mainly used as a means to achieve Nirvana or Salvation. Psychologically, ‘Sunyata’ is detachment. The teaching of Sunyata is to empty the mind of cravings. Morally, this negation has a positive effect, namely, preventing one from doing evils and making one love oneself and others. It is to foster the virtue of compassion. Epistemologically, Sunyata is an unattached insight that truth is not absolutely true. It teaches that discursive knowledge does not provide true wisdom and that enlightenment is the abandonment of conceptual thinking. Metaphysically, Sunyata means that all things are devoid of definite nature, characteristic and function, and that metaphysical views are unintelligible and should be discarded. Spiritually, Sunyata is freedom, Nirvana or liberation from suffering of the world. Emptiness is not a theory, but a ladder that reaches out into the infinite. A ladder is not there to be discussed, but to be climbed. If one does not even take the first steps on it, it is no use to have the ladder. Thus, Emptiness is a practical concept for cultivation, not a view for discussion. The only use of the Emptiness is to help us get rid of this world and of the ignorance which binds us to it. It has only one meaning which is to help us transcend the world through wisdom.

According to the Culla Sunnata Sutta, the Buddha affirmed Ananda: “Ananda, through abiding in the ‘emptiness’, I am now abiding in the complete abode or the fullness of transcendence.” So, what is the emptiness from that the Buddha abides in the fullness of transcendence? It is nothing else but “Nirvana”. It is empty of cankers of sense-pleasure, becoming and ignorance. Therefore, in meditation, practitioners try to reduce or eliminate the amount of conscious contents until the mind is completely motionless and empty. The highest level of meditation, the ceasing of ideation and feeling, is often used as a stepping stone to realization of Nirvana. The Buddha told Sariputra about Emptiness as follows: “In Emptiness there are no form, no feelings, no perceptions, no actions, no consciousnesses; no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, and no mind; no form, sound, odour, taste, touch or mind object; no eye-elements until we come to no elements of consciousnesses; no ignorance and no extinction of

ignorance; no old age and death, and no extinction of old age and death; no truth of sufferings, no truth of cause of sufferings, of the cessation of sufferings or of the path. There is no knowledge and no attainment whatsoever. By reason of non-attachment, the Bodhisattva dwelling in Prajnaparamita has no obstacles in his mind. Because there is no obstacle in his mind, he has no fear, and going far beyond all perverted view, all confusions and imaginations... This is a real Nirvana!”

From the standpoint of the Absolute, Sunyata means “Devoid of, or completely free of thought construct, devoid of plurality.” In other words, sunyata as applied to tattva signifies that: it is inexpressible in human language; that ‘is’, ‘not is’, ‘both is’, and ‘not is’, ‘neither is’ nor ‘not is’, no thought, category or predicative can be applied to it. It is transcendental to thought; it is free of plurality, that it is a Whole which can not be sundered into parts. The most striking feature of Madhyamaka philosophy is its ever, recurring use of “sunya” and “sunyata.” So central is this idea to the system that it is generally known as “Sunyavada,” i.e., the philosophy that asserts “Sunya” as the characterization of Reality. Sunya is a most perplexing word in Buddhist philosophy. Non-Buddhists have interpreted it only as nihilism. But that is not what it means. Etymonogically it is derived from the root “svi” which means “to swell” or “to expand.” Curiously enough, the word Brahman is derived from the root “brh” or “brhm” which also means “to swell” or “to expand.” According to the Buddha’s teaching on Sunya tattva and the ‘sunya principle’, the word sunya seems to have been used in an ontological sense in most of Buddhist contexts. The implication of the etymological signification of the word does not seem to have been fully worked out. According to some scholars the word “sunya” has no ontological signification. It has only a soteriological suggestion. But the word “sunya” has obviously been used also in an ontological sense with an axiological overtone and soteriological background. In the ontological sense, “sunya” is the void which is also fullness. Because it is nothing in particular, it has the possibility of everything. It has been identified with Nirvana, with the Absolute, with Supreme Reality or Paramartha, with Reality or Tattva.

Sunyata is an abstract noun derived from “sunya.” It means deprivation and suggests fulfillment. The word “sunya” and “sunyata”

will best be understood in connexion with “svabhava.” Svabhava literally means ‘own being.’ Candrakirti says that this word has been used in Buddhist philosophy in two ways: the essence or special property of a thing, e.g., ‘heat is the svabhava or special property of fire.’ In this world an attribute which always accompanies an object, never parts from it, that, not being indissolubly connected with any thing else, is known as the svabhava, i.e., special property of that object; svabhava (own-being) as the contrary of parabhava (other-being). Candrakirti says, “Svabhava is the own being, the very nature of a thing.” While Nagarjuna says: “That is really svabhava which is not brought about by anything else, unproduced (akrtrimah), that which is not dependent on, not relative to anything other than itself, non-contingent, unconditioned.” The word “sunya” has to be understood from two points of view. First, from the point of view of phenomena or empirical reality, it means “svabhava-sunya,” i.e. devoid of svabhava or independent, substantial reality of its own. Second, from the point of view of the Absolute, it means “prapanca-sunya,” i.e. devoid of prapanca or verbalization, thought construct and plurality. According to Buddhism, there is not a thing in the world which is unconditionally, absolutely real. Everything is related to, contingent upon, conditioned by something else.

In reference to “vyavahara” or empirical reality, sunyata means devoidness of self-being, of unconditioned nature (naihsvabhava). In other words, it connotes conditioned co-production or thorough going relativity (pratiyasamutpada). This idea is conveyed in another way by the term, “derived name” (upadayaprajnapti) which means that the presence of a name does not mean the reality of the named. Candrakirti says “A chariot is so named by taking into account its parts like wheel, etc; it does not mean that the chariot is something different in its own right apart from its constituent parts.” This is another instant of relativity. As relativity, sunyata also connotes the relative, non-absolute nature of specific views. Sunyata exposes the folly of accepting any absolute beginning or total cessation and thus connotes taking things as they are and avoiding the extremes ‘is’ and ‘is not’ (madhyamapratipat). Over and above these views, there are other senses in which the word sunyata has been used in Madhyamaka philosophy. In reference to “ultimate reality” (paramartha), sunyata

connotes the non-conceptual nature of the absolute. In reference to the practitioner, sunyata implies his attitude of skillfulness of non-clinging to the relative as the absolute or to the absolute as something specific (aunpalambha). The Mahaprajna-paramita Sastra brings out another implication of the sunyata principle, the irrepressible longing for the Real, beyond the passing show of mundane life.

Sunyata is not merely a word of ontological signification. It has also an axiological implication. Since all empirical things are devoid of substantial reality, therefore they are 'worthless'. It is because of our ignorance that we attach so much value to worldly things. Once sunyata is properly understood, the inordinate craving for such things will automatically disappear. Sunyata is not merely an intellectual concept. Its realization is a means in salvation. When rightly grasped, it leads to the negation of the multiplicity of the dharmas and of detachment from the 'passing show' of the tempting things of life. Meditation on sunyata leads to transcendental wisdom (prajna) which brings about the emancipation of the practitioner from spiritual darkness. Nagarjuna puts the quintessence of his teachings about sunyata in the following verse: "Emancipation is obtained by the dissolution of selfish deeds and passions. All selfish deeds and passions are by imaginative constructs which value worthless things as full of worth. The imaginative constructs (vikalpas) are born of activity of the mind ceases when Sunyata, emptiness or hollowness of things is realized." Sunyata is used in Madhayamka philosophy as a symbol of the inexpressible. In calling Reality sunya, the Madhyamika only means to say that it is inexpressible (avacya, anabhilapya). In the very first verse of Madhyamaka Karida, Nagarjuna makes the standpoint of Sunyavada luminously Prominent. The standpoint consists of the eight notions: Beyond destruction, beyond production, beyond dissolution, beyond eternity, beyond oneness, beyond plurality, beyond ingress, beyond egress.

Chương Ba Mươi Lăm
Chapter Thirty-Five

Tu Tuệ Là Chuyển Cái
Trí Phân Biệt Ra Thánh Trí

Phân biệt trí được dùng trong việc phân biệt hiện tượng hay sự tướng hữu vi; đối lại với vô phân biệt hay căn bản thực trí của Đức Phật. Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 10, Thập Định, có mười môn nhập tam muội sai biệt trí. Còn mười trí khác được Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm (Phẩm 38, Ly Thế Gian). Bồ Tát nào an trụ nơi pháp này sẽ được trí sai biệt quảng đại vô thượng của Như Lai. Theo Khởi Tín Luận, sự nhiệm trước của phân biệt trí, dựa vào cảnh giới mà khởi trí thì gọi là Phân biệt trí tương ứng nhiệm. Phân biệt trí là sự trói buộc của ngu si mê muội làm vẩn đục gương sáng trí tuệ. Phân biệt trí cũng chính là sanh tử trí (trí tuệ biết rõ hành hoạt của nghiệp). Với tâm định tĩnh, hoàn toàn thanh tịnh, sáng sủa, không ô nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, kiên định và bất động... hành giả có thể biết được những chúng sanh có ác hạnh về thân khẩu và ý, sau khi chết sẽ sanh vào cảnh giới khổ đau, hay ngược lại sẽ sanh vào cảnh giới thiện lành. Phân biệt trí còn được gọi là Thủ Tướng Phân Biệt Chấp Trước Trí. Cái trí làm cho người ta chấp vào các tướng trạng của đặc thù và tiến hành sự phân biệt sai lầm. Trí này trái nghịch với Quán Sát Trí. Phật tử chân thuần nên cố gắng tu tập để đạt được xuất thế gian thượng thượng trí. Đây là trí của chư Phật và chư Bồ Tát, quán sát hết thấy chư pháp bất sanh bất diệt, lia bỏ nhị kiến hữu vô. Cái trí tuệ tối thượng hay trí huệ của bậc Thánh, nhờ đó người ta có thể nhìn vào những chỗ thâm sâu nhất của tâm thức để nắm lấy cái chân lý thâm mật bị che khuất mà cái trí tầm thường không thể thấy được. Trong đạo Phật, đây là Phật trí hay trí của các bậc Thánh, trí siêu việt và vượt ra ngoài mọi sự phân biệt. Tuệ độ hay vô thượng huệ (trí huệ Phật). Trí tuệ dẫn dắt chúng sanh vượt thoát bờ mé sanh tử để đạt đến giác ngộ. Khi loại trừ được phân biệt trí, hành giả với tâm định tĩnh, hoàn toàn thanh tịnh, không phiền não, nhuần nhuyễn, vững chắc và bất động, sẽ thấy được các đời sống quá khứ, một hay hai đời, hoặc hàng trăm hàng ngàn đời, cũng như nhiều hoại kiếp, thành kiếp, chẳng hạn như nhớ lại tại một

nơi nào đó ta đã từng có tên như vậy, ta đã từng có dòng họ như vậy hay đẳng cấp như vậy.

Thông thường mà nói, tu tập trí tuệ là tu tập sao cho được cái trí tuệ tối thượng hay trí huệ của bậc Thánh, nhờ đó người ta có thể nhìn vào những chỗ thâm sâu nhất của tâm thức để nắm lấy cái chân lý thâm mật bị che khuất mà cái trí tầm thường không thể thấy được. Thánh trí là chân lý tối hậu chỉ vào sự thể chứng cái trí tuệ tối thượng trong tâm thức sâu thẳm nhất, và không thuộc phạm vi của ngôn từ và cái trí phân biệt; sự phân biệt như thế không thể phát hiện được chân lý tối hậu. Tuy nhiên ngọn đèn ngôn từ là có lợi ích cho việc soi sáng con đường đưa đến chứng ngộ tối hậu. Thánh trí còn có nghĩa là Phật trí hay trí của các bậc Thánh, trí siêu việt và vượt ra ngoài mọi sự phân biệt. Hành giả song tu phước huệ nhận thấy rất rõ không có sự khác biệt gì giữa chúng ta và kẻ khác, không ai trong chúng ta muốn bị một sự đau khổ nhỏ nào, và cũng thường không hài lòng với hạnh phúc đang có. Một khi nhận biết điều này, hành giả song tu phước huệ luôn ra sức hộ trì tha nhân để có thể cho thêm niềm vui và hạnh phúc cho người. Hành giả song tu phước huệ nhận thấy rất rõ căn bệnh trầm kha là chấp và yêu mến tự ngã của mình là nhân gây ra đau khổ mà chúng ta không muốn. Nhận biết được như thế, hành giả luôn nguyện từ bỏ và tiêu trừ con quỷ to lớn là lòng ích kỷ chấp ngã. Tóm lại, khi chưa có trí huệ chân chánh thì chúng ta chỉ nỗ lực cho chính mình. Một khi đã có được trí huệ chân chánh với tâm thức nhận chân sự khác biệt giữa nhược điểm của chấp ngã và ưu điểm của sự lợi tha. Với tâm vô phân biệt, hành giả có khả năng chuyển hóa tâm, đổi cái vị kỷ thành vị tha.

***Cultivation of Wisdom Means to Transform
A Knowledge of Differentiation Into A Supreme Wisdom***

Differentiating knowledge is used in discrimination of phenomena; as contrast with knowledge of the fundamental identity of all things (vô phân biệt trí). According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 27, there are ten kinds of knowledge of differentiation of entry into concentration of Great Enlightening Beings. Also ten other kinds of knowledge of differentiation of Enlightening Beings mentioned by the Buddha in The Flower Adornment Sutra (Chapter 38—Detachment from The World) Enlightening Beings who rest on these principles will

attain the Buddha's unexcelled, far-reaching knowledge of differentiation. According to the Awakening of Faith, the taint on mind following upon the action of discriminating. Differentiating knowledge is the bond of ignorance and stupidity which fetters the wisdom mirror. Differentiating knowledge is also the knowledge of the workings of karma. Once the mind composing quite purified, clarified, soft, without blemish, without defilement, fixed and immovable, practitioners will be able to know the passing and arising of beings as one possessed of wrong conducts in body, speech and mind; after dying, have arisen in a sorrowful state. Knowledge of differentiation is also called knowledge of clinging to signs and false discriminations. The knowledge which makes one clings to signs of individuality and work out false discrimination. This knowledge is contrasted to the Pravicaya-buddhi. Devout Buddhists should try to cultivate to gain the supreme wisdom of bodhisattvas and Buddhas. This supreme wisdom, or the wisdom of a saint, whereby one is enabled to look into the deepest recesses of consciousness in order to grasp the inmost truth hidden away from the sight of ordinary understanding. In Buddhism, this is the wisdom of the Buddha, or the saints or the sages; the wisdom which is above all particularization, i.e. the wisdom of transcendental truth. The wisdom of a Buddha that leads people to cross the shore of birth and death and come to a complete enlightenment (to the shore of enlightenment). Once the knowledge of differentiation is eliminated, Zen practitioners with the insight into the mortal conditions of self and others in previous life or the knowledge of remembering many former existences. Practitioners with the mind composing quite purified, clarified, soft, without blemish, without defilement, fixed and immovable will be able to see a variety of former habitations, one life, two lives a hundred or thousand lives, many eons of integration and disintegration.

Usually speaking, cultivation of wisdom means cultivating to attain a supreme wisdom, or the wisdom of a saint, whereby one is enabled to look into the deepest recesses of consciousness in order to grasp the inmost truth hidden away from the sight of ordinary understanding. The Saint wisdom is the ultimate truth points to the realization of supreme wisdom in the inmost consciousness, and does not belong to the realm of words and discriminative intellect; thus discrimination fails to reveal the ultimate truth. However, the lamp of words is useful to illuminate

the passage to final enlightenment. The Saint wisdom is also the wisdom of the Buddha, or the saints or the sages; the wisdom which is above all particularization, i.e. the wisdom of transcendental truth, sage-like or saint-like knowledge. Practitioners who cultivate merits alongside wisdom clearly realize that there is no difference between us. None of us desires the slightest suffering, or is ever content with the happiness we have. Once we know this, practitioners will try the best to support other people to enhance their bliss and joy. Practitioners who cultivate merits alongside wisdom clearly perceive that this chronic disease of cherishing the self is the cause giving rise to their unsought suffering by blaming and begrudging it. Knowing this, they vow to let go and destroy the great demon of self-grasping. In brief, when we have not yet cultivated wisdom, we work only for our own ends. Once we attain the real wisdom with the mind realizing the differences between the weaknesses of selfishness and the strong points of the welfare of others. With the non-conceptual mind, practitioners can equalize and exchange myself for others.

Chương Ba Mươi Sáu
Chapter Thirty-Six

Nhẫn Nhục Giúp Đưa Đến
Thành Tựu Trí Tuệ

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

Nhẫn nhục là nhẫn thọ những gì không như ý. “Kshanti” thường được dịch là “sự kiên nhẫn,” hay “sự cam chịu,” hay “sự khiêm tốn,” khi nó là một trong lục độ ba la mật. Nhưng khi nó xuất hiện trong sự nối kết với pháp bất sinh thì nên dịch là “sự chấp nhận,” hay “sự nhận chịu,” hay “sự quy phục.” “Ksanti” là thuật ngữ Bắc Phạn chỉ “thái độ nhẫn nhục,” hay “an nhẫn,” một trong lục ba La Mật. Trong Phật giáo

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

Nhẫn nhục phải được tu tập trong mọi hoàn cảnh. Thứ nhất là tu tập nhẫn nhục hoàn cảnh ngang trái. Nhẫn nại là pháp tối yếu. Chúng ta phải nhẫn được những việc khó nhẫn. Thí dụ như chúng ta không thích bị chửi rủa, nhưng có ai đó mắng chửi chúng ta, chúng ta hãy vui vẻ nhẫn nhịn. Tuy chúng ta không thích bị đánh đập, nhưng hễ có ai đó đánh đập chúng ta, chúng ta hãy vui vẻ chịu đựng. Không ai trong chúng ta muốn chết vì mạng sống quý báu vô cùng. Tuy nhiên, có ai muốn giết chúng ta, chúng ta hãy xem như người ấy giải thoát nghiệp chướng đời này cho chúng ta. Người ấy đích thực là thiện tri thức của mình. Thứ nhì, nhẫn nhục vì muốn kiên trì đạo lý. Người tu thiền phải ngồi cho tới khi đại định. Người tu niệm Phật phải nhớ lúc nào cũng chỉ niệm một câu “Nam Mô A Di Đà Phật”, không được ngừng nghỉ. Dù nắng hay dù mưa cũng niệm một câu này mà thôi. Chúng ta chỉ có thể đo lường đạo lực và sự nhẫn nhục thân tâm khi chúng ta bị khinh hủy, chửi mắng, vu oan giá họa, cũng như mọi chướng ngại khác. Nếu muốn thành tựu quả vị Bồ Tát, chúng ta phải thực hành thân nhẫn ý nhẫn. Nhẫn nhục đạt được qua hiểu biết rằng tất cả mọi hiện tượng đều không sanh được gọi là “Bất Khởi Pháp Nhẫn”. Sự hiểu biết về tánh không và vô sanh của chư Bồ Tát, những vị đã đạt được Bát Địa hay Bất Thối Địa. Giai đoạn thiền định kham nhẫn, trong giai đoạn này sự trở dậy về ảo tưởng hiện tượng đều chấm dứt nhờ bước được vào thực chứng tánh không của vạn pháp. Đây là nhận ra rằng không có

cái gì đã được sinh ra hay được tạo ra trong thế giới này, rằng khi các sự vật được thấy đúng như thực từ quan điểm của cái trí tuyệt đối, thì chúng chính là Niết Bàn, là không bị ảnh hưởng bởi sinh diệt chút nào cả. Khi người ta đạt đến “Bất Khởi Pháp Nhân” thì người ta thể chứng cái chân lý tối hậu của Phật giáo.

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

Lại có năm loại nhân nhục: Đây là năm giai đoạn nhân nhục của một vị Bồ Tát. Thứ nhất là phục nhân hay điều phục nhân: Với loại nhân này hành giả có thể nhận chìm tham, sân, si, nhưng hạt giống dục vọng và phiền não vẫn chưa dứt hẳn. Đây là điều kiện tu hành của các

bậc Bồ Tát Biệt Giáo, tam hiền thập trụ, thập hành, và thập hồi hướng. *Thứ nhì là tín nhẫn*: Kiên trì đức tin từ Hoan Hỷ địa, Ly Cấu địa, đến Phát Quang địa, hành giả thuần khiết tin tưởng hễ nhân lành thì quả lành. *Thứ ba là thuận nhẫn*: Tùy thuận nhẫn từ Diễm Huệ địa, đến Cực Nan Thắng địa và Hiện Tiền địa, giai đoạn tu trì khiến cho hành giả có được đức nhẫn nhục của Phật và Bồ Tát (từ tứ địa đến lục địa). *Thứ tư là vô sanh nhẫn*: Vô sanh nhẫn từ Viễn Hành địa đến Bất Động địa và Thiện Huệ địa, giai đoạn tu đức nhẫn khiến hành giả nhập cái lý các pháp đều vô sinh (từ thất địa đến cửu địa). *Thứ năm là tịch diệt nhẫn*: Tịch diệt nhẫn của hạng Pháp Vân địa hay Diệu Giác, giai đoạn hành giả dứt tuyệt mọi mê hoặc để đạt tới niết bàn tịch diệt.

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

Bát Nhẫn: Tám loại nhẫn nhục hay sức nhẫn nhục trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Bát nhẫn được dùng để đoạn trừ kiến hoặc trong tam giới và đạt đến tám loại trí huệ Bát Nhã. Bát nhẫn bao gồm bốn pháp nhẫn trong cõi Dục Giới và bốn loại nhẫn trong cõi Vô Sắc Giới. Trong cõi Dục Giới có khổ nhẫn, tập pháp nhẫn, diệt pháp nhẫn và đạo pháp nhẫn. Khổ pháp nhẫn là một trong tám loại nhẫn nhục hay sức nhẫn nhục trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Bát nhẫn được dùng để đoạn trừ kiến hoặc trong tam giới và đạt đến tám loại trí huệ Bát Nhã. Tập pháp nhẫn là một trong tám loại nhẫn nhục hay sức nhẫn

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

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

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Voi xuất trận nhãn chịu cung tên như thế nào, ta đây thường nhãn chịu mọi điều phỉ báng như

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

Tóm lại, nhẫn nhục đôi khi cũng được gọi là nhẫn nại, nhưng nhẫn nhục thì đúng nghĩa hơn, vì rằng nó không chỉ là sự kiên nhẫn chịu những bệnh hoạn của xác thịt, mà nó là cảm giác về sự vô nghĩa, vô giới hạn, và xấu ác. Nói cách khác, nhẫn nhục là nín chịu mọi sự mắng nhục của các loài hữu tình, cũng như những nóng lạnh của thời tiết. Nhẫn nhục Ba la mật được dùng để diệt trừ nóng giận và sân hận. Kết quả là từ đó chúng ta có thể dễ dàng thành tựu trí tuệ. Nhẫn nhục Ba la mật là Ba La Mật thứ ba trong Lục Ba La Mật. Nhẫn nhục Ba La Mật là nhẫn nhục những gì khó nhẫn, nhẫn sự mạ lỵ mà không hề oán hận. Nhẫn nhục Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta có thể xa rời được sân hận, ngã mạn cống cao, nịnh hót, và ngu xuẩn, và cũng nhờ nhẫn nhục Ba la mật mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng chúng sanh với những tật xấu kể trên. Có những vị Bồ Tát xuất gia, sống đời không nhà, trở thành Tỳ Kheo, sống trong rừng núi cô tịch... Dầu bị kẻ xấu ác đánh đập hay trách mắng họ cũng chịu đựng một cách nhẫn nhục. Dù bị thú dữ cắn hại họ cũng nhẫn nhịn chứ không sợ hãi và tâm của họ lúc nào cũng bình thản và không bị xao động. Trong khi tu tập nhẫn nhục, Bồ Tát nhẫn chịu không giận dữ trước các lời phê bình, chỉ trích và hăm dọa của các Tỳ Kheo kiêu mạn như trong Kinh Kim Cang, Đức Phật đã bảo ông Tu Bồ Đề: “Này Tu Bồ Đề! Như Lai nói nhẫn nhục ba la mật không phải là nhẫn nhục ba la mật. Vì cớ sao? Này Tu Bồ Đề như thuở xưa, Ta bị vua Ca Lợi cắt đứt thân thể, khi ấy Ta không có tướng ngã, tướng

nhân, tướng chúng sanh, tướng thọ giả. Vì cố sao? Ta thuở xa xưa, thân thể bị cắt ra từng phần, nếu còn tướng ngã, tướng nhân, tướng chúng sanh, tướng thọ giả thì Ta sẽ sanh tâm sân hận. Nay Tu Bồ Đề! Lại nhớ thuở quá khứ năm trăm đời, Ta làm tiên nhân nhĩ nhục, vào lúc ấy Ta cũng không có tướng ngã, tướng nhân, tướng chúng sanh, tướng thọ giả. Thế nên, Tu Bồ Đề! Bồ Tát nên liả tất cả tướng mà phát tâm vô thượng chánh đẳng chánh giác, chẳng nên trụ sắc sanh tâm, chẳng nên trụ thanh hương vị xúc pháp sanh tâm, nên sanh tâm không chỗ trụ. Nếu tâm có trụ ắt là không phải trụ. Thế nên Như Lai nói tâm Bồ Tát nên không trụ sắc mà bố thí. Nay Tu Bồ Đề! Bồ Tát vì lợi ích của tất cả chúng sanh nên như thế mà bố thí. Như Lai nói tất cả các tướng tức không phải tướng. Lại nói tất cả chúng sanh tức không phải chúng sanh.” Nhĩ nhục Ba la mật là Ba La Mật thứ ba trong Lục Ba La Mật. Nhĩ nhục Ba La Mật là nhĩ nhục những gì khó nhĩ, nhĩ sự mạ lỵ mà không hề oán hận. Nhĩ nhục Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta có thể xa rời được sân hận, ngã mạn cống cao, nịnh hót, và ngu xuẩn, và cũng nhờ nhĩ nhục Ba la mật mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng chúng sanh với những tật xấu kể trên.

Patience Helps Leading to the Achievement of Wisdom

Endurance is one of the most important qualities in nowadays society. If we do not have the ability to endure, we cannot cultivate the Way. Sakyamuni Buddha was endowed with all the virtues and became the Buddha through his constant practice. No matter what biography of Sakyamuni Buddha we read or which of the sutras, we find that nowhere is it recorded that the Buddha ever became angry. However severely he was persecuted and however coldly his disciples turned against him and departed from him, he was always sympathetic and compassionate. As Buddhists, we should always remember that: “No action that makes Sakyamuni Buddha more disappointed than when we become angry about something and we reproach others or when we blame others for our own wrongs.” It does not really matter whether you sit in meditation or recite the Buddha’s name or recite the name of Bodhisattva Kuan-Shi-Yin, we need to have patience before we can succeed. If we lack patience, then we will never be able to cultivate

any Dharma-door successfully. If we do not have patience we always feel that everything is wrong and bad. Nothing ever suits us. In short, if we are able to practice the “endurance” of the Bodhisattvas, we cease to become angry or reproachful toward others, or toward anything in the universe. We are apt to complain about the weather when it rains or when it shines, and to grumble about the dust when we have a day with fine weather. However, when through “endurance” we attain a calm and untroubled mind, we become thankful for both the rain and the sun. Then our minds become free from changes in our circumstances.

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

Endurance must be cultivated in all circumstances. First, endurance in adverse circumstances. Patience is of utmost importance. We must endure the things that we ordinarily find unendurable. For instance, maybe we do not want to put up with a scolding, but if someone scold us, we should be happy about it. Perhaps we do not want to be beaten, but if someone beats us, we should be even happier. Perhaps we do not wish to die, because life is very precious. However, if someone wants to kill us, we should think thus: “This death can deliver us from the

karmic obstacles of this life. He is truly our wise teacher.” Second, endurance in the religious state. Zen practitioner should sit in meditation until obtaining great samadhi. A person who cultivates the Dharma-door of reciting the Buddha’s name, he should be constantly mindful of the phrase “Namo Amitabha Buddha,” and never stop reciting it. Rain or shine, he should always recite the same phrase. We can only measure our level of attainment and patience of the body and mind when we are contempt, slandered, under calamities, under injustice and all other obstacles. If we want to accomplish the Bodhisattvahood, we should always be forbearing in both the body and the mind. Realization of the Dharma of non-appearance is called “Anutpattikadharmakshanti”. Calm rest, as a Bodhisattva, in the assurance of no rebirth. The stage of endurance, or patient meditation, that has reached the state where phenomenal illusion ceases to arise, through entry into the realization of the Void, or noumenal of all things. This is the recognition that nothing has been born or created in this world, that when things are seen from the point of view of absolute knowledge, they are Nirvana themselves, are not at all subject to birth and death. When one gains “Anutpattikadharmakshanti”, one has realized the ultimate truth of Buddhism.

There are three kinds of endurance: *First*, not being upset with those who harm us. This type of patience enables us to be clear-minded and calm no matter how others treat us. We usually blame the other person and become agitated when we receive harm. Sometimes our agitation takes the form of self-pity and depression, and we usually complain about how badly others treat us. Other times, it becomes anger and we retaliate by harming the other person. We should always remember that if we want other people to forgive our shortcomings, other people do wish us to be tolerant too, and not to take what they say and do to heart when their emotions get out of control. *Second*, transcending problems and pain with a positive attitude. The patience to transcend problems enables us to transform painful situations, such as sickness and poverty, into supports for our Dharma practice. Rather than becoming depressed or angry when we’re plagued with difficulties, we’ll learn from these experiences and face them with courage. *Third*, enduring difficulties encountered in Dharma practice. Enduring difficulties makes us more compassionate toward those in

similar situations. Our pride is deflated, our understanding of cause and effect increases, and we won't be lazy to help someone in need. Patience is a necessary quality when practicing Dharma. Sometimes it's difficult to understand the teachings of the Buddha, to control our minds, or to discipline ourselves. Patience helps us overcome this and to wrestle with our unruly minds. Rather than expecting instant results from practicing briefly, we'll have the patience to cultivate our minds continuously in a long period of time.

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

Besides, there are also six kinds of endurance, eight kinds of endurance and ten kinds of endurance. *Six kinds of endurance* include faith patience or faith-endurance, ability to bear external hardships, ability to bear endurance during practicing, right patience or patience in any circumstances, undefiled endurance, and Omniscient endurance. Faith endurance means to abide patiently in the faith and repeat the name of Amitabha or to believe in the Truth and attain the patient faith. According to the T'ien-T'ai sect, the differentiated teaching means the unperturbed faith of the Bodhisattva that all dharma is

unreal. Dharmakshanti means acceptance of the statement that all things are as they are, not being subject to the law of birth and death, which prevails only in the phenomenal world created by our wrong discrimination. Dharmakshanti also means patience attained through dharma to overcome illusion. Also, ability to bear patiently external hardships. Ability to bear endurance during practicing is stage during which Bodhisattvas who practice the ten kinds of dedication and meditation of the mean, have patience in all things for they see that all things, phenomena and noumena, harmonize. Right patience or patience in any circumstances. Undeclared endurance means the endurance of “Buddha-To-Be” stage of Bodhisattvas. The stage of undeclared endurance means the final stage of a Bodhisattva. Omniscient endurance, that of a Buddha.

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

kinds of patience that accompany with eight kinds of wisdom. First, patience with dharmas of suffering which goes along with wisdom concerning dharmas of suffering. Second, patience with kinds of suffering which goes along with wisdom concerning kinds of suffering. Third, patience with dharmas of accumulation which goes along with wisdom concerning dharmas of accumulation. Fourth, patience with kinds of accumulation which goes along with wisdom concerning kinds of accumulation. Fifth, patience with dharmas of extinction which goes along with wisdom concerning dharmas of extinction. Sixth, patience with kinds of extinction which goes along with wisdom concerning kinds of extinction. Seventh, patience with dharmas of the way which goes along with wisdom concerning dharmas of the way. Eighth, patience with kinds of the way which goes along with wisdom concerning kinds of the way.

According to The Flower Adornment Sutra (The Flower Adornment Sutra, Chapter 29), there are ten kinds of acceptance: Enlightening Beings who attain these ten acceptances will manage to arrive at the stage of unhindered acceptance. They are acceptance of the voice of the teaching, conformative acceptance, acceptance of the nonorigination of all things, acceptance of illusoriness, acceptance of being miragelike, acceptance of being dreamlike, acceptance of being echolike, acceptance of being like a reflection, acceptance of being fathomlike, and acceptance of being spacelike. *According to the Flower Adornment Sutra, Chapter 38, there are ten kinds of pure tolerance of Great Enlightening Beings:* Enlightening Beings who abide by these can attain all Buddhas' supreme tolerance of truth, understanding without depending on another. *First*, pure tolerance calmly enduring slander and vilification, to protect sentient beings. *Second*, pure tolerance calmly enduring weapons, to protect self and others. *Third*, pure tolerance not arousing anger and viciousness, the mind being unshakable. *Fourth*, pure tolerance not attacking the low, being magnanimous when above. *Fifth*, pure tolerance saving all who come for refuge, giving up one's own life. *Sixth*, pure tolerance free from conceit, not slighting the uncultivated. *Seventh*, pure tolerance not becoming angered at injury, because of observation of illusoriness. *Eighth*, pure tolerance not revenging offenses, because of not seeing self and other. *Ninth*, pure tolerance not following afflictions, being

detached from all objects. *Tenth*, pure tolerance knowing all things have no origin, in accord with the true knowledge of Enlightening Beings, entering the realm of universal knowledge without depending on the instruction of another.

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

In short, patience or humility is sometimes rendered endurance, but humility is more to the point. Rather than merely enduring all sorts of ills of the body, it is the feeling of unworthiness, limitlessness, and sinfulness. In other words, humility or patience, or forbearance under insult of other beings as well hot and cold weather. Tolerance Paramita is used to destroy anger and hatred. Consequently, practitioners can easily achieve wisdom. Endurance-paramita, or forbearance paramita, patience paramita, or ksanti-paramita is the third of the six paramitas. It means to bear insult and distress without resentment. It is also a gate of Dharma-illumination; for with it, we abandon all anger, arrogance, flattery, and foolery, and we teach and guide living beings who have such vices. There are Bodhisattvas who have left home to become Bhiksus and dwell deep in the forest or in mountain caves. Evil people may strike or rebuke them, the Bodhisattvas must endure patiently. When evil beasts bite them, they must also be patient and not become

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

Chương Ba Mươi Bảy
Chapter Thirty-Seven

Phát Huệ Bằng Cách Tu Tập
Ba Mươi Bảy Phẩm Dẫn Tới Bồ Đề

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

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

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

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

***To Generate Wisdom in Cultivating of
the Thirty-Seven Conditions Leading to Bodhi***

Buddhist practitioners should always remember that wisdom cannot be attained without cultivation. Wisdom can only sparkle once we have completely cultivated the thirty-seven conditions leading to Bodhi. In

Buddhist history, after mighty and terrible struggles with himself, the Buddha had conquered in his body all those natural defects and human appetites and desires that prevent our ability of seeing the truth. He had to overcome all the bad influences of the sinful world around Him. Like a soldier fighting desperately in battle against many enemies, He struggled like a hero who conquers, he eventually gained his objects. He also discovered supportive conditions leading to bodhi or Buddhahood. Thirty-seven limbs of enlightenment comprise of four right efforts, four sufficiencies, four foundations of mindfulness, five faculties, five powers, seven limbs of enlightenments, and the eightfold noble path. ***Right effort of four kinds of restrain***, or four essentials to be practiced vigilantly. A Sanskrit term for “Effort.” Right Effort of four kinds of restraint, or four essentials to be practiced vigilantly, or four factors that are developed through meditation and moral training. In Buddhism, Viriya is the energy expended to direct the mind persistently, continuously toward cultivation. Even ordinary people who are hardworking and industrious have the capacity to be heroic in whatever they do. Devout Buddhists who are endowed with courageous effort will be bold in going forward, unafraid of the difficulties we may encounter in the path of cultivation. The special characteristics of “Viriya” is an enduring patience in the face of suffering or difficulty. Viriya is the ability to see to the end no matter what, even if one has to grit one’s teeth. Devout Buddhists need courageous effort, with its characteristic of forbearance in the face of difficulty. If we raise our energy level, the mind will gain enough strength to bear with challenges. Besides, viriya has the power to freshen the mind and keep it robust, even in difficult circumstances. ***Rddhipada or four sufficiencies***: Four steps to rddhipada or supernatural powers or four sufficiencies: First, strong aspiration or will, or sufficiency of desire or strong aspiration (chanda-rddhi-pada) or desire to develop magic or intensive longing. Here a monk develops CONCENTRATION OF INTENTION accompanied by effort of the will power. Second, intense concentration (citta-rddhi-pada) or thoughts or sufficiency of concentration or intense concentration. In Buddhism, it means endeavor to remember to practice correct dharmas. Memory or intense holding on to the position reached. Here a monk develops concentration of consciousness accompanied by effort of the thought

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

Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are seven Limbs (factors) of Enlightenment, or the seven Bodhi shares. Practicing the seven awakening states will result in the following achievements: Elimination of evil; development of virtue; feeling of cheerfulness versus suffering; final enlightenment. However, one does not become enlightened by merely gazing into the sky or looking around on the earth. One does not enlightened by reading or studying the scriptures, nor by thinking, nor by wishing for enlightened state to burst into one's mind. There are certain necessary conditions or prerequisites which cause enlightenment to arise. How can one develop these factors in himself or herself? By means of cultivation of precepts, meditation, and wisdom. The Buddha said: "Oh, Bhiksus, if the four foundations of mindfulness are practiced persistently and repeatedly, the seven types of "Bojjhargas" will be automatically and fully developed." Practicing the four foundations of mindfulness does not simply mean studying them, thinking of them, listening to discourses about them, nor discussing them. What we must do is be directly and experientially aware of the four foundations of mindfulness, the four bases on which mindfulness can be established. *The Noble Eightfold Path* is the fourth Noble Truth in the Four Noble Truths that can help us prevent problems or deal with any problems we may come across in our daily life. This is the path that leads to the end of sufferings and afflictions. If we follow it, we are on the way to less suffering and more happiness. The eight right (correct) ways. The path leading to release from suffering, the goal of the third in the four noble truths. These are eight in the 37 bodhi ways to enlightenment. Practicing the Noble Eight-fold Path can bring about real advantages such as improvement of personal conditions. It is due to the elimination of all evil thoughts, words, and actions that we may commit in our daily life, and to the continuing practice of charitable work; improvement of living conditions. If everyone practiced this noble path, the world we are living now would be devoid of all miseries and sufferings caused by hatred, struggle, and war between men and men, countries and countries, or peoples and peoples. Peace would reign forever on earth; attainment of enlightenment or Bodhi Awareness. The Noble Eigh-fold Path is the first basic condition for attaining Bodhi Consciousness that is untarnished while Alaya Consciousness is still defiled. The eightfold

noble path consists in *right view, right thinking, right speech, right action, right living, right endeavor, right memory, and right meditation*. Right view means to abandon a self-centered way of looking at things and to have a right view of the Buddha, that is “Nothing has its own self; everything exists due to temporary combination. If this exists, the other exists; if this ceases to exist, the other is in no way to be able to exist.” Right thinking means not to include toward a self-centered attitude toward things but to think of things rightly. Right view teaches us to abandon the three evils of the mind such as covetousness, resentment, and evil-mindedness; and to think of things rightly, with as generous a mind as the Buddha: not to have greedy mind (covetousness) or not to think only of one’s own gain; not to have the angry mind (resentment) or not to get angry when things do not turn out as one wishes; not to have the evil mind (evil-mindedness). Right speech teaches us to use right words in our daily lives and to avoid the four evils of the mouth such as not to lie (to use false language), not to speak with a double tongue, not to commit ill-speaking, and not to use improper language (careless language). Right action means daily conduct in accordance with the precepts of the Buddha. It is to say one must refrain from the three evils of the body that hinder right action such as needless killing, stealing, and committing adultery or other sexual misconduct. Right living means to gain food, clothing, shelter, and other necessities of life in a right way. Right living teaches us not to earn our livelihood through work that makes trouble for others or through a career useless to society, but to live on a justifiable income that we can obtain through right work and a vocation useful to others. Right endeavor means to engage constantly in right conduct without being idle or deviating from the right way, avoid such wrongs as the three evils of the mind, the evils of the mouth, and the three evils of the body. Right memory means to practice with a right mind as the Buddha did, that is, we must address ourselves to all things in the universe with a fair and right mind. And finally, right meditation means not to be agitated by any change of external circumstances. In short, the sutras that the Buddha taught for forty-five years, these essential teachings can be extracted and summarized in the thirty-seven limbs. These are essential teachings that Buddhist practitioners must have in order to step on the path of enlightenment and emancipation.

Chương Ba Mười Tám
Chapter Thirty-Eight

Tu Tập Định-Huệ Và Luật Nhân Quả

Theo Phật giáo, cho dù bạn không tin nhân quả thì nhân quả vẫn vận hành đúng theo chiều hướng mà nó phải vận hành. Hành giả tu tập trí tuệ luôn tin nơi giáo thuyết Phật giáo về hành động và phản hành động. Nghĩa là hành giả tu tập trí tuệ luôn tin theo thuyết Nghiệp Báo của nhà Phật. Theo thuyết này, nếu một người làm điều gì, điều này sẽ có ảnh hưởng không sai chạy trên người đó, hoặc ngay bây giờ hoặc trong tương lai, và cái ảnh hưởng đó ra thế nào được quyết định bởi tính cách của hành động sơ khởi. Nếu người ấy tạo tác những hành động tốt, hoặc thiện nghiệp, người ấy sẽ gặt những kết quả tốt, nghĩa là sự hạnh phúc và thành công; ví bằng một người tạo ra những hành động xấu, hoặc ác nghiệp, người ấy sẽ gặt những kết quả xấu, nghĩa là sự bất hạnh và thất bại. Đạo Phật xem nhân quả như một luật tự nhiên hằng có trong vũ trụ. Thuyết nhân quả là trung đạo giữa thuyết số mạng và thuyết vô định hoàn toàn. Theo giáo thuyết nhà Phật, hành giả không cầu khẩn Thượng đế tha thứ, mà là điều chỉnh hành động của mình để mang lại sự hài hòa với qui luật của vũ trụ. Nếu mình làm ác, mình phải cố gắng tìm ra lỗi lầm và sửa chữa lại cho đúng; và nếu mình làm tốt, thì mình cố gắng duy trì và phát triển những điều tốt lành ấy. Người tu Phật không nên lo âu về quá khứ, mà nên lo cho những việc mà mình đang làm trong hiện tại. Thay vì chạy ngược chạy xuôi để tìm sự tha thứ, chúng ta nên cố gắng gieo trồng những chủng tử tốt trong hiện đời và để kết quả cho luật nghiệp quả quyết định. Mọi hành động làm nhân sẽ có một kết quả hay hậu quả. Cũng như vậy, kết quả hay hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là khái niệm căn bản trong đạo Phật, nó chi phối tất cả mọi trường hợp. Người tu tập trí tuệ tin luật nhân quả chứ không không phải thưởng phạt. Theo Đức Phật, nhân là nhân mà bạn đã gieo, thì từ đó bạn phải gặt lấy kết quả tương ứng, không có ngoại lệ. Nếu bạn gieo nhân tốt, ắt gặt quả tốt. Và nếu bạn gieo nhân xấu, ắt nhận lấy quả xấu. Vì vậy mà nếu bạn gieo một nhân nào đó với những duyên khác đi kèm, một quả báo hay hậu quả nào đó sẽ đến, không có ngoại lệ.

Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt.” Nhân quả trong đạo Phật không phải là chuyện tin hay không tin. Cho dù bạn không tin nhân quả thì nhân quả vẫn vận hành đúng theo chiều hướng mà nó phải vận hành. Nhân chính là chủng tử (hạt). Cái góp phần cho sự lớn mạnh của nó là duyên (hay điều kiện). Trồng một cái hạt xuống đất là gieo nhân. Những điều kiện là những yếu tố phụ vào góp phần làm cho cái hạt nảy mầm và lớn lên như đất đai, nước, ánh nắng mặt trời, phân bón và người làm vườn, vân vân. Hễ là nhân ắt có quả. Tương tự, hễ là quả ắt có nhân. Luật nhân quả là ý niệm căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Đây là định luật căn bản của vạn hữu, nếu một người gieo hạt giống tốt thì chắc chắn người đó sẽ gặt quả tốt; nếu người ấy gieo hạt giống xấu thì hiển nhiên phải gặt quả xấu. Dù kết quả có thể mau hay chậm, mọi người chắc chắn sẽ nhận những kết quả tương ứng với những hành động của mình. người nào thâm hiểu nguyên lý này sẽ không bao giờ làm điều xấu. Nhân là nguyên nhân, là năng lực phát động; quả là kết quả, là sự hình thành của năng lực phát động. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ. Hành giả tu tập trí tuệ nên luôn nhớ rằng nguyên nhân chính đưa đến mọi hậu quả là “Vô Minh”. Vô minh là yếu tố của tâm thức, một trạng thái làm u ám trí năng. Vô minh làm cho chúng ta không biết sự thật chúng ta là gì và sự vật chung quanh chúng ta tồn tại theo cơ chế nào. Vô minh chẳng những làm cho chúng ta không thấy bộ mặt thật của sự vật, mà nó còn vẽ vờ sự vật một cách sai lạc. Thuyết nghiệp báo trong đạo Phật dành cho con người chứ không cho ai khác, vì con người chính là kẻ tạo nên vận mạng của chính mình. Từ lúc này qua lúc khác, chúng ta đang gây tạo nên vận mạng của chính mình qua tư tưởng, lời nói và việc làm. Vận mạng của chúng ta sinh ra từ cá tính, cá tính sanh ra từ thói quen, và thói quen sanh ra từ hành động và sự suy nghĩ của mình. Và vì tư tưởng phát sanh ra từ tâm, làm cho tâm trở thành phương thức tối hậu của vận mạng mình. Thật vậy, tâm là người sáng tạo duy nhất ra nhân quả mà Phật giáo công nhận, và sức mạnh của tâm là sức mạnh có ý nghĩa duy nhất trên thế giới này. Hiểu và tin vào luật nhân quả, hành giả tu tập trí tuệ sẽ không mê tín dị đoan, không ý lại thần quyền, không lo sợ hoang mang. Biết cuộc đời mình là do nghiệp nhân của chính mình tạo ra, hành giả tu tập trí tuệ với lòng tự tin, có thêm sức

manh to lớn sẽ làm những hành động tốt đẹp thì chắc chắn nghiệp quả sẽ chuyển nhẹ hơn, chứ không phải trả đúng quả như lúc tạo nhân. Nếu làm tốt nữa, biết tu thân, giữ giới, tu tâm, nghiệp có thể chuyển hoàn toàn. Khi biết mình là động lực chính của mọi thất bại hay thành công, hành giả tu tập trí tuệ sẽ không chán nản, không trách móc, không ỷ lại, có thêm nhiều cố gắng, có thêm tự tin để hoàn thành tốt mọi công việc. Biết giá trị của luật nhân quả, hành giả tu tập trí tuệ khi làm một việc gì, khi nói một lời gì, nên suy nghĩ trước đến kết quả tốt hay xấu của nó, chứ không làm liều, để rồi phải chịu hậu quả khổ đau trong tương lai.

Hành giả nên luôn nhớ rằng theo Phật giáo, thức thứ tám mà chúng ta gọi là ‘A Lại Da thức’ cũng là tàng thức. Vì thức này rất sâu kín nên rất khó hiểu được nó; tuy nhiên, nghĩa đen của nó đã cho chúng ta có một khái niệm về nghĩa của nó. A Lại Da là cái kho chứa tất cả những dấu tích hành động và kinh nghiệm của chúng ta. Tất cả những gì chúng ta thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và hành động... đều gửi một chủng tử vào cái kho tàng thức. Chủng tử là nhân của năng lực nghiệp báo. Vì tàng thức thu góp tất cả những chủng tử của những hành động mà chúng ta đã làm, nó là kẻ đã xây dựng nên vận mạng của chúng ta. Cuộc đời và cá tính của chúng ta phản ánh những chủng tử ở trong kho tàng thức của chúng ta. Nếu chúng ta gửi những chủng tử xấu, như làm thêm nhiều nghiệp xấu, chúng ta sẽ trở thành kẻ xấu. Cũng theo Phật giáo, A Lại Da thức chẳng những là nơi chất chứa tất cả những chủng tử, cả tốt lẫn xấu, mà tàng thức còn có khả năng đưa những chủng tử này từ lúc này sang lúc khác, cũng như từ đời trước sang đời này, từ đời này sang đời sau. Vì vậy, nếu chúng ta tu tập theo con đường tốt lành, thì rồi tương lai chúng ta sẽ có một đời sống tốt đẹp hơn. Hành giả tu thiền quyết công phu tu tập để không tiếp tục cho vào tàng thức bất cứ thứ gì, dù bất thiện hay thiện; Điều này có nghĩa là nếu không có nhân ắt không có quả. Nếu không tạo nhân thì không bao giờ có quả. Nếu không gieo hạt thì không có cây. Một người đã không gây tạo nhân để có quả bị giết thì người ấy sẽ không chết ngay trong tai nạn xe hơi. Đức Phật dạy: bạn là kẻ tạo nên số phận của chính bạn. Bạn không nên chỉ trích bất cứ ai trước những khó khăn của mình, khi mà chỉ có mình chịu trách nhiệm về cuộc đời của mình, tốt hơn hay tệ hơn, đều do mình mà ra cả. Những khó khăn và khổ não của bạn thực ra là do chính bạn gây ra. Chúng phát sinh do các hành động bất nguồn

từ tham, sân, si. Thực vậy, sự khổ đau là cái giá bạn phải trả cho lòng tham đắm cuộc sống hiện hữu và những thú vui nhục dục. Cái giá quá đắt mà bạn phải trả là sự khổ đau thể xác và lo âu về tinh thần. Tương tự như bạn trả tiền hằng tháng cho chiếc xe Chevrolet Corvette mới tinh để được sở hữu nó. Tiền trả hằng tháng là sự đau khổ về thân và tâm mà bạn phải chịu đựng, trong khi đó cái xe mới tinh kia được xem như là cơ thể nhờ đó mà bạn thụ hưởng các thú vui thế gian. Bạn phải trả giá cho sự thụ hưởng khoái lạc: không có thú vui nào mà không phải trả một cái giá đắt, thật là không mai mắn.

Thiền quán giúp chúng ta có được cái trí tuệ cần thiết để thấy được những nhân tố làm u ám trí năng của mình. Nguyên nhân của khổ đau là sự ham muốn dựa trên tham lam và ích kỷ. Đức Phật thấy rằng nguyên nhân của khổ đau là sự ham muốn và tham lam ích kỷ. Con người ta muốn được tất cả mọi thứ và muốn trì giữ những thứ ấy vĩnh viễn. Tuy nhiên, lòng tham không tận, giống như cái thùng không đáy, không bao giờ chất đầy được. Càng ham muốn nhiều, càng khổ đau nhiều. Vì vậy, chính sự ham muốn và khát vọng vô hạn là nguyên nhân của khổ đau phiền não. Tuy nhiên, nguyên nhân chính đưa đến nỗi khổ của chúng ta là vô minh. Vô minh là một yếu tố tâm thức, một trạng thái làm u ám trí năng của chúng ta. Nó làm cho chúng ta không biết sự thật chúng ta là gì và các sự vật quanh ta tồn tại như thế nào. Vô minh chẳng những làm cho chúng ta không biết được sự vật tồn tại theo cách nào, mà nó còn vẽ vời khiến cho chúng ta không thấy được sự thật hiện hữu của vạn hữu. Ngoài ra, vô minh còn gây ra quan niệm sai lầm về sự hiện hữu. Quan niệm này chính là ngọn nguồn của mọi trạng thái nhiễu loạn và khổ não. Qua thiền quán, chúng ta có được cái trí tuệ cần thiết để thấy được những nhân tố làm u ám trí năng của mình. Chỉ có trí tuệ mới cho chúng ta nhận biết được thực tướng hay tánh không của vạn hữu. Theo Đức Phật, thấy được cái khổ không thôi chưa đủ. Để giảm thiểu hay diệt tận những khổ đau phiền não, chúng ta phải hiểu rõ nguyên nhân nào đã gây ra khổ đau phiền não bởi vì chỉ có hiểu rõ được nguyên nhân chúng ta mới có thể làm được điều gì đó để giải quyết vấn đề. Bạn có thể nghĩ rằng những lo buồn khổ đau của bạn là do tai họa của gia đình từ truyền kiếp, từ đời này qua kiếp nọ. Hay có thể những khổ đau ấy phát sinh ra vì tội lỗi do ông bà ngày xưa đã gây ra, bây giờ chúng làm khổ bạn. Hoặc có thể khổ đau của bạn được tạo bởi Thần linh hay ma quỷ. Hãy bình tâm suy nghĩ xem

coi nguyên nhân thực sự nằm ở nơi bạn hay không? Phải rồi, nó nằm ngay nơi chính bạn. Bạn đã tạo ra sự thất bại, khó khăn và bất hạnh của chính bạn, nhưng bản chất cố hữu của con người bắt bạn phải đổ thừa cho người khác hơn là tự mình chịu trách nhiệm về các điều sai quấy ấy. Theo Đức Phật, tham ái là một trong những nguyên nhân lớn của khổ đau phiền não. Có nhiều loại tham ái: tham dục lạc, tham vật chất, tham sống đời hạnh phúc, và tham sống đời vĩnh cửu, vân vân. Nhưng Đức Phật dạy: “Tất cả những khao khát hưởng thụ và thỏa mãn dục lạc chẳng khác gì uống nước mặn, càng uống càng thấy khát.” Tuy nhiên, tham ái không phải là nguyên nhân chính gây ra khổ đau, mà nguyên nhân thực sự đứng đằng sau tham ái buộc chúng ta phải cố gắng lấy cho bằng được những thứ chúng ta ham muốn chính là vô minh. Vì vô minh mà chúng ta ham tranh danh đoạt lợi, ham tranh giành của cải vật chất. Vì vô minh mà chúng ta ham được sống vĩnh cửu, vân vân và vân vân... Tuy nhiên, không ai trong chúng ta được toại nguyện với những ham muốn này. Chính vì vậy mà tất cả chúng ta đều phải kinh qua khổ đau phiền não. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng chỉ khi nào chúng ta nhận diện được những nguyên nhân gây ra khổ đau phiền não chúng ta mới có thể giảm thiểu hay tận diệt được chúng. Đạo Phật đặt trách nhiệm tối thượng về cuộc đời của chúng ta ở trong tay của chính chúng ta. Nếu chúng ta muốn nhào nặn cuộc đời mình cho tốt hơn thì chúng ta phải phát động tâm mình đi về một đường hướng tốt đẹp hơn, vì chính tâm mới là bàn tay nhào nặn cuộc đời mình. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng nếu một người từng ăn ở tốt trong đời trước, người ấy có thể hưởng được hạnh phúc và thịnh vượng trong đời này dầu hạnh kiểm bây giờ của người đó có tội tệ đi nữa. Đồng thời, một người hiện đời rất đức hạnh nhưng vẫn gặp phải nhiều rắc rối vì nghiệp xấu của đời trước. Luật nhân quả không sai chạy, nhưng kết quả đến từng lúc khác nhau, dưới hình thức khác nhau, và ở nơi chốn khác nhau. Có một số kinh nghiệm của mình do nghiệp của đời này, có những kinh nghiệm khác lại do nghiệp trong nhiều đời quá khứ. Trong đời hiện tại, chúng ta nhận lấy hậu quả của hành động mình đã gây tạo trong quá khứ cũng như trong hiện tại. Và những gì chúng ta gặt trong tương lai là kết quả việc ta làm ngày hôm nay.

Thiền quán giúp chúng ta trau dồi thiện nghiệp, vì nghiệp chúng ta phải bắt đầu từ tâm. Mọi hành động không có thứ gì khác hơn là những biểu hiện ra ngoài của những sự việc đang xảy ra trong tâm. Nếu tâm

chúng ta chứa đầy sân hận, việc gì sẽ xảy ra? Chúng ta sẽ có nhiều kẻ thù. Nhưng nếu tâm chúng ta chứa đầy tình thương, việc gì sẽ xảy ra? Chúng ta sẽ có nhiều bạn. Việc gì đang khuấy động trong tâm tự phát lộ ra thế giới bên ngoài. Như thế, mọi việc đều tùy thuộc vào tâm con người. Để kết luận, thuyết nghiệp báo trong đạo Phật dạy rằng con người là kẻ sáng tạo cuộc đời cũng như vận mạng của chính mình. Mọi việc tốt và xấu mà chúng ta gặp trên đời này đều là hậu quả của những hành động của chúng ta phản động trở lại chính chúng ta. Những vui buồn đều là kết quả của những hành động của chúng ta trong quá khứ, xa cũng như gần. Khi ngồi thiền, chúng ta tạo ra một cái tâm thanh tịnh và yên tĩnh; đây là nguyên nhân. Và từ cái tâm thanh tịnh và yên tĩnh này đi đến một đời sống yên tĩnh, một đời sống an bình, một đời sống hạnh phúc; đây là hậu quả. Một số người cho rằng muốn có được nội tâm thanh tịnh thì phải ngoảnh mặt lại với cuộc sống. Thật ra, đối với Phật giáo và Thiền tông, muốn có nội tâm thanh tịnh chúng ta phải tu tập thật nhiều thiện nghiệp trước đã. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng trước khi bước vào tu tập thiền quán, chúng ta phải tu tập thật nhiều thiện nghiệp, vì mức độ tịnh lặng chẳng những tùy thuộc vào phương pháp hành thiền, mà còn tùy thuộc vào thiện nghiệp nữa. Thiện nghiệp là tất cả những gì mình làm cho người khác khiến họ được hạnh phúc hơn, có được giới đức hơn để tiến gần đến giác ngộ và giải thoát. Sự an lạc trong thiền định cũng đồng nghĩa với hạnh phúc mà chúng ta làm được cho người khác. Vì vậy, hành giả tu thiền phải luôn luôn là người đem lại hạnh phúc, an lạc và tỉnh thức cho người khác. Nghĩa là bên cạnh chuyện tu tập thiền định, hành giả phải cố gắng thực hành thật nhiều thiện nghiệp, vì những thiện nghiệp này sẽ hỗ trợ đắc lực cho kết quả của thiền định. Thiền quán không chỉ đơn thuần là một lối nghỉ ngơi của tâm trí; nó còn hơn thế nữa; nó là một cách để vượt khỏi tự ngã giới hạn của chúng ta; để nhận thức được chân ngã, vốn là vô ngã; để tìm thấy sự thật tối thượng nằm từ bên trong chúng ta; để tạo ý tưởng tốt đẹp hơn như nền móng tối cần để xây dựng một đời sống tốt đẹp và một thế giới an bình hơn. Một cách thực tập thiền quán rất hữu hiệu giúp tạo ý tưởng và nghiệp tốt là ‘từ bi quán’. Tình thương trong đạo Phật khác với tình thương sùng tín trong các tôn giáo khác, hướng về tôn kính một đấng tối cao hay thượng đế được người ta tin là đứng trên con người và kiểm soát vận mệnh của con người. Từ bi trong đạo Phật là một thứ tình thương vô tư

và phổ quát, không vướng mắc một chút chiếm vị kỷ nào hết. Lòng từ bi ấy mở rộng đến tất cả chúng sanh, không phân biệt bạn thù, người vật, hay ngay cả giữa ta và kẻ khác. Để phát triển loại tình thương này, thiền quán là cần thiết. Thiền giả muốn trau dồi công phu này vẫn ngồi ở tư thế quán tưởng thông thường, thở vào thở ra nhẹ nhàng và tự nhiên, giữ cho tâm yên tĩnh. Đoạn, người ấy tỏa lòng từ bi đến với mọi người. Người ấy cố gắng cảm thấy thật tình yêu thương và thật tình muốn chia sẻ tình thương với mọi người. Người ấy cảm thấy mọi người như chính mình; thở và sống với mọi người. Tốt nhất là trước tiên nên bắt đầu tỏa tình thương với những người trong gia đình, rồi tỏa đến nhân loại, rồi tỏa đến với mọi loài trong vũ trụ. Từ bi quán tạo nên nghiệp tốt về ý nghĩ, lời nói và việc làm; phát triển con người tốt hơn, đồng thời đóng góp vào công việc vĩ đại của lòng từ bi cho cả vũ trụ.

Hành giả song tu phước huệ luôn hiểu rằng nhân là nguyên nhân, là năng lực phát động; quả là kết quả, là sự hình thành của năng lực phát động. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ. Nguyên nhân chính đưa đến mọi hậu quả là “Vô Minh”. Vô minh là yếu tố của tâm thức, một trạng thái làm u ám trí năng. Vô minh làm cho chúng ta không biết sự thật chúng ta là gì và sự vật chung quanh chúng ta tồn tại theo cơ chế nào. Vô minh chẳng những làm cho chúng ta không thấy bộ mặt thật của sự vật, mà nó còn vẽ vờ sự vật một cách sai lạc. Theo Đức Phật, nhân là nhân mà bạn đã gieo, thì từ đó bạn phải gặt lấy kết quả tương ứng, không có ngoại lệ. Nếu bạn gieo nhân tốt, ắt gặt quả tốt. Và nếu bạn gieo nhân xấu, ắt nhận lấy quả xấu. Vì vậy mà nếu bạn gieo một nhân nào đó với những duyên khác đi kèm, một quả báo hay hậu quả nào đó sẽ đến, không có ngoại lệ. Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt.” Nhân quả trong đạo Phật không phải là chuyện tin hay không tin. Cho dù bạn không tin nhân quả thì nhân quả vẫn vận hành đúng theo chiều hướng mà nó phải vận hành. Nói tóm lại, hễ Hình Ngay thì Bóng Trắng. Nếu bạn muốn gặt quả vị Phật, bạn phải gieo chủng tử Phật. Hình đẹp xấu thế nào, bóng hiện trong gương cũng như thế ấy, lời Phật dạy muôn đời vẫn thế, biết được quả báo ba đời, làm lành được phước, làm dữ mang họa là chuyện đương nhiên. Người trí biết sửa đổi hình, kẻ dại luôn hơn với bóng. Trước cảnh nghịch cảnh thuận cảnh, người con Phật chơn thuần đều an nhiên tự tại, chứ không

oán trời trách đất. Ngược lại, người con Phật chơn thuần phải dụng công tu hành cho đến khi thành Phật quả.

***Cultivation of Concentration &
Wisdom and the Law of Cause and Effect***

According to Buddhism, even though you don't believe in "cause and effect," they just operate the way they are suppose to operate. Practitioners who cultivate wisdom always believe in general Buddhist principle of action and reaction. It is to say, Practitioners who cultivate wisdom always believe in the Theory of Karma in Buddhism. According to this law, if a person does something, what he does will inevitably have an effect on him, either at the present time or in the future, and what this effect will be is determined by the character of his original action. If he performs good actions, or good karma, he will reap good results, for example, happiness and success; if he performs bad actions, or bad karma, he will reap bad results, i.e., suffering and failure. Buddhism regards karma as a natural law immanent in the universe. The doctrine of karma is the middle way between complete determinism and complete indeterminism. According to Buddhist teachings, practitioners do not pray to a God for mercy but rather regulate their actions to bring them into harmony with the universal law. If they do evil, they try to discover their mistakes and rectify their ways; and if they do good, they try to maintain and develop that good. Buddhist practitioners should not worry about the past, but rather be concerned about what we are doing in the present. Instead of running around seeking forgiveness, we should try to sow good seeds in the present and leave the results to the law of karma. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise, every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Practitioners who cultivate wisdom believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. According to the Buddha, a cause refers to the cause you have planted, from which you reap a corresponding result without any exception. If you plant a good cause, you will get a good result. And if you plant a bad cause, you will obtain a bad result. So if you plant a

certain cause with other conditions assemble, a certain retribution or result is brought about without any exception.

The Buddha taught: "Because of a concatenation of causal chains there is birth, there is disappearance." Cause and effect in Buddhism are not a matter of belief or disbelief. Even though you don't believe in "cause and effect," they just operate the way they are suppose to operate. The cause is the seed, what contributes to its growth is the conditions. Planting a seed in the ground is a cause. Conditions are aiding factors which contribute to the growth such as soil, water, sunlight, fertilizer, and the care of the gardener, etc. Every action which is a cause will have a result or an effect. Likewise every resultant action has its cause. The law of cause and effect is a fundamental concept within Buddhism governing all situation. Buddhists believe in a just rational of karma that operates automatically and speak in terms of cause and effect instead of rewards and punishments. It's a fundamental principle for all living beings and all things that if one sows good deeds, he will surely reap a good harvest; if he sows bad deeds, he must inevitably reap a bad harvest. Though the results may appear quickly or slowly, everyone will be sure to receive the results that accord with their actions. Anyone who has deeply understood this principle will never do evil. Cause is a primary force that produces an effect; effect is a result of that primary force. The law of causation governs everything in the universe without exception. Practitioners who cultivate wisdom should always remember that the chief cause that lead to all kinds of effect is "Ignorance". "Ignorance" is a mental factor, or attitude, that obscures our understanding of who we are, and the mode in which all phenomena exist. Not only does ignorance prevent us from realizing how things exist, it also depicts things as existing in a way they do not. The theory of karma in Buddhism makes man and no one else, for man is the architect of his own destiny. From moment to moment we are producing and creating our destiny through our thought, our speech and our deeds. Our destiny issued from our character, our character from our habits, our habits from our acts and our acts from our thoughts. And since thoughts issued from the mind, this makes the mind the ultimate determinant of our destiny. In fact, the mind is the only creator the karma law in Buddhism recognizes, and the power of the mind the only

significant power in the world. By understanding and believing in the law of causality, a practitioners who cultivates wisdom will not become superstitious, or alarmed, and rely passively on heaven authority. He knows that his life depends on his karmas. If he truly believes in such a causal mechanism, he strives to accomplish good deeds, which can reduce and alleviate the effect of his bad karmas. If he continues to live a good life, devoting his time and effort to practicing Buddhist teachings, he can eliminate all of his bad karmas. He knows that he is the only driving force of his success or failure, so he will be discouraged, put the blame on others, or rely on them. He will put more effort into performing his duties satisfactorily. Realizing the value of the law of causality, he always cares for what he thinks, tells or does in order to avoid bad karma.

Buddhist practitioners should always remember that according to Buddhism, the eighth consciousness which is called the 'Alaya-vijnana' is the storehouse-consciousness. This consciousness is so deep and very difficult to understand; however, its literal name gives us the cue to its meaning. The 'Alaya' is a repository which stores all the impressions of our deeds and experiences. Everything we see, hear, smell, taste, touch, and do deposite, so to speak, a seed in the store-consciousness. The seed is a nucleus of karmic energy . Since the 'Alaya' hoards all the seeds of our past actions, it is the architect of our destiny. Our life and character reflect the seeds in our store-consciousness. If we deposite bad seeds, i.e., perform more evil actions, we will become bad persons. Also according to Buddhism, 'Alaya' consciousness not only stores all the seeds, both good and bad, but it also carries them from one moment to the next and from the past life to the present life, from the present life to the future life. Therefore, if we cultivate the way of virtuous conduct, then in the future we will have a better life. Zen practitioners try to make effort not to continue to drop into that 'Alaya-vijnana' anything, unwholesome or wholesome. This means that "without a cause, there won't be any result." If the cause isn't created, the result does not occur. If no seed is planted, nothing grows. The person who hasn't created the cause to be killed, won't be even if he or she is in a car crash. According to the Buddha, man makes his own destiny. He should not blame anyone for his troubles since he alone is responsible for his

own life, for either better or worse. Your difficulties and troubles are actually self-caused. They arise from actions rooted in greed, hatred and delusion. In fact, suffering is the price you pay for craving for existence and sensual pleasures. The price which comes as physical pain and mental agony is a heavy one to pay. It is like paying monthly payment for the brand new Chevrolet Corvette you own. The payment is the physical pain and mental agony you undergo, while the Corvette is your physical body through which you experience the worldly pleasures of the senses. You have to pay the price for the enjoyment: nothing is really free of charge unfortunately.

Meditation helps us attain the necessary wisdom to see factors that obscures our understanding. The cause of suffering is desire based on greed and selfishness. The Buddha saw that the cause of suffering is selfish desire and greed. People want all kinds of things and want to keep them forever. However, greed is endless, like bottomless pit that can never be filled. The more you want, the more unhappy life is. Thus, our limitless wants and desires are the cause of our sufferings and afflictions. However, the chief cause of our suffering is ignorance. Ignorance is a mental factor, or state, that obscures our understanding of who we are, and the mode in which all phenomena exist. Not only does ignorance prevent us from realizing how things exist, it also depicts things as existing in a way they do not. In addition, ignorance cause misconception of inherent existence. Because of this misconception, we come up with disturbing attitudes and problems. Through meditation, we can attain the necessary wisdom to see factors that obscures our understanding. Only the wisdom can give us the understanding of reality or emptiness. According to the Buddha, to understand forms of suffering is not enough. In order to reduce or eliminate sufferings, we must understand the cause of suffering because only by understanding the cause of suffering we can do something to solve the problem. You may think that your sufferings and afflictions are caused by a family curse handed down from one generation to another. Or perhaps they arise because of some sin performed by a distant ancestor that you have to pay now. Or maybe your sufferings and afflictions are created by God, or the Devil. Yet have you ever considered for a moment that the cause may really lie with yourself? Yes, the cause lies with yourself indeed. You have

caused your own failure, hardship and unhappiness. But it is human nature that makes you blame on others, rather than seeing yourself as being responsible for them. According to the Buddha, craving is one of the great causes of sufferings and afflictions. There are various kinds of craving: craving for pleasant experiences, craving for material things, craving for a happy life, and craving for eternal life. The Buddha taught: "All cravings for the enjoyment of pleasant experiences is like drinking salt water, the more we drink the more we feel thirsty." However, craving itself is not a real cause of suffering, a real cause behind craving that forces us to try to obtain what we crave for is ignorance. Because of ignorance, we crave for name and gain, acquiring wealth and material things; and because of ignorance we crave for eternal life, and so on. However, on one can be satisfied with these desires. Thus, we all experience sufferings and afflictions. Zen practitioners should always remember that we can reduce or eliminate sufferings and afflictions when we are able to identify the causes of them. Buddhism places ultimate responsibility for our life in our own hands. If we want our hands to mold our life in a better way, we must launch our minds in a better direction, for it is the mind which controls the hands which mold our life. Zen practitioners should always remember that if a person was good in previous life, he may enjoy happiness and prosperity in this life even though his conduct is bad now. At the same time, a person who is very virtuous now may still meet a lot of trouble because of his bad karma from a past life. The law of cause and effect does not change, but the effect come about at different times, in different forms and different locations. Some of our experiences are due to karma in the present life, others may be due to karma from previous lives. In the present life, we receive the results of our actions done in past lives as well as in the present. And what we reap in the future will be the result of what we do in the present.

Meditation helps us develop wholesome karma, for our karma begins with the mind. All kinds of action are nothing but outward expression of what transpires in the mind. If our minds are filled with hatred, what will happen? We will make many enemies. But if our minds are filled with love, what will happen? We will make many friends. What stirs in the mind reveals itself outwardly in the world. Thus, everything depends upon the heart of man. In conclusion, the

theory of karma in Buddhism teaches that man is the creator of his own life and his own destiny. All the good and bad that comes our way in life is the result of our own actions reacting upon us. Our joys and sorrows are the effects of which our actions in the past, both in the distant and the immediate past. When we sit in meditation, we produce a pure and calm mind; this is the cause. And from this pure and calm mind comes a calm life, a peaceful life; this is the effect. Some people think that they need to turn their backs on life to search for a still mind. In fact, in Buddhism, especially in Zen, if we want to achieve still mind, we have to earn many good deeds in life first. Zen practitioners should always remember that before entering meditation practices, we have to do a lot of good deeds, for the level of mind stillness depends not only on method of meditation, but also on good deeds. Good deeds are what we do to make others happier, moraler and closer to enlightenment and emancipation. Our happiness in meditation also synonymous with happiness we did for others. In other words, our happiness in meditation will exactly come from the happiness we did for others. Therefore, Zen practitioners must be those who always give the happiness, peace and mindfulness to others all their life. It is to say beside the effort for meditation, Zen practitioners should always try to do many good deeds, for these good deeds will support meditation result very well. Meditation is not simply a form of mental relaxation; it is something more; it is a way of transcending our finite ego-self; of realizing our True Self which is Non-Self; of finding the ultimate reality that lies within; of creating better thought as the indispensable foundation for building a better life and a peaceful world. A very effective meditation practice which helps to create good thought and karma is the meditation of loving-kindness. Love in Buddhism differs from the devotional love of the theistic religious, which is directed to a supreme being or god believed to stand above man and to control his destiny. Loving-kindness in Buddhism is an impartial and universal love, free from every trace of egocentric grasping. It extends to all beings, making no distinction between friend and enemy, between man and animal, nor even between oneself and others. In order to develop this kind of love, meditation is necessary. A Zen practitioner who cultivates this practice sits in the usual meditation posture, breathing in and out lightly and naturally, keeping his mind calm. Then, he radiates

loving-kindness outward to others. He tries to feel genuine for them and share the warmth of this love with them. He feels them as his own; he breathes and lives with them. It is best to begin the meditation by radiating this loving-kindness to everybody in the family, then to all mankind, then to everything and every being in the universe. Meditation on loving-kindness produces better karma of thought, speech and deed, developing a better person and contributing towards the great work of universe compassion.

Practitioners who cultivate merits alongside wisdom always understand that cause is a primary force that produces an effect; effect is a result of that primary force. The law of causation governs everything in the universe without exception. The chief cause that lead to all kinds of effect is “Ignorance”. “Ignorance” is a mental factor, or attitude, that obscures our understanding of who we are, and the mode in which all phenomena exist. Not only does ignorance prevent us from realizing how things exist, it also depicts things as existing in a way they do not. According to the Buddha, a cause refers to the cause you have planted, from which you reap a corresponding result without any exception. If you plant a good cause, you will get a good result. And if you plant a bad cause, you will obtain a bad result. So if you plant a certain cause with other conditions assemble, a certain retribution or result is brought about without any exception. The Buddha taught: “Because of a concatenation of causal chains there is birth, there is disappearance.” Cause and effect in Buddhism are not a matter of belief or disbelief. Even though you don’t believe in “cause and effect,” they just operate the way they are suppose to operate. In summary, a straight mirror image requires a straight object. If you want to reap the “Buddhahood,” you must sow the Buddha-seed. A mirror reflects beauty and ugliness as they are, the Buddha’s Teachings prevail forever, knowing that requital spans three generations, obviously good deeds cause good results, evil deeds causes evil results. The wise know that it is the object before the mirror that should be changed, while the dull and ignorant waste time and effort hating and resenting the image in the mirror. Encountering good or adverse circumstances, devoted Buddhists should always be peaceful, not resent the heaven nor hate the earth. In the contrary, sincere Buddhists should strive their best to cultivate until they attain the Buddhahood.

Chương Ba Mươi Chín
Chapter Thirty-Nine

Tu Tập Định Huệ & Nghiệp Báo

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

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

ngiệp thiện, chúng ta sẽ gặt quả lành. Nếu chúng ta tạo ác nghiệp, chúng ta sẽ lãnh quả dữ. Phật tử chân thuần nên cố gắng thông hiểu luật về nghiệp. Một khi chúng ta hiểu rằng trong đời sống này mỗi hành động đều có một phản ứng tương ứng và cân bằng, một khi chúng ta hiểu rằng chúng ta sẽ gánh chịu hậu quả của hành động mình làm, chúng ta sẽ cố gắng kềm chế tạo tác những điều bất thiện.

Hành giả tu tập định và huệ phải nên luôn nhớ rằng nghiệp là sản phẩm của thân, khẩu, ý, như hạt giống được gieo trồng, còn quả báo là kết quả của nghiệp, như cây trái. Khi thân làm việc tốt, khẩu nói lời hay, ý nghĩ chuyện đẹp, thì nghiệp là hạt giống thiện. Ngược lại thì nghiệp là hạt giống ác. Theo Phật giáo, mỗi hành động đều phát sanh một hậu quả. Trong đạo Phật, một hành động được xem là thiện lành khi nó đem lại hạnh phúc và an lành cho mình và cho người. Hành động được xem là ác khi nó đem lại khổ đau và tổn hại cho mình và cho người. Hành giả tu tập định và huệ không nên gây tạo khổ đau cho người khác, vì theo nhà Thiền, ta và người không khác nhau. Kỳ thật, chúng ta và người khác có những mối liên hệ mật thiết hơn ta tưởng nhiều. Trong vòng luân hồi sanh tử không dứt, chúng ta là phụ thuộc lẫn nhau. Vì vậy, hành giả tu tập định và huệ nên luôn cân nhắc đến mọi người trước khi làm và nói điều gì. Chúng ta nên xem người như chính bản thân mình vậy. Vì thế khi nói về “Nghiệp” tức là nói về luật “Nhân Quả.” Chừng nào chúng ta chưa chấm dứt tạo nghiệp, chừng đó chưa có sự chấm dứt về kết quả của hành động. Trong cuộc sống của xã hội hôm nay, khó lòng mà chúng ta có thể chấm dứt tạo nghiệp. Tuy nhiên, nếu phải tạo nghiệp chúng ta nên vô cùng cẩn trọng về những hành động của mình để được hậu quả tốt mà thôi. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Muốn sống một đời cao đẹp, các con phải từng ngày từng giờ cố gắng kiểm soát những hoạt động nơi thân khẩu ý chớ đừng để cho những hoạt động này làm hại cả ta lẫn người.” Nghiệp và quả báo tương ứng không sai chạy. Giống lành sanh cây tốt quả ngon, trong khi giống xấu thì cây xấu quả tẻ là chuyện tất nhiên. Như vậy, trừ khi nào chúng ta ta hiểu rõ ràng và hành trì tinh chuyên theo luật nhân quả hay nghiệp báo, chúng ta không thể nào kiểm soát hay kinh qua một cuộc sống như chúng ta ao ước đâu. Theo Phật Pháp thì không có thiên thần quỷ vật nào có thể áp đặt sức mạnh lên chúng ta, mà chúng ta có hoàn toàn tự do xây dựng cuộc sống theo cách mình muốn. Hành giả tu tập định và huệ nên luôn nhớ rằng “Nghiệp” lúc nào cũng

rất công bằng. Nghiệp tự nó chẳng thương mà cũng chẳng ghét, chẳng thưởng chẳng phạt. Nghiệp và Quả Báo chỉ đơn giản là định luật của Nguyên nhân và Hậu quả mà thôi. Nếu chúng ta tích tụ thiện nghiệp, thì quả báo phải là hạnh phúc sướng vui, chứ không có ma quỷ nào có thể làm hại được chúng ta. Ngược lại, nếu chúng ta gây tạo ác nghiệp, dù có lạy lục van xin thì hậu quả vẫn phải là đắng cay đau khổ, không có trời nào có thể cứu lấy chúng ta.

Con người là kẻ sáng tạo của cuộc đời và vận mạng của chính mình. Theo đạo Phật, con người là kẻ sáng tạo của cuộc đời và vận mạng của chính mình. Mọi việc tốt và xấu mà chúng ta gặp phải trên đời đều là hậu quả của những hành động của chính chúng ta phản tác dụng trở lại chính chúng ta. Những điều vui buồn của chúng ta cũng là kết quả của những hành động của chính mình, trong quá khứ xa cũng như gần, là nguyên nhân. Và điều chúng ta làm trong hiện tại sẽ ấn định điều mà chúng ta sẽ trở nên trong tương lai. Cũng vì con người là kẻ sáng tạo cuộc đời mình, nên muốn hưởng một đời sống hạnh phúc và an bình, người ấy phải là một kẻ sáng tạo tốt, nghĩa là phải tạo nghiệp tốt. Nghiệp tốt cuối cùng phải đến từ một cái tâm tốt, một cái tâm an tịnh. Luật nghiệp báo liên kết các đời trong quá khứ, hiện tại và tương lai của một cá nhân xuyên qua tiến trình luân hồi của người ấy. Để có thể hiểu được tại sao có được sự liên kết giữa những kinh nghiệm và hành động của một cá nhân trong các cuộc đời nối tiếp, chúng ta cần nhìn lướt qua về sự phân tích của đạo Phật về “thức”. Theo triết học Phật giáo về “thức”, trường phái Duy Thức Học, có tám thức. Có năm thức về giác quan: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, và thân thức. Những thức này gây nên sự xuất hiện của năm trần từ năm căn. Thức thứ sáu là ý thức, với khả năng phán đoán nhờ phân tích, so sánh và phân biệt các trần và quan niệm. Thức thứ bảy gọi là mạn na thức, tức là ngã thức, tự biết mình vốn là ngã riêng biệt giữa mình và những người khác. Ngay cả những lúc mà sáu thức đều không hoạt động, tỷ dụ như lúc đang ngủ say, thì thức thứ bảy vẫn đang hiện diện, và nếu bị đe dọa, thì thức này, vì sự thúc đẩy tự bảo vệ, sẽ đánh thức chúng ta dậy. Thức thứ tám được gọi là a lại da thức, hay tàng thức. Vì thức này rất sâu kín, nên rất khó cho chúng ta hiểu được nó. A lại da là một cái kho chứa tất cả những dấu tích hành động và kinh nghiệm của chúng ta. Tất cả những gì chúng ta thấy, nghe, ngửi, nếm, sờ mó, hoặc làm đều được giữ như những chủng tử vào cái kho tàng thức này. Chủng tử

là nhân của năng lực nghiệp báo. Vì a lại da thân góp tất cả những chủng tử của hành động chúng ta đã làm, nó chính là kẻ xây dựng vận mạng của chúng ta. Cuộc đời và cá tánh của chúng ta phản ảnh những chủng tử ở trong kho tàng thức của mình. Nếu chúng ta gửi vào đó những chủng tử xấu, nghĩa là nhân của những việc ác, chúng ta sẽ trở thành kẻ xấu. Do bởi đạo Phật đặt trách nhiệm tối thượng về cuộc đời của chúng ta ở trong tay chúng ta, nên nếu chúng ta muốn nhào nặn cho cuộc đời mình tốt đẹp hơn chúng ta phải hướng tâm trí của mình về một hướng tốt đẹp hơn, vì chính tâm trí điều khiển bàn tay nhào nặn cuộc đời của chúng ta. Tuy nhiên, có lúc chúng ta thấy một người rất đạo đức, tử tế, hiền hậu, dễ thương và khôn ngoan, thế mà cuộc đời người ấy lại đầy những trở ngại từ sáng đến tối. Tại sao lại như vậy? Còn cái lý thuyết về hành động tốt đem lại hạnh phúc và hành động xấu đem lại khổ đau thì sao? Muốn hiểu điều này, chúng ta phải nhận thức rằng nghiệp quả không nhất thiết phải trở ra trong cùng hiện đời mà nghiệp nhân được tạo. Có khi nghiệp đem lại hậu quả chỉ trong đời sau hoặc những đời kế tiếp. Nếu một người từng hành xử tốt trong đời trước, người ấy có thể được hưởng hạnh phúc và sung túc trong đời này mặc dù sự hành xử của người ấy bây giờ có xấu xa đi chăng nữa. Và có người bây giờ rất đức hạnh nhưng có thể vẫn gặp phải nhiều trở ngại vì nghiệp xấu từ đời trước đó. Cũng giống như gieo nhiều thứ hạt khác nhau, có loại trổ bông rất sớm, có loại lâu hơn, có khi cả năm. Luật nhân quả không sai chạy, nhưng kết quả đến từng lúc có khác nhau, dưới hình thức khác nhau, và ở nơi chốn khác nhau. Tuy có một số kinh nghiệm của chúng ta là do nghiệp tạo ra trong đời này, số khác lại do nghiệp tạo ra từ những đời trước. Ở đời này, chúng ta chịu hậu quả những hành động chúng ta đã làm từ những đời trước cũng như ngay trong đời này. Và những gì chúng ta gặt trong tương lai là kết quả việc chúng ta đang làm ngày hôm nay. Giáo lý về nghiệp không chỉ là giáo lý về nhân quả, mà là hành động và phản hành động. Giáo lý này tin rằng bất cứ một hành động nào cố ý thực hiện, từ một tác nhân, dù là ý nghĩ, lời nói hay việc làm, đều có phản động trở lại trên chính tác nhân ấy. Luật nghiệp báo là một luật tự nhiên, và không một quyền lực thần linh nào có thể làm ngưng lại sự thi hành nó được. Hành động của chúng ta đưa đến những kết quả tất nhiên. Nhận ra điều này, người Phật tử không cần cầu khẩn một ông thần nào tha thứ, mà đứng ra điều chỉnh hành động của họ hầu đưa chúng đến chỗ hài hòa với luật chung

của vũ trụ. Nếu họ làm ác, họ cố tìm ra lỗi lầm rồi chỉnh đốn lại hành vi; còn nếu họ làm lành, họ cố duy trì và phát triển hạnh lành ấy. Người Phật tử không nên quá lo âu về quá khứ, mà ngược lại nên lo cho việc làm trong hiện tại. Thay vì chạy ngược chạy xuôi tìm sự cứu rỗi, chúng ta nên cố gắng gieo chủng tử tốt trong hiện đời, rồi đợi cho kết quả đến tùy theo luật nghiệp báo. Thuyết nghiệp báo trong đạo Phật cho con người chứ không ai khác, con người là kẻ tạo dựng nên vận mạng của chính mình. Từng giờ từng phút, chúng ta làm và dựng nên vận mệnh của chính chúng ta qua ý nghĩ, lời nói và việc làm. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Gieo ý nghĩ, tại hành động; gieo hành động, tạo tính hạnh; gieo tính hạnh, tạo cá tánh; gieo cá tánh, tạo vận mạng.”

Mọi thứ ác nghiệp từ vô thủy đến nay, đều do tham, sân, si ở nơi thân khẩu ý mà sanh. Dù trải qua trăm ngàn kiếp, nghiệp đã tạo chẳng bao giờ tiêu mất, nhân duyên đầy đủ thời quả báo mình lại thọ. Bởi thế nên phải biết nghiệp mình tạo ra thì thế nào cũng có báo ứng; chỉ là vấn đề thời gian, sớm mau chậm muộn, nhân duyên đủ đầy hay chưa mà thôi. Phật tử chân thuần nên luôn tin rằng khi ánh quang minh Phật Pháp chiếu sáng nơi thân của mình thì tam chướng (phiền não, báo chướng và nghiệp chướng) đều được tiêu trừ, giống như mây trời trắng hiện, bản lai thanh tịnh của tâm mình lại bừng hiện vậy. Khi có một đệ tử đến sám hối với Đức Phật về những việc sai trái trong quá khứ, Đức Phật không hề hứa tha thứ, vì Ngài biết rằng mỗi người đều phải gặt kết quả của nhân do chính mình đã gieo. Thay vì vậy, Ngài giải thích: “Nếu ông thấy việc ông từng làm là sai và ác, thì từ nay trở đi ông đừng làm nữa. Nếu ông thấy việc ông làm là đúng và tốt, thì hãy làm thêm nữa. Hãy cố mà diệt ác nghiệp và tạo thiện nghiệp. Ông nên biết hình ảnh của ông ngày nay là bóng của ông trong quá khứ, và hình ảnh tương lai của ông là bóng của ông ngày hôm nay. Ông phải chú tâm vào hiện tại hầu tinh tấn trong việc tu đạo.” Đức Phật dạy nếu ai đó đem cho ta vật gì mà ta không lấy thì dĩ nhiên người đó phải mang về, có nghĩa là túi chúng ta không chứa đựng vật gì hết. Tương tự như vậy, nếu chúng ta hiểu rằng nghiệp là những gì chúng ta làm, phải cất chứa trong tiềm thức cho chúng ta mang qua kiếp khác, thì chúng ta từ chối không cất chứa nghiệp nữa. Khi túi tiềm thức trống rỗng không có gì, thì không có gì cho chúng ta mang vác. Như vậy làm gì có quả báo, làm gì có khổ đau phiền não. Như vậy thì cuộc sống

cuộc tu của chúng ta là gì nếu không là đoạn tận luân hồi sanh tử và mục tiêu giải thoát rốt ráo được thành tựu.

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

Cultivation of Concentration and Wisdom & Karmas and Results

From morning to night, we create karma with our body, with our mouth, and with our mind. In our thoughts, we always think that people are bad. In our mouth, we always talk about other people's rights and wrongs, tell lies, say indecent things, scold people, backbite, and so on. Karma is one of the fundamental doctrines of Buddhism. Everything that we encounter in this life, good or bad, sweet or bitter, is a result of what we did in the past or from what we have done recently in this life.

Good karma produces happiness; bad karma produces pain and suffering. So, what is karma? Karma is a Sanskrit word, literally means a deed or an action and a reaction, the continuing process of cause and effect. Moral or any good or bad action (however, the word 'karma' is usually used in the sense of evil bent or mind resulting from past wrongful actions) taken while living which causes corresponding future retribution, either good or evil transmigration (action and reaction, the continuing process of cause and effect). Karma is neither fatalism nor a doctrine of predetermination. Our present life is formed and created through our actions and thoughts in our previous lives. Our present life and circumstances are the product of our past thoughts and actions, and in the same way our deeds in this life will fashion our future mode of existence. According to the definition of the karma, the past influences the present but does not dominate it, for karma is past as well as present. However, both past and present influence the future. The past is a background against which life goes on from moment to moment. The future is yet to be. Only the present moment exists and the responsibility of using the present moment for good or bad lies with each individual. A karma can be created by body, speech, or mind. There are good karma, evil karma, and indifferent karma. All kinds of karma are accumulated by the Alayavijnana and Manas. Karma can be cultivated through religious practice (good), and uncultivated. For Sentient being has lived through innumerable reincarnations, each has boundless karma. Whatever kind of karma is, a result would be followed accordingly, sooner or later. No one can escape the result of his own karma. In the Anguttara Nikaya Sutra, the Buddha taught: "Oh Bhikkhus! Mental volition is what I call action or karma. Having volition one acts by body, speech and thought." "Karma" is a Sanskrit term which means "Action, good or bad," including attachments, aversions, defilements, anger, jealousy, etc. Karma is created (formed) by that being's conceptions (samskara). This potential directs one behavior and steers the motives for all present and future deeds. In Buddhism, karma arises from three factors: body, speech and mind. For instance, when you are speaking, you create a verbal act. When you do something, you create a physical act. And when you are thinking, you may create some mental actions. Mental actions are actions that have no physical or verbal manifestations. Buddhist ethical theory is

primarily with volitional actions, that is, those actions that result from deliberate choice for such actions set in motion a series of events that inevitably produce concordant results. These results may be either pleasant or unpleasant, depending on the original votion. In some cases the results of actions are experienced immediately, and in others they are only manifested at a later time. Some karmic results do not accrue (dồn lại) until a future life. Karmas are actions that lead to both immediate and long range results. All good and evil actions taken while living. Action and appropriate result of action. Karma is not limited by time or space. An individual is coming into physical life with a karma (character and environment resulting from his action in the past). Briefly, “karma” means “deed.” It is produced by all deeds we do. Any deed is invariably accompanied by a result. All that we are at the present moment is the result of the karma that we have produced in the past. Karma is complex and serious. Our deeds, however trifling, leave traces physically, mentally, and environmentally. The traces left in our minds include memory, knowledge, habit, intelligence, and character. They are produced by the accumulation of our experiences and deeds over a long period of time. The traces that our deeds leave on our body can be seen easily, but only part of traces in our minds remain on the surface of our mind, the rest of them are hidden depths of our minds, or sunk in the subconscious mind. This is the complexity and seriousness of the Karma. According to Buddhism, a “karma” is not a fate or a destiny; neither is it a simple, unconscious, and involuntary action. On the contrary, it is an intentional, conscious, deliberate, and willful action. Also according to Buddhism, any actions will lead to similar results without any exception. It is to say, “As one sows, so shall one reap.” According to one’s action, so shall be the fruit. If we do a wholesome action, we will get a wholesome fruit. If we do an unwholesome action, we will get an unwholesome result. Devout Buddhists should try to understand the law of karma. Once we understand that in our own life every action will have a similar and equal reaction, and once we understand that we will experience the effect of that action, we will refrain from committing unwholesome deeds.

Practitioners in concentration and wisdom should always remember that karma is a product of body, speech and mind; while recompense is

a product or result of karma. Karma is like a seed sown, and recompense is like a tree grown with fruits. When the body does good things, the mouth speaks good words, the mind thinks of good ideas, then the karma is a good seed. In the contrary, the karma is an evil seed. In Buddhism, an action is considered good when it brings happiness and well-being to oneself and others. Evil when it brings suffering and harm to oneself and others. Practitioners in concentration and wisdom should not create suffering for others, because, according to Zen, ourselves and others are not different. In fact, we are related to each others by bonds more intimate than we think. In the endless cycles of birth and death, we are in reality extensions of each other. Therefore, practitioners in concentration and wisdom should always take others into consideration before acting and speaking. We should regard others as we regard ourselves. The law of causation (reality itself as cause and effect in momentary operation). According to the Buddhist doctrines, every action produces an effect and it is a cause first and effect afterwards. We therefore speak of "Karma" as the "Law of Cause and Effect." There is no end to the result of an action if there is no end to the Karma. Life in nowadays society, it is extremely difficult for us not to create any karma; however, we should be very careful about our actions, so that their effect will be only good. Thus the Buddha taught: "To lead a good life, you Buddhists should make every effort to control the activities of your body, speech, and mind. Do not let these activities hurt you and others." Recompense corresponds Karma without any exception. Naturally, good seed will produce a healthy tree and delicious fruits, while bad seed gives worse tree and fruits. Therefore, unless we clearly understand and diligently cultivate the laws of cause and effect, or karma and result, we cannot control our lives and experience a life the way we wish to. According to the Buddha-Dharma, no gods, nor heavenly deities, nor demons can assert their powers on us, we are totally free to build our lives the way we wish. According to Buddhist doctrines, karma is always just. It neither loves nor hates, neither rewards nor punishes. Karma and Recompense is simply the Law of Cause and Effect. If we accumulate good karma, the result will surely be happy and joyous. No demons can harm us. In the contrary, if we create evil karma, no matter how much and

earnestly we pray for help, the result will surely be bitter and painful, no gods can save us.

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

Buddhism places ultimate responsibility for our life in our own hands, if we want our hands to mold our life in a better way, we must launch our minds in a better direction, for it is the mind which controls the hands which mold our life. However, sometimes we know someone who is virtuous, gentle, kind, loving and wise, and yet his life is filled with troubles from morning to night. Why is this? What happens to our theory that good acts lead to happiness and bad acts to suffering? To understand this, we must realize that the fruits of karma do not necessarily mature in the same lifetime in which the karma is originally accumulated. Karma may bring about its consequences in the next life or in succeeding lives. If a person was good in a previous life, he may enjoy happiness and prosperity in this life even though his conduct now is bad. And a person who is very virtuous now may still meet a lot of trouble because of bad karma from a past life. It is like planting different kinds of seeds; some will come to flower very fast, others will take a long time, maybe years. The law of cause and effect does not come about at different times, in different forms and at different locations. While some of our experiences are due to karma in the present life, others may be due to karma from previous lives. In the present life, we receive the results of our actions done in past lives as well as in the present. And what we reap in the future will be the result of what we do in the present. The doctrine of karma is not merely a doctrine of cause and effect, but of action and reaction. The doctrine holds that every action willfully performed by an agent, be it of thought, word, or deed, tends to react upon that agent. The law of karma is a natural law, and its operation cannot be suspended by any power of a deity. Our action brings about their natural results. Recognizing this, Buddhists do not pray to a god for mercy but rather regulate their actions to bring them into harmony with the universal law. If they do evil, they try to discover their mistakes and rectify their ways; and if they do good, they try to maintain and develop that good. Buddhists should not worry about the past, but rather be concerned about what we are doing in the present. Instead of running around seeking salvation, we should try to sow good seeds in the present and leave the results to the law of karma. The theory of karma in Buddhism makes man and no one else the architect of his own destiny. From moment to moment we are producing and creating our own destiny

through our thought, our speech and our deeds. Thus the ancient said: “Sow a thought and reap an act; sow an act and reap a habit; sow a habit and reap a character; sow a character and reap a destiny.”

For all the bad karma created in the past are based upon beginningless greed, hatred, and stupidity; and born of body, mouth and mind. Even in a hundred thousand eons, the karma we create does not perish. When the conditions come together, we must still undergo the retribution ourselves. This is to say the karma we create is sure to bring a result, a corresponding retribution. It is only a matter of time. It depends on whether the conditions have come together or not. Sincere Buddhists should always believe that once the great radiance of the Buddha-Dharma shines on us, it can remove the three obstructions and reveal our original pure mind and nature, just as the clouds disperse to reveal the moon. When a disciple came to the Buddha penitent over past misdeeds, the Buddha did not promise any forgiveness, for He knew that each must reap the results of the seeds that he had sown. Instead He explained: “If you know that what you have done is wrong and harmful, from now on do not do it again. If you know that what you have done is right and profitable, continue to do it. Destroy bad karma and cultivate good karma. You should realize that what you are in the present is a shadow of what you were in the past, and what you will be in the future is a shadow of what you are now in the present. You should always apply your mind to the present so that you may advance on the way.” The Buddha taught: “If someone give us something, but we refuse to accept. Naturally, that person will have to keep what they plan to give. This means our pocket is still empty.” Similarly, if we clearly understand that karmas or our own actions will be stored in the alaya-vijnana (subconscious mind) for us to carry over to the next lives, we will surely refuse to store any more karma in the ‘subconscious mind’ pocket. When the ‘subconscious mind’ pocket is empty, there is nothing for us to carry over. That means we don’t have any result of either happiness or suffering. As a result, the cycle of birth and death comes to an end, the goal of liberation is reached.

In the Dhammapada, the Buddha taught: “The deed is not well done of which a man must repent, and the reward of which he receives, weeping, with tearful face; one reaps the fruit thereof (67). The deed is well done when, after having done it, one repents not, and when, with

joy and pleasure, one reaps the fruit thereof (68). As long as the evil deed done does not bear fruit, the fool thinks it is as sweet as honey; but when it ripens, then he comes to grief (69). Those Arhats whose mind is calm, whose speech and deed are calm. They have also obtained right knowing, they have thus become quiet men (96). Let's hasten up to do good. Let's restrain our minds from evil thoughts, for the minds of those who are slow in doing good actions delight in evil (116). If a person commits evil, let him not do it again and again; he should not rejoice therein, sorrow is the outcome of evil (117). If a person does a meritorious deed, he should do it habitually, he should find pleasures therein, happiness is the outcome of merit (118). Even an evil-doer sees good as long as evil deed has not yet ripened; but when his evil deed has ripened, then he sees the evil results (119). Even a good person sees evil as long as his good deed has not yet ripened; but when his good deed has ripened, then he sees the good results (120). Do not disregard (underestimate) small evil, saying, "it will not matter to me." By the falling of drop by drop, a water-jar is filled; likewise, the fool becomes full of evil, even if he gathers it little by little (121). Do not disregard small good, saying, "it will not matter to me." Even by the falling of drop by drop, a water-jar is filled; likewise, the wise man, gathers his merit little by little (122). An evil deed is better not done, a misdeed will bring future suffering. A good deed is better done now, for after doing it one does not grieve (314)."

Chương Bốn Mười

Chapter Forty

Tu Tập Kỹ Luật Tâm Linh Là

Con Đường Dẫn Tới Trí Tuệ

Muốn tu tập kỹ luật tâm linh, việc trước tiên mà hành giả phải làm là cố gắng nắm bắt lấy hơi thở: Kinh Quán Niệm dạy về cách nắm hơi thở như sau: “Tỉnh thức khi thở vào và tỉnh thức khi thở ra. Khi thở vào một hơi dài, ta biết là ta đang thở vào một hơi dài. Khi thở ra một hơi dài, ta biết là ta đang thở ra một hơi dài. Thở vào một hơi ngắn, ta biết là ta đang thở vào một hơi ngắn. Thở ra một hơi ngắn, ta biết là ta đang thở ra một hơi ngắn. Ta tự tu tập ‘kinh qua trọn vẹn hơi thở nơi thân khi thở vào.’ Ta tự tu tập ‘kinh qua trọn vẹn hơi thở nơi thân khi thở ra’. Ta tự tu tập là ta đang thở vào và làm cho sự điều hành trong thân thể trở nên tĩnh lặng. Ta tự tu tập là ta đang thở ra và làm cho sự điều hành trong thân thể trở nên tĩnh lặng.” Như vậy khi tu tập chúng ta nên biết xử dụng hơi thở để duy trì chánh niệm, bởi vì hơi thở là dụng cụ rất màu nhiệm để đình chỉ loạn tưởng. Hơi thở là môi giới giữa thân và tâm. Mỗi khi tâm ý mình phân tán, dong ruổi, chúng ta nên dùng hơi thở để giữ nó lại.

Thứ nhì là phải biết đường lối qui củ của tâm linh: Theo quan điểm của Phật giáo, thiền là một thứ kỹ luật tâm linh, vì thiền giúp chúng ta ở mức độ nào đó kiểm soát được thái độ, tư tưởng và cảm xúc của chúng ta. Theo đạo Phật, trạng thái tâm của chúng ta bao gồm cả tư tưởng lẫn tình cảm thường hoang đàng và không được kiểm soát vì chúng ta thiếu sót phần kỹ luật tâm linh cần thiết để thuần hóa nó. Tâm chúng ta cũng giống như một con ngựa hoang không được kiểm soát. Chỉ có xuyên qua kỹ luật tâm linh mới có thể giúp chúng ta đi ngược lại sự hoang đàng và không kiểm soát của tâm này và giúp chúng ta có khả năng kiểm soát lại được tâm mình. Nếu chúng ta cố gắng thực tập kỹ luật tâm linh thì chúng ta sẽ có khả năng chú tâm vào một đối tượng thiện lành nhất định nào đó, một đối tượng có thể làm tăng khả năng tập trung của chúng ta đúng theo quan điểm của Phật giáo. Rồi sau đó chúng ta áp dụng pháp quán phân tích (lý luận) do sự nhận biết sức mạnh và yếu điểm của các loại tư tưởng và cảm tình

khác nhau, nhận biết những lợi hại của chúng, chúng ta có thể tăng cường những trạng thái tích cực của trạng thái tâm giúp đưa tới sự thanh thoát, an bình và hạnh phúc, cũng như làm giảm thiểu những thái độ, tư tưởng và tình cảm đưa đến khổ đau phiền não và thất vọng. Như vậy có hai cách kỷ luật tâm linh, cách thứ nhất là chỉ chú tâm vào một đối tượng trụ nơi tịnh lặng (chỉ quán), và cách thứ hai là quán sát hay phân tích. Thí dụ như thiền chỉ và thiền quán về “vô thường”. Nếu chúng ta chỉ chú tâm vào ý tưởng “vạn hữu vô thường”, ấy là thiền chỉ. Nếu chúng ta luôn áp dụng luận cứ vô thường trong vạn hữu, ấy là thiền quán. Nếu chúng ta thiền quán bằng cách luôn luôn áp dụng luận cứ vô thường vào vạn hữu, làm tăng thêm sự tin tưởng của chúng ta về luật vô thường trên vạn hữu, đó là chúng ta đang thiền quán. Tuy nhiên, người Phật tử phải cẩn thận vì những trở ngại luôn chờ chực chúng ta như sự tán loạn của tư tưởng, sự buồn chán hay hôn trầm, sự buông lung, và sự lảng xảng của tâm chúng ta. Nói tóm lại, thực hiện kỷ luật tâm linh là cực kỳ khó khăn, nhưng không phải là không thực hiện được. Phật tử thuần thành phải thực tập kỷ luật tâm bằng tất cả nghị lực và lòng thành.

Thứ ba là tinh lự tư tưởng: Chữ thiền nghĩa là “Tĩnh lự”, cũng dịch là “Tư duy tu”. Tư duy chính là “tham”, tinh lự nghĩa là ‘thời thời cần phát thức, vật sử nhạ trần ai.’ Tu tập tư duy tu chúng ta luôn tâm niệm, không giây phút nào rời: “Sáng như thế ấy, chiều như thế ấy.” Phải bằng vào tự tánh mà dụng công chứ không cầu ở hình tướng bên ngoài. Nếu gặp cảnh mà chạy theo cảnh, ắt sẽ đi lầm đường. Cảnh giới từ tự tánh sanh mới là cảnh giới chân thật. Pháp môn tinh lự đòi hỏi sự dụng công liên tục, triền miên, không lúc nào gián đoạn. Dụng công như kiểu gà ấp trứng. Tham thiền phải có kiên tâm, thành tâm và hằng tâm. Không thể có tâm kiêu ngạo, thấy mình cao hơn hoặc hay hơn người khác. Như có những tư tưởng đó, thì loại ma cuồng thiền sẽ nhập vào khiến cho công phu không có hiệu quả. Khi tham thiền không nên sanh vọng tưởng. Có vọng tưởng thì chẳng có lợi ích gì, chỉ phí thời giờ mà thôi. Tham thiền phải có tâm nhẫn nại, tâm nghĩ về lâu dài. Bí quyết tham thiền là chữ “Nhẫn”, cái gì nhẫn không được cũng phải nhẫn, nhẫn đến cực điểm, thì bỗng nhiên trực ngộ. Nếu không kham nhẫn, không chịu đựng đau đớn, khó nhọc, khi gặp trở ngại sẽ bỏ cuộc.

***Cultivation on Spiritual Discipline
Is the Path leading to Wisdom***

To practice spiritual discipline, the first thing practitioners should try to do is to take hold of the breath: The Sutra of Mindfulness teaches the method of taking hold of one's breath as follows: "Be ever mindful when you breathe in and mindful when you breathe out. Breathing in a long breath, you know 'I am breathing in a long breath'. Breathing out a long breath, you know 'I am breathing out a long breath'. Breathing in a short breath, you know 'I am breathing in a short breath'. Breathing out a short breath, you know 'I am breathing out a short breath.' 'Experiencing a whole breath-body, I shall breathe in,' thus you train yourself. 'Experiencing the whole breath-body, I shall breathe out,' thus you train yourself. 'Calming the activity of the breath-body, I shall breathe in,' thus you train yourself. 'Calming the activity of the breath-body, I shall breathe out,' thus you train yourself." Thus when we practice, we should know how to breathe to maintain mindfulness, for breathing is not only a wonderful tool to prevent dispersion, but it is also a connection between our body and our thoughts. Whenever our mind becomes scattered, we should use our breath as a means to take hold of our mind again.

Second, cultivators should know guidelines for spiritual discipline: From a Buddhist point of view, meditation is a spiritual discipline for meditation allows us to have some degree of control over our attitudes, thoughts and emotions. According to Buddhism, our state of mind which composes of thoughts and emotions, is usually wild and uncontrolled because we lack the spiritual discipline needed to tame it. Our mind is like a wild and uncontrolled horse. Only through a spiritual discipline we are able to reverse our wild and uncontrolled mind, and it also helps us regain control of our own minds. If we try to practice a spiritual discipline on our minds, we are able to concentrate or to place our minds on a given wholesome or positive object, an object that will enhance our ability to focus in accordance with the Buddhist viewpoint. Then we utilize the practice of reasoning application, by recognizing the strengths and weaknesses of different types of thoughts and emotions with their advantages and disadvantages. We are able to enhance our states of mind which contribute towards a sense of

serenity, tranquillity and contentment, as well as reducing those attitudes, thoughts and emotions that lead to sufferings, afflictions and dissatisfactions. Thus there are two ways of spiritual discipline, the first one is a single-pointed meditation or tranquil abiding, and the second one is penetrative insight or reasoning application. An example of the single-pointed and the analytic meditation on the “impermanence”. If we remain single-pointedly focused on the thought that everything changes from moment to moment, that is single-pointed meditation. If we remain focus on the impermanence by constantly applying to everything we encounter with various reasonings concerning the impermanent nature of things, reinforcing our conviction in the fact of impermanence through this analytical process, we are practicing analytic meditation on impermanence. However, Buddhists should always be careful with obstacles that are always waiting for us during practicing of a spiritual discipline, such as mental scattering or distraction, drowsiness or dullness, mental laxity, and mental excitement. In short, spiritual discipline is extremely difficult to achieve, but it is not impossible for us to achieve. Devout Buddhists should practice with all their energy and sincerity.

Third, stilling the thought: Zen translates as ‘stilling the thought.’ It also means ‘thought cultivation.’ ‘Thought’ refers to investigating the meditation topic. ‘Stilling the thought’ means ‘at all times, wipe it clean, and let no dust alight.’ ‘Thought cultivation’ is done by means of raising the meditation topic in thought after thought and never forgetting it. We must think it this way: “We do it in the morning, and we also do it in the evening.’ We should apply effort within our own nature and not seek outside. If we follow after any external state, it is easy to go astray. Only states that arise from our own nature are true states. The Dharma door of ‘stilling the thought’ requires that we apply continuous, unrelenting effort, without any interruption. In our meditation, we should as concentrated as a mother-hen sitting on her eggs. Zen meditation requires determination, sincerity, and perseverance. We can not be arrogant and assume that we are higher and better than anyone else. If we have thoughts like these, that means a demon of insanity has possessed us, and our skill will never advance. When we practice meditation, we should not indulge in idle thoughts. When we have idle thoughts, we do not gain any benefit, but we waste a tremendous amount of time. Practicing meditation requires patience and perseverance. The secret of success in Zen meditation is patience, whatever we can not endure, we must still endure. If we can endure to the ultimate point, then suddenly we can penetrate through and experience the clarity of enlightenment. If we lack patience and can not endure bitterness and fatigue, then we will surrender to the states that we encounter.

Chương Bốn Mười Một
Chapter Forty-One

Tu Tập Buông Bỏ Vọng Tưởng Và Dính Mắc
Là Con Đường Dẫn Tới Trí Tuệ

Chấp thủ hay vướng mắc theo quan điểm Phật giáo bao gồm: tham, sân, phiền não, luyến ái, mê vọng, si mê, ngạo mạn, nghi ngờ, tà kiến, vân vân. Ngoài ra, trong Phật giáo Thiên tông, sự dính mắc vào văn tự ngôn ngữ cũng được xem là một trong những chướng ngại lớn trong tu tập. Theo kinh Hoa Nghiêm, đức Phật dạy: “Tất cả chúng sanh đều có bản tánh nguyên thủy của chư Phật hay đức năng và trí huệ sẵn có nơi chư Phật.” Nói cách khác, tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, tức tự tánh hay chân tánh vốn có của chúng ta cho đến bây giờ, nhưng hiện tại nó bị ngăn trở và che phủ bởi những tư tưởng mê muội, những tư tưởng dong ruổi và phân biệt cũng như những khư khư chấp trước. Vọng tưởng bao gồm một lãnh vực tư tưởng rộng lớn. Nếu chúng ta ham muốn ăn ngon, chúng ta có thực vọng tưởng. Nếu chúng ta muốn nghe tiếng du dương, chúng ta có thanh vọng tưởng. Nếu chúng ta muốn có thú vui nhục dục, chúng ta có sắc dục vọng tưởng, vân vân. Tu tập thiền định là xả bỏ mọi vọng tưởng, lấy tâm chân thật để tu tập, thì công đức ấy là vô lượng. Ngược lại, nếu chúng ta không tu tập được như vậy thì chẳng có lợi ích gì khi chỉ nói pháp suông. Trong khi đó, chấp thủ là sự bám chặt vào những đối tượng hay những ý tưởng nào đó, kết quả là từ đó phát sinh ra ái dục, vị kỷ và ganh tỵ, vân vân. Thủ là mắc xích thứ chín trong Thập nhị nhân duyên), là sự ràng buộc vào sự tồn tại. Mọi ràng buộc đã trói chặt con người vào sự tồn tại và dẫn dắt người ấy đi từ sự tái sinh này đến sự tái sinh khác. Những đối tượng ràng buộc là ngũ uẩn. Nếu căn cứ vào thập nhị nhân duyên thì ham muốn khiến chúng sanh tìm bụng mẹ và từ đó dẫn tới một cuộc luân hồi mới. Theo Đức Phật, giác ngộ không gì khác hơn là cắt đứt tất cả mọi chấp trước. Chúng ta có thể chấp trước vào con người, vào sự vật, vào những trạng thái mà chúng ta chứng nghiệm, vào những suy nghĩ của chính mình, hay những ý định từ trước của chính mình.

Cách duy nhất có thể triệt tiêu được những tư tưởng mê mờ dong ruổi và sự khư khư chấp trước này là tu tập trí huệ. Hành giả tu Phật

nên luôn nhớ rằng một cái chân trí huệ không phải là thứ có thể đạt được từ bên ngoài, chỉ do bởi chỗ chúng ta bị vô minh làm mê lầm nên không thể làm hiển lộ được tiềm năng trí huệ này mà thôi. Nếu bằng tu tập mà chúng ta có thể đoạn trừ được mê lầm thì chúng ta sẽ chứng ngộ được trí huệ vốn có vậy. Đây chính là mục đích tu tập trong Phật giáo. Theo Duy Thức Học, những vọng tưởng dấy lên chỉ là bóng dáng của lục trần. Nếu chúng ta hiểu được điều này, chúng ta có thể khước từ ngay khi chúng vừa mới xuất hiện. Thật vậy, nếu chúng ta nhất quyết giữ cho tâm trong sáng không bị vướng bận bởi tư tưởng, thì các vọng tưởng ấy tự nó tan biến. Đó là một cách tu hành hết sức đơn giản không khổ nhọc gì, chỉ cần nhận đúng như vậy là đã biết tu tập rồi. Khi chúng ta đi, đứng, ngồi, nằm, một ý nghĩ vừa khởi lên, liền biết nó là bóng dáng của vọng tưởng, liền bỏ ngay không theo nó, đó là tu tập. Chúng ta không cần phải đợi đến giờ ngồi thiền mới gọi là tu thiền. Như vậy, đối với hành giả tu Phật chân chánh, chúng ta có thể tu tập vào bất cứ giờ phút nào, và ở bất cứ nơi nào cũng gọi là tu, ở sở hay ở nhà, chỉ cần nhận chân ra chân lý. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng thật là hết sức trọng yếu để giữ cho tâm trong sáng để đạt được trí huệ và gỡ bỏ vô minh. Chúng ta phải dùng trí huệ Bát nhã để nhận chân ra rằng vọng tưởng là giả, là ảo ảnh, và chúng sẽ tan biến một cách tự nhiên.

Thế giới mà chúng ta đang sống là thế giới của dục vọng. Mọi chúng sanh được sinh ra và tồn tại như là một sự kết hợp của những dục vọng. Chúng ta được sinh ra do sự ham muốn của cha của mẹ. Khi chúng ta bước vào thế giới này chúng ta trở nên mê đắm vật chất, và tự trở thành nguồn gốc của dục vọng. Chúng ta thích thú với những tiện nghi vật chất và những khoái lạc của giác quan. Vì thế chúng ta chấp trước vào thân này, nhưng xét cho cùng thì chúng ta thấy rằng thân này là nguồn gốc của khổ đau phiền não. Vì thân này không ngừng thay đổi. Chúng ta ao ước được sống mãi, nhưng từng giờ từng phút thân xác này thay đổi từ trẻ sang già, từ sống sang chết. Chúng ta có thể vui sướng trong lúc chúng ta còn trẻ trung khỏe mạnh, nhưng khi chúng ta quán tưởng đến sự già nua bệnh hoạn, cũng như cái chết luôn đe dọa ám ảnh thì sự lo âu sẽ tràn ngập chúng ta. Vì thế chúng ta tìm cách trốn chạy điều này bằng cách né tránh không nghĩ đến nó. Tham sống và sợ chết là một trong những hình thức chấp trước. Chúng ta còn chấp trước vào quần áo, xe hơi, nhà lầu và tài sản của chúng ta nữa. Ngoài

ra, chúng ta còn chấp trước vào những ký ức liên quan đến quá khứ hoặc những dự tính cho tương lai nữa.

Theo Kinh Kim Cang, Đức Phật dạy: “Phàm cái gì có hình tướng đều là pháp hữu vi. Pháp hữu vi cũng giống như một giấc mộng, một thứ huyễn hóa, một cái bọt nước, hay một cái bóng hình, một tia điện chớp, toàn là những thứ hư vọng, không có thực chất. Hết thấy mọi thứ đều phải quán như vậy, mới có thể hiểu minh bạch lẽ chân thật, để chúng ta không chấp trước, không bị vọng tưởng quấy nhiễu.”

“Hết thấy các pháp hữu vi
Như mộng, huyễn, bào, ảnh.
Như sương, như điện chớp
Nên quan sát chúng như vậy.”

Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 18, Đức Phật dạy: “Pháp của ta là niệm mà không còn chủ thể niệm và đối tượng niệm; làm mà không còn chủ thể làm và đối tượng làm; nói mà không có chủ thể nói và đối tượng nói; tu mà không còn chủ thể tu và đối tượng tu. Người ngộ thì rất gần, kẻ mê thì rất xa. Dứt đường ngôn ngữ, không bị ràng buộc bất cứ cái gì. Sai đi một ly thì mất tức khắc.”

Cultivation on Letting Go of Deluded Thoughts & Attachments Is the Path leading to Wisdom

Attachments in Buddhist point of view: greed, anger, afflictions, love-attachment, delusion, stupidity, arrogance, doubt, improper views, and so on. Besides, in Buddhist Zen schools, an attachment to words and language is also considered one of the great obstructions in practice. According to the Flower Adornment Sutra, the Buddha taught: “All sentient beings inherently possess the original nature of the Buddhas or the virtuous abilities and innate wisdom of the Buddhas.” In other words, all sentient beings have the same Buddha nature, the same self-nature, the true self that we still have now, but which is currently obstructed and covered by our deluded thoughts, wandering and discriminatory thoughts as well as stubborn attachments. Polluted thoughts comprise a wide range of thoughts. If we are greedy for delicious food, we have polluted thoughts on food. If we wish to listen to fine sounds, we have polluted thoughts on sounds. If we wish to experience sensual pleasures, we have polluted thoughts on sensual

pleasures, and so on. If we practice meditation we can stop our idle thoughts and cultivate the Way with our true mind, then our merit and virtue will be measureless and boundless. But if we do not take time to cultivate, there is no use just talking dharma. While attachments are fixations to certain ideas or objects, as a result, we have desires, selfishness and jealousy, and so on. Attachments or clingings to existence, the ninth link in the Chain of Causation. The act of taking for one's self. All attachments that create bonds that beings to existence and drive them from rebirth to rebirth. The objects of attachment are constituted by the five skandhas. According to the Chain of Causation or Chain of Conditioned Arising, craving or attachment causes consciousness to take possession in a womb and thus instigates the arising of a new existence. According to the Buddha, becoming enlightened is nothing other than cutting off all attachments. We can become attached to either people, things, experiential states, our own thoughts, or preconceptions.

The only way that can eliminate these deluded and wandering thoughts and stubborn attachments is to cultivate wisdom. Buddhist practitioners should always remember that a real wisdom is not something we can attain externally, only because most of us have become confused through general misconceptions and therefore, are unable to realize this potential wisdom. If we can eliminate this confusion, we will realize this intrinsic part of our nature. This is the main purpose of cultivation in Buddhism. According to the Study of Mind-Only, false thoughts are simply the objects of the six senses. If we understand this, we can reject false thoughts as soon as they appear. As a matter of fact, if we are determined to keep our mind clear of any thought, false thoughts automatically disappear. This is the simplest way of practicing meditation. When we are walking, standing, sitting or lying down, whenever a thought arises, we recognize it, but do not follow it, that is practicing of meditation. We do not have to wait for the time to sit down in meditation to practice meditation. Thus, for Buddhist practitioners, we can cultivate or practice meditation at any time, anywhere, while at work or at home, just realize the truth. Buddhist practitioners should always remember that it is very crucial that we maintain a clear mind to gain wisdom and remove ignorance.

We must use our perfect wisdom to realize that delusions are false, illusory, and they will automatically disappear.

Our world is a world of desire. Every living being comes forth from desire and endures as a combination of desires. We are born from the desires of our father and mother. Then, when we emerge into this world, we become infatuated with many things, and become ourselves well-springs of desire. We relish physical comforts and the enjoyments of the senses. Thus, we are strongly attached to the body. But if we consider this attachment, we will see that this is a potential source of sufferings and afflictions. For the body is constantly changing. We wish we could remain alive forever, but moment after moment the body is passing from youth to old age, from life to death. We may be happy while we are young and strong, but when we contemplate sickness, old age, and the ever present threat of death, anxiety overwhelms us. Thus, we seek to elude the inevitable by evading the thought of it. The lust for life and the fear of death are forms of attachment. We are also attached to our clothes, our car, our storied houses, and our wealth. Besides, we are also attached to memories concerning the past or anticipations of the future.

According to the Vajra Sutra, the Buddha taught: “Anything with shape or form is considered a “dharma born of conditions.” All things born of conditions are like dreams, illusory transformations, bubbles of foam, and shadows. Like dewdrops and lightning, they are false and unreal. By contemplating everything in this way, we will be able to understand the truth, let go of attachments, and put an end to random thoughts.”

“All things born of conditions are like dreams,
Like illusions, bubbles, and shadows;
Like dewdrops, like flashes of lightning:
Contemplate them in these ways.”

According to the Sutra In Forty-Two Sections, Chapter 18, the Buddha said: “My Dharma is the mindfulness that is both mindfulness and no-mindfulness. It is the practice that is both practice and non-practice. It is words that are words and non-words. It is cultivation that is cultivation and non-cultivation. Those who understand are near to it; those who are confused are far from it indeed. The path of words and

language is cut off; it cannot be categorized as a thing. If you are off (removed) by a hair's breadth, you lose it in an instant.”

Chương Bốn Mươi Hai
Chapter Forty-Two

Trí Huệ Chân Chánh Giúp
Hành Giả Giảm Thiểu Hắc Nghiệp

Trí tuệ chân chánh là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, trong khi trí là sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Jnana là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna). Trí tuệ chân chánh sẽ giúp hành giả những bước cơ bản của đạo lộ diệt khổ hướng đến Niết Bàn. Với trí tuệ, chúng ta có ý thức thừa nhận những sai lầm của chúng ta, từ đó phát nguyện không làm những hành động đen tối trong tương lai. Quyết tâm càng mạnh mẽ thì chúng ta càng dễ dàng tránh được thói quen làm những việc tổn hại. Với trí tuệ, chúng ta đánh giá một cách chân thật những hành động mà chúng ta đã làm khiến chúng ta có thể rút tỉa được kinh nghiệm từ những sai lầm của chúng ta. Nói tóm lại, với trí tuệ chân chánh, chúng ta, những hành giả tu Phật, ít nhất có thể giảm thiểu những ác nghiệp sau đây:

Thứ nhất là Vượt Qua Sự Sân Hận: Sân hận là sự đáp lại cảm xúc đối với việc gì không thích đáng hay không công bằng. Nếu không đạt được cái mình ham muốn cũng có thể đưa đến sân hận. Sân hận liên hệ tới việc tự bảo vệ mình. Tuy nhiên, theo giáo thuyết nhà Phật thì sân hận tự biểu lộ trong nó một tư cách thô lỗ, phá mất hành giả một cách hữu hiệu nhất. Người tu tập trí tuệ luôn cố gắng vượt qua sân hận bằng cách quán rằng một con người hay con thú làm cho mình giận hôm nay có thể đã từng là bạn hay là người thân, hay có thể là cha là

mẹ của ta trong một kiếp nào đó trong quá khứ. Chính vì thế mà trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy để chế ngự sân hận, chúng ta phải phát triển lòng từ bi bằng cách thiền quán vào lòng từ bi. Theo Phật giáo, căn bản của sự sân giận thường thường là do sự sợ hãi mà ra. Vì khi chúng ta nổi giận lên thường chúng ta không còn sợ hãi điều gì nữa, tuy nhiên, đây chỉ là một loại năng lượng mù quáng. Năng lượng của sự giận dữ có tính cách tàn phá và không xây dựng được chuyện gì hết. Thật vậy, giận dữ thái quá có thể dẫn đến việc tự mình kết liễu đời mình. Vì vậy Đức Phật dạy: “Khi mình giận ai, hãy lui lại và ráng mà nghĩ đến một vài điều tốt của người ấy. Làm được như vậy, cơn giận tự nó sẽ nguôi đi.”

Thứ nhì là Vượt Qua Luyến Ái: Chấp trước từ con người mà nảy lên thứ tình yêu hay dục vọng nảy nở khi nghĩ đến người khác. Ái kiến cũng có nghĩa là tâm chấp luyến vào hình thức, trói buộc chúng ta vào dục vọng và ham muốn trần tục. Chấp thủ là những thứ làm cho chúng ta tiếp tục lăn trôi trong vòng luân hồi sanh tử. Theo Đức Phật, giác ngộ không gì khác hơn là cắt đứt tất cả mọi chấp trước. Chúng ta có thể chấp trước vào con người, vào sự vật, vào những trạng thái mà chúng ta chứng nghiệm, vào những suy nghĩ của chính mình, hay những ý định từ trước của chính mình. Trong Tứ Thánh Đế, Phật Thích Ca đã dạy rằng luyến ái là căn cội của khổ đau. Từ luyến ái nảy mầm sâu khổ và sợ hãi. Người nào thoát khỏi luyến ái thì sẽ không còn sâu khổ sợ hãi nữa. Càng luyến ái thì càng khổ đau. Theo Truyện Tiền Thân Đức Phật, có một câu chuyện về người đánh bẫy và con khỉ. Người đánh bẫy bắt con khỉ bằng cách nào? Anh ta lấy một trái dừa và khoét một lỗ nhỏ. Rồi anh ta để vài hạt đậu phộng bên trong và bên ngoài trái dừa. Chẳng bao lâu, một con khỉ sẽ đến và ăn các hạt đậu phộng trên mặt đất. Rồi nó sẽ đặt tay vào trái dừa để với tới những hạt đậu bên trong. Việc nắm các hạt đậu phộng bên trong trái dừa sẽ làm cho tay nó lớn hơn, vì vậy nó không thể lôi tay ra khỏi lỗ hổng. Nó la khóc và nổi giận, nhưng không chịu buông bỏ các hạt đậu để rút tay ra. Cuối cùng, người đặt bẫy đến và bắt nó. Chúng ta cũng giống như con khỉ trên. Chúng ta muốn thoát khổ nhưng không chịu buông bỏ các dục vọng. Theo cách này chúng ta vẫn bị mắc kẹt mãi trong vòng luân hồi sanh tử chỉ vì sự THAM LUYẾN của chính mình. Trong khi đó, luyến ái hay sự chấp trước hay trói buộc mạnh mẽ vào ái dục. Tuy nhiên, từ sự ái trước nảy lại nảy sanh ra “từ bi” là nền tảng của tình thương trong

Phật giáo. Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Như nước lũ cuống phăng những xóm làng say ngủ giữa đêm trường, tử thần sẽ lôi phăng đi những người mê muội sinh tâm ái trước những bông hoa mình vừa góp nhặt được (47). Cứ sanh tâm ái trước và tham luyến mãi không chán những bông hoa mà mình vừa góp nhặt được, đó chính là cơ hội tốt cho tử thần lôi đi (48). Người tu tập trí huệ luôn cố gắng vượt qua luyến ái bằng cách tu tập thiền định và quán tưởng rằng một người bạn hôm nay có thể trở thành kẻ thù ngày mai, do đó không có gì cho chúng ta luyến ái.

Thứ ba là Hàng Phục Ma Chương: Từ Bắc Phạn có nghĩa là “ma.” Ma vương là danh từ cổ mà dân chúng Ấn Độ dùng để ám chỉ những lực lượng tội lỗi xấu ác thường quấy nhiễu tâm hồn chúng ta. Đây chính là những động lực ma quỷ khiến cho con người quay lưng lại với việc tu tập và tiếp tục lăn trôi trong luân hồi sanh tử. Theo truyền thuyết Phật giáo về cuộc đời của Đức Phật, ma vương hiện ra ngay lúc Thái tử Tất Đạt Đa Cổ Đàm đang ngồi dưới cội cây Bồ Đề, cố ngăn cản không cho Ngài chứng ngộ Phật quả. Theo huyền thoại Phật giáo, có nhiều loại ma vương, nhưng tất cả đều với một mục đích là làm cho con người tiếp tục đi vào con đường u mê tăm tối. Chúng thường xuất hiện dưới nhiều dạng khác nhau, ngay cả dưới hình dạng của những vị A La Hán, những vị Bồ Tát, hay những vị Phật, chúng cũng thuyết pháp, nhưng thuyết tà pháp để lừa đảo chúng sanh. Theo Phật giáo, ma là những kẻ xấu ác, những chướng ngại trên bước đường tu tập. Bất cứ luyến ái, chướng ngại hay ảo tưởng nào lôi kéo sự chú tâm tu tập của mình. “Ma” tiếng Phạn gọi là mara, Tàu dịch là “sát,” bởi nó hay cướp của công đức, giết hại mạng sống trí huệ của người tu. “Ma” cũng chỉ cho những duyên phá hoại làm hành giả thối thất đạo tâm, cuồng loạn mất chánh niệm, hoặc sanh tà kiến làm điều ác, rồi kết cuộc bị sa đọa. Những việc phát sanh công đức trí huệ, đưa loài hữu tình đến niết bàn, gọi là Phật sự. Các điều phá hoại căn lành, khiến cho chúng sanh chịu khổ đọa trong luân hồi sanh tử, gọi là ma sự. Người tu càng lâu, đạo càng cao, mới thấy rõ việc ma càng hung hiểm cường thịnh. Ma vương là những ác tính tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, và các tánh độc hại khác có thể mang lại cho con người sự bất hạnh và phiền não. Ma vương, sự thử thách, kẻ giết người hay kẻ phá hoại, là hiện thân của xấu xa hay tử thần trong huyền thoại Phật giáo. Trong Phật giáo, ma vương biểu hiện dục vọng lướt thắng con người cũng như những gì

trỗi lên làm ngăn trở sự xuất hiện của thiện nghiệp cũng như sự tiến bộ trên đường giác ngộ. Ma vương là chủ nhân tầng trời dục giới (Triloka Deva) thứ sáu, có trăm tay và thường thấy cưỡi voi. Ác ma tiêu biểu cho dục vọng khống chế chúng sanh, cũng như những chướng ngại khởi lên làm trở ngại thiện căn trên bước đường tu hành giác ngộ và giải thoát. Theo Eitel trong Trung Anh Phật Học Từ Điển thì thiên ma có trăm tay, cưỡi voi, thường gửi ma nữ hay giả dạng để xúi dục kẻ xấu hay hù dọa người tốt (bậc Thánh). Tu tập trí huệ và hàng phục ma quân như Đức Phật đã làm khi Ngài vừa thành Chánh Giác (Khi Đức Phật sắp sửa thành chánh giác, Ngài ngồi ở Bồ Đề Đạo Tràng, thì có vị trời thứ sáu ở cõi dục giới hiện tướng ác ma đến thử thách Ngài bằng đủ thứ nguy hại, hoặc dùng lời ngon ngọt dụ dỗ, hoặc dùng uy lực bức hại. Tuy nhiên, đức Phật đều hàng phục được tất cả). Truyền thuyết kể rằng Phật Thích Ca bị Ma vương tấn công khi Ngài tìm cách đạt tới đại giác. Ma vương tìm cách ngăn cản Phật khi Ngài chỉ cho mọi người con đường giải thoát. Ma vương muốn ngăn cản Đức Phật không cho Ngài chỉ bày cho con người con đường giải thoát. Thoạt tiên Ma vương sai một bầy quỷ tới quấy rối, nhưng Phật không nao núng. Sau đó Ma vương bèn phái cô con gái đẹp nhất của mình đến dụ dỗ Phật, nhưng trước mắt Phật, cô gái biến thành kẻ xấu xí gớm ghiếc, nên Ma vương thừa nhận mình đã thua Phật.

Thứ tư là Khắc Phục Hoài Nghi: Hoài nghi có nghĩa là hoài nghi về mặt tinh thần. Theo quan điểm Phật giáo thì hoài nghi là thiếu khả năng tin tưởng nơi Phật, Pháp, Tăng. Nghi ngờ là chuyện tự nhiên. Mọi người đều bắt đầu với sự nghi ngờ. Người tu tập trí huệ sẽ học kinh, đọc truyện nói về những người giác ngộ, cũng như thiền quán để nhận biết chân lý và khắc phục hoài nghi. Chúng ta sẽ học được ở sự hoài nghi nhiều điều lợi lạc. Điều quan trọng là đừng đồng hóa mình với sự hoài nghi. Nghĩa là đừng chụp lấy nó, đừng bám víu vào nó. Dính mắc và hoài nghi sẽ khiến chúng ta rơi vào vòng lẩn quẩn. Thay vào đó, hãy theo dõi toàn thể tiến trình của hoài nghi, của sự băn khoăn. Hãy nhìn xem ai đang hoài nghi. Hoài nghi đến và đi như thế nào. Làm được như vậy, chúng ta sẽ không còn là nạn nhân của sự hoài nghi nữa. Chúng ta sẽ vượt ra khỏi sự nghi ngờ và tâm chúng ta sẽ yên tĩnh. Lúc bấy giờ chúng ta sẽ thấy mọi chuyện đến và đi một cách rõ ràng. Tóm lại, hãy để cho mọi sự bám víu, dính mắc của chúng ta trôi đi; chú tâm quan sát sự nghi ngờ; đó là cách hiệu quả nhất để chấm dứt

hoài nghi. Chỉ cần đơn thuần chú tâm quan sát hoài nghi, hoài nghi sẽ biết mất.

Thứ năm là Xả Bỏ Tiền Tài và Sắc Dục: Tài sản bao gồm của cải vật chất như thực phẩm, nhà cửa, đất đai, ruộng vườn, vân vân. Người tu tập trí huệ nên luôn nhớ rằng không có loài hữu tình nào, vì được tài sản thành tựu mà được sanh lên thiên thú hay Thiên giới. Đức Phật dạy trong kinh Pháp Hoa: “Nếu tiền của vật chất được kiếm ra và sử dụng cho mục đích chánh đáng thì chúng không bao giờ trở thành một trở ngại cho niềm tin và sự tu tập, nhưng nếu quá ham muốn chúng thì tâm sẽ bị lệch lạc.” Chính vì vậy, người tu tập trí huệ nên lấy của cải, quần áo, thức ăn, ruộng nương, nhà cửa, châu báu mà bố thí. Tài thí là thí của cải vật chất như thực phẩm, quà cáp, vân vân. Tài thí bao gồm nội thí và ngoại thí. Ngoại thí là bố thí kinh thành, cửa báu, vợ con... Nội thí là Bồ Tát có thể cho cả thân thể, đầu, mắt, tay chân, da thịt và máu xương của mình cho người xin. Trong khi sắc dục là sự ham muốn hấp dẫn của màu sắc hay ham muốn nhục thể hay xác thịt. Cấm tà dâm là giới thứ ba trong ngũ giới cho hàng tại gia, cấm ham muốn nhiều về sắc dục hay tà hạnh với người không phải là vợ chồng của mình. Giới thứ ba trong mười giới trọng cho hàng xuất gia trong Kinh Phạm Võng, cắt đứt mọi ham muốn về sắc dục. Người xuất gia phạm giới dâm dục tức là phạm một trong tứ đọa, phải bị trục xuất khỏi giáo đoàn vĩnh viễn. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 22, Đức Phật dạy: “Tiền tài và sắc đẹp đối với con người rất khó buông xả, giống như chút mật trên lưỡi dao, không đủ cho bữa ăn ngon, thế mà đưa trẻ liếm vào thì bị nạn đứt lưỡi.”

Thứ sáu là Loại Trừ Vọng Tưởng: Vọng tưởng bao gồm một lãnh vực tư tưởng rộng lớn. Nếu chúng ta ham muốn ăn ngon, chúng ta có thực vọng tưởng. Nếu chúng ta muốn nghe tiếng du dương, chúng ta có thanh vọng tưởng. Nếu chúng ta muốn có thú vui nhục dục, chúng ta có sắc dục vọng tưởng, vân vân. Một trong những phương cách tốt nhất để loại trừ vọng niệm là hoặc ngồi thiền, hoặc giữ một phương pháp nào đó chẳng hạn như niệm hồng danh Phật A Di Đà. Tu tập thiền định là xả bỏ mọi vọng tưởng, lấy tâm chân thật để tu tập, thì công đức ấy là vô lượng. Ngược lại, nếu chúng ta không tu tập được như vậy thì chẳng có lợi ích gì khi chỉ nói pháp suông. Theo Duy Thức Học, những vọng tưởng dấy lên chỉ là bóng dáng của lục trần. Nếu chúng ta hiểu được điều này, chúng ta có thể khước từ ngay khi chúng vừa mới xuất hiện.

Thật vậy, nếu chúng ta nhất quyết giữ cho tâm trong sáng không bị vướng bận bởi tư tưởng, thì các vọng tưởng ấy tự nó tan biến. Đó là một cách tu hành hết sức đơn giản không khổ nhọc gì, chỉ cần nhận đúng như vậy là đã biết tu Thiền rồi. Khi chúng ta đi, đứng, ngồi, nằm, một ý nghĩ vừa khởi lên, liền biết nó là bóng dáng của vọng tưởng, liền bỏ ngay không theo nó, đó là tu Thiền. Chúng ta không cần phải đợi đến giờ ngồi thiền mới gọi là tu thiền. Như vậy, đối với hành giả tu Thiền chân chánh, chúng ta có thể tu tập vào bất cứ giờ phút nào, và ở bất cứ nơi nào cũng gọi là tu, ở sở hay ở nhà, chỉ cần nhận chân ra chân lý. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng thật là hết sức trọng yếu để giữ cho tâm trong sáng để đạt được trí huệ và gỡ bỏ vô minh. Chúng ta phải dùng trí huệ Bát nhã để nhận chân ra rằng vọng tưởng là giả, là ảo ảnh, và chúng sẽ tan biến một cách tự nhiên. Bên cạnh đó, người tu tập huệ luôn thấy rằng khi vọng tưởng khởi mà chúng ta bắt chấp được thì tự nhiên chúng sẽ biến mất.

Thứ bảy là Chưởng Hủy Báng Giáo Pháp Giác Ngộ: Hủy báng kinh điển Phật giáo có nghĩa là chế nhạo những lời Phật dạy được viết lại trong kinh điển, như cho rằng những nguyên tắc ấy là giả, rằng những lời Phật dạy trong kinh điển Phật giáo hay trong Đại Thừa Phật giáo là do ma vương nói ra, vâng vâng. Loại phạm tội này không thể sám hối được. Đây là một trong mười luật nghi của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được luật nghi đại trí vô thượng. Hành giả tu tập trí huệ không bao giờ hủy báng kinh điển Phật giáo có nghĩa là chế nhạo những lời Phật dạy. Ngược lại, chúng ta nên luôn nhớ đến bốn phép nương vào để hiểu thấu Phật Pháp mà chính đức Phật đã dạy. Thứ nhất là Y pháp bất y nhân. Nương vào pháp chứ không nương vào người. Thứ nhì là Y liễu nghĩa kinh, bất y bất liễu nghĩa kinh. Nương vào kinh rõ nghĩa (viên giáo) chứ không nương vào kinh không rõ nghĩa (phân giáo). Thứ ba là Y nghĩa bất y ngữ. Nương vào nghĩa chứ không nương vào văn tự. Thứ tư là Y trí bất y thức. Nương vào trí tuệ trực giác chứ không nương vào tri thức phàm phu. Nếu có thể làm theo những điều này, chúng ta sẽ cảm thấy kinh điển là những ngọn đèn soi lối cho chúng ta trong đêm tối, mà không phải bám víu vào chúng nữa.

Thứ tám là Không Tìm Lỗi Người: Theo thói thường, thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình thì khó. Đức Phật khuyên người tu tập trí huệ không nên trốn tránh trách nhiệm về những hành động của mình bằng

cách đổ lỗi cho hoàn cảnh hay sự không may mắn. Trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta thường nhìn lên, nhìn xuống, nhìn đông, nhìn tây, nhìn bắc, nhìn nam, cố tìm lỗi người. Phật dạy rằng chúng ta nên nhìn lại chúng ta, chúng ta nên phản quang tự kỷ để tự giác ngộ lấy chính mình. Đức Phật dạy: “Khi nào chúng ta không còn thấy lỗi người hay chỉ thấy cái hay của chính mình, chừng đó chúng ta sẽ được các bậc trưởng lão nể vì và hậu bối kính ngưỡng.” Theo Kinh Pháp Cú, câu 50, Đức Phật dạy: “Chớ nên dòm ngó lỗi người, chớ nên dòm coi họ đã làm gì hay không làm gì, chỉ nên ngó lại hành động của mình, thử đã làm được gì và chưa làm được gì.”

Thứ chín là Hãy Tự Xem Xét Lấy Mình: Chúng ta, những Phật tử tu tập trí huệ, phải tự quán sát lấy mình để từ đó chúng ta có khả năng hiểu mình là ai. Hiểu thân và tâm mình bằng sự quan sát theo dõi. Trong lúc ngồi thiền, trong khi ăn uống, ngủ nghỉ, chúng ta đều biết phải làm như thế nào để giới hạn và điều hòa. Hãy sử dụng trí tuệ của chúng ta. Hành thiền không nhằm mục đích đạt được, hay để hoàn thành một cái gì cả. Chỉ cần chú tâm tỉnh thức. Toàn thể việc hành thiền của chúng ta là nhìn thẳng vào tâm mình. Khi nhìn thẳng vào tâm mình chúng ta sẽ thấy được sự khổ, nguyên nhân của khổ, và chấm dứt sự khổ. Theo Thiền sư Đại Giác (1213-1279) trong quyển Thiền và Đạo: "Thiền tập không phải là gạt bỏ những phân biệt có tính khái niệm, mà chính là để ném bỏ những quan điểm và khái niệm đã có từ trước, ném bỏ cả kinh điển và mọi thứ còn lại, và xuyên thủng những lớp bao phủ sự phát khởi của cái ngã ở đằng sau. Từ trước đến nay các bậc thánh đều quay trở vào bên trong và tìm kiếm trong cái ngã, và qua đó vượt lên trên tất cả mọi nghi hoặc. Quay lại bên trong có nghĩa là trong hai mươi bốn giờ, trong mọi hoàn cảnh, xuyên thủng qua những lớp vỏ bọc kín cái ngã của mình, càng lúc càng sâu hơn, để đi đến một nơi không thể nào diễn tả được. Chính lúc đó mọi ý nghĩ chấm dứt, mọi phân biệt dừng bật; khi mà tà kiến, vọng niệm đều biến mất mà mình không cần phải xua đuổi; khi không cần phải tìm kiếm mà chánh nghiệp và xung lực đích thực đều tự phát. Đó chính là lúc mà chúng ta có thể biết được chân lý của trái tim."

Thứ mười là Kiểm Soát Tình Cảm: Tình cảm, dù tiêu cực hay tích cực, đều vô thường (có nghĩa là không tồn tại), nhưng chúng ta không thể nói chúng ta không đếm xỉa tới tình cảm của chúng ta vì chúng vô thường. Người tu theo Phật không thể nói vì cả khổ đau lẫn hạnh phúc

đều là vô thường nên chúng ta chẳng cần tìm mà cũng chẳng cần tránh chúng. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng những tình cảm bất thiện (tiêu cực) đưa đến khổ đau, trong khi tình cảm thiện lành đưa đến hạnh phúc, và mục tiêu của Phật tử là mong đạt được hạnh phúc. Như vậy chúng ta cần phải cố gắng thể thực hiện điều tạo nên hạnh phúc và ráng loại bỏ những gì làm cho ta đau khổ. Theo đạo Phật, người tu tập trí huệ trong việc kiểm soát tình cảm không có nghĩa là đè nén hay đàn áp cảm xúc, mà là ý thức rõ ràng những tình cảm tiêu cực có hại. Nếu chúng ta không ý thức được sự tai hại của chúng thì chúng ta có khuynh hướng để cho chúng tự do bộc phát. Ngược lại, nếu chúng ta nhận rõ sự tàn hại của chúng, chúng ta sẽ xa lánh chúng một cách dễ dàng.

Thứ mười một là Loại Trừ các Dục Vọng: Chúng ta đang sống trong một thế giới vật chất, nơi mà hằng ngày chúng ta phải tiếp xúc với đủ thứ ngoại vật như hình ảnh, âm thanh, mùi vị, cảm giác, tư tưởng và ý kiến, vân vân. Từ sự tiếp xúc này mà ham muốn khởi lên. Người Phật tử nên luôn nhớ rằng lòng ham muốn không những làm mờ mịt đi sự sáng suốt của mình mà nó còn là nhân chính của sự luyến ái gây ra khổ đau phiền não và xô đẩy chúng ta tiếp tục lăn trôi trong luân hồi sinh tử. Hành giả tu tập trí huệ nên tha thiết điều phục các dục vọng và khát vọng điều phục các dục vọng trong tương lai. Người tu tập trí huệ nên quân bình tham dục bằng sự chú tâm vào đề mục bất tịnh. Dính mắc vào vóc dáng có thể là một cực đoan. Gặp trường hợp như thế chúng ta phải để tâm đến một cực đoan khác của cơ thể. Chúng ta hãy quan sát cơ thể và xem đó như một xác chết. Hãy nhìn vào tiến trình tan rã, hủy hoại của một xác chết. Cũng có thể quan sát từng bộ phận của cơ thể như tim, phổi, gan, mắt, máu, nước tiểu, mồ hôi, vân vân. Hãy nhớ lại hình ảnh của các yếu tố bất tịnh của cơ thể mỗi khi tham dục phát sanh. Làm như thế sẽ tránh khỏi tham dục quá nhiều.

Thứ mười hai là Loại Trừ Khổ Đau: “Dukkha” trong tiếng Pali (Nam Phạn) hay tiếng Sanskrit (Bắc Phạn), không có từ ngữ dịch tương đương trong Anh ngữ cho từ này, nên người ta thường dịch chữ “Dukkha” dịch sang Anh ngữ là “Suffering”. Tuy nhiên chữ “Suffering” thỉnh thoảng gây ra hiểu lầm bởi vì nó chỉ sự khốn khổ hay đau đớn cực kỳ. Cần nên hiểu rằng khi Đức Phật bảo cuộc sống của chúng ta là khổ, ý Ngài muốn nói đến mọi trạng thái không thỏa

mãn của chúng ta với một phạm vi rất rộng, từ những bức dọc nho nhỏ đến những vấn đề khó khăn trong đời sống, từ những nỗi khổ đau nát lòng chí đến những tang thương của kiếp sống. Vì vậy chữ “Dukkha” nên được dùng để diễn tả những việc không hoàn hảo xảy ra trong đời sống của chúng ta và chúng ta có thể cải hóa chúng cho tốt hơn. Đối với hành giả tu tập trí huệ, khổ đau có thể được loại bỏ bởi vì tự khổ đau không phải là bản chất cố hữu của tâm thức chúng ta. Vì khổ đau khởi lên từ vô minh hay những quan niệm sai lầm, một khi chúng ta nhận chân được tánh không hay thực tướng của vạn hữu thì vô minh hay quan niệm sai lầm không còn ảnh hưởng chúng ta nữa. Giống như khi chúng ta bật đèn lên trong một căn phòng tối; một khi đèn được bật sáng lên, thì bóng tối biến mất. Tương tự, nhờ vào trí tuệ chúng ta có thể tẩy sạch vô minh và những trạng thái nhiễu loạn trong dòng chảy tâm thức của chúng ta. Hơn nữa, trí tuệ còn giúp chúng ta tẩy sạch mọi dấu vết nghiệp lực đã và đang hiện hữu trong tâm thức chúng ta, khiến cho sức mạnh của những dấu vết này không còn có thể tác dụng và tạo quả báo cho chúng ta nữa. Sau khi nhận chân ra bộ mặt thật của đời sống, Đức Phật tự nhủ: “Ta phải thoát ly sự áp chế của bệnh hoạn, già nua và chết chóc.”

Thứ mười ba là Loại Trừ Mê Hoặc: Mê hoặc hay hư vọng là bị lừa dối hoàn toàn. Mê hoặc còn ám chỉ một niềm tin vào một điều gì đó trái với thực tại. Mặt khác, mê hoặc gợi ý rằng điều được thấy có thực tại khách quan nhưng bị giải thích lầm hay thấy sai. Theo Phật Giáo, mê hoặc là vô minh, là không biết chân tánh của vạn hữu hay ý nghĩa thật sự của sự hiện hữu. Chúng ta bị các giác quan của mình (kể cả lý trí và tư tưởng phân biệt) làm cho lầm lạc đến khi nào chúng ta khiến chúng ta chấp nhận thế giới hiện tượng như là toàn thể thực tại, trong khi thật ra nó chỉ là một khía cạnh giới hạn và phù du của thực tại, và tác động tựa hồ như là ở bên ngoài đối với chúng ta, trong khi nó chính là phản ảnh của chính chúng ta. Điều này không có nghĩa là thế giới tương đối không có thực thể gì cả. Khi các vị thầy nói rằng tất cả mọi hiện tượng đều là hư vọng, các thầy muốn nói rằng so với tâm, thì thế giới do giác quan nhận biết chỉ là một khía cạnh giới hạn và phiến diện của chân lý, cũng giống như là mộng ảo mà thôi. Khi chúng ta không thấy được thực chất của sự vật thì cái thấy của chúng ta luôn bị che lấp trong đám mây mù mê hoặc. Bởi những ưa thích và ghét bỏ của mình làm cho mình không thấy rõ các căn và trần (những đối tượng của các

căn) một cách khách quan trong bối cảnh thật sự của nó. rồi từ đó chạy theo rượt bắt những ảo cảnh, ảo tưởng, ảo giác và những gì giả tạo phỉnh lừa ta. Giác quan của chúng ta bị lầm lạc và dẫn chúng ta đi sai nẻo. Chúng ta không thấy sự vật trong ánh sáng của thực tế, vì thế phương cách mà chúng ta nhìn sự vật bị sai lạc. Tâm mê hoặc lầm tưởng cái không thật là thật, thấy cái bóng bay qua ta ngỡ đó là cái gì có thực chất và trường tồn vĩnh cửu, kết quả là tâm thần của chúng ta bị bán loạn mù mờ, xung đột, bất hòa, và triển miên đau khổ. Khi chúng ta bị kẹt trong tình trạng mê hoặc thì từ nhận thức, suy tư và hiểu biết của chúng ta đều không đúng. Chúng ta luôn thấy trường tồn vĩnh cửu trong những sự vật vô thường tạm bợ, thấy hạnh phúc trong đau khổ, thấy có bản ngã trong cái vô ngã, thấy đẹp đẽ trong cái đúng ra phải dứt bỏ khước từ. Chúng ta cũng suy tư và hiểu biết lầm lạc như thế ấy. Chúng ta bị mê hoặc bởi bốn lý do: chính giác quan của chúng ta, lối suy tư không khôn ngoan, sự chú ý không có hệ thống, và không nhìn thấy rõ bản chất thật sự của thế gian này. Đức Phật đề nghị hành giả tu tập trí huệ nên dùng chánh kiến để loại trừ những mê hoặc và giúp chúng ta nhận chân ra bản chất thật sự của vạn hữu. Một khi chúng ta thật sự hiểu biết rằng vạn sự vạn vật đều phải biến đổi trên thế giới và vũ trụ này, chắc chắn chúng ta sẽ không bao giờ muốn lệ thuộc vào bất cứ thứ gì nữa.

Thứ mười bốn là Loại Trừ Chương Ngại và Phiền Não: Phiền não là chương ngại (sự trói buộc bởi phiền não gồm có tham, sân, hôn trầm thù miên, trạo cử và nghi hoặc). Trong Phật giáo, chương ngại là những tham dục hay mê mờ làm trở ngại sự giác ngộ. Chương ngại mà bất cứ Phật tử nào cũng đều phải vượt qua. Phiền não bao gồm những lo toan trần tục, nhục dục, đam mê, ước muốn xấu xa, khổ đau và đôn đau từ cái nhìn sai lầm về thế giới. Trong bốn đại nguyện, hành giả tu thiền nguyện triệt tiêu những đam mê làm trở ngại sự thành đạt đại giác. Phiền não cũng có nghĩa là nỗi đau đớn, ưu phiền, khổ sở hay tai ách. Con đường của cám dỗ và dục vọng sanh ra ác nghiệp (đây chính là khổ đau và ảo tưởng của cuộc sống), là nhân cho chúng sanh lăn trôi trong luân hồi sanh tử, cũng như ngăn trở giác ngộ. Muốn giác ngộ trước tiên con người phải cố gắng thanh lọc tất cả những nhơ bẩn này bằng cách thường xuyên tu tập thiền định. Do phiền não tham sân si mà tạo ra nghiệp thiện ác. Vì đã có các nghiệp thiện ác mà phải cảm nhận các quả khổ vui của ba cõi, rồi thân phải chịu cái khổ quả đó tiếp

tục tạo ra nghiệp phiền não. Các phiền não như tham, sân, si thì gọi là hoặc; những việc làm thiện ác y vào cái hoặc này gọi là nghiệp; lấy nghiệp này làm nhân sinh tử niết bàn gọi là khổ. Kỳ thật, đối với người tu tập trí huệ, sau một thời gian dài tu tập thiền định, sẽ nhìn được thấu suốt và nhận ra rằng phiền não và bồ đề là hai mặt của đồng tiền, không thể tách rời cái này ra khỏi cái kia. Khi chúng ta nhận biết rằng phiền não không có tự tánh, chúng ta sẽ không vướng mắc vào bất cứ thứ gì và ngay tức khắc, phiền não đã biến thành Bồ đề (khi biết vô minh trần lao tức là bồ đề, thì không còn có tập để mà đoạn; sinh tử tức niết bàn, như thế không có diệt để mà chứng). Đối với hành giả tu tập trí huệ, với sự diệt trừ các lậu hoặc, sau khi tự mình chứng tri với thượng trí, vị ấy chứng đạt và an trú ngay trong hiện tại, tâm giải thoát, tuệ giải thoát không có lậu hoặc. Bên cạnh đó, người tu tập trí huệ còn có năm bảy cách căn bản hàng phục phiền não: Thứ nhất là hàng phục phiền não bằng tâm bằng cách đi sâu vào thiền quán hay niệm Phật. Thứ nhì là hàng phục phiền não bằng quán chiếu sự bất tịnh, vô thường và vô ngã của vạn vật. Thứ ba là hàng phục phiền não bằng cách rời bỏ hiện trường. Thứ tư là hàng phục phiền não bằng cách sám hối nghiệp chướng qua tụng kinh niệm chú. Thứ năm là hàng phục phiền não bằng quán chiếu nguyên lý của vạn hữu. Khi vọng tâm khởi lên mà tâm không thể điều phục được bằng thiền quán hay niệm Phật thì chúng ta nên tiến tới bước kế tiếp bằng cách quán sát nguyên lý của vạn hữu. Khi nào phiền não của những ham muốn phát triển thì chúng ta nên quán pháp bất tịnh, khổ, không và vô ngã. Khi nào sân hận khởi lên thì chúng ta nên quán từ bi, vị tha và tánh không của vạn pháp. Thứ sáu là hàng phục phiền não bằng cách quán sát hiện tượng. Khi thiền quán, niệm Phật và quán sát không có hiệu quả cho một số người nặng nghiệp, hành giả có thể dùng phương cách rời bỏ hiện tượng, nghĩa là rời bỏ hiện trường. Khi chúng ta biết rằng cơn giận hay cơn gây gổ sắp sửa bùng nổ thì chúng ta nên rời hiện trường và từ từ nhấp nước lạnh vào miệng (uống thật chậm) để làm dịu chính mình.

Thứ mười lăm là Loại Trừ Tham, Sân, Si và Sợ Hãi: Ba thứ độc hại: tham, sân, và si. Tam độc còn được gọi là Tam Cấu hay Tam Chướng, là ba thứ độc hại hay ba món phiền não lớn. Đây là những thứ ác căn bản gắn liền trong đời sống khởi sanh đau khổ. Phiền não có rất nhiều, nói rộng thì đến 84 ngàn, nói hẹp thì có 10 loại phiền não gốc, trong đó có tam độc tham sân si. Tam Độc Tham, Sân, Si chẳng những

gây phiền chuốc não cho ta, mà còn ngăn chặn không cho chúng ta hưởng được hương vị thanh lương giải thoát. Loại trừ tham, sân, si và sợ hãi, vì biết điều phục tự tâm là một trong mười hạnh tu của chư Đại Bồ Tát. Chư Đại Bồ Tát an trụ trong những pháp này thời đạt được hạnh bất lai bất khứ bất lai của chư Phật. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng chỉ có trí huệ thật sự mới có thể giúp chúng ta giảm thiểu ba thứ hắc nghiệp tham-sân-si.

Thứ mười sáu là Buông Xả: Giáo pháp căn bản của nhà Phật là phải trấn tĩnh kèm cột tâm viên ý mã. Khi buồn ngủ thì tìm chỗ yên tĩnh, tắt đèn và nằm xuống nghỉ ngơi cả thân lẫn tâm. Trong đạo Phật, chúng ta thường nghe nói về buông xả và không bám víu vào thứ gì. Như vậy Đức Phật muốn dạy gì về buông xả? Ngài muốn nói trong cuộc sống hằng ngày không cách chi mà chúng ta buông mọi vật mọi việc. Chúng ta phải nắm giữ sự việc, tuy nhiên đừng cố bám víu vào chúng. Thí dụ như chúng ta phải làm ra tiền cho chi tiêu trong đời sống, nhưng không bám víu vào việc làm ra thật nhiều tiền mà bất chấp đến việc làm ra tiền bằng cách nào. Hành giả tu tập trí huệ làm bất cứ việc gì cũng nên luôn luôn làm với cái tâm xả bỏ. Đừng nên kỳ vọng sự đền đáp hay tán dương. Nếu chúng ta xả bỏ một ít, chúng ta sẽ có một ít bình an. Nếu chúng ta xả bỏ được nhiều, chúng ta sẽ có nhiều bình an. Nếu chúng ta xả bỏ hoàn toàn, chúng ta sẽ được bình an hoàn toàn.

A Real Wisdom Helps Practitioners Reducing Evil Karmas

A real wisdom is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, while prajna is the strength of intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. Jnana is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate

into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Aryajnana. A real wisdom will help practitioners with essential steps of the path to the removal of suffering. With wisdom, we recognize and admit our errors; then we determine not to do those negative actions in the future. The stronger our determination, the easier it will be to avoid habitually acting destructively. With wisdom, we can have an honest assessment of our actions and enables us to learn from our mistakes. In summary, with a real wisdom, we, Buddhist practitioners, can at least reduce the following evil karmas:

First, Overcome Anger: Anger is an emotional response to something that is inappropriate or unjust. If one does not obtain what one is greedy can lead to anger. Anger is an emotion involved in self-protection. However, according to Buddhist doctrines, anger manifests itself in a very crude manner, destroying the practitioner in a most effective way. Those who cultivate wisdom always try to overcome anger through contemplating that a person or an animal which causes us to be angry today may have been our friend, relative or even our father or mother in a certain previous life. Thus, according to the Buddha's teachings in the Dharmapada Sutra, to subdue anger and resentment, we must develop a compassionate mind by meditating on loving kindness, pity and compassion. According to Buddhism, the basis of anger is usually fear for when we get angry we feel we are not afraid any more, however, this is only a blind power. The energy of anger, if it's not so destructive, it may not be of any constructive. In fact, extreme anger could eventually lead us even to taking our own life. Thus the Buddha taught: "When you are angry at someone, let step back and try to think about some of the positive qualities of that person. To be able to do this, your anger would be reduced by its own."

Second, Overcome Attachments: Attachment or Love growing from thinking of others. Love also means the mind of affection attached to forms, which binds us with the ties of worldly passions and desires. Attachments are what keep us continuing the cycle of rebirth. According to the Buddha, becoming enlightened is nothing other than cutting off all attachments. We can become attached to either people, things, experiential states, our own thoughts, or preconceptions. In the Four Noble Truths, Buddha Sakyamuni taught that attachment to self is

the root cause of suffering. From attachment (craving) springs grief and fear. For him who is wholly free from attachment, there is no grief and much less fear. The more attachments one has, the more one suffers. According to the Buddha Birth Story, there is a story about the Trapper and the Monkey. How does a trapper catch a monkey? He takes a coconut and makes a small hole in it. He then puts some peanuts inside and outside the coconut. Before long, a monkey will come and eat the peanuts on the ground. Then he will put his hand in the coconut to reach the peanuts inside. Holding the peanuts makes his hand bigger, so now he cannot pull it out through the hole. He cries and gets angry, but will not open his hand and let the peanuts go. Finally, the trapper comes and catches him. We are like the monkey. We want to be free from suffering, but we will not let go our desires. In this way we remain caught in Samsara because of our own ATTACHMENTS. While the attachment of love is the strong bondage of desire. However, from this bond of love also arises pity, which is fundamental to Buddhism. In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: Death carries off a man who gathers flowers of sensual pleasures, whose mind is distracted, as a great flood sweeps away a sleeping village (Dharmapada 47). The destroyer brings under his way the man who gathers flowers of sensual pleasures, whose mind distracted, and who is insatiate in his desires (Dharmapada 48). Those who cultivate wisdom always try to overcome attachments through meditating or contemplating that a friend today may become an enemy tomorrow and therefore, there is nothing for us to attach to.

Third, Overcome Demons: A Sanskrit term for “demon.” Mara, an ancient Indian term, implied the evil forces that disturb our minds. These are demonic forces that cause human beings to turn away from Buddhist practice and continue to flow in the cycle of births and deaths. According to Buddhist legends of Sakyamuni Buddha’s life, mara appears to Siddhartha Gautama as he sits under the Bodhi Tree and tries to prevent him from attaining Buddhahood. According to Buddhist mythology, there are many different kinds of maras, but they have the same goal: to tempt people to continue to tread on the ignorant path. They usually appear in many different forms of Arhats, Bodhisattvas, or even Buddhas. They also preach, but they preach false teachings to deceive people. According to Buddhism, mara means disembodied

spirit, devil, evil being, hallucinations, obstacles to cultivation, any attachment or obsession, anything that obstructs wisdom, or any delusion or force of distraction. Three types of demons. “Demons” are called “mara” in Sanskrit. In Chinese, the word has connotation of “murderer” because demons usually plunder the virtues and murder the wisdom-life of cultivators. “Demons” also represent the destructive conditions or influences that cause practitioners to retrogress in their cultivation. Demons can render cultivators insane, making them lose their right thought, develop erroneous views, commit evil karma and end up sunk in the lower realms. These activities which develop virtue and wisdom and lead sentient beings to Nirvana are called Buddha work. Those activities which destroy good roots, causing sentient beings to suffer and revolve in the cycle of Birth and Death, are called demonic actions. The longer the practitioner cultivates, and the higher his level of attainment, the more he discovers how wicked, cunning and powerful the demons are. Mara is our greed, hatred, ignorance, pride, doubt, wrong views, evil views and all the other poisons bringing people unhappiness and grief. The temper, the murder, the destruction, or the personification of evil or death in Buddhist mythology. In Buddhism, Mara symbolizes the passions that overwhelm human beings as well as everything that hinders the arising of the wholesome roots and progress on the path of enlightenment. Mara is the lord of the sixth heaven of the desire realm and is often depicted with a hundred arms, riding on an elephant. Evil mara is the Evil One, the Temper, the God of lust, sin and death, symbolizes the passions that overwhelmed human beings as well as everything that hinders the arising of the wholesome roots and progress on the path of salvation and enlightenment. According to Eitel in *The Dictionary of Chinese-English Buddhist Terms*, a deva often represented with a hundred arms and riding on an elephant. He often sends his daughter, or assumes monstrous forms, or inspires wicked men, to seduce or frighten the saints. To cultivate the wisdom to overcome demons, e.g. as the Buddha did at his enlightenment. According to legend, the Buddha Sakyamuni was attacked by Mara as he was striving for enlightenment. Mara wanted to prevent him from showing men the way that liberates them from suffering. Mara first called up a crowd of demons, but Sakyamuni did not fear them. Then he sent his most beautiful daughter

to seduce Sakyamuni, but before the Buddha's eyes she turned into an ugly hag, where upon Mara admitted conclusive defeat.

Fourth, Overcome Doubts: Doubt signifies spiritual doubt, from a Buddhist perspective the inability to place confidence in the Buddha, the Dharma, the Sangha, and the training. Doubting is natural. Everyone starts with doubts. Those who cultivate wisdom will study scriptures, read stories of enlightened ones, as well as contemplate to perceive the truth and overcome doubts. We can learn a great deal from them. What is important is that we do not identify with our doubts. That is, do not get caught up in them, letting our mind spin in endless circles. Instead, watch the whole process of doubting, of wondering. See who it is that doubts. See how doubts come and go. Then we will no longer be victimized by our doubts. We will step outside of them, and our mind will be quiet. We can see how all things come and go. Let go of our doubts and simply watch. This is how to end doubting.

Fifth, Renounce Wealth and Sex: Wealth includes material goods such as food, houses, land, rice fields, and so on. Those who cultivate wisdom should always remember that no beings arise in a happy, heavenly state after death because of the gain of wealth. The Buddha taught in the Lotus Sutra: "If money or material things are sought and used for the right purpose, they never become an obstacle to faith and cultivation, but an excessive desire for them warps one's mind." Thus, those who cultivate wisdom should practice giving of goods (or donating material goods such as flesh, food, meat, prey, gift, etc). Giving of wealth includes both outer and inner wealth. The outer wealth refers to one's kingdom and treasures, one's wife and sons. The inner wealth, on the other hand, refers to one's own body, head, eyes, brains and marrow, skin, blood, flesh and bones. All can be given to others. While sexual desire means the sensual attraction of colour or sexual desire. In Buddhist point of view, no desire is as deep-rooted as sex. Not to commit sexual misconduct is the third commandment of the five basic commandments for lay people, and the third precept of the ten major precepts for monks and nuns in the Brahma Net Sutra. Monks or nuns who commit this offence will be expelled from the Order forever. According to the Sutra In Forty-Two Sections, Chapter 22, the Buddha said: "People who cannot renounce wealth and sex are like

small children who, not satisfied with one delicious helping, lick the honey off the blade of the knife and in doing so, cut their tongues.”

Sixth, Get rid of Deluded Thoughts: Deluded or polluted thoughts comprise a wide range of thoughts. If we are greedy for delicious food, we have polluted thoughts on food. If we wish to listen to fine sounds, we have polluted thoughts on sounds. If we wish to experience sensual pleasures, we have polluted thoughts on sensual pleasures, and so on. One of the best methods to get rid of deluded thoughts is either meditation to obtain concentration or just keep one method such as reciting the name of Amitabha Buddha. If we practice meditation we can stop our idle thoughts and cultivate the Way with our true mind, then our merit and virtue will be measureless and boundless. But if we do not take time to cultivate, there is no use just talking dharma. According to the Study of Mind-Only, false thoughts are simply the objects of the six senses. If we understand this, we can reject false thoughts as soon as they appear. As a matter of fact, if we are determined to keep our mind clear of any thought, false thoughts automatically disappear. This is the simplest way of practicing meditation. When we are walking, standing, sitting or lying down, whenever a thought arises, we recognize it, but do not follow it, that is practicing of meditation. We do not have to wait for the time to sit down in meditation to practice meditation. Thus, for Zen practitioners, we can practice Zen at any time, anywhere, while at work or at home, just realize the truth. Zen practitioners should always remember that it is very crucial that we maintain a clear mind to gain wisdom and remove ignorance. We must use our perfect wisdom to realize that delusions are false, illusory, and they will automatically disappear. Besides, those who cultivate wisdom should always see that if we are able to disregard when false thoughts arise, they will naturally vanish.

Seventh, Not to Slander any Enlightening Teachings: Slandering the Buddhist sutras means ridiculing Buddhist theories taught by the Buddha and written in the sutras, i.e., saying that the principles in the Buddhist sutras are false, that the Buddhist and Great Vehicle sutras were spoken by demon kings, and so on. This sort of offense cannot be pardoned through repentance. Should not slander any enlightening teachings. This is one of the ten kinds of rules of behavior of great enlightening beings. Enlightening beings who abide by these can attain

the supreme discipline of great knowledge. Practitioners who cultivate wisdom should never slander the Buddhist sutras nor ridicule Buddhist theories taught by the Buddha. On the contrary, we should always remember the four basic principles which the Buddha himself taught for thorough understanding Buddhism. First, relying on the teaching, not on the person or trust in the Law, not in men. Relying in on the teaching, not merely on any persons (relying on the teaching and not on the person who teaches it). Second, rely on the complete teaching, not on the partial teaching, trust in sutras containing ultimate truth, not incomplete one. Relying on the sutras that give ultimate teachings, not on those which preach expedient teachings (relying on discourses of definitive meaning, not on discourses of interpretable meaning). Third, relying on the meaning, not on the letter. Trust in truth, not in words (letters). Relying on the true meaning or spirit of Dharma statement in sutra, not merely on the words of the statement (relying on the meaning of the teaching and not on the expression). Fourth, rely on knowledge, not on conditioned consciousness. Trust in wisdom growing out of eternal truth and not in illusory knowledge. Relying on intuitive wisdom, not on intellectual or normal understanding (relying on intuitive wisdom and not on normal consciousness). If we can follow these, we can see that scriptural texts are lamps that help us pass through a dark night, without any attachment to them.

Eighth, Not to Look for Faults in Others: As in usual life, easy seen are others' faults; hard indeed to see one's own faults. The Buddha advised those who cultivate wisdom not evade self-responsibility for our own actions by blaming them on circumstances or unluckiness. In daily life, always look above, look below, look to the east or to the west, to the north or to the south and so on to try to find faults in others. Buddha taught that we should look into ourselves, we should reflect the light of awareness inwardly to become enlightened. The Buddha taught: "When we do not see others' mistakes or see only our own rightness, we are naturally respected by seniors and admired by juniors." According to the Dharmapada, sentence 50, the Buddha taught: "Let not one look on the faults of others, nor things left done and undone by others; but one's own deeds done and undone."

Ninth, Examine Ourselves: We, practitioners who cultivate wisdom, must examine ourselves so that we are able to know who we are.

Know our body and mind by simply watching. In sitting, in sleeping, in eating, know our limits. Use wisdom. The practice is not to try to achieve anything. Just be mindful of what is. Our whole meditation is to look directly at the mind. We will be able to see suffering, its cause, and its end. According to Zen Master Daikaku in *Zen and the Way*: "Zen practice is not clarifying conceptual distinctions, but throwing away one's preconceived views and notions and the sacred texts and all the rest, and piercing through the layers of coverings over the spring of self behind them. All the holy ones have turned within and sought in the self, and by this went beyond all doubt. To turn within means all the twenty-four hours and in every situation, to pierce one by one through the layers covering the self, deeper and deeper, to a place that cannot be described. It is when thinking comes to an end and making distinctions ceases, when wrong views and ideas disappear of themselves without having to be driven forth, when without being sought the true action and true impulse appear of themselves. It is when one can know what is the truth of the heart."

Tenth, Control Emotions: Emotions, negative or positive, are impermanent (they would not last), but we cannot say we don't care about our emotions because they are impermanent. Buddhists cannot say both suffering and happiness are impermanent so we need not seek nor avoid them. We all know that negative emotions lead to suffering, whereas positive ones lead to happiness, and the purpose of all Buddhists is to achieve happiness. So should try to achieve things that cause happiness, and whatever causes suffering we should deliberately avoid. In Buddhism, those who cultivate wisdom in controlling emotions does not mean a repression or suppression of emotions, but to recognize that they are destructive and harmful. If we let emotions simply come and go without checking them, we will have a tendency to be prone to emotional outbursts. In the contrary, if we have a clear recognition of their destructive potential, we can get rid of them easily.

Eleventh, Get rid of Desires: We are living in a material world where we must encounter all kinds of objects such as sights, sounds, tastes, sensations, thoughts and ideas, etc. Desire arises from contact with these pleasing objects. Buddhists should always remember that "Desire" not only obscures our mind, but it is also a main cause of grasping which causes sufferings and afflictions, forces us to continue

to wander in the samsara. Practitioners who cultivate wisdom should be keenly anxious to get rid of desires, and want to persist in this. Those who cultivate wisdom should balance lust through contemplation of loathsomeness. Attachment to bodily form is one extreme, and one should keep the opposite in mind. Examine the body as a corpse and see the process of decay, or think of the parts of the body, such as lungs, spleen, fat, feces, and so forth. Remembering these and visualizing the loathsome aspects of the body will free us from lust.

Twelfth, Elimination of Suffering: There is no equivalent translation in English for the word “Dukkha” in both Pali and Sanskrit. So the word “Dukkha” is often translated as “Suffering”. However, this English word is sometimes misleading because it connotes extreme pain. When the Buddha described our lives as “Dukkha”, he was referring to any and all unsatisfactory conditions. These range from minor disappointments, problems and difficulties to intense pain and misery. Therefore, Dukkha should be used to describe the fact that things are not completely right in our lives and could be better. For practitioners who cultivate wisdom, suffering can be eliminated because suffering itself isn’t the intrinsic nature of our minds. Since suffering arises from ignorance or misconception, once we realize emptiness, or the nature of things as they are, ignorance or misconception no longer influences us. It’s like turning a light on in a dark room, once the light is on, the darkness vanishes. Similarly, wisdom can help us cleanse ignorance and disturbing attitudes from our minds forever. In addition, wisdom cleanses the karmic imprints currently on our minds, so they won’t bring results. After perceiving the true picture of life, the Buddha said to himself: “I must get rid of the oppression of disease, old age and death.”

Thirteenth, Eliminating Perversions (Eliminating deluded and confused): Eliminating deceived in regard to reality—Delusion also implies a belief in something that is contrary to reality. Illusion, on the other hand, suggests that what is seen has objective reality but is misinterpreted or seen falsely. In Buddhism, delusion is ignorance, an unawareness of the true nature of things or of the real meaning of existence. We are deluded or led astray by our senses (which include the intellect and its discriminating thoughts) insofar as they cause us to accept the phenomenal world as the whole of reality when in fact it is

but a limited and ephemeral aspect of reality, and to act as though the world is external to us when in truth it is but a reflection of ourselves. This does not say all phenomena are illusory, they mean that compared with Mind itself the world apprehended by the senses is such a partial and limited aspect of truth that it is dreamlike. When we fail to see the true nature of things our views always become clouded. Because of our likes and dislikes, we fail to see the sense organs and sense objects objectively and in their proper perspective and go after mirages, illusions and deceptions. The sense organs delude and mislead us and then we fail to see things in their true light as a result of which our way of seeing things becomes perverted. The delusion of mind mistakes the unreal for the real, the passing shadows for permanence, and the result is confusion, conflict, disharmony and perpetual sorrow. When we are caught up in these illusions, we perceive, think and view things incorrectly. We perceive permanence in the impermanence; pleasure in pain; self in what is not self; beauty in repulsive. We think and view in the same erroneous manner. We are perverted for four reasons: our own senses, unwise reflection, unsystematic attention, failure to see true nature of this world. The Buddha recommended those who practice wisdom to utilize right understanding or insight to remove these illusions and help us recognize the real nature of all things. Once we really understand that all things are subject to change in this world without any exception, we will surely want to rely on nothing.

Fourteenth, Elimination of All Hindrances and Afflictions: In Buddhism, hindrances mean the passions or any delusions which hinder enlightenment. Hindrances that any Buddhist must overcome before achieving enlightenment. Afflictions include worldly cares, sensual desire, passions, unfortunate longings, suffering, pain that arise out of a deluded view of the world. In the four great vows, an adherent of Zen vows to eliminate these passions which obstruct the path to the attainment of enlightenment. Affliction also means suffering (pain), sorrow, distress, or calamity. Affliction includes delusion, moral faults, passions, and wrong belief. The way of temptation or passion which produces bad karma (life's distress and delusion), cause one to wander in the samsara and hinder one from reaching enlightenment. In order to attain enlightenment, the number one priority is to eliminate these defilements by practicing meditation on a regular basis. The suffering

arising out of the working of the passions, which produce good or evil karma, which in turns results in a happy or suffering lot in one of the three realms, and again from the lot of suffering (or mortality) arises the karma of the passions. The pains arising from a life of illusion, such as greed, hatred, ignorance. As a matter of fact, for those who cultivate wisdom, after practicing meditation for a long period of time, will be able to see through and realize that afflictions are inseparable from Buddhahood. Afflictions and Buddhahood are considered to be two sides of the same coin. When we realize that afflictions in themselves can have no real and independent existence, at that very moment, afflictions are bodhi without any difference. For those who cultivate wisdom, by realizing for oneself with direct knowledge, one here and now enters upon and abides in the deliverance of mind and deliverance by wisdom that are taintless with the destruction of the taints. Besides, there are several basic ways for those who cultivate wisdom to subdue afflictions: First, subduing afflictions with the mind by going deep into meditation or Buddha recitation. Second, subduing afflictions by visualizing the principles of impurity, suffering, impermanence and no-self. Third, subduing afflictions by leaving the scene and slowly sip a glass of water to cool ourselves down. Fourth, subduing afflictions with repentance and recitation sutras, mantras, or reciting the noble name of Amitabha Buddha. Fifth, subduing afflictions with noumenon. When deluded thoughts arise which cannot be subdued with mind through meditation or Buddha recitation, we should move to the next step by visualizing principles. Whenever afflictions of greed develops, we should visualize the principles of impurity, suffering, impermanence and no-self. When anger arises, we should visualize the principles of compassion, forgiveness and emptiness of all dharmas. Sixth, subduing afflictions with phenomena. When meditation, Buddha recitation and Noumenon don't work for someone with heavy karma, leaving phenomena (external form/leaving the scene) can be used. That is to say to leave the scene. When we know that anger or quarrel is about to burst out, we can leave the scene and slowly sip a glass of water to cool ourselves down.

Fifteenth, Get rid of Greed-Anger-Ignorance and Fear: Three Poisons: greed, anger, and ignorance. Three defilements are also called three sources of all passions and delusions. The fundamental

evils inherent in life which give rise to human suffering. The three poisons are regarded as the sources of all illusions and earthly desires. They pollute people's lives. Men worry about many things. Broadly speaking, there are 84,000 worries. But after analysis, we can say there are only 10 serious ones including the three evil roots of greed, hatred, and delusion. Three poisons of greed, hatred and ignorance do not only cause our afflictions, but also prevent us from tasting the pure and cool flavor of emancipation (liberation). Getting rid of covetousness, anger, delusion, and fear, by taming their own minds is one of the ten kinds of action of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these can achieve the action of Buddhas that has no coming or going. Buddhist practitioners should always remember that only a real wisdom can help us reduce the three evil karmas of greed-anger-ignorance.

Sixteenth, Letting Go: A basic teaching of the Buddha on how to calm and rein in the "monkey" mind. When we feel asleep, just lie down in a quiet place, put the lights out and let go our minds and bodies. In Buddhism, we have always been hearing about letting go and not clinging to anything. What does the Buddha mean on letting go? He means in daily activities, no way we can let go everything. We have to hold on things; however, try not to cling to them. For example, we try to make money for our living expenses, but not try to cling on making a lot of money to accumulate regardless of the means of making the money. Practitioners who cultivate wisdom always do everything with a mind that lets go. Do not expect any praise or reward. If we let go a little, we will have a little peace. If we let go a lot, we will have a lot of peace. If we let go completely, we will know complete peace and freedom.

Chương Bốn Mười Ba
Chapter Forty-Three

Vai Trò Của Giới-Định-Huệ
Trong Tu Tập Phước Huệ Song Hành

Tổng Quan Và Ý Nghĩa Của Giới-Định-Huệ: Giới-Định-Huệ là ba phần học của hàng vô lậu, hay của hạng người đã dứt được luân hồi sanh tử. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng trong Phật giáo, không có phép gọi là tu hành nào mà không phải trì giới, không có pháp nào mà không có giới. Giới như những chiếc lồng nhốt những tên trộm tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Định là phép luyện cho tâm được định tĩnh. Tương tự như “giới,” trong Phật giáo, không có phép gọi là tu hành nào mà không tu luyện cho tâm định tĩnh. Huệ là phép tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí tuệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm này và chấm dứt khổ đau phiền não. Nếu chúng ta không trì giới thì chúng ta có thể tiếp tục gây tội tạo nghiệp; thiếu định lực chúng ta không có khả năng tu đạo; và kết quả chẳng những chúng ta không có trí tuệ, mà chúng ta còn trở nên ngu độn hơn. Vì vậy người tu Phật nào cũng phải có tam vô lậu học này.

Giới cốt yếu là giữ tất cả những giới luật đã được Đức Phật thiết lập cho sự ổn định tinh thần của các đệ tử của Ngài. Giới giúp loại bỏ những ác nghiệp. Định là phép tu tập nhờ đó người ta đi đến yên tịnh. Định giúp làm yên tĩnh những nhiễu loạn tinh thần. Huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách khác, Huệ hay Bát Nhã là năng lực thâm nhập vào bản tánh của tự thể và đồng thời nó cũng là chân lý được cảm nghiệm theo cách trực giác. Giới luật giúp thân không làm ác, định giúp lắng đọng những xao trộn tâm linh, và tuệ giúp loại trừ ảo tưởng và chứng được chân lý. Nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của tri thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của

đời sống tự tác chủ. Đương nhiên, Giới Định Huệ rất cần thiết cho Phật tử. Nhưng sau Đức Phật, Tam Học dần dần bị chia thành ba đề tài riêng rẽ: những người tuân giữ giới luật trở thành những Luật sư; các hành giả tham thiền nhập định trở thành những Thiền sư; những người tu Bát Nhã (tu huệ) trở thành những triết gia hay những nhà biện chứng.

Nói chung, giới hình thành nền móng của sự tiến triển trên con đường chánh đạo. Nội dung của giới hạnh trong Phật giáo bao gồm cả chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng. Giới luật trong Phật giáo có rất nhiều và đa dạng, tuy nhiên, nhiệm vụ của giới luật chỉ có một. Đó là kiểm soát những hành động của thân và khẩu, cách cư xử của con người, hay nói khác đi, là để thanh tịnh lời nói và hành vi của họ. Tất cả những điều học được ban hành trong đạo Phật đều dẫn đến mục đích chánh hạnh này. Tuy nhiên, giới luật tự thân nó không phải là cứu cánh, mà chỉ là phương tiện, vì nó chỉ hỗ trợ cho định (samadhi). Định ngược lại là phương tiện cho sự thu thập trí tuệ, và chính trí tuệ này lần lượt dẫn đến sự giải thoát của tâm, mục tiêu cuối cùng của đạo Phật. Do đó, Giới, Định và Tuệ là một sự kết hợp hài hòa giữa những cảm xúc và tri thức của con người. Thiền sư Đôn Đôn Đại Nhãn viết trong quyển 'Trở Về Với Sự Tĩnh Lặng': "Tam Bảo trong Phật giáo 'Đệ tử nguyện quy-y Phật, nguyện quy-y Pháp, nguyện quy-y Tăng' là nền tảng của giới luật. Trong Phật giáo, giới luật không phải là một bộ luật đạo đức mà một ai đó hoặc điều gì đó bên ngoài chúng ta buộc chúng ta phải tuân theo. Giới luật là Phật tánh, là tinh thần của vũ trụ. Thọ nhận giới luật là trao truyền một điều gì đó có ý nghĩa vượt lên trên sự hiểu biết của giác quan, như tinh thần của vũ trụ hay điều mà chúng ta gọi là Phật tánh. Những gì mà chúng ta chứng ngộ được qua thân thể và tâm thức được truyền từ thế hệ này qua thế hệ khác, ngoài tầm kiểm soát của chúng ta. Trải nghiệm sự chứng ngộ này, chúng ta có thể biết ơn sự cao cả như thế nào của cuộc sống con người. Dầu chúng ta biết hay không biết, dầu chúng ta muốn hay không muốn, tinh thần vũ trụ vẫn lưu truyền. Như thế chúng ta có thể học được tinh thần đích thực của nhân loại... Phật là vũ trụ và Pháp là giáo huấn từ vũ trụ, và Tăng già là một nhóm người làm cho vũ trụ và giáo huấn của nó sống động trong đời sống của chúng ta. Trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta phải có chánh niệm về Phật, Pháp, Tăng, dầu chúng ta có hiểu hay không."

Tam Tu “Giới-Định-Tuệ” nằm gọn trong Bát Thánh Đạo mà Đức Phật đã dạy. Đây là tám con đường chính mà người tu Phật nào cũng phải dẫm lên để được giác ngộ và giải thoát. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng dù chúng ta đã tiến đến mức độ khá cao trong định, cũng chưa chắc cái định này bảo đảm được cho chúng ta vị trí giác ngộ cuối cùng vì những khuynh hướng ô nhiễm ngấm vẫn chưa bị loại bỏ hoàn toàn. Chúng ta chỉ làm chúng lắng xuống tạm thời mà thôi. Vào bất cứ lúc nào chúng cũng đều có thể trở lại nếu hoàn cảnh cho phép, và đầu độc tâm trí chúng ta nếu chúng ta không luôn áp dụng chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định trong cuộc tu của chính mình. Vì lẽ chúng ta vẫn còn bất tịnh nên chúng ta vẫn còn bị ảnh hưởng bởi những lỗi cuốn bất thiện. Dầu chúng ta đã đạt đến trạng thái tâm vắng lặng nhờ chánh định, nhưng chúng ta vẫn chưa đạt đến trạng thái thanh tịnh tuyệt đối. Như vậy công phu hành thiền nhằm phát triển tâm định vắng lặng không bao giờ là cứu cánh của người tu Phật. Chuyện quan trọng nhất cho bất cứ người tu Phật nào ở đây cũng là phát triển “trí huệ,” vì chính trí huệ mới giúp được chúng ta loại trừ mê hoặc, phá bỏ vô minh để thẳng tiến trên con đường giác ngộ và giải thoát. Trong đạo Phật, đạo lộ giải thoát gồm Giới, Định và Tuệ, thường được trong Kinh điển như là Tam Học (Tividhasikkha) và không có học nào trong Tam học này tự thân nó là cứu cánh cả; mỗi học chỉ là một phương tiện để đi đến cứu cánh. Nghĩa là mỗi học không thể được tu tập độc lập với các học khác. Như trường hợp một cái giá ba chân, nếu một chân gãy thì cả cái giá ấy sẽ sập, vì vậy trong Tam Học, học này không thể làm nhiệm vụ của nó một cách chu toàn nếu không có sự hỗ trợ của hai học kia. Tam Học thường nương tựa và hỗ trợ lẫn nhau. Giới củng cố Định, và Định trở lại thúc đẩy Huệ. Trí tuệ giúp hành giả loại trừ tà kiến đối với các pháp như chúng thực sự là, đó là thấy cuộc sống và tất cả chư pháp liên quan đến cuộc sống đều phải chịu sanh, diệt, vô thường. Theo Giáo sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo: Phật giáo đặt nền tảng trên Tam Học (siksa): Giới, Định, Tuệ nghĩa là nếu không trì giới thì tâm không định, tâm không định thì không phát tuệ. Hay nói khác đi, do giới mà có định, do định mà có huệ. Định ở đây bao gồm những kết quả vừa tư biện vừa trực quán. Tiếp đó Đạo Phật còn dạy hành giả phải đi vào Tam Đạo là Kiến đạo, Tu đạo, và Vô học đạo. Đây là ba giai đoạn mà hành giả phải trải qua khi tu tập Kiến Đạo với Tứ Diệu Đế bằng cách thực hành

Bát Chánh Đạo; kế đến, hành giả tu tập Tu Đạo với Thất Giác Chi. Tu đạo ở đây lại có nghĩa là kết quả của suy tư chân chánh; và cuối cùng là thực hiện hoàn toàn bằng Vô Học Đạo. Nói cách khác, không thấy được đạo thì không tu được đạo và không thực hiện được đời sống lý tưởng. Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: “Bằng trì giới, người ta có thể đạt đến tập trung tư tưởng và chánh niệm; từ tập trung tư tưởng và chánh niệm, người ta đạt được trí huệ. Trí huệ sẽ mang lại an bình nội tại và giúp cho con người vượt qua những cơn bão tố của trần tục.”

Gới Định Tuệ Và Hơi Thở Toàn Thân Trong Thiền Tập Của Hành Giả: Theo Kinh Nhập Tức Xuất Tức Niệm: “Hành giả tu tập như vậy: ‘Cảm giác rõ ràng toàn thân hơi thở, tôi sẽ thở ra.’” Vị ấy tập như vậy: “Cảm giác rõ ràng toàn thân hơi thở, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy luyện tập với ý nghĩ như sau: “Tôi sẽ vừa hít vào vừa làm cho mình biết và rõ về điểm bắt đầu, đoạn giữa và điểm kết thúc của toàn bộ thân mỗi hơi thở vào. Tôi sẽ vừa thở ra vừa làm cho mình biết và rõ về điểm bắt đầu, đoạn giữa và điểm kết thúc của toàn bộ thân mỗi hơi thở ra. Và như thế, vị ấy thở vào và thở ra với tâm hợp trí giúp mình biết rõ về hơi thở. Trong trường hợp này, quý vị không nên hiểu lầm rằng quý vị nên ghi nhận hơi thở theo cách: ‘đây là điểm bắt đầu, đây là đoạn giữa, và đây là điểm kết thúc.’ Chỉ việc biết toàn bộ hơi thở một cách liên tục là đủ. Đối với một hành giả, trong hơi thở vô và hơi thở ra bị yếu ớt hay tán loạn, chỉ có điểm bắt đầu là rõ, còn đoạn giữa và điểm cuối không được rõ, vị ấy có thể chỉ nắm bắt được điểm bắt đầu, và gặp khó khăn ở đoạn giữa và điểm kết thúc. Với vị khác, có đoạn giữa là rõ, còn điểm bắt đầu và điểm kết thúc thì không rõ. Với một vị thứ ba thì điểm kết thúc là rõ, điểm bắt đầu và đoạn giữa lại không rõ. Nhưng đối với vị thứ tư thì cả ba đoạn đều rõ, và vị ấy có thể nắm bắt được hết cả ba. Vị ấy chẳng gặp rắc rối nào cả. Để chỉ ra rằng nên phát triển đề mục hành thiền như hành giả thứ tư, Đức Phật dạy: “Vị ấy tập như vậy: ‘Cảm giác rõ ràng toàn thân hơi thở, tôi sẽ thở vô.’ Vị ấy tập như vậy: ‘Cảm giác rõ ràng toàn thân hơi thở, tôi sẽ thở ra.’ Vào giai đoạn đầu của thiền này, chẳng có việc gì khác cần làm ngoài việc thở vào và thở ra. Khi thở vào, vị ấy hít vào hơi thở dài, vị ấy hiểu rõ: ‘Tôi thở vào dài.’ Khi thở ra một hơi thở dài, vị ấy hiểu rõ: ‘Tôi thở ra một hơi thở dài.’ Khi hít vào một hơi thở ngắn, vị ấy hiểu rõ: ‘Tôi thở vào ngắn.’ Khi thở ra một hơi thở ngắn, vị ấy hiểu rõ: ‘Tôi thở ra một hơi thở ngắn.’ Sau đó, vị ấy nên nỗ lực để khởi sinh trí tuệ và hơn

nữa, vì thế mà điều này được nói đến: “Tôi sẽ vừa hít vào vừa cảm giác rõ ràng toàn thân hơi thở.” Biết rõ hơi thở là phần tuệ học; tập trung trên hơi thở là phần định học; chế ngự tâm khỏi các phiền não là phần giới học. Vị ấy nên nỗ lực thành tựu tam học này trong khi thở.

Giới Định Huệ Theo Đại Sư Thần Tú: Thế Pháp Bảo Đàn Kinh, một hôm, Sư Chí Thành vâng mệnh Thần Tú đi đến Tào Khê để học hỏi những gì mà Đại sư Huệ Năng dạy cho đệ tử rồi trở về báo cáo với Thần Tú. Tuy nhiên, sau khi đã nắm được những lời dạy của Huệ Năng, Chí Thành cúi đầu đảnh lễ, thưa: “Con từ chùa Ngọc Tuyền đến đây, nhưng theo sự chỉ dạy của thầy con là Tú Đại Sư, con chưa khế ngộ được. Hôm nay nghe pháp của Hòa Thượng, con chợt biết được bốn tâm. Mong Hòa Thượng từ bi chỉ dạy thêm cho.” Lục Tổ Huệ Năng bảo: “Dường như thầy ông có pháp tam học Giới Định Huệ. Hãy nói ta nghe!” Chí Thành thưa: “Tú Đại sư dạy Giới, Định, Huệ như vậy ‘chẳng làm điều ác là giới, làm những việc lành là huệ, tự làm cho tâm trong sạch là định’. Đó là cách hiểu tam học của Thầy con và dạy rằng cứ y theo đó mà làm. Bạch Hòa Thượng còn cách của Hòa Thượng thì thế nào?”

Giới Định Huệ Theo Lục Tổ Huệ Năng: Sau khi lắng nghe Chí Thành nói về Tam Học của Thần Tú, Huệ Năng bèn nói về Tam Học của Ngài: “Đất tâm không bệnh là giới của tự tánh, đất tâm không loạn là định của tự tánh, đất tâm không lỗi là huệ của tự tánh. Tam Học như Thần Tú dạy là dùng cho người có căn trí nhỏ, còn pháp tam học của tôi là nói với người có căn trí lớn. Khi người ta ngộ được tự tánh, chẳng dụng lập Tam học nữa. Một khi Tâm tức Tự tánh không bệnh, không loạn, không lỗi, mỗi niệm đều có Bát Nhã quán chiếu, thường lia các pháp tướng. Do đó chẳng dụng lập tất cả các pháp. Người ta đốn ngộ tự tánh và chẳng có thứ lớp tu chứng. Đây là lý do tại sao người ta có thể chẳng kham dụng lập tất cả.” Lục Tổ Huệ Năng nói rằng để đạt đến sự thấu hiểu toàn triệt, phải biết rằng Thiền định không khác gì với Trí huệ và Trí huệ không phải là điều có thể đạt được qua Thiền tập. Khi chúng ta tu tập, ngay vào lúc chúng ta tu tập, Trí huệ hiện ra trong từng diện mạo của cuộc sống của chúng ta: quét nhà, rửa chén, làm bếp, trong mỗi hành động của chúng ta. Đó là điều độc đáo trong những lời giáo huấn của Huệ Năng, qua đó, ngài đánh dấu sự khởi đầu của Phật giáo Thiền. Mỗi sự việc dạy cho chúng ta một điều nào đó. Mỗi sự việc chỉ cho chúng ta thấy ánh sáng tuyệt vời

của Phật pháp. Tất cả những gì chúng ta phải làm chỉ là mở rộng đôi mắt, và mở rộng trái tim.

Tam Tu Giới-Định-Tuệ Là Phương Tiện Tuyệt Vời Trong Tu Tập Phước Huệ Song Hành: Đạo lộ giải thoát gồm Giới, Định và Tuệ, thường được trong Kinh điển như là Tam Học (Tividhasikkha) và không có học nào trong Tam học này tự thân nó là cứu cánh cả; mỗi học chỉ là một phương tiện để đi đến cứu cánh. Nghĩa là mỗi học không thể được tu tập độc lập với các học khác. Như trường hợp một cái giá ba chân, nếu một chân gãy thì cả cái giá ấy sẽ sập, vì vậy trong Tam Học, học này không thể làm nhiệm vụ của nó một cách chu toàn nếu không có sự hỗ trợ của hai học kia. Tam Học thường nương tựa và hỗ trợ lẫn nhau. Giới củng cố Định, và Định trở lại thúc đẩy Huệ. Trí tuệ giúp hành giả loại trừ tà kiến đối với các pháp như chúng thực sự là, đó là thấy cuộc sống và tất cả chư pháp liên quan đến cuộc sống đều phải chịu sanh, diệt, vô thường. Người tu tập phước huệ không bị trôi giạt vào giữa làn sóng tham ái và nghiệp lực, ngược lại người ấy luôn có ý chí dũng mãnh hầu đạt đến giải thoát ra khỏi bể khổ kinh khủng của vô lượng kiếp luân hồi. Người tu tập phước huệ luôn ấp ủ kho tàng châu báu của bậc Thánh Trí và tam học cao cấp, và nhờ đó bảo tồn nâng cao đạo giải thoát giác ngộ. Nói tóm lại, người tu tập phước huệ luôn tin rằng hễ Hình Ngay thì Bóng Thẳng. Nếu bạn muốn gặt quả vị Phật, bạn phải gieo chủng tử Phật. Hình đẹp xấu thế nào, bóng hiện trong gương cũng như thế ấy, lời Phật dạy muôn đời vẫn thế, biết được quả báo ba đời, làm lành được phước, làm dữ mang họa là chuyện đương nhiên. Người trí biết sửa đổi hình, kẻ dại luôn hờn với bóng. Trước cảnh nghịch cảnh thuận cảnh, người con Phật chơn thuần đều an nhiên tự tại, chứ không oán trời trách đất. Ngược lại, người con Phật chơn thuần phải dụng công tu hành cho đến khi thành Phật quả.

Roles of Discipline-Meditation-Wisdom in Cultivation of Merits Alongside Wisdom

Overview and Meanings of Discipline-Meditation-Wisdom: Discipline, Meditation, and Wisdom are the threefold training, or three studies or endeavors of the non-outflow, or those who have passionless life and escape from transmigration. Buddhist practitioners should always remember that in Buddhism, there is no so-called cultivation

without discipline, and also there is no Dharma without discipline. Precepts are considered as cages to capture the thieves of greed, anger, stupidity, pride, doubt, wrong views, killing, stealing, lust, and lying. Samadhi, meditation, trance is a method of training the mind. In the same manner as in the previous sentence, in Buddhism, there is no so-called cultivation without concentration, or training the mind. The resulting wisdom is a training in wisdom. If you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these thieves and terminate all afflictions. If we do not hold the precepts, we can continue to commit offenses and create more karma; lacking trance power, we will not be able to accomplish cultivation of the Way; and as a result, we will not only have no wisdom, but we also may become more dull. Thus, every Buddhist cultivator (practitioner) must have these three non-outflow studies.

Discipline or morality consists in observing all the precepts laid down by the Buddha for the spiritual welfare of his disciples. Discipline (training in moral discipline) wards off bodily evil. Meditation is the exercise to train oneself in tranquilization. Meditation (training the mind) calms mental disturbance. Wisdom (training in wisdom). In other words, Wisdom or Prajna is the power to penetrate into the nature of one's being, as well as the truth itself thus intuited. Discipline wards off bodily evil, meditation calms mental disturbance, and wisdom gets rid of delusion and proves the truth. Without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Obviously, all these three are needed for any Buddhist. But after the Buddha, as time went on, the Triple Discipline was split into three individual items of study. The observers of the rules of morality became teachers of the Vinaya; the yogins of meditation were absorbed in various samadhis and became Zen Masters; those who pursued Prajna became philosophers or dialecticians.

Generally speaking, morality forms the foundation of further progress on the right path. The contents of morality in Buddhism

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

The Threefold study of "Precept-Concentration-Wisdom" completely encloses itself in the Eightfold Noble Path is eight main roads that any Buddhist must tread on in order to achieve enlightenment and liberation. Sincere Buddhists should always remember that even the higher practice of calming concentration or samadhi does not assure and place us in an ultimate position of enlightenment, for defilements or latent tendencies are not totally removed yet. We only calm them down temporarily. At any moment they may re-appear when circumstances permit, and poison our mind if

we don't always apply right effort, right mindfulness, and right concentration in our own cultivation. As we still have impurities, we are still impacted by unwholesome impulses. Even though we have gained the state of calm of mind through concentration or samadhi, but that state is not an absolute state of purity. Thus the efforts to develop concentration never an end itself to a Buddhist cultivator. The most important thing for any Buddhist cultivator here is to develop his "Insight" for only "insight" can help us eliminating perversions and destroying ignorance, and to advance on the Path of Enlightenment and Liberation. In Buddhism, the path of liberation includes Virtue, Concentration, and Wisdom, which are referred to in the discourses as the "Threefold Training" (Tividha-sikkha) and none of them is an end in itself; each is a means to an end. One can not function independently of the others. As in the case of a tripod which falls to the ground if a single leg gives away, so here one can not function without the support of the others. These three go together supporting each other. Virtue or regulated behavior strengthens meditation and meditation in turn promotes Wisdom. Wisdom helps one to get rid of the clouded view of things, to see life as it really is, that is to see life and all things pertaining to life as arising and passing away. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, Buddhism lays stress on the Threefold Learning (siksa) of Higher Morality, Higher Thought, and Higher Insight. That is to say, without higher morals one cannot get higher thought and without higher thought one cannot attain higher insight. In other words, morality is often said to lead to samadhi, and samadhi to prajna. Higher thought here comprises the results of both analytical investigation and meditative intuition. Buddhism further instructs the aspirants, when they are qualified, in the Threefold Way (marga) of Life-View, Life-Culture and Realization of Life-Ideal or No-More Learning. These are three stages to be passed through in the study of the Fourfold Truth by the application of the Eightfold Noble Path; in the second stage it is investigated more fully and actualized by the practice of the Seven Branches of Enlightenment, life-culture here again means the results of right meditation; and in the last stage the Truth is fully realized in the Path of No-More-Learning. In other words, without a right view of life there will be no culture, and without proper culture there will be no realization of life. In the

Dhammamapada, the Buddha taught: “By observing precepts, one can reach concentration and mindfulness; from concentration and mindfulness, one can achieve knowledge and wisdom. Knowledge brings calmness and peace to life and renders human beings indifference to the storms of the phenomenal world.”

The Training of Morality, Concentrating, and Wisdom and the Practitioners' Whole Breath in Meditation Practice: According to the Anapanasatisuttam, ‘A practitioner trains thus: “I shall breathe in experiencing the whole breath (body) clearly.” He trains thus: “I shall breathe out experiencing the whole breath (body) clearly.”’ He trains himself with the following idea: ‘I shall breathe in making known, making clear to myself the beginning, middle, and end of the whole body of in-breaths. I shall breathe out making known, making clear, to myself the beginning, middle, and end of the whole body of out-breaths. And he breathes in and out with consciousness associated with the knowledge that makes known, makes the breaths clear to himself. In this case you should not misunderstand that you have to note the breath as: ‘this is the beginning, this is the middle, and this is the end.’ Just knowing the whole breath continuously is enough. To a bhikkhu in the tenuous, diffused body of in-breathing or body of out-breathing only the beginning is clear, not the middle or the end. He is able to take up only the beginning. In the middle and at the end he has trouble. To another only the middle is clear and not the beginning or the end. To a third only the end is clear. The beginning and the middle are not clear and he is able to take up only the breath at the end. He has trouble at the beginning and at the middle. But to a fourth all the three stages are clear and he is able to take up all. He has trouble nowhere. To point out that this meditation subject should be developed following the example of the fourth one. The Buddha said: ‘He trains thus: ‘I shall breathe in experiencing the whole breath (body) clearly.’ He trains thus: ‘I shall breathe out experiencing the whole breath (body) clearly.’’ At the early stage of this meditation there is nothing else to be done but just breathing in and out, as it is said: When he breathes in long, he understands: ‘I breathe in long’ When he breathes out long, he understands: ‘I breathe out long.’ When he breathes in short, he understands: ‘I breathe in short.’ When he breathes out short, he understands: ‘I breathe out short.’ Thereafter he should endeavour to

bring about knowledge and so forth, therefore it is said, 'I shall breathe in experiencing the whole breath body.' Knowing the breath clearly is the training of wisdom; concentrating on the breath is the training of concentration; restraining the mind from defilements is the training of morality. He should endeavour to fulfill the three trainings while breathing.

Discipline-Meditation-Wisdom According to Great Master Shen-Hsiu: According to the Platform Sutra, one day, Master Chi-Ch'eng obeyed Shen-Hsiu's order to go to Ts'ao-Ch'i to learn what Great Master Hui Neng taught his disciples, then came back to report to Shen-Hsiu. However, after grasping the purport of Hui Neng's teaching, Chi-Ch'eng stood up and made bows to Hui-Neng, saying: "I come from the Yu-Ch'uan Monastery, but under my Master, Hsiu, I have not been able to come to the realization. Now, listening to your sermon, I have at once come to the knowledge of the original mind. Be merciful, O Master, and teach me further about it." The Great Master said to Chi-Ch'eng: "I hear that your Master only instructs people in the triple discipline of precepts, meditation and transcendental knowledge. Tell me how your Master does this." Chi-Ch'eng said: "The Master, Hsiu, teaches the Precepts, Meditation, and Knowledge in this way 'Not to do evil is the precept; to do all that is good is knowledge; to purify one's mind is meditation'. This is his view of the triple discipline, and his teaching is in accord with this. What is your view, O Master?"

Discipline-Meditation-Wisdom According to the Sixth Patriarch Hui-Neng: After listening to Chi-Ch'eng's report about Shen-Hsiu's Three Studies, Hui Neng told Chi-Ch'eng about his teaching: "The Mind as it is in itself is free from illnesses, this is the Precepts of Self-being. The Mind as it is in itself is free from disturbances, this is the Meditation of Self-being. The Mind as it is in itself is free from follies, this is the knowledge of Self-being. The triple discipline as taught by your Master is meant for people of inferior endowments, whereas my teaching of the triple discipline is for superior people. When Self-being is understood, there is no further use in establishing the triple discipline. The Mind as Self-being is free from illnesses, disturbances and follies, and every thought is thus of transcendental knowledge; and within the reach of this illuminating light there are no forms to be recognized as such. Being so, there is no use in establishing anything. One is awakened to this Self-being abruptly, and there is no gradual realization in it. This is the reason for no establishment." Hui-neng, the Sixth Ancestor, said that for true understanding, we must know that dhyana is not different from

prajna, and that prajna is not something attained after practicing meditation. When we are practicing, in this very moment of practicing, prajna is unfolding itself in every single aspect of our lives: sweeping the floor, washing the dishes, cooking the food, everything we do. This was the very original teaching of Hui-neng, and it marked the beginning of true Zen Buddhism. Everything is teaching us, everything is showing us this wonderful Dharma light. All we have to do is open our eyes; open our hearts.

Threefold study of Precept-Concentration-Wisdom Are Excellent Means in Cultivation of Merits Alongside Wisdom: The path of liberation includes Virtue, Concentration, and Wisdom, which are referred to in the discourses as the “Threefold Training” (Tividha-sikkha) and none of them is an end in itself; each is a means to an end. One can not function independently of the others. As in the case of a tripod which falls to the ground if a single leg gives away, so here one can not function without the support of the others. These three go together supporting each other. Virtue or regulated behavior strengthens meditation and meditation in turn promotes Wisdom. Wisdom helps one to get rid of the clouded view of things, to see life as it really is, that is to see life and all things pertaining to life as arising and passing away. Practitioners who cultivate merits alongside wisdom will not float in this great ocean of boundless, vicious existence, violence; on the contrary, they always try to cultivate to escape waves of affliction and karma, infested by sea monsters of the three sufferings. Practitioners who cultivate merits alongside wisdom always embrace the three trainings and the treasure of Arya jewels. In summary, practitioners who cultivate merits alongside wisdom always believe that a straight mirror image requires a straight object. If you want to reap the “Buddhahood,” you must sow the Buddha-seed. A mirror reflects beauty and ugliness as they are, the Buddha’s Teachings prevail forever, knowing that requital spans three generations, obviously good deeds cause good results, evil deeds causes evil results. The wise know that it is the object before the mirror that should be changed, while the dull and ignorant waste time and effort hating and resenting the image in the mirror. Encountering good or adverse circumstances, devoted Buddhists should always be peaceful, not resent the heaven nor hate the earth. In the contrary, sincere Buddhists should strive their best to cultivate until they attain the Buddhahood.

Chương Bốn Mươi Bốn
Chapter Forty-Four

Tu Tập Chánh Niệm Nơi Thân Là Đang
Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát

Chánh niệm nơi thân có nghĩa là quán chiếu và toàn chứng được thân này bất tịnh. Thật vậy, bản chất của thân tâm chúng ta là bất tịnh, chứ không đẹp mà cũng chẳng Thánh thiện. Theo quan điểm tâm sinh lý thì thân thể con người là bất tịnh. Điều này không có nghĩa tiêu cực hay bi quan. Khách quan mà nói về thân thể con người, nếu chúng ta xem xét cho kỹ thì sẽ thấy rằng sự kết thành của thân này từ tóc, máu, mủ, phân, nước tiểu, ruột, gan, bao tử, vân vân, là hang ổ của vi khuẩn, là những nơi mà bệnh tật chờ phát triển. Thật vậy, thân chúng ta bất tịnh và bị hoại diệt từng phút từng giây. Quán thân cấu uế bất tịnh, phủ nhận ý nghĩ về “tịnh.” Vị hành giả quán thân trên thân, tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Như trên ta thấy khi quán thân thì thân này là bất tịnh. Nó bị coi như là một cái túi da đựng đầy những rác rưởi dơ bẩn, và chẳng bao lâu thì nó cũng bị tan rã. Vì vậy chúng ta không nên luyện chấp vào thân này. Thật vậy, tu tập chánh niệm nơi thân là một trong bốn đối tượng thiền quán để trụ tâm và phát triển trí huệ hay bốn cách Thiền theo Phật giáo để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành trí huệ giác ngộ và giải thoát.

Theo kinh Tứ Niệm Xứ trong kinh Trung A Hàm hay kinh Trung Bộ, ngài A Nan đã trùng tuyên lại như sau: Tôi nghe như vậy. Một thuở nọ Thế Tôn ở xứ Câu Lô, Kiềm Ma Sát Đàm là đô thị của xứ Câu Lô. Rồi Thế Tôn gọi các Tỳ Kheo: “Này các Tỳ Kheo.” Các Tỳ Kheo vâng đáp Thế Tôn: “Bạch Thế Tôn!” Thế Tôn thuyết như sau: Này các Tỳ Kheo, đây là con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ Niết Bàn. Đó là Tứ Niệm Xứ. Thế nào là bốn? Này các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán niệm tâm thức trên tâm thức, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán pháp trên các

pháp (hay đối tượng của tâm thức nơi các đối tượng tâm thức), nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Và nầy các Tỳ Kheo, thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể? Này các Tỳ Kheo, ở đây, Tỳ Kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, và ngồi kiết già, lưng thẳng và an trú trong chánh niệm trước mặt. Vị ấy thở vô tỉnh giác là mình đang thở vô; vị ấy thở ra tỉnh giác là mình đang thở ra. Thở vô một hơi dài, vị ấy ý thức rằng: “Tôi đang thở vô một hơi dài.” Thở ra một hơi dài, vị ấy ý thức rằng: “Tôi đang thở ra một hơi dài.” Thở vô một hơi ngắn, vị ấy ý thức rằng: “Tôi đang thở vô một hơi ngắn.” Thở ra một hơi ngắn, vị ấy ý thức rằng: “Tôi đang thở ra một hơi ngắn.” Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vô,” vị ấy tập; “cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra,” vị ấy tập; “An tịnh toàn thân, tôi sẽ thở vô,” vị ấy tập; “An tịnh toàn thân, tôi sẽ thở ra,” vị ấy tập. Này các Tỳ Kheo, như người thợ quay hay học trò người thợ quay thiện xảo khi quay dài, tuệ tri: “Tôi quay dài” hay khi quay ngắn, vị ấy ý thức rằng: “Tôi quay ngắn.” Cũng vậy, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo thở vô dài, ý thức rằng: “Tôi đang thở vô dài.” Thở ra dài, ý thức rằng: “Tôi đang thở ra dài.” Thở vô ngắn, ý thức rằng: “Tôi đang thở vô ngắn.” Thở ra ngắn, ý thức rằng: “Tôi đang thở ra ngắn.” Vị ấy tập: “Tôi có ý thức rõ rệt về trọn cả hơi thở mà tôi đang thở vào.” Vị ấy tập: “Tôi có ý thức rõ rệt về trọn cả hơi thở mà tôi đang thở ra.” Vị ấy tập: “Tôi đang thở vào và làm cho sự điều hành trong thân thể tôi trở nên an tịnh.” Vị ấy tập: “Tôi đang thở ra và làm cho sự điều hành trong thân thể tôi trở nên an tịnh.” Như vậy, khi vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân thể trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân; hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể; hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. Hoặc người ấy quán niệm: “Có thân đây,” vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy không nương tựa, không chấp trước vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể.

Lại nữa, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo đi, ý thức rằng: “Tôi đang đi.” Khi đứng, ý thức rằng: “Tôi đang đứng.” Khi ngồi, ý thức rằng: “Tôi đang ngồi.” Khi nằm, ý thức rằng: “Tôi đang nằm.” Thân thể được xử dụng như thế nào, vị ấy ý thức thân thể như thế ấy. Vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay vị ấy sống quán niệm thân thể trên

ngoại thân; hay vị ấy sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân; hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay vị ấy sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể; hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây,” vị ấy an trú trong chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời này. Nay các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể. Lại nữa, nay các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo khi bước tới bước lui, biết rõ việc mình đang làm; khi ngó tới ngó lui, biết rõ việc mình đang làm; khi co tay, khi duỗi tay, biết rõ việc mình đang làm; khi mặc áo Tăng Già Lê, mang bát, mang y, biết rõ việc mình đang làm; khi ăn, uống, nhai, nếm, biết rõ việc mình đang làm; khi đại tiểu tiện, biết rõ việc mình đang làm; khi đi, đứng, ngồi, ngủ, thức, nói, im lặng, biết rõ các việc mình đang làm. Như vậy, vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân thể trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể; hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây,” vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nay các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể.

Lại nữa, nay các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo quan sát thân này, từ gót chân trở lên và từ đỉnh tóc trở xuống, bao bọc bởi một lớp da và chứa đầy những vật bất tịnh khác nhau. Trong thân này: “Đây là tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, thận, tửy, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột bụng, phân, mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mủ, nước ở khớp xương, nước tiểu.” Nay các Tỳ Kheo, cũng như một bao đồ, hai đầu trống đựng đầy các loại hạt như gạo, lúa, đậu xanh, đậu lớn, mè, gạo đã xay rồi. Một người có mắt, đổ các hạt ấy ra và quan sát: “Đây là hạt gạo, đây là hạt lúa, đây là đậu xanh, đây là đậu lớn, đây là mè, đây là hạt lúa đã xay rồi.” Cũng vậy, nay các Tỳ Kheo, một Tỳ Kheo quan sát thân này dưới từ bàn chân trở lên trên cho đến đỉnh tóc, bao bọc bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh khác nhau. Trong thân này: “Đây là tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tửy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bụng, phân, mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi,

mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mũi, nước ở khớp xương, nước tiểu.” Như vậy vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể; hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây,” vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Như vậy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể.

Lại nữa, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo quan sát thân này về các vị trí các giới và sự sắp đặt các giới: “Trong thân này có địa đại, thủy đại, hỏa đại, và phong đại.” Như vậy các Tỳ Kheo, như một người đồ tể thiện xảo, hay đệ tử của một người đồ tể giết một con bò, ngồi cắt chia từng phần tại ngã tư đường. Cũng vậy, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo quán sát thấy thân này về vị trí các giới: “Trong thân này có địa đại, thủy đại và phong đại.” Như vậy vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân thể trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Như vậy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể.

Lại nữa, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa, bị các loài quạ ăn, hay bị các loài điều hâu ăn, hay bị các chim kên kên ăn, hay bị các loài chó ăn, hay bị các loài giả can ăn, hay bị các loài dòi bọ rúc rủa. Tỳ Kheo quán chiếu sự thực ấy vào thân thể của chính mình: “Thân này tánh chất là như vậy, bản chất là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.” Như vậy vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân thể trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương

tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể. Nầy các Tỳ Kheo, lại nữa, Tỳ Kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa, với các bộ xương còn liên kết với nhau, còn dính thịt và máu, còn được nối liền bởi các đường gân..., với các bộ xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt, nhưng còn dính máu, còn được các đường gân cột lại với nhau..., với các bộ xương không còn dính thịt, không còn dính máu, không còn được các đường gân cột lại với nhau, chỉ còn có xương không dính lại với nhau, rải rác chỗ này chỗ kia. Ở đây là xương tay, ở đây là xương chân, ở đây là xương ống, ở đây là xương bắp vế, ở đây là xương hông, ở đây là xương sống, ở đây là xương đầu. Tỳ Kheo ấy quán niệm thân ấy như sau: “Thân nầy tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.” Như vậy vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân thể trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể.

Lại nữa, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa một ngày, hai ngày, ba ngày, thi thể ấy trương phồng lên, xanh đen lại, nát thối ra. Tỳ Kheo quán niệm- thân thể ấy như sau: “Thân nầy tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.” Như vậy vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân thể trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể; hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây,” vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể.

Lại nữa, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa, chỉ còn toàn xương trắng màu vỏ ốc..., chỉ còn một đống xương lâu hơn ba năm..., chỉ còn là xương thối trở thành bột. Tỳ

Kheo ấy quán niệm thân ấy như sau: “Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh tánh chất ấy.” Như vậy vị ấy sống quán niệm thân thể trên nội thân; hay sống quán niệm thân thể trên ngoại thân; hay sống quán niệm thân thể trên cả nội thân lẫn ngoại thân. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên thân thể; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên thân thể. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên thân thể. “Có thân đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Như các Tỷ Kheo, như vậy là Tỷ Kheo sống quán niệm thân thể trên thân thể.

***Cultivating Mindfulness on the Body Is Cultivating
The Wisdom of Enlightenment and Emancipation***

To be mindful, contemplating and fully realizing on the impurity of the body. As a matter of fact, the nature of our bodies and minds are impure which is neither holy nor beautiful. From psychological and physiological standpoint, human beings are impure. This is not negative or pessimistic. Objectively speaking, if we examine the constituents of our bodies from the hair, blood, pus, excrement, urine, intestines, liver, and stomach, etc., they are dwelling places for many bacteria. Many diseases are awaiting for the opportunity to develop. In fact, our bodies are impure and subject to decay. The body as an abode of mindfulness. Contemplation of the impurity of the body, or to contemplate the body as impure. Mindfulness of the body as impure and utterly filthy (consider the body is impure). This negates the idea of “Purity.” A practitioner abides contemplating body as body, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. As we see above, through contemplation we see that our body is not clean. It is viewed as a skinned bag containing dirty trash, that will soon be disintegrated. Therefore, we must not become attached to it. As a matter of fact, cultivation of mindfulness on the body is one of the four types of Buddhist meditation in fixing the mind and developing of wisdom in order to eradicate illusions and attain wisdom of enlightenment and emancipation.

According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, Venerable Ananda recalls as follows: Thus, I have heard. On one

occasion, the Blessed One was living in the Kuru country at a town of the Kurus named Kammasadhamma. There He addressed the Bhikkhus thus: “Bhikkhus.” “Venerable sir,” they replied. The Blessed One said: Bhikkhus, this is the direct path for the purification of beings, for surmounting (overcoming) sorrow and lamentation, for the disappearance of pain and grief, for the attainment of the true Way, for the realization of Nibbana, namely, the four foundations of mindfulness. What are the four? Here, Bhikkhus, a Bhikkhu abides contemplating the body as a body, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. He abides contemplating feelings as feelings, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness and grief for the world. He abides contemplating mind as mind, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. He abides contemplating mind-objects as mind-objects, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. And now, Bhikkhus, does a Bhikkhu abide contemplating the body as a body? Here a Bhikkhu, gone to the forest or to the root of a tree or to an empty hut, sit down; having folded his legs crosswise, set his body erect, and established mindfulness in front of him, ever mindful he breathes in, mindful he breathes out. Breathing in long, he understands: “I breathe in long;” or breathing out long, he understands: “I breathe out long.” Breathing in short, he understands: “I breathe in short;” or breathing out short, he understands: “I breathe out short.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing the whole body of breath;” he trains thus: “I shall breathe out experiencing the whole body of breath.” He trains thus: “I shall breathe in tranquilizing the bodily formation;” he trains thus: “I shall breathe out tranquilizing the bodily formation.” Just as a skilled turner or his apprentice, when making a long turn, understands: “I make a long turn;” or when making a short turn, understands: “I make a short turn;” so too, breathing in long, a Bhikkhu understands: “I breathe in long,” he trains thus: “I shall breathe out tranquilizing the bodily formation.” In this way, he abides contemplating the body as a body internally, or he abides contemplating the body as a body externally, or he abides contemplating the body as a body both internally and externally. Or else, he abides contemplating in the body its arising factors, or he

abides contemplating in the body its vanishing factors, or he abides contemplating in the body both its arising and vanishing factors. Or else mindfulness that ‘there is a body’ is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And, he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body. Again, Bhikkhus, when walking, a Bhikkhu understands: “I am walking;” when standing, he understands: “I am standing;” when sitting, he understands: “I am sitting;” when lying down, he understands: “I am lying down;” or he understands accordingly however his body is disposed. In this way, he abides contemplating the body as a body internally, externally, and both internally and externally. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body. Again, Bhikkhus, a Bhikkhu is one who acts in full awareness when going forward and returning; who acts in full awareness when looking ahead and looking away; who acts in full awareness when flexing and extending his limbs; who acts in full awareness when wearing his robes and carrying his outer robe and bowl; who acts in full awareness when eating, drinking, consuming food and tasting; who acts in full awareness when walking, standing, sitting, falling asleep, waking up, talking and keeping silent. In this way, he abides contemplating the body as a body internally, externally, and both internally and externally. And, he abides independent, not clinging to anything in the world. That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body.

Again, Bhikkhus, a Bhikkhu reviews this same body up from the soles of the feet and down from the top of the hair, bounded by skin, as full of many kinds of impurity thus: “In this body there are head-hairs, body-hairs, nails, teeth, skin, flesh, sinews, bones, bone-marrow, kidneys, heart, liver, diaphragm, spleen, lungs, large intestines, small intestines, contents of the stomach, feces, bile, phlegm, pus, blood, sweat, fat, tears, grease, spittle, snot, oil of the joints, and urine.” Just as though there were a bag with an opening at both ends full of many sorts of grain, such as hill rice, red rice, beans, peas, millet, and white rice, and a man with good eyes were to open it and review it thus: “This is hill rice, this is red rice, these are beans, these are peas, this is millet, this is white rice;” so too, a Bhikkhu reviews this same body...

as full of many kinds of impurity thus: “In this body there are head-hairs and urine.” In this way he abides contemplating the body as a body internally, externally, and both internally and externally... And, he abides independent, not clinging to anything in the world. That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body.

Again, Bhikkhus, a Bhikkhu reviews this same body, however it is placed, however disposed, as consisting of elements thus: “In this body there are the earth element, the water element, the fire element, and the air element.” Just as though a skilled butcher or his apprentice had killed a cow and was seated at the crossroads with it cut up into pieces; so too, a Bhikkhu reviews this same body as consisting of elements thus: “In this body there are the earth element, the water element, the fire element and the air element.” In this way, he abides contemplating the body as a body internally, externally, and both internally and externally... And he abides independent, not clinging to anything in the world. That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body.

Again, Bhikkhus, as though he were to see a corpse thrown aside in a charnel ground, one, two, or three days dead, bloated, livid, and oozing matter, a Bhikkhu compares this same body with it thus: “This body too is of the same nature, it will be like that, it is not exempt from that fate.” In this way, he abides contemplating the body as a body internally, externally, and both internally and externally. And, he abides independent, not clinging to anything in the world. That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body.

Again, as though he were to see a corpse thrown aside in a charnel ground, being devoured by crows, hawks, vultures, dogs, jackals, or various kinds of worms, a Bhikkhu compares this same body with it thus: “This body too is of the same nature, it will be like that, it is not exempt from that fate.” That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body.

Again, as though he were to see a corpse thrown aside in a charnel ground, a skeleton with flesh and blood, held together with sinews... a fleshless skeleton smeared with blood, held together with sinews... a skeleton without flesh and blood, held together with sinews.. disconnected bones scattered in all directions, here a hand-bone, there a foot-bone, here a shin-bone, there a thigh-bone, here a hip-bone,

there a back-bone, here a rib-bone, there a breast-bone, here an arm-bone, there a shoulder-bone, here a neck-bone, there a jaw-bone, here a tooth, there the skull, a Bhikkhu compares this same body with it thus: “This body too is of the same nature, it will be like that, it is not exempt from that fate.” That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body.

Again, Bhikkhus, as though he were to see a corpse thrown aside in a charnel ground, bones bleached white, the color of shells; bones heaped up, more than a year old; bones rotted and crumbled to dust, a Bhikkhu compares this same body with it thus: “This body too is of the same nature, it will be like that, it is not exempt from that fate.” In this way he abides contemplating the body as a body internally, or he abides contemplating the body as a body internally, or he abides contemplating the body as a body externally, or he abides contemplating the body as a body both internally and externally. Or else he abides contemplating in the body its arising factors, or he abides contemplating in the body its vanishing factors, or he abides contemplating in the body both its arising and vanishing factors. Or else mindfulness that ‘there is a body’ is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That too is how a Bhikkhu abides contemplating the body as a body.

Chương Bốn Mươi Lăm
Chapter Forty-Five

Tu Tập Chánh Niệm Nơi Cảm Thọ Là Đang
Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát

Chánh niệm nơi cảm thọ có nghĩa là quán và toàn chứng được những cảm thọ là xấu xa, dù là cảm thọ khổ đau, vui sướng hay trung tính. Chúng ta kinh qua những cảm thọ tốt và xấu từ ngũ quan. Nhưng cảm thọ tốt chẳng bao lâu chúng sẽ tan biến. Chỉ còn lại những cảm thọ xấu làm cho chúng ta khổ đau phiền não. Không có thứ gì trên cõi đời này hiện hữu riêng lẻ, độc lập hay trường cửu. Vạn hữu kể cả thân thể con người chỉ là sự kết hợp của tứ đại đất, nước, lửa, gió. Khi bốn thứ này liên hợp chặt chẽ thì được yên vui, ví bằng có sự trục trặc là khổ. Quán thọ thị khổ để phủ nhận ý nghĩ về “lạc.” Vị hành giả quán thọ trên các cảm thọ; thọ thị khổ, từ đó tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Đây là một trong bốn đối tượng thiền quán để trụ tâm và phát triển trí huệ hay bốn cách Thiền theo Phật giáo để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành trí huệ giác ngộ và giải thoát.

Theo kinh Tứ Niệm Xứ trong kinh Trung A Hàm hay kinh Trung Bộ, ngài A Nan đã trùng tuyên lại như sau: Tôi nghe như vậy. Một thuở nọ Thế Tôn ở xứ Câu Lô, Kiềm Ma Sát Đàm là đô thị của xứ Câu Lô. Rồi Thế Tôn gọi các Tỳ Kheo: “Này các Tỳ Kheo.” Các Tỳ Kheo vâng đáp Thế Tôn: “Bạch Thế Tôn!” Thế Tôn thuyết như sau: Này các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ? Này các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ Kheo khi cảm giác lạc thọ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc.” Mỗi khi có một cảm thọ đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ đau khổ.” Mỗi khi có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ.” Khi có một cảm thọ khoái lạc vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc vật chất.” Khi có một cảm thọ khoái lạc tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc tinh thần.” Khi có một cảm thọ khổ đau vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau vật chất.” Khi có một cảm thọ khổ đau tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau tinh

thần.” Khi có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không khổ đau.” Khi có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau.” Như vậy vị ấy sống quán niệm cảm thọ trên các nội thọ; hay sống quán niệm cảm thọ trên các ngoại thọ; hay sống quán cảm thọ thể trên cả nội thọ lẫn ngoại thọ. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các thọ; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên các thọ. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các thọ. “Có thọ đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nay các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ.

***Cultivating Mindfulness on the Sensations Is Cultivating
The Wisdom of Enlightenment and Emancipation***

Mindfulness on the sensations means meditation and full realization on the evils of sensations, no matter they are painful, joyous, or indifferent sensations. We experience good and bad feelings from our five senses. But good feelings never last long; and sooner or later they will disappear. Only bad feelings remain from which we will suffer. Nothing in the universe can exist independently or permanently. All things including bodies of human beings are composed of four elements: earth, water, fire, and air. When there is a harmonious relationship among these four elements, there is peace. When the four elements are not in harmony, there is suffering. Feelings as an abode of mindfulness, or to contemplate all feelings or sensations lead to suffering, or mindfulness of feeling as the cause of suffering. Sensation or consciousness as always resulting in suffering (receiving is self-binding. Consider feelings or the senses as a source of suffering). This negates the idea of “Joy.” A practitioner abides contemplating feelings as feelings, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. This is one of the four types of Buddhist meditation in fixing the mind and developing of wisdom in order to eradicate illusions and attain wisdom of enlightenment and emancipation.

According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, Venerable Ananda recalls as follows: Thus, I have heard. On one occasion, the Blessed One was living in the Kuru country at a town of the Kurus named Kammasadhamma. There He addressed the Bhikkhus thus: “Bhikkhus.” “Venerable sir,” they replied. The Blessed One said: And how, Bhikkhus, does a Bhikkhu abide contemplating feelings as feelings? Here, when feeling a pleasant feeling, a Bhikkhu understands: “I feel a pleasant feeling;” when feeling a painful feeling, he understands: “I feel a painful feeling;” when feeling a neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: “I feel a neither-painful-nor-pleasant feeling.” When feeling a worldly pleasant feeling, he understands: “I feel a worldly pleasant feeling;” when feeling an unworldly pleasant feeling, he understands: “I feel an unworldly pleasant feeling;” when feeling a worldly painful feeling, he understands: “I feel a worldly painful feeling;” when feeling an unworldly painful feeling, he understands: “I feel an unworldly painful feeling;” when feeling a worldly neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: “I feel a worldly neither-painful-nor-pleasant feeling;” when feeling an unworldly neither-painful-nor-pleasant feeling, he understands: “I feel an unworldly neither-painful-nor-pleasant feeling.” In this way he abides contemplating feelings as feelings internally, or he abides contemplating feelings as feelings externally, or he abides contemplating feelings as feelings both internally and externally. Or else he abides contemplating in feelings their arising factors, or he abides contemplating in feelings their vanishing factors, or he abides contemplating in feelings both their arising and vanishing factors. Or else, mindfulness that ‘there is feeling’ is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And, he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating feelings as feelings.

Chương Bốn Mươi Sáu
Chapter Forty-Six

Tu Tập Chánh Niệm Nơi Ý Là Đang Tu Tập
Là Đang Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát

Chánh niệm nơi tâm có nghĩa là quán và toàn chứng được tâm là vô thường. Vô thường là bản chất chính yếu của vạn hữu. Vạn hữu kể cả thân tâm con người vô thường, từng giây từng phút biến đổi. Tất cả đều phải trải qua tiến trình sinh trụ dị diệt. Quán tâm vô thường, phủ nhận ý nghĩ về “thường.” Vị hành giả quán tâm trên tâm, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Đây là một trong bốn đối tượng thiền quán để trụ tâm và phát triển trí huệ hay bốn cách Thiền theo Phật giáo để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành trí huệ giác ngộ và giải thoát. Theo kinh Tứ Niệm Xứ trong kinh Trung A Hàm hay kinh Trung Bộ, ngài A Nan đã trùng tuyên lại như sau: Tôi nghe như vậy. Một thuở nọ Thế Tôn ở xứ Câu Lô, Kiềm Ma Sát Đàm là đô thị của xứ Câu Lô. Rồi Thế Tôn gọi các Tỳ Kheo: “Này các Tỳ Kheo.” Các Tỳ Kheo vâng đáp Thế Tôn: “Bạch Thế Tôn!” Thế Tôn thuyết như sau: Này các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm tâm thức nơi tâm thức? Này các Tỳ Kheo, mọi khi nơi tâm thức có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có tham dục. Mỗi khi tâm thức không có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình không có tham dục. Mỗi khi trong tâm thức mình có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có sân hận. Mỗi khi tâm thức của mình không có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có sân hận. Mỗi khi tâm thức mình có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang si mê. Mỗi khi tâm thức của mình không có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có si mê. Mỗi khi tâm thức mình có thu nhiếp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có thu nhiếp. Mỗi khi tâm thức mình tán loạn, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang tán loạn. Mỗi khi tâm thức mình trở thành khoáng đạt, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở thành khoáng đạt. Mỗi khi tâm thức mình trở nên hạn hẹp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở nên hạn hẹp. Mỗi khi tâm thức mình đạt đến trạng thái cao nhất, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang đạt

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

***Cultivating Mindfulness on the Mind Is Cultivating
The Wisdom of Enlightenment and Emancipation***

Meditation and full realization on the evanescence or impermanence of mind and thoughts (contemplating the impermanence of the thought). Impermanence is the key nature of all things. From moment to moment, all things in this universe, including human's bodies and minds are in constant transformation. Everything passes through a period of birth, maturity, transformation and destruction. Mind as an abode of mindfulness, or mindfulness of the mind as impermanent, or to contemplate the mind as impermanent. Ordinary mind is impermanent, merely one sensation after another (mind is everchanging or consider the mind to be a constant state of flux). This negates the idea of “Permanence.” A practitioner abides contemplating mind as mind, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. This is one of the four types of Buddhist meditation in fixing the mind and developing of wisdom in order to eradicate illusions and attain wisdom of enlightenment and emancipation. According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, Venerable Ananda recalls as follows: Thus, I have heard. On one occasion, the Blessed One was living in the Kuru country at a town

of the Kurus named Kammasadhamma. There He addressed the Bhikkhus thus: “Bhikkhus.” “Venerable sir,” they replied. The Blessed One said: And how, Bhikkhus, does a Bhikhu abide contemplating mind as mind? Here a Bhikhu understands mind affected by lust as mind affected by lust, and mind unaffected by lust as mind unaffected by lust. He understands mind affected by hate as mind affected by hate, and mind unaffected by hate as mind unaffected by hate. He understands mind affected by delusion as mind affected by delusion, and mind unaffected by delusion as mind unaffected by delusion. He understands contracted mind as contracted mind, and distracted mind as distracted mind. He understands exalted mind as exalted mind, and unexalted mind as unexalted mind. He understands surpassed mind as surpassed mind, and unsurpassed mind as unsurpassed mind. He understands concentrated mind as concentrated mind, and unconcentrated mind as unconcentrated mind. He understands liberated mind as liberated mind, and unliberated mind as unliberated mind. In this way he abides contemplating mind as mind internally, or he abides contemplating mind as mind externally, or he abides contemplating mind as mind both internally and externally. Or else, he abides contemplating in mind its arising factors, or he abides contemplating in mind its vanishing factors, or he abides contemplating in mind both its arising and vanishing factors. Or else mindfulness that ‘there is mind’ is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikhu abides contemplating mind as mind.

Chương Bốn Mươi Bảy
Chapter Forty-Seven

Tu Tập Chánh Niệm Nơi Pháp Là Đang Tu Tập
Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát

Chánh niệm nơi pháp có nghĩa là quán và toàn chứng vạn pháp vô ngã. Vạn pháp không có thực tướng, chúng chỉ là sự kết hợp của tứ đại, và mỗi đại không có tự tánh, không thể đứng riêng lẻ, nên vạn pháp vô ngã. Quán pháp vô ngã, chúng chỉ nương tựa vào nhau để thành lập, từ đó phủ nhận ý nghĩ về “Ngã.” Vị hành giả quán pháp trên các pháp, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Đây là một trong bốn đối tượng thiền quán để trụ tâm và phát triển trí huệ hay bốn cách Thiền theo Phật giáo để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành trí huệ giác ngộ và giải thoát. Theo kinh Tứ Niệm Xứ trong kinh Trung A Hàm hay kinh Trung Bộ, ngài A Nan đã trùng tuyên lại như sau: Tôi nghe như vậy. Một thuở nọ Thế Tôn ở xứ Câu Lô, Kiềm Ma Sát Đàm là đô thị của xứ Câu Lô. Rồi Thế Tôn gọi các Tỳ Kheo: “Này các Tỳ Kheo.” Các Tỳ Kheo vâng đáp Thế Tôn: “Bạch Thế Tôn!” Thế Tôn thuyết như sau: Này các Tỳ Kheo, thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp? Này các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với năm triền cái (năm món ngăn che). Và này các Tỳ Kheo, thế nào là các Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với năm triền cái? Này các Tỳ Kheo, ở đây nội tâm Tỳ Kheo có ái dục, vị ấy ý thức rằng nội tâm của mình đang có ái dục. Khi nội tâm không có ái dục, vị ấy ý thức rằng nội tâm của mình không có ái dục. Và với ái dục chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy ý thức được sự đang sanh khởi ấy. Khi một niệm ái dục đã sanh, vị ấy ý thức được sự đã sanh khởi ấy. Khi ái dục đang được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy ý thức như vậy. Khi nội tâm có sân hận, vị ấy ý thức rằng nội tâm mình đang có sân hận. Khi nội tâm không có sân hận, vị ấy ý thức rằng nội tâm mình đang không có sân hận. Khi một niệm sân hận chưa sanh nay bắt đầu sanh khởi, vị ấy ý thức được sự bắt đầu sanh khởi ấy. Khi một niệm sân hận đã sanh khởi, nay được đoạn diệt, vị ấy ý thức được sự đoạn diệt ấy. Khi một niệm sân hận đã được đoạn diệt và tương lai không còn sanh khởi nữa,

vị ấy ý thức được như vậy. Khi nội tâm có hôn trầm thùy miên (mê muội và buồn ngủ), vị ấy ý thức được sự hôn trầm thùy miên ấy. Khi nội tâm không có hôn trầm thùy miên, vị ấy ý thức được nội tâm của mình đang không có hôn trầm thùy miên. Khi hôn trầm và thùy miên chưa sanh nay bắt đầu sanh khởi, vị ấy ý thức được sự đang sanh khởi ấy. Khi hôn trầm và thùy miên đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy ý thức được sự đang đoạn diệt ấy. Khi hôn trầm và thùy miên đã được đoạn diệt và tương lai không thể sanh khởi nữa, vị ấy ý thức được điều đó. Khi nội tâm có trạo hối (sự dao động bất an và hối hận), vị ấy ý thức rằng mình đang có dao động bất an và hối hận. Khi nội tâm không có dao động bất an và hối hận, vị ấy ý thức rằng nội tâm mình đang không có sự dao động bất an và hối hận. Khi dao động bất an và hối hận sanh khởi, vị ấy ý thức rằng nội tâm mình đang sanh khởi dao động bất an và hối hận. Khi dao động bất an và hối hận đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy ý thức được sự đoạn diệt ấy. Với dao động bất an và hối hận đã được đoạn diệt, tương lai không còn sanh khởi nữa, vị ấy ý thức được như vậy. Khi nội tâm có nghi, vị ấy ý thức được nội tâm của mình đang có nghi. Khi nội tâm không có nghi, vị ấy ý thức được nội tâm mình đang không có nghi. Khi nội tâm với nghi chưa sanh nay đang sanh khởi, vị ấy ý thức được sự sanh khởi ấy. Với nghi đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy ý thức được sự đoạn diệt ấy. Với nghi đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy ý thức được như vậy. Như vậy vị ấy sống quán niệm pháp trên các nội pháp; hay sống quán niệm pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán niệm pháp trên cả nội pháp lẫn ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên các pháp. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các pháp. “Có pháp đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp.

Lại nữa, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với ngũ uẩn. Này các Tỳ Kheo, thế nào là Tỳ Kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm uẩn? Này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo quán chiếu như sau: Đây là sắc (hình thể), đây là sắc tập (sự phát sinh ra hình thể), đây là sắc diệt. Đây là thọ, đây là thọ tập, đây là thọ diệt. Đây là tưởng, đây là tưởng tập, đây là tưởng diệt. Đây là

hành, đây là hành tập, đây là hành diệt. Đây là thức, đây là thức tập, đây là thức diệt. Như vậy vị ấy sống quán niệm pháp trên các nội pháp; hay sống quán niệm pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán niệm pháp trên cả nội pháp lẫn ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên các pháp. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các pháp. “Có pháp đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với ngũ uẩn.

Lại nữa, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với sáu nội ngoại xứ. Nầy các Tỳ Kheo, thế nào là Tỳ Kheo sống quán pháp trên các pháp đối với sáu nội ngoại xứ? Vị ấy ý thức về mắt và đối tượng của mắt là hình sắc và về những ràng buộc tạo nên do mắt và hình sắc. Vị ấy ý thức về những ràng buộc chưa sanh nay đang phát sanh. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã phát sanh nay được đoạn diệt. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa. Vị ấy ý thức về tai và đối tượng của tai là âm thanh và về những ràng buộc tạo nên do tai và âm thanh. Vị ấy ý thức về những ràng buộc chưa sanh nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã sanh, nay đang được đoạn diệt. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã được đoạn diệt, tương lai không còn sanh khởi nữa. Vị ấy ý thức về lỗ mũi và đối tượng của mũi là mùi hương và những ràng buộc tạo nên do lỗ mũi và mùi hương. Vị nầy ý thức về những ràng buộc chưa phát sanh nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã phát sanh và đang được đoạn diệt. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã được đoạn diệt, tương lai không còn sanh khởi nữa. Vị ấy ý thức về cái lưỡi và đối tượng của lưỡi là vị nếm và những ràng buộc tạo nên do cái lưỡi và vị nếm. Vị ấy ý thức về những ràng buộc chưa phát sanh nay đang phát sanh. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã phát sanh nay đang được đoạn diệt. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã được đoạn diệt, tương lai không còn sanh khởi nữa. Vị ấy ý thức về thân và đối tượng của thân là sự xúc chạm. Vị ấy ý thức về những ràng buộc chưa sanh khởi nay đang được sanh khởi. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã sanh khởi đang được đoạn tận. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã được đoạn diệt, tương lai không còn sanh khởi nữa. Vị ấy ý thức về đối tượng của ý là tư tưởng và về những ràng

buộc tạo nên do ý là tư tưởng. Vị ấy ý thức về những ràng buộc chưa sanh khởi nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã sanh khởi đang được đoạn diệt. Vị ấy ý thức về những ràng buộc đã đoạn diệt, tương lai không còn sanh khởi nữa. Như vậy vị ấy sống quán niệm pháp trên các nội pháp; hay sống quán niệm pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán niệm pháp trên cả nội pháp lẫn ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên các pháp. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các pháp. “Có pháp đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nầy các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với sáu nội ngoại xứ.

Lại nữa, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên pháp đối với thất giác chi. Nầy các Tỳ Kheo, thế nào là Tỳ Kheo sống quán pháp trên pháp đối với thất giác chi? Khi nội tâm có niệm giác chi (yếu tố chánh niệm), vị ấy ý thức là mình có chánh niệm. Vị ấy quán chiếu rằng tâm mình đang có chánh niệm. Khi không có chánh niệm, vị ấy ý thức rằng tâm mình không có chánh niệm. Vị ấy ý thức về chánh niệm chưa sanh khởi nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về chánh niệm đã phát sanh nay đang thành tựu viên mãn. Khi nội tâm có trạch giác chi (giám định đúng sai thiện ác). Vị ấy ý thức là mình đang có sự phân định đúng sai thiện ác. Vị ấy quán chiếu rằng tâm mình đang có sự giám định đúng sai thiện ác. Khi không có sự giám định, vị ấy ý thức là mình đang không có sự giám định. Vị ấy ý thức về một sự giám định chưa sanh nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về một sự giám định đã sanh khởi nay đang thành tựu viên mãn. Khi nội tâm có tinh tấn giác chi, vị ấy ý thức là mình đang có sự tinh chuyên. Vị ấy quán chiếu rằng tâm mình đang có sự tinh chuyên. Khi nội tâm không có sự tinh chuyên, vị ấy ý thức rằng tâm mình không có sự tinh chuyên. Vị ấy ý thức về một sự tinh chuyên chưa sanh khởi nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về sự tinh chuyên đã sanh khởi nay đang đi đến thành tựu viên mãn. Khi nội tâm có hỷ giác chi, vị ấy ý thức là mình đang có an vui. Vị ấy quán chiếu rằng tâm mình đang an vui. Khi nội tâm không có an vui, vị ấy ý thức là mình đang không có an vui. Vị ấy ý thức về niềm an vui chưa sanh khởi, nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về niềm an vui đã sanh khởi, nay đang đi đến thành tựu viên mãn. Khi nội tâm

có khinh an giác chi, vị ấy ý thức tâm mình đang có khinh an (nhe nhõm). Vị ấy quán chiếu rằng tâm mình đang có khinh an. Khi nội tâm không có khinh an, vị ấy ý thức rằng nội tâm mình không có sự khinh an. Vị ấy ý thức về sự khinh an chưa sanh khởi, nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về sự khinh an đã sanh khởi, nay đang đi đến thành tựu viên mãn. Khi nội tâm có định giác chi, vị ấy ý thức là mình đang có định. Khi nội tâm không có định, vị ấy ý thức là mình đang không có định. Khi định chưa sanh khởi, nay đang sanh khởi, vị ấy ý thức như vậy. Khi định đã sanh khởi, nay đang đi đến thành tựu viên mãn, vị ấy cũng ý thức như vậy. Khi nội tâm có xả giác chi, vị ấy ý thức là mình đang buông xả. Vị ấy quán chiếu là tâm mình có buông xả. Khi nội tâm không có sự buông xả, vị ấy ý thức là tâm mình đang không có sự buông xả. Vị ấy ý thức về sự buông xả chưa sanh khởi, nay đang sanh khởi. Vị ấy ý thức về sự buông xả đã sanh khởi, nay đang đi đến sự thành tựu viên mãn. Như vậy vị ấy sống quán niệm pháp trên các nội pháp; hay sống quán niệm pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán niệm pháp trên cả nội pháp lẫn ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên các pháp. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các pháp. “Có pháp đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Nay các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với thất giác chi.

Lại nữa, này các Tỳ Kheo, vị Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với Tứ Diệu Đế. Nay các Tỳ Kheo, thế nào là Tỳ Kheo sống quán pháp trên các pháp đối với bốn sự thật cao quý? Nay các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ Kheo ý thức: “Khi sự kiện là đau khổ, vị ấy quán niệm đây là đau khổ. Khi sự kiện là nguyên nhân tạo thành đau khổ, vị ấy quán niệm đây là nguyên nhân tạo thành sự đau khổ. Khi sự kiện là sự chấm dứt khổ đau, vị ấy quán chiếu đây là sự chấm dứt khổ đau. Khi sự kiện là con đường đưa đến sự chấm dứt khổ đau, vị ấy quán niệm đây là con đường dẫn đến sự chấm dứt khổ đau.” Như vậy vị ấy sống quán niệm pháp trên các nội pháp; hay sống quán niệm pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán niệm pháp trên cả nội pháp lẫn ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên các pháp. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các pháp. “Có pháp đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với

hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Như các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm pháp trên các pháp đối với Tứ Diệu Đế.

***Cultivating Mindfulness on the Mind-Object Is Cultivating
The Wisdom of Enlightenment and Emancipation***

Meditation and full realization on the transiency selflessness of all elements (contemplating that all the dharmas are without their own nature). Everything has no real nature, they are only a combination of the four elements, and each element is empty and without a self of itself, thus everything is without a self. Dharmas (real things and phenomena) as an abode of mindfulness, or mindfulness of dharmas as dependent, without self-entity, or to contemplate all things as being dependent, without self-nature or self-identity. Things in general as being dependent and without a nature of their own (things are composed and egoless or consider everything in the world as being a consequence of causes and conditions and that nothing remains unchanged forever). This negates the idea of “Personality.” A practitioner abides contemplating mind-objects as mind-objects, ardent, clearly aware and mindful, having put aside hankering and fretting for the world. This is one of the four types of Buddhist meditation in fixing the mind and developing of wisdom in order to eradicate illusions and attain wisdom of enlightenment and emancipation.

According to the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, Venerable Ananda recalls as follows: Thus, I have heard. On one occasion, the Blessed One was living in the Kuru country at a town of the Kurus named Kammasadhamma. There He addressed the Bhikkhus thus: “Bhikkhus.” “Venerable sir,” they replied. The Blessed One said: And how, Bhikkhus, does a Bhikkhu abide contemplating mind-objects as mind-objects? Here a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the five hindrances. And how does a Bhikkhu abide contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the five hindrances? Here, there being sensual desire in him, a Bhikkhu understands: “There is sensual desire in me;” or there being no sensual desire in him, he understands: “There is no sensual desire in me;” and he also understands how there comes to be the arising of unarisen

sensual desire, and how there comes to be the abandoning of arisen sensual desire, and how there comes to be the future non-arising of abandoned sensual desire. There being ill-will in him, a Bhikkhu understands: "There is ill-will in me;" or there being no ill-will in him, he understands: "There is no ill-will in me;" and he also understands how there comes to be the arising of unarisen ill-will, and how there comes to be the abandoning of arisen ill-will, and how there comes to be the future non-arising of abandoned ill-will. There being sloth and torpor in him, a Bhikkhu understands: "There are sloth and torpor in me;" or there being no sloth and torpor in him, he understands: "There are no sloth and torpor in me;" and he also understands how there comes to be the arising of unarisen sloth and torpor, and how there comes to be the abandoning of arisen sloth and torpor, and how there comes to be the future non-arising of abandoned sloth and torpor. There being restlessness and remorse in him, a Bhikkhu understands: "There are restlessness and remorse in me;" or there being no restlessness and remorse in him, he understands: "There are no restlessness and remorse in me;" and he also understands how there comes to be the arising of unarisen restlessness and remorse, and how there comes to be the abandoning of arisen restlessness and remorse, and how there comes to be the future non-arising of abandoned restlessness and remorse. There being doubt in him, a Bhikkhu understands: "There is doubt in me;" or there being no doubt in him, he understands: "There is no doubt in me;" and he also understands how there comes to be the arising of unarisen doubt, and how there comes to be the abandoning of arisen doubt, and how there comes to be the future non-arising of abandoned doubt. In this way he abides contemplating mind-objects as mind-objects internally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects externally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects both internally and externally. Or else he abides contemplating in mind-objects their arising factors, or he abides contemplating in mind-objects their vanishing factors, or he abides contemplating in mind-objects both their arising and vanishing factors. Or else mindfulness that 'there are mind-objects' is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging

to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the five hindrances.

Again, Bhikkhus, a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the five aggregates affected by clinging. And how does a Bhikkhu abide contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the five aggregates affected by clinging? Here a Bhikkhu understands: Such is material form, such its origin, such its disappearance. Such is feeling, such its origin, such its disappearance. Such is perception, such its origin, such its disappearance. Such are the formations, such their origin, such their disappearance. Such is consciousness, such its origin, such its disappearance. In this way, he abides contemplating mind-objects as mind-objects internally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects externally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects both internally and externally. Or else he abides contemplating in mind-objects their arising factors, or he abides contemplating in mind-objects their vanishing factors, or he abides contemplating in mind-objects both their arising and vanishing factors. Or else mindfulness that 'there are mind-objects' is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the five aggregates.

Again, Bhikkhus, a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the six internal and external bases. And how does a Bhikkhu abide contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the six internal and external bases? Here a Bhikkhu understands the eye, he understands forms, and he understands the fetter that arises dependent on both; and he understands how there comes to be the arising of the unarisen fetter, and how there comes to be the future non-arising of the abandoning fetter. Here a Bhikkhu understands the ear, he understands sounds, and he understands the fetter that arises dependent on both; and he understands how there comes to be the arising of the unarisen fetter, and how there comes to be the future non-arising of the abandoning fetter. Here a Bhikkhu understands the nose, he understands odours, and he understands the fetter that arises dependent on both; and he understands how there comes to be the arising of the unarisen fetter, and how there comes to

be the future non-arising of the abandoning fetter. Here a Bhikkhu understands the tongue, he understands flavours, and he understands the fetter that arises dependent on both; and he understands how there comes to be the arising of the unarisen fetter, and how there comes to be the future non-arising of the abandoning fetter. Here a Bhikkhu understands the body, he understands tangibles, and he understands the fetter that arises dependent on both; and he understands how there comes to be the arising of the unarisen fetter, and how there comes to be the future non-arising of the abandoning fetter. Here a Bhikkhu understands the mind, he understands mind-objects, and he understands the fetter that arises dependent on both; and he understands how there comes to be the arising of the unarisen fetter, and how there comes to be the future non-arising of the abandoning fetter. In this way he abides contemplating mind-objects as mind-objects internally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects externally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects both internally and externally. Or else he abides contemplating in mind-objects their arising factors, or he abides contemplating in mind-objects their vanishing factors, or he abides contemplating in mind-objects both their arising and vanishing factors. Or else mindfulness that 'there are mind-objects' is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the six internal and external bases.

Again, Bhikkhus, a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the seven enlightenment factors. And how does a Bhikkhu abide contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the seven enlightenment factors? Here, there being the mindfulness enlightenment factor in him, a Bhikkhu understands: "There is the mindfulness enlightenment factor in me;" or there being no mindfulness enlightenment factor in him, he understands: "There is no mindfulness enlightenment factor in me; and also understands how there comes to be the arising of the unarisen mindfulness enlightenment factor, and how the arisen mindfulness enlightenment factor comes to fulfilment by development." Here, there being the investigation-of-states enlightenment factor in him, a Bhikkhu

understands: “There is the investigation-of-states enlightenment factor in me;” or there being no investigation-of-states enlightenment factor in him, he understands: “There is no investigation-of-states enlightenment factor In me; and also understands how there comes to be the arising of the unarisen investigation-of-states enlightenment factor, and how the arisen investigation-of-states enlightenment factor comes to fulfillment by development.” Here, there being the energy enlightenment factor in him, a Bhikkhu understands: “There is the energy enlightenment factor in me;” or there being no energy enlightenment factor in him, he understands: “There is no energy enlightenment factor in me;” and also understands how there comes to be the arising of the unarisen energy enlightenment factor, and how the arisen energy enlightenment factor comes to fulfillment by development. Here, there being the rapture enlightenment factor in him, a Bhikkhu understands: “There is the rapture enlightenment factor in me;” or there being no rapture enlightenment factor in him, he understands: “There is no rapture enlightenment factor In me; and also understands how there comes to be the arising of the unarisen rapture enlightenment factor, and how the arisen rapture enlightenment factor comes to fulfillment by development. Here, there being the tranquility enlightenment factor in him, a Bhikkhu understands: “There is the tranquility enlightenment factor in me;” or there being no tranquility enlightenment factor in him, he understands: “There is no tranquility enlightenment factor In me; and also understands how there comes to be the arising of the unarisen tranquility enlightenment factor, and how the arisen tranquility enlightenment factor comes to fulfillment by development. Here, there being the concentration enlightenment factor in him, a Bhikkhu understands: “There is the concentration enlightenment factor in me;” or there being no concentration enlightenment factor in him, he understands: “There is no concentration enlightenment factor in me;” and also understands how there comes to be the arising of the unarisen concentration enlightenment factor, and how the arisen concentration enlightenment factor comes to fulfillment by development. Here, there being the equanimity enlightenment factor in him, a Bhikkhu understands: “There is the equanimity enlightenment factor in me;” or there being no equanimity enlightenment factor in him, he understands: “There is

no equanimity enlightenment factor in me;” and also understands how there comes to be the arising of the unarisen equanimity enlightenment factor, and how the arisen equanimity enlightenment factor comes to fulfillment by development. In this way he abides contemplating mind-objects as mind-objects internally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects externally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects both internally and externally. Or else he abides contemplating in mind-objects their arising factors, or he abides contemplating in mind-objects their vanishing factors, or he abides contemplating in mind-objects both their arising and vanishing factors. Or else mindfulness that ‘there are mind-objects’ is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the seven enlightenment factors.

Again, Bhikkhus, a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the Four Noble Truths. And how does a Bhikkhu abide contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the Four Noble Truths? Here a Bhikkhu understands as it actually is: “This is suffering;” he understands as it actually is: “This is the origin of suffering;” he understands as it actually is: “This is the cessation of suffering;” he understands as it actually is: “This is the way leading to the cessation of suffering.” In this way he abides contemplating mind-objects as mind-objects internally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects externally, or he abides contemplating mind-objects as mind-objects both internally and externally. Or else he abides contemplating in mind-objects their arising factors, or he abides contemplating in mind-objects their vanishing factors, or he abides contemplating in mind-objects both their arising and vanishing factors. Or else mindfulness that ‘there are mind-objects’ is simply established in him to the extent necessary for bare knowledge and mindfulness. And he abides independent, not clinging to anything in the world. That is how a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects in terms of the Four Noble Truths.

Chương Bốn Mươi Tám
Chapter Forty-Eight

Hành Giả Tu Phật Phải Biết Sám Hối Tam Nghiệp
Để Tiêu Trừ Nghiệp Chương Và Phát Triển Trí Huệ

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. Hành giả tu Phật 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 hủy phá. Ngày nay giác ngộ, ta phải hổ thẹn ăn năn, đem ba nghiệp chí thành sám hối. Đức Di Lạc 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). Người tu tập trí huệ có tâm sám nguyện như vậy tội chướng mới được tiêu trừ, công đức ngày thêm lớn, và mới đi đến chỗ phước huệ lưỡng toàn. Dùng lòng sám nguyện như thế mà hành đạo mới được gọi là đang phát triển trí huệ chân thật.

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 tiền 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. 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. Đối với người tu Phật, nhất là những người tu tập trí huệ, 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.

Nghiệp chướng là những chướng ngại và ngăn trở do ác nghiệp gây ra làm ngăn cản bồ đề (ác nghiệp ngăn cản chánh đạo). Theo Phật giáo, tác nhân chính gây ra nghiệp chướng chính là thân, khẩu và ý. Người tu Phật phải luôn cố gắng đoạn trừ nghiệp chướng bằng lối kiến trí tuệ. Dĩ nhiên trường hợp tốt nhất là nếu chúng ta không phạm phải lỗi lầm nơi thân, khẩu và ý. Nhưng tất cả chúng ta đều là con người, mà con người là có sai phạm. Sám hối nghiệp chướng nơi thân khẩu ý: Thứ nhất là Sám Hối Thân Nghiệp hay nơi thân tỏ bày tội lỗi, phát lồ cầu được tiêu trừ, rồi dùng thân ấy mà hành thiện nghiệp như bố thí cúng dường, vân vân. Thứ nhì là Sám Hối Khẩu Nghiệp hay nơi khẩu tỏ bày tội lỗi, phát lồ cầu được tiêu trừ, rồi dùng khẩu ấy mà niệm Phật, tụng kinh, hay ăn nói thiện lành, vân vân. Thứ ba là Sám Hối Ý Nghiệp hay nơi ý phải thành khẩn ăn năn, thề không tái phạm. 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.

Theo Phật giáo, có ba nghiệp về thân, bốn nghiệp về khẩu và ba nghiệp về ý. **Theo các truyền thống Phật giáo, có ba nghiệp về thân:** Thứ nhất là không sát sanh: Chúng ta chẳng những không phóng sanh cứu mạng, mà ngược lại còn tiếp tục sát sanh hại mạng nữa, chẳng hạn như đi câu hay săn bắn, vân vân. Thứ nhì là không trộm cắp: Chúng ta chẳng những không bố thí cúng dường, mà ngược lại còn lại tiếp tục ích kỷ, keo kiệt, trộm cắp nữa. Thứ ba là không tà dâm: Chúng ta chẳng những không đoan trang, chánh hạnh, mà ngược lại còn tiếp tục tà dâm tà hạnh nữa. **Theo các truyền thống Phật giáo, có bốn nghiệp về khẩu:** Thứ nhất là không nói dối: Chúng ta chẳng những không nói lời ngay thẳng chơn thật, mà ngược lại luôn nói lời dối láo. Thứ nhì là

không nói lời đâm thọc: Chúng ta không nói lời hòa giải êm ái, mà ngược lại luôn nói lưỡi hai chiều hay nói lời xấu ác làm tổn hại đến người khác. *Thứ ba là không chửi rủa:* Chúng ta chẳng những không nói lời ôn hòa hiền dịu, mà ngược lại luôn nói lời hung ác như chửi rủa hay sỉ vả. *Thứ tư là không nói lời vô tích sự:* Chúng ta không nói lời chánh lý đúng đắn, mà ngược lại luôn nói lời vô tích sự. ***Theo các truyền thống Phật giáo, lại có ba nghiệp về ý:*** *Thứ nhất là không ganh ghét:* Chúng ta không chịu thiếu dục tri túc, mà ngược lại còn khởi tâm tham lam và ganh ghét. *Thứ nhì là không xấu ác:* Chúng ta chẳng những không chịu nhu hòa nhẫn nhục; mà lại còn luôn sanh khởi các niềm sân hận xấu ác. *Thứ ba là không bất tín:* Chúng ta chẳng những không tin luật luân hồi nhân quả; mà ngược lại còn bám víu vào sự ngu tối và si mê, không chịu thân cận các bậc thiện hữu tri thức để học hỏi đạo pháp và tu hành.

Sám hối tam nghiệp có nghĩa là sám hối ba nghiệp nơi thân, khẩu và ý. Sám hối hay Sám ma có nghĩa là thân nên kiên trì nhẫn nại nói ra những lỗi lầm của mình, và thỉnh cầu tiền 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 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. 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 Lặc 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, hướng 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, trừ rủa 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 thiên, niệm Phật hay tụng kinh. Sau đó, thề 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 dùng 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 tròng 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, thề không tái phạm.

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. Đấy 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. 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.

***Buddhist Practitioners Must Repent on Three Karmas
to Eradicate the Karmaic Hindrances and Develop Wisdom***

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. Buddhist 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. Only when we practice with such a repentant mind can we be said to have developed a real wisdom.

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. Repentance or regret for error. From infinite reincarnations in the past to the present, to feel ashamed, be remorseful,

and bring forth the three karmas of body, speech and mind to repent sincerely. For Buddhist practitioners, especially those who cultivate wisdom, repentance is one of the most entrances to the great enlightenment; for with it, the mind within is always stilled.

The screen or hindrance of past karma which hinders the attainment of bodhi (hindrance to the attainment of Bodhi, which rises from the past karma). According to Buddhism the main agents that cause karmic hindrances are the body, mouth and mind. Buddhist practitioners should always try to cut away all karmic hindrances by the sword of wisdom. Of course it is the best scenario if we do not commit any wrong doings in the body, mouth and mind. But, we all are human beings, and human beings are error. To repent three (body, speech, and mind) karmas: First, Repentance on the Body Karma or the body openly confesses all transgressions and pray for them to disappear, and then use that body to practice wholesome actions, such as alms givings, offerings, etc. Second, Repentance on the Speech Karma or the speech openly confesses all transgressions and pray for them to disappear, and then use that speech to practice Buddha Recitation, chant sutras, speak wholesomely, etc. Third, Repentance on the Mind Karma or the mind must be genuine, remorseful, vowing not to revert back to the old ways. Repentance of 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.

According to Buddhist traditions, there are three commandments dealing with the body: First, not to kill or prohibiting taking of life. We do not free trapped animals; but, in contrast, we continue to kill and murder innocent creatures, such as fishing, hunting, etc. Second, not to steal or prohibiting stealing. We do not give, donate, or make offerings; but, in contrast, we continue to be selfish, stingy, and stealing from others. Third, not to commit adultery or prohibiting committing adultery. We do not behave properly and honorably; but, in contrast, we continue to commit sexual misconduct or sexual promiscuity. According to Buddhist traditions, there are four commandments dealing with the

mouth: *First*, not to lie. We do not speak the truth; but, in contrast, we continue to lie and speak falsely. *Second*, not to exaggerate. We do not speak soothingly and comfortably; but, in contrast, we continue to speak wickedly and use a double-tongue maner to cause other harm and disadvantages. *Third*, not to abuse. We do not speak kind and wholesome words; but, in contrast, we continue to speak wicked and unwholesome words, i.e., insulting or cursing others. *Fourth*, not to have ambiguous talk. We do not speak words that are in accordance with the dharma; but, in contrast, we continue to speak ambiguous talks. **According to Buddhist traditions, there are three commandments dealing with the mind:** *First*, not to be covetous. We do not know how to desire less and when is enough; but we continue to be greedy and covetous. *Second*, not to be malicious. We do not have peace and tolerance toward others; but, in contrast, we continue to be malicious and to have hatred. *Third*, not to be unbelief. We do not believe in the Law of Causes and Effets, but in contrast we continue to attach to our ignorance, and refuse to be near good knowledgeable advisors in order to learn and cultivate the proper dharma.

Repentance on the three karmas means repentance on the actions of the body, mouth, and mind. Forebearance of repentance means to 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 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. 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. 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.

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.

Chương Bốn Mươi Chín
Chapter Forty-Nine

Tu Tập Trí Tuệ Là Đang Trở Về Với
Cái Biết Của Chính Mình

Trong Phật giáo, trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Jnana là sự sáng suốt nắm vững tất cả những thuyết giảng được chứa đựng trong các kinh điển. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, tu tập trí tuệ là sử dụng sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Thật vậy, trong tu tập Phật giáo, tu tập trí tuệ là một trong những pháp tu tập thiền quán để trở về với cái biết của chính mình, trụ tâm và phát triển trí huệ để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành trí huệ giác ngộ và giải thoát. Nói tóm lại, tu tập trí tuệ là biến cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, thành ra cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna).

Trong nhà Thiền, tự tánh là cái tánh biết của mình. Trong khi trong thuật ngữ truyền thống của Phật giáo, tự tánh có nghĩa là Phật tánh, nó tạo nên Phật quả; nó là Tánh Không tuyệt đối, nó là Chơn Như tuyệt đối. Người ta có thể gọi nó là tự thể thanh tịnh, từ mà triết học Tây Phương hay dùng hay không? Trong khi nó chẳng có quan hệ gì đến thế giới nhị nguyên giữa chủ thể và khách thể, mà nó được gọi một cách đơn giản là “Tâm” (với chữ đầu viết hoa), và cũng là Vô Thức. Ngôn từ Phật giáo có quá nhiều với những thuật ngữ tâm lý học và bởi vì tôn giáo này đặc biệt quan tâm đến triết lý về sự sống, những thuật ngữ như Tâm, Vô Thức, được dùng như đồng nghĩa với Tự Tánh, nhưng phải thận trọng để không lầm lẫn chúng với những thuật ngữ tâm lý học thực nghiệm hay dùng, vì chúng ta không nói đến tâm lý học thực

nghiệm mà nói đến một thế giới siêu việt nơi đó không còn phân biệt về các ngoại hiện như vậy nữa. Trong tự tánh này, có một sự vận hành, một sự giác ngộ và Vô Thức trở nên ý thức về chính nó. Ở đây không đặt ra những câu hỏi “Tại sao?” hay “Thế nào?” Sự phát khởi hay sự vận hành này hay là bất cứ thứ gì phải được xem như là một sự kiện vượt lên trên tất cả chứng cứ biện luận. Cái chuông ngân nga và tôi nghe sự rung động của nó truyền qua không khí. Đây là một sự kiện đơn giản của nhận thức. Theo cùng cách thức, sự phóng rọi của ý thức vào Vô Thức là một vấn đề của kinh nghiệm, chẳng có sự huyền bí nào cả, nhưng theo quan điểm lý luận học, một sự mâu thuẫn bề ngoài, một sự mâu thuẫn mà nó phát khởi, tiếp tục sự mâu thuẫn vĩnh viễn. Dầu gì đi nữa, hiện giờ chúng ta vẫn có một cái Vô thức tự ý thức chính nó, hay một cái tâm tự phản chiếu chính nó. Sự chuyển hóa như vậy, tự tánh được biết là Bát Nhã.

Bản chất của hiện hữu hay cái gồm nên bản thể của sự vật. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: “Này Mahamati, bản chất của hiện hữu không phải như người ngu phân biệt nó.” Vạn hữu trong thế giới hiện tượng đều không thường bền, chỉ hiện hữu tạm thời, chứ không có tự tánh. Có thể nói tự tánh là cái biết của chính mình, nó không chỉ là hiện hữu mà còn là thông hiểu nữa. Chúng ta có thể nói nó hiện hữu vì nó biết, biết là hiện hữu và hiện hữu là biết. Đó là điều Huệ Năng muốn nói khi Ngài tuyên bố: “Chính trong bốn tánh có cái trí Bát Nhã và do đó là cái trí của mình. Bản tánh tự phản chiếu trong chính nó và sự tự chiếu này không thể diễn đạt bằng ngôn từ. Khi Huệ Năng nói về trí Bát Nhã đến độ như là nó sinh ra từ tự tánh, điều này do cách suy nghĩ chiếm ưu thế, tình trạng này quan hệ và ảnh hưởng với chúng ta, chúng ta thấy xuất hiện một chủ thuyết nhị nguyên giữa tự tánh và Bát Nhã, điều này hoàn toàn đối nghịch với tinh thần tư tưởng của Thiền Huệ Năng. Dù sao đi nữa, chúng ta cũng phải đến với trí Bát Nhã, và trí Bát Nhã phải được giải thích dưới ánh sáng của thiền định theo ý nghĩa của Đại Thừa. Trong triết học Đại Thừa, có 3 khái niệm về hiện hữu mà các triết gia cần phải giải thích mối quan hệ giữa bản thể và công năng. Đó là thể, tướng và dụng, lần đầu tiên xuất hiện trong Đại Thừa Khởi Tín Luận, mà người ta thường cho rằng Bồ Tát Mã Minh là tác giả. Thể tương ứng với bản chất, Tướng với hình dạng và Dụng với công năng. Quả táo là một vật màu hơi đỏ và có hình cầu: đó là tướng của nó, nó xuất hiện với các giác quan của chúng

ta như vậy. Tướng thuộc về thế giới của các giác quan, tức là ngoại hình. Cái dụng của nó bao gồm toàn bộ những gì nó tạo tác, nó có ý nghĩa, giá trị, và sự sử dụng chức năng của nó. Cuối cùng, Thể của quả táo là cái tạo thành bản tánh của quả táo, không có cái gọi là Thể ấy, quả táo mất đi sự hiện hữu của nó, cũng như Tướng và Dụng của nó, nó không còn là quả táo nữa. Một sự vật để có thực hữu, nó phải đáp ứng ba khái niệm này: Thể, Tướng và Dụng.

Để áp dụng tất cả các điều này vào đề tài thực tế của chúng ta, tự tánh là Thể và Bát Nhã là Dụng, trong khi ở đây không có cái gì tương ứng với Tướng bởi vì đề tài không thuộc về thế giới hình tướng. Đây là tánh Phật, nó hiện diện nơi tất cả vạn hữu và tạo thành tự tánh của chúng ta. Ngài Huệ Năng đã biện luận về mục đích tu thiền của chúng ta là nhận ra Phật tánh ấy và giải thoát khỏi những sai lầm, nghĩa là thoát ra khỏi mọi tham dục. Người ta có thể hỏi, vậy thì làm cách nào để có được sự nhận ra ấy? Điều này có thể được bởi vì tự tánh là cái tánh biết của mình. Thể là vô thể nếu không có cái Dụng, và Thể là Dụng. Tự hữu là tự biết. Tự thể của chúng ta được trình bày bởi cái Dụng của chính chúng ta, và với cái Dụng này theo thuật ngữ của Huệ Năng là ‘thấy trong tự tánh.’ Bàn tay chẳng phải là bàn tay, nó không hiện hữu cho tới lúc nó hái hoa cúng Phật; cũng vậy, bàn chân không phải là bàn chân cho đến khi nào cái Dụng của nó được sắp đặt, và khi nó được đặt trong cái Dụng qua cầu, lội suối hay leo núi. Sau thời Huệ Năng, lịch sử nhà Thiền được phát triển tối đa về cái Dụng : những kẻ tham vấn đáng tội nghiệp chỉ nhận được cái tát tai, cái đá, cái đấm, hay lời mắng chửi đến độ kinh hoàng tựa như một khán giả ngây ngô. Cách đối xử thô bạo ban đầu này với những thiền sinh được Huệ Năng mở đầu, dù dường như Ngài kiên kỳ thực hiện một áp dụng thực tiễn về triết lý của Dụng.

Khi chúng ta nói: “Ông hãy thấy tự tánh mình,” cái thấy này có thể xem như một nhận thức đơn giản, một cái biết đơn giản, một phản ảnh tự tánh đơn giản, thanh tịnh không ô nhiễm, nó giữ gìn phẩm tính này nơi tất cả chúng sanh cũng như nơi tất cả chư Phật. Thần Tú và những người theo Ngài hiển nhiên đã chấp nhận cái thấy như vậy. Nhưng kỳ thật thấy là một hành động, một hành động cách mạng của phần tri thức của con người mà sự vận hành theo quan niệm ngự trị từ bao đời , bám vào sự phân tích các ý niệm, những ý niệm xác định bằng ý nghĩa năng động của chúng. Cái thấy, đặc biệt theo ý nghĩa của Huệ Năng,

còn hơn một cái nhìn thụ động, một cái biết đơn giản thành tựu trong chiêm nghiệm cái tính thanh tịnh của tự tánh rất nhiều, với Huệ Năng, cái thấy là tự tánh, thị hiện trước mặt ngài không che dấu, cái Dụng không cần phải bảo tồn. Ở đây chúng ta thấy rõ cái hố ngăn cách lớn lao giữa hai tông phái Bắc tông thiên định và Nam tông Bát Nhã.

Trong Pháp Bảo Đàn Kinh, Lục Tổ Huệ Năng bắt đầu bài thuyết giảng thấy tánh bằng cách nhấn mạnh đến tầm quan trọng của Bát Nhã, mà mỗi người trong chúng ta, ngu cũng như trí, đều được phú cho. Ngài chấp nhận cách thông thường để tự diễn đạt vì ngài không phải là một triết gia. Theo luận cứ của chính chúng ta, tự tánh nhìn thấy thể của nó khi nó tự nhìn thấy chính nó, vì cái thấy này là hành động của Bát Nhã. Nhưng vì Bát Nhã là tên khác của tự tánh khi nó tự thấy chính nó, không có Bát Nhã nào ngoài tự tánh. Cái thấy cũng được gọi là nhận biết hay lãnh hội, hoặc hơn nữa, là kinh nghiệm. Khi hiểu tự tánh là Bát Nhã, và cũng là Thiên định, là nói về mặt tĩnh hay bản thể học. Bát Nhã còn có ý nghĩa nhiều hơn là nhận thức luận. Bây giờ Huệ Năng tuyên bố tính đồng nhất của Bát Nhã và Thiên định. “Này các thiện tri thức, cái căn bản nhất trong pháp của tôi là Định và Huệ. Các ông chớ để bị mê hoặc mà tin rằng có thể tách rời Định với Huệ. Chúng chỉ là một, không phải hai. Định là Thể của Huệ, và Huệ là Dụng của Định. Khi các ông quán Huệ thì thấy Định ở trong Huệ, khi các ông quán Định thì thấy Huệ ở trong Định. Nếu hiểu được như thế, thì Định và Huệ luôn đi đôi trong tu tập. Này những người học đạo, chớ nói trước phải có Định rồi Huệ mới phát, vì nói như thế là tách đôi nó rồi. Những người có kiến giải như thế khiến chư pháp thành nhị nguyên (có hai tướng), những người này miệng nói mà tâm không làm. Họ xem Định phân biệt với Huệ. Nhưng những người mà miệng và tâm hòa hợp với nhau, trong ngoài như một, thì Định và Huệ đồng nhau như một. Cái quan trọng đầu tiên trong triết học của Ngài Huệ Năng là khái niệm về tự tánh. Nhưng tự tánh không phải là thứ được nhận biết là cái gì đó thuộc về bản chất. Nó không phải là cái mà nó tồn tại khi tất cả các sự vật tương đối và có điều kiện đã bị giới hạn trong khái niệm của một hữu thể cá nhân. Đây không phải là cái “ngã”, cái linh hồn, hay tinh thần như người ta nghĩ nó theo cách bình thường. Nó không thuộc về phạm trù của thế giới tương đối. Nó cũng không phải là thực tại tối thượng mà người ta thường định danh như là thượng đế, tiểu ngã hay đại ngã (phạm thiên). Nó không thể được định

nghĩa theo bất cứ cách nào, tuy nhiên, nếu không có nó, chính cái thế giới như thế giới mà chúng ta thấy và dùng nó trong cuộc sống hằng ngày sẽ biến mất. Nói rằng nó có tức là phủ nhận nó. Đây là một sự vật kỳ lạ.

***Cultivating Wisdom Is
Returning to Our Self-Knowledge***

In Buddhism, higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Jnana is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, cultivation of wisdom is to utilize the strength of the intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. As a matter of fact, in Buddhist cultivation, cultivation of wisdom is one of the types of meditation in returning to our self-knowledge, fixing the mind and developing of wisdom in order to eradicate illusions and attain wisdom of enlightenment and emancipation. In short, cultivation of wisdom is to transform the ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, into the transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Arya-jnana.

In Buddhism, self-nature means self-knowledge, While in the traditional terminology of Buddhism, self-nature is Buddha-nature, that which makes up Buddhahood; it is absolute Emptiness, Sunyata, it is absolute Suchness, Tathata. May it be called Pure Being, the term used in Western philosophy? While it has nothing to do yet with a dualistic world of subject and object, it is called “Mind” (with the capital initial letter), and also the Unconscious. A Buddhist phraseology is saturated with psychological terms, and as religion is principally concerned with the philosophy of life. These terms, Mind and Unconscious, are here used as synonymous with Self-nature, but the utmost care is to be taken

not to confuse them with those of empirical psychology; for we have not yet come to this; we are speaking of a transcendental world where no such shadows are yet traceable. In this self-nature there is a movement, an awakening and the Unconscious of itself. This is not the region where the question “Why” or “How” can be asked. The awakening or movement or whatever it may be called is to be taken as a fact which goes beyond refutation. The bell rings, and I hear its vibrations as transmitted through the air. This is a plain fact of perception. In the same way, the rise of consciousness in the Unconscious is a matter of experience; no mystery is connected with it, but, logically stated, there is an apparent contradiction, which once started goes on contradicting itself eternally. Whatever this is, we have now a self-conscious Unconscious or a self-reflecting Mind. Thus, transformed, Self-nature is known as Prajna.

Self-nature or one’s own original nature, or one’s own Buddha-nature, that which constitutes the essential nature of a thing. In the Lankavatara Sutra, the Buddha told Mahamati: “Oh Mahamati, the nature of existence is not as it is discriminated by the ignorant.” Things in the phenomenal world are transient, momentary, and without duration; hence they have no self-nature. Self-nature is self-knowledge; it is not mere being but knowing. We can say that because of knowing itself, it is; knowing as being, and being is knowing. This is the meaning of the statement made by Hui-Neng that: “In original nature itself, there is Prajna knowledge, and because of this self-knowledge. Nature reflects itself in itself, which is self-illumination not to be expressed in words. When Hui-Neng speaks of Prajna knowledge as if it is born of self-nature, this is due to the way of thinking which then prevailed, and often involves us in a complicated situation, resulting in the dualism of self-nature and Prajna, which is altogether against the spirit of Hui –Neng’s Zen thought. However this may be, we have now come to Prajna, which must be explained in the light of Dhyana, in accordance with Mahayanist signification. In Mahayana philosophy, there are three concepts which have been resorted to by scholars to explain between substance and its function. They are body, form, and use, which first appeared in “The Awakening of Faith” in the Mahayana, usually ascribed to Asvaghosa. Body corresponds to substance, Form to appearance, and Use to function. The apple is a

reddish, round-shaped object: this is its Form, in which it appeals to our senses. Form belongs to the world of senses, i.e. appearance. Its Use includes all that it does and stands for, its values, its utility, its function, and so on. Lastly, the Body of the apple is what constitutes its appleship, without which it loses its being, and no apple, even with all the appearances and functions ascribed to it, is an apple without it. To be a real object these three concepts, Body, Form, and Use, must be accounted for.

To apply these concepts to our object of discourse here, self-nature is the Body and Prajna its Use, whereas there is nothing here corresponding to Form because the subject does not belong to the world of form. There is the Buddha-nature, Hui-Neng would argue, which makes up the reason of Buddhahood; and this is present in all beings, constituting their self-nature. The object of Zen discipline is to recognize it, and to be released from error, which are the passions. How is the recognition possible, one may inquire? It is possible because self-nature is self-knowledge. The Body is nobody without its Use, and the Body is the Use. To be itself is to know itself. By using itself, its being is demonstrated, and this using is, in Hui-Neng's terminology 'seeing into one's own Nature.' Hands are no hands, have no existence, until they pick up flowers and offer them to the Buddha; so with legs, they are no legs, non-entities, unless their Use is set to work, and they walk over the bridge, ford the stream, and climb the mountain. Hence the history of Zen after Hui-Neng developed this philosophy of Use to its fullest extent: the poor questioner was slapped, kicked, beaten, or called names to his utter bewilderment, and also to that of the innocent spectators. The initiative to this 'rough' treatment of the Zen students was given by Hui-Neng, though he seems to have refrained from making any practical application of his philosophy of Use.

When we say, 'see into your self-nature', the seeing is apt to be regarded as mere perceiving, mere knowing, mere statically reflecting on self-nature, which is pure and undefiled, and which retains this quality in all beings as well as in all the Buddhas. Shen-Hsiu and his followers undoubtedly took this view of seeing. But as a matter of fact, the seeing is an act, a revolutionary deed on the part of the human understanding whose function have been supposed all the time to be

logically analyzing ideas, ideas sensed from their dynamic signification. The 'seeing, especially in Hui-Neng's sense, was far more than a passive deed of looking at, a mere knowledge obtained from contemplating the purity of self-nature; the seeing with him was self-nature itself, which exposes itself before him in all nakedness, and functions without any reservation. Herein we observe the great gap between the Northern School of Dhyana and the Southern School of Prajna.'

In the Platform Sutra, the Sixth Patriarch, Hui-Neng opens his sermon with the seeing into one's self-nature by means of Prajna, with which everyone of us, whether wise or ignorant, is endowed. He adopts the conventional way of expressing himself, as he is no original philosopher. In our own reasoning, self-nature finds its own being when it sees itself, and this seeing takes place by Prajna. But as Prajna is another name given to self-nature when the latter sees itself, there is no Prajna outside self-nature. The seeing is also called recognizing or understanding, or, better, experiencing. Self-nature is Prajna, and also Dhyana when it is viewed, as it were, statically or ontologically. Prajna is more of epistemological significance. Now Hui-Neng declares the oneness of Prajna and Dhyana. "Oh good friends, in my teaching what is most fundamental is Dhyana and Prajna. And friends, do not be deceived and led to thinking that Dhyana and Prajna are separable. They are one, and not two. Dhyana is the Body of Prajna, and Prajna is the Use of Dhyana. When Prajna is taken up, Dhyana is in Prajna; when Dhyana is taken up, Prajna is in it. When this understood, Dhyana and Prajna go hand in hand in the practice of meditation. Oh, followers of the truth, do not say that Dhyana is first attained and then Prajna is awakened; for they are separate. Those who advocate this view make a duality of the Dharma; they are those who affirm with the mouth and negate in the heart. They regard Dhyana as distinct from Prajna. But with those whose mouth and heart are in agreement, the inner and outer are one, and Dhyana and Prajna are regarded as equal. What comes first in importance in the philosophy of Hui-Neng is the idea of self-nature. But self-nature is not to be conceived as something of substance. It is not the last residue left behind after all things relative and conditional have been extracted from the notion of an individual being. It is not the self, or the soul, or the spirit, as ordinarily regarded. It is not something belonging to any categories of the understanding. It does not belong to this world of relativities. Nor is it the highest reality which is generally ascribed to God or to Atman or to Brahma. It cannot be described or defined in any possible way, but without it the world even as we see it and use it in our everyday life collapses. To say it is to deny it. It is a strange thing.

Chương Năm Mươi
Chapter Fifty

Tu Tập Trí Tuệ Cho Đến Khi
Thành Tựu Trí Huệ Của Bồ Bề Kia

Bát Nhã, dịch theo Phạn ngữ “Prajna”, thường được dịch là “tri thức” trong Anh ngữ, nhưng chính xác hơn phải dịch là “trực giác.” Đôi khi từ này cũng được dịch là “trí tuệ siêu việt.” Sự thực thì ngay cả khi chúng ta có một trực giác, đối tượng vẫn cứ ở trước mặt chúng ta và chúng ta cảm nhận nó, hay thấy nó. Ở đây có sự lưỡng phân chủ thể và đối tượng. Trong “Bát Nhã” sự lưỡng phân này không còn hiện hữu. Bát Nhã không quan tâm đến các đối tượng hữu hạn như thế; chính là toàn thể tính của những sự vật tự ý thức được như thế. và cái toàn thể tính này không hề bị giới hạn. Một toàn thể tính vô hạn vượt qua tầm hiểu biết của phàm phu chúng ta. Nhưng trực giác Bát Nhã là thứ trực giác tổng thể “không thể hiểu biết được bằng trí của phàm phu” về cái vô hạn này, là một cái gì không bao giờ có thể xảy ra trong kinh nghiệm hằng ngày của chúng ta trong những đối tượng hay biến cố hữu hạn. Do đó, nói cách khác, Bát Nhã chỉ có thể xảy ra khi các đối tượng hữu hạn của cảm quan và trí năng đồng nhất với chính cái vô hạn. Thay vì nói rằng vô hạn tự thấy mình trong chính mình, nói rằng một đối tượng còn bị coi là hữu hạn, thuộc về thế giới lưỡng phân của chủ thể và đối tượng, được tri giác bởi Bát Nhã từ quan điểm vô hạn, như thế gần gũi với kinh nghiệm con người của chúng ta hơn nhiều. Nói một cách tượng trưng, hữu hạn lúc ấy tự thấy mình phản chiếu trong chiếc gương của vô hạn. Trí năng cho chúng ta biết rằng đối tượng hữu hạn, nhưng Bát Nhã chống lại, tuyên bố nó là cái vô hạn, vượt qua phạm vi của tương đối. Nói theo bản thể luận, điều này có nghĩa là tất cả những đối tượng hay hữu thể hữu hạn có được là bởi cái vô hạn làm nền tảng cho chúng, hay những đối tượng tương đối giới hạn trong phạm vi của vô hạn mà không có nó chúng chẳng có dây neo gì cả. Có hai loại Bát Nhã. Thứ nhất là thế gian Bát nhã. Thứ hai là xuất thế gian Bát nhã. Lại có thực tướng bát nhã và quán chiếu bát nhã. Thực tướng bát nhã là phần đầu của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ gốc. Quán chiếu bát nhã là phần thứ nhì của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ

đạt được qua tu tập. Lại có cộng bát nhã và bất cộng bát nhã. Cộng bát Nhã là ba giai đoạn của Thanh văn, Duyên giác và Bồ Tát. Bất cộng bát nhã là loại bát nhã của học thuyết toàn thiện Bồ Tát. Bát nhã có nghĩa là Trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Có ba loại Bát Nhã. Thứ nhất là thực tướng bát nhã, tức là trí huệ đạt được khi đã đáo bỉ ngạn. Thứ nhì là quán chiếu bát nhã, tức là phần hai của trí huệ Bát Nhã. Đây là trí huệ cần thiết khi thật sự đáo bỉ ngạn. Thứ ba là phương tiện Bát Nhã (Văn tự Bát nhã), hay là trí huệ hiểu biết chư pháp giả tạm và luôn thay đổi. Đây là trí huệ cần thiết đưa đến ý hướng “Đáo Bỉ Ngạn”.

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Này thiện tri thức, “Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật” là tiếng Phạn, dịch là đại trí tuệ đến bờ kia, nó phải là hành nơi tâm, không phải tụng ở miệng. Miệng tụng mà tâm chẳng hành như huyền như hóa, như sương, như điện. Miệng niệm mà tâm hành ắt tâm và miệng hợp nhau, bản tánh là Phật, lia tánh không riêng có Phật. Này thiện tri thức, sao gọi là Bát Nhã? Bát Nhã nghĩa là “trí tuệ.” Tất cả chỗ, tất cả thời, mỗi niệm không ngu, thường hành trí huệ tức là Bát Nhã hạnh. Một niệm ngu khởi lên, tức là Bát Nhã bật. Một niệm trí khởi lên, tức là Bát Nhã sanh. Người đời ngu mê không thấy Bát Nhã, miệng nói Bát Nhã mà trong tâm thường ngu, thường tự nói ta tu Bát Nhã, niệm niệm nói không nhưng không biết được chơn không. Bát Nhã không có hình tướng, tâm trí tuệ ấy vậy. Nếu khởi hiểu như thế tức gọi là Bát Nhã trí. “Prajna” là từ Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ (ý thức hay trí năng). Có ba loại bát nhã: thật tướng, quán chiếu và văn tự. Bát Nhã còn có nghĩa là thực lực nhận thức rõ ràng sự vật và những nguyên tắc căn bản của chúng cũng như xác quyết những gì còn nghi ngờ. Bát Nhã Ba La Mật Kinh diễn tả chữ “Bát Nhã” là đệ nhất trí tuệ trong hết thấy trí tuệ, không gì cao hơn, không gì so sánh bằng (vô thượng, vô tỷ, vô đẳng). Bát Nhã hay cái biết siêu việt nghĩa là ý thức hay trí năng (Transcendental knowledge). Theo Phật giáo Đại thừa, do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phục tùng trí tuệ phàm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp

chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai.

Tu tập trí huệ tức là tự mình điều chỉnh những ý nghĩ, lời nói, và hành động sai lầm của mình. Tuy nhiên, để có thể làm được như vậy, chúng ta nên tu tập bằng phương cách nào? Tưởng cũng nên nhắc lại, tất cả những pháp tu đều đã từng được đức Phật dạy dỗ tứ chúng. Trong trường hợp này, phương cách hữu hiệu nhất là tu tập trì giới và thiền định. Giới luật Phật giáo là những giới điều bên ngoài mà đức Phật đặt ra cho tứ chúng, nhưng trì giới lại đến từ sự tự nguyện từ sâu thẳm bên trong mỗi người chúng ta. Trong khi đó, thiền định sẽ giúp thanh tịnh tâm thức của chính chúng ta. Tiêu chuẩn mà đức Phật đã từng đặt ra là rất quan trọng, nhưng hành trì những tiêu chuẩn này lại quan trọng hơn nhiều, vì chính nhờ hành trì mà chúng ta có thể đạt được trí huệ chân thực. Phật tử chơn thuần, bất cứ ở đâu và bất cứ lúc nào, từng hành động của chúng ta phải luôn khế hợp với “trí tuệ Bát Nhã”. Phàm phu luôn khoe khoang nơi miệng, nhưng tâm trí lại mê mờ. Đây là một trong ba loại Bát Nhã, lấy trí tuệ quán chiếu cái lý thực tướng hay nhờ thiền quán mà giác ngộ được chân lý, vì đây là trí tuệ giải thoát hay Bát Nhã Ba La Mật là mẹ của chư Phật. Bát Nhã là ngọn đao trí tuệ có khả năng cắt đứt phiền não và ác nghiệp. Bát Nhã là sự hiểu biết trực giác. Nói chung, từ này chỉ sự phát triển sự hiểu biết trực giác là ý niệm chủ yếu trong Phật giáo. Theo Phật giáo Đại thừa, “bát nhã ba la mật” là ba la mật thứ sáu trong sáu ba la mật mà một vị Bồ Tát tu hành trên đường đi đến Phật quả, và do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phục tùng trí tuệ phàm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai. Bát Nhã là sự thấy biết bất thành linh. Bát Nhã quả thật là một thuật ngữ biện chứng chỉ cái tiến trình tri thức đặc biệt được biết đến như là “thấy bất thành linh,” hay “bỗng thấy,” “chợt thấy,” không theo bất cứ một định luật hay lý luận nào; vì khi Bát Nhã vận hành thì người ta tự thấy cái không của vạn hữu một cách bất ngờ và kỳ diệu. Điều này xảy ra một cách bất thần và không do kết quả của lý luận, mà vào lúc ấy lý luận như bị quên lãng, và nói theo cách tâm lý, đó là vào lúc năng lực của ý chí đi đến chỗ thành tựu. Cái dụng của Bát Nhã mâu

thuần với tất cả những gì chúng ta có thể nhận thức về thế giới này; nó thuộc về một trật tự hoàn toàn khác với trật tự của cuộc sống bình thường của chúng ta. Nhưng điều này không có nghĩa Bát Nhã là một cái gì đó hoàn toàn cách biệt với đời sống, với tư tưởng chúng ta, một cái gì đó phải đến với chúng ta từ cái nguồn nào đó không biết và không thể biết được, bằng phép lạ. Nếu vậy, Bát Nhã sẽ không thể có lợi ích gì cho chúng ta và chúng ta không thể đạt được giải thoát. Quả thật vai trò của Bát Nhã là bất liên tục và nó làm gián đoạn bước tiến của suy luận hợp lý, nhưng Bát Nhã không ngừng hiện diện dưới sự suy luận này và nếu không có nó chúng ta không thể suy luận gì cả. Cùng một lúc Bát Nhã vừa ở trên vừa ở trong quá trình suy luận. Về hình thức mà nói, điều này mâu thuẫn, nhưng sự thật do chính mâu thuẫn này khả hữu cũng do Bát Nhã đem lại.

Hầu như tất cả văn học tôn giáo đều chứa đầy những mâu thuẫn, phi lý và nghịch lý, và không bao giờ có thể có được, và đòi hỏi tin và chấp nhận những thứ ấy như là chân lý mặc khải, chính là vì tri thức tôn giáo đặt căn bản trên sự vận hành của Bát Nhã. Một khi người ta thích quan điểm Bát Nhã thì tất cả những phi lý cốt yếu của tôn giáo trở nên có thể hiểu được. Nó giống như một mẩu chuyện châm biếm hay cần phải thưởng thức. Trên mặt phải của nó phơi ra một sự lộn xộn hầu như khó tin của cái đẹp, và người nhận thức sẽ không vượt qua được những sợi chỉ rối beng. Nhưng ngay khi câu chuyện châm biếm bị đảo ngược thì tánh cách phức tạp và thần tình của cái đẹp ấy hiện ra. Bát Nhã gồm trong sự đảo ngược này. Cho đến bây giờ con mắt nhận thức bề mặt của cái áo, bề mặt duy nhất mà nó thường cho phép chúng ta quan sát. Bây giờ bỗng nhiên cái áo bị lộn trái, chiều hướng của cái thấy thành linh bị gián đoạn, không có sự liên tục nào của cái nhìn. Tuy nhiên do sự gián đoạn này, toàn bộ cấu trúc của cuộc sống bỗng nhiên được nhận thức, đó là “thấy trong tự tánh.” Chính Bát Nhã đặt những bàn tay của nó lên “Tánh Không,” hay “Chơn Như,” hay “Tự Tánh.” Và bàn tay này không đặt lên cái mà nó hình như hiện hữu. Điều này rõ ràng phát sinh từ cái mà chúng ta đã nói quan hệ đến những sự việc tương đối. Cho rằng tự tánh ở bên kia lãnh vực ngự trị của thế giới tương đối, sự nắm lấy nó bằng Bát Nhã không thể có nghĩa theo nghĩa thông thường của thuật ngữ này. Nắm lấy mà không phải là nắm lấy, sự xác quyết không thể tránh được nghịch lý. Theo thuật ngữ Phật giáo, sự nắm lấy này có hiệu quả bằng sự không phân biệt, nghĩa là

bằng sự phân biệt có tính cách không phân biệt. Cái quá trình đột nhiên, gián đoạn, nó là một hành động của tâm, nhưng hành động này, dù rằng không phải là không có ý thức, phát sinh từ chính tự tánh, tức là vô niệm.

Ngày nào đó Bát Nhã phải được phát khởi trong tự tánh; vì chừng nào chúng ta chưa có kinh nghiệm này thì không bao giờ chúng ta có được cơ hội biết Phật, không những chỉ nơi bản thân chúng ta mà còn nơi những người khác nữa. Nhưng sự phát khởi này không phải là một hành động đặc thù thành tựu trong lãnh vực ngự trị của ý thức thực nghiệm, và việc này cũng có thể đem so sánh với phản ảnh của mặt trăng trong dòng suối; nó không phải liên tục; nó ở bên kia sanh tử; cũng như khi người ta bảo nó chết, nó không biết chết; chỉ khi nào đạt được trạng thái vô tâm thì mới có những thuyết thoại chưa từng được nói ra, những hành động chưa từng được thực hiện. Theo Lục Tổ Huệ Năng trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Bát Nhã được phát khởi trong tự tánh theo cách “bất thành linh”, chữ bất thành linh ở đây không có nghĩa là tức thì, theo cách bất ngờ hay thành linh, nó cũng có nghĩa là hành vi tự phát, nó là cái thấy, không phải là một hành động có ý thức thuộc phần tự tánh. Nói cách khác, ánh sáng của Bát Nhã phóng ra từ vô niệm tuy nhiên nó không bao giờ rời vô niệm; Bát Nhã ở trong vô thức về sự vật. Đây là cái mà người ta ám chỉ khi nói rằng “thấy là không thấy và không thấy là thấy,” hoặc khi nói rằng vô niệm hay tự tánh, trở nên ý thức chính nó bằng phương tiện Bát Nhã, tuy nhiên trong ý thức này nó không có sự phân cách nào giữa chủ và khách. Do đó, Lục Tổ Huệ Năng nói: “Ai hiểu được chân lý này tức thì không nghĩ, không nhớ và không dính mắc.” Nhưng chúng ta phải nhớ rằng Lục Tổ Huệ Năng không bao giờ giảng một giáo pháp nào về cái “Vô” đơn giản hay về sự bất động đơn giản và Ngài không cậy đến quan niệm về cái vô tri trong vấn đề đời sống. Cũng theo Lục Tổ Huệ Năng, Bát Nhã là cái tên đặt cho “Tự Tánh,” hay chúng ta còn gọi nó là “Vô Thức,” khi nó tự ý thức chính nó, hay chính xác hơn, chính hành động trở thành ý thức. Do đó Bát Nhã chỉ về hai hướng: Vô thức và thế giới của ý thức hiện mở ra. Hình thái thứ nhất được gọi là Trí Vô Phân Biệt và hình thái kia là Trí Phân Biệt. Khi chúng ta quan hệ với hướng đi ra ngoài của ý thức và phân biệt tại điểm quên hướng kia của Bát Nhã, hướng quy tâm về Vô thức, chúng ta có thuật ngữ được biết dưới tên “Trí Tưởng Tượng.” Hay chúng ta có thể nói ngược lại: khi trí tưởng tượng

tự xác định, Bát Nhã bị che khuất, sự phân biệt ngự trị làm chủ, và bề mặt thanh tịnh, không vô nhiễm của Vô Thức hay Tự Tánh hiện thời bị che mờ. Những ai chủ trương “vô niệm” hay “vô tâm” đều mong chúng ta ngăn Bát Nhã khỏi lạc theo hướng phân biệt và chúng ta cương quyết quay cái nhìn theo hướng kia. Đạt vô tâm có nghĩa là, nói một cách khách quan, phát hiện ra trí vô phân biệt. Khi quan niệm này được phát triển thêm, chúng ta hiểu được nghĩa của vô tâm, trong tư tưởng Thiền.

Một khi đã quyết chí tu tập, hành giả phải quyết định tu tập trí tuệ cho đến khi thành tựu được trí tuệ đáo bỉ ngạn. Khi hành giả tu Phật nhập được vào Bát Nhã Ba La Mật Đa hay đạt được trí huệ của bờ bên kia, tức là đạt được loại trí huệ bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Để đạt được trí huệ Ba La Mật, hành giả phải nỗ lực quán chiếu về các sự thực vô thường, vô ngã, và nhân duyên của vạn hữu. Một phen đào được gốc vô minh, không những hành giả tự giải thoát tự thân, mà còn có thể giáo hóa và hướng dẫn cho những chúng sanh si mê khiến họ thoát ra khỏi vòng kềm tỏa của sanh tử. Sự tu tập trí tuệ và tâm linh của một vị Bồ Tát đến giai đoạn đạt được trí ba la mật, từ đó các ngài thăng tiến tức thời để chuyển thành một vị Phật toàn giác. Sự kiện ý có nghĩa nhất của trình độ này và biểu tượng cao nhất của sự thành tựu tối thượng của Bồ Tát là bước vào trạng thái thiền định của tâm cân bằng được khởi lên từ trí tuệ bất nhị của tánh không. Đây cũng là bước khởi đầu của Bồ Tát vào cổng nhất thiết trí của một vị Phật, tức là trí tuệ tinh hoa nhất. Trí tuệ ba la mật có một phẩm chất phân tích như một đặc tính đặc thù của trí bất nhị phát khởi khi Bồ Tát đạt đến giai đoạn trí ba la mật. Vì vậy, trí tuệ bình thường nghiêng về phần tri giác trong khi trí tuệ ba la mật lại nghiêng về phần trực giác.

Lúc đó, hành giả sẽ luôn có cách nhìn đúng về sự vật và năng lực nhận định các khía cạnh chân thật của vạn hữu. Trí tuệ là khả

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

Nói tóm lại, trong tu tập trí tuệ, hành giả phải cố công tu tập thiền quán về chân lý và vô thường, vô ngã, và nhân duyên tan hợp của vạn hữu. Hành giả tu Phật phải cố gắng tu tập cho đến khi nào có được trực giác thông đạt mọi pháp để chứng đạt chân lý, hay để nhìn vào chân lý cứu cánh của vạn hữu, nhờ đó mà người ta thoát ra ngoài triền phược của hiện hữu và trở thành tự chủ lấy mình. Đó là trí huệ Bát Nhã hay Trí huệ Ba la mật được dùng để diệt trừ sự hôn ám ngu si. Trí huệ Ba la mật là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đoạn trừ tận gốc rễ bóng tối của si mê. Trong các phiền não căn bản thì si mê là thứ phiền não có gốc rễ mạnh nhất. Một khi gốc rễ của si mê bị bật tung thì các loại phiền não khác như tham, sân, chấp trước, mạn, nghi, tà kiến, đều dễ bị bật gốc. Nhờ có trí huệ Ba La Mật mà chúng ta có khả năng dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh si mê. Trí tuệ Bát Nhã khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền

hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc.

***To Cultivate Wisdom Until Achieving
the Wisdom of the Other Shore***

Prajna, a Sanskrit term, is ordinarily translated as “knowledge” in English, but to be exact “intuition” may be better. It is sometimes translated as “transcendental wisdom.” The fact is even when we have an intuition, the object is still in front of us and we sense it, or perceive it, or see it. Here is a dichotomy of subject and object. In prajna this dichotomy no longer exists. Prajna is not concerned with finite objects as such; it is the totality of things becoming conscious of itself as such. And this totality is not at all limited. An infinite totality is beyond our ordinary human comprehension. But the prajna-intuition is this “incomprehensible” totalistic intuition of the infinite, which is something that can never take place in our daily experience limited to finite objects or events. The prajna, therefore, can take place, in other words, only when finite objects of sense and intellect are identified with the infinite itself. Instead of saying that the infinite sees itself, it is much closer to our human experience to say that an object regarded as finite, as belonging in the dichotomous world of subject and object, is perceived by prajna from the point of view of infinity. Symbolically, the finite then sees itself reflected in the mirror of infinity. The intellect informs us that the object is finite, but prajna contradicts, declaring it to be the infinite beyond the realm of relativity. Ontologically, this means that all finite objects or beings are possible because of the infinite underlying them, or that the objects are relatively and therefore limitedly laid out in the field of infinity without which they have no moorings. There are two kinds of prajna. First, temporal wisdom. Second, supernatural wisdom. There are also original wisdom and contemplative wisdom. Original wisdom is the first part of the Prajnaparamita. Contemplative wisdom is the second part of the Prajnaparamita, or the wisdom acquired from cultivation or contemplation. There are also prajna of the three stages of Sravaka and Pratyeka-buddha and the imperfect bodhisattva sect. The prajna of the perfect bodhisattva teaching. Prajna means “Enlightened wisdom,” the

wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. There are three prajnas or perfect enlightenments. The first part of the prajnaparamita. The wisdom achieved once crossed the shore. The second part of the prajnaparamita. The necessary wisdom for actual crossing the shore of births and deaths. Third, the wisdom of knowing things in their temporary and changing condition. The necessary wisdom for vowing to cross the shore of births and deaths.

According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch's Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: "Good Knowing Advisors, Maha Prajna Paramita is a Sanskrit word which means 'great wisdom which has arrived at the other shore.' It must be practiced in the mind, and not just recited in words. When the mouth recites and the mind does not practice, it is like an illusion, a transformation, dew drops, or lightning. However, when the mouth recites and the mind practices, then mind and mouth are in mutual accord. One's own original nature is Buddha; apart from the nature there is no other Buddha. Good Knowing Advisors, what is meant by 'Prajna?' Prajna in our language means wisdom. Everywhere and at all times, in thought after thought, remain undeluded and practice wisdom constantly; that is Prajna conduct. Prajna is cut off by a single deluded thought. By one wise thought, Prajna is produced. Worldly men, deluded and confused, do not see Prajna. They speak of it with their mouths, but their minds are always deluded. They constantly say of themselves, 'I cultivate Prajna!' And though they continually speak of emptiness, they are unaware of true emptiness. Prajna, without form or mark, is just the wisdom of the mind. If thus explained, this is Prajna wisdom. Prajna is a Sanskrit term which means wisdom. There are three kinds of prajna: real mark prajna, contemplative prajna, and literary prajna. Prajna also means the real power to discern things and their underlying principles and to decide the doubtful. The Prajna-paramita-sutra describes "prajna" as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed. Prajna means real wisdom or transcendental wisdom. According to the Mahayana Buddhism, only an immediate experienced intuitive

wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood—The wisdom which enables us to transcend desire, attachment and anger so that we will be emancipated (not through the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in “samsara” or transmigration.

Cultivation of wisdom is correcting our erroneous thoughts, speech, and actions. However, in order to be able to do this, what methods should we cultivate? It should be reminded that all methods of cultivations were once taught to all disciples by the Buddha. In this case, the most effective ways are discipline and meditation. Buddhist rules are external rules that set out by the Buddha, but observation of these rules is coming from the willingness very deep inside of each one of us. While meditation will help us to purify our mind. The standards that the Buddha once set out are very important, but the observation or practice of these standards is much more important, for owing to the practice we can attain the real wisdom. At any time and at all times, Devout Buddhists' actions must be in accordance with “Prajna” at all times. Worldly people always brag with their mouths, but their minds are always deluded. This is one of the three kinds of Prajna, the prajna or wisdom of meditative enlightenment on reality, for prajna is wisdom for salvation, and through wisdom is the mother or source of all Buddhas. Prajna is the spear of wisdom, which is able to cut off illusion and evil. Prajna is the intuitive understanding. In general, this refers to the development of intuitive understanding of key Buddhist concepts. According to the Mahayana Buddhism, the “prajna paramita” or the “perfection of wisdom” is the sixth of the perfections that a Bodhisattva cultivates on the path to Buddhahood, and only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood. The wisdom which enables us to transcend desire, attachment and anger so that we will be emancipated (not through the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in “samsara” or transmigration. Prajna is abruptly seeing. Prajna is really

a dialectical term denoting that this special process of knowing, known as “abruptly seeing,” or “seeing at once,” does not follow general laws of logic; for when prajna functions one finds oneself all of a sudden, as if by a miracle, facing Sunyata, the emptiness of all things. This does not take place as the result of reasoning, but when reasoning has been abandoned as futile, and psychologically when the will-power is brought to a finish. The use of prajna contradicts everything that we may conceive of things worldly; it is altogether of another order than our usual life. But this does not mean that Prajna is something altogether disconnected with our life and thought, something that is to be given to us by a miracle from some unknown and unknowable source. If this were the case, prajna would be no possible use to us. It is true that the functioning of Prajna is discrete, and interrupting to the progress of logical reasoning, but all the time it underlies it, and without Prajna we cannot have any reasoning whatever. Prajna is at once above and in the process of reasoning. This is a contradiction, formally considered, but in truth this contradiction itself is made possible because of Prajna.

That most of religious literature is filled with contradictions, absurdities, paradoxes, and impossibilities, and demands to believe them, to accept them, as revealed truths, is due to the fact that religious knowledge is based on the working of Prajna. Once this viewpoint of Prajna is gained, all the essential irrationalities found in religion become intelligible. It is like appreciating a fine piece of brocade. On the surface there is an almost bewildering confusion of beauty, and the professional fails to trace the intricacies of the threads. But as soon as it is turned over all the intricate beauty and skill is revealed. Prajna consists in this turning-over. The eye has hitherto followed the surface of the cloth, which is indeed the only side ordinarily allows us to survey. Now the cloth is abruptly turned over; the course of the eyesight is suddenly interrupted; no continuous gazing is possible. Yet by this interruption, or rather disruption, the whole scheme of life is suddenly grasped; there is the “seeing into one’s self-nature.” It is Prajna which lays its hands on Emptiness, or Suchness, or self-nature. And this laying-hands-on is not what it seems. This is self-evident from what has already been said concerning things relative. Because the self-nature is beyond the realm of relativity, its being grasped by

Prajna cannot mean a grasping in its ordinary sense. The grasping must be no-grasping, a paradoxical statement which is inevitable. To use Buddhist terminology, this grasping is accomplished by non-discrimination; that is, by discrete, an act of the conscious; not an unconscious act but an act rising from self-nature itself, which is the unconscious.

Prajna must once be awakened in self-nature; for unless this is experienced we shall never have a chance of knowing the Buddha not only in ourselves but in others. But this awakening is no particular deed performed in the realm of empirical consciousness, and for this reason it is like a lunar reflection in the stream; it is neither continuous nor discrete; it is beyond birth and death; even when it is said to be born, it knows no birth; even when it is said to have passed away, it knows no passing away; it is only when no-mind-ness or the Unconscious is seen that there are discourses never discoursed, that there are acts that never acted. According to the Sixth Patriarch Hui Neng in the Platform Sutra, Prajna is awakened in self-nature abruptly, and the term “abrupt” not only means ‘instantaneously’, ‘unexpectedly’ or ‘suddenly’, but signifies the idea that the act of awakening which is seeing is not a conscious deed on the part of self-nature. In other words, Prajna flashes from the Unconscious and yet never leaves it; it remains unconscious of it. This is the sense of saying that “seeing is no-seeing, and no-seeing is seeing,” and that the Unconscious or self-nature becomes conscious of itself by means of Prajna, and yet in this consciousness there is no separation of subject and object. Therefore, Hui-Neng says: “One who understands this truth is without thought, without memory, and without attachment.” But we must remember that Hui-Neng never advocated the doctrine of mere nothingness, or mere-doing-nothing-ness, nor assumed an unknown quantity in the solution of life. Also according to Hui-Neng, Prajna is the name given to self-nature, or the Unconscious, as we call it, when it becomes conscious of itself, or rather to the act itself of becoming conscious. Prajna therefore points in two directions to the Unconscious and to the world of consciousness which is now unfolded. The one is call the Prajna of non-discrimination and the other the Prajna of discrimination. When we are so deeply involved in the outgoing direction of consciousness and discrimination as to forget the other direction of Prajna pointing to the

Unconscious, we have what is technically known as “Prapanca,” imagination. Or we may state this conversely: when imagination asserts itself, Prajna is hidden, and discrimination has its own sway, and the pure, undefiled surface of the Unconscious or self-nature is now dimmed. The advocates of “no-thought” or “no-mind” want us to preserve Prajna from going astray in the direction of discrimination, and to have our eyes looking steadily in the other direction. To attain “no-mind” means to recover, objectively speaking, the Prajna or non-discrimination. When this idea is developed in more detail we shall comprehend the significance of “no-mind” in Zen thought.

Once resolving in cultivation of wisdom, practitioners must make up the mind to cultivate until attaining the wisdom of the other shore. Once Buddhist practitioners enter the prajna-paramita or the wisdom that connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. In order to obtain wisdom-paramita, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Once the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death. The cultivation of the Bodhisattva’s intellectual and spiritual journey comes with his ascent to the Jnana Paramita, then immediately preceding his transformation into a fully awakened Buddha. The most significant event in this level and the paramount symbol of the Bodhisattva’s highest accomplishment, is entrance into a meditative state of balanced concentration immersed in non-dualistic knowledge of emptiness. This event is represented by his initiation into the omniscience of a perfect Buddha, which is quintessential perfection. Knowledge perfection or Prajna paramita has an analysis quality which does not seem to figure as a specific characteristic of non-dualistic knowledge developed by the Bodhisattva at the stage of Jnana Paramita. So, whereas Jnana refers more to intellectual knowledge, Prajna paramita has more to do with intuition.

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

In short, in cultivating wisdom, practitioner must make a great effort to meditate on the truths of impermanence, no-self, and the dependent origination of all things. Buddhist practitioners must strive to cultivate very until the roots of ignorance are severed, we can not only liberate ourselves, but also teach and guide foolish beings to break through the imprisonment of birth and death. Wisdom-paramita is an intuition into the power to discern reality or truth, or into the ultimate truth of things, by gaining which one is released from the bondage of existence, and becomes master of one's self. Wisdom Paramita is used to destroy ignorance and stupidity. The *prajna-paramita* is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and passions, greed, anger, attachment, arrogance, doubt, and wrong views are also uprooted. The *prajna* wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy.

Phần Ba
Phụ Lục

Part Three
Appendices

Phụ Lục A
Appendix A

Ba Loại Kiến Thức

Theo ngài Long Thọ trong Trung Quán Luận, có ba cấp độ kiến thức. *Thứ nhất là Kiến Thức Huyền Ảo:* Huyền ảo là sự gán ghép sai lầm một ý tưởng không có thực cho một đối tượng do nhân duyên tạo ra. Đối tượng này chỉ hiện hữu trong trí tưởng tượng và không tương ứng với thực tại. *Thứ nhì là Kiến Thức Thường Nghiệm:* Thường nghiệm là sự hay biết về một đối tượng do nhân duyên mà có. Đây là kiến thức tương đối và dùng để phục vụ cho các mục đích của cuộc sống. *Thứ ba là Kiến Thức Tuyệt Đối:* Tuyệt đối là chân lý cao nhất hay chân như, chân lý tuyệt đối. Huyền ảo và thường nghiệm tương ứng với chân lý tương đối, còn tuyệt đối thì tương ứng với chân lý cao nhất của Trung Luận tông. Hành giả nên luôn nhớ rằng chính mình phải có kiến thức để có thể kết hợp sinh động với những thế lực thiên nhiên dựa trên sự hiểu biết sâu sắc về các thế lực ấy giúp cho mình có thể hòa hợp được với chúng. Buông xuôi theo dòng chảy một cách thụ động không phải là thái độ chấp nhận mà đức Phật đã nói đến. Đức Phật dạy rằng cái mà chúng ta cần làm là chấp nhận thực tại, tiếp nhận sự vật như chúng là, với một tâm thức và trái tim rộng mở, trong giao tiếp sinh động với cuộc sống.

Three Degrees of Knowledge

According to Nagarjuna in the Madhyamika-karika, there are three degrees of knowledge. *First, Illusory knowledge or Parikalpita:* Illusory knowledge is the false attribution of an imaginary idea to an object produced by its cause and conditions. It exists only in one's imagination and does not correspond to reality. *Second, Empirical knowledge or Paratantra:* Empirical knowledge is the knowledge of an object produced by its cause and conditions. This is relative knowledge and serves the practical purposes of life. *Third, Absolute knowledge or Parinispanna:* The absolute knowledge is the highest truth or tathata, the absolute. The illusory knowledge and empirical knowledge

correspond to relative truth (samvrti-satya), and the absolute knowledge to the highest truth (paramartha-satya) of the Madhyamika system. Practitioners should always remember that we, ourselves must have enough knowledge to actively engage with natural forces, based on knowing the forces intimately so you can accord with them. Passively going with the flow is not the kind of acceptance that the Buddha way speaks of. The Buddha way says that what we need to do is to accept what is at this moment, to receive things as they are, with our minds and hearts wide open, in an active engagement with life.

Phụ Lục B
Appendix B

Kiến Thức Tuyệt Đối

Theo Phật giáo, tuyệt đối là vượt ra ngoài sự so sánh. Tuyệt đối là thực tại của những hiện tượng. Tuyệt đối luôn luôn có bản chất đồng nhất. Niết bàn hoặc thực tại tuyệt đối không phải là thứ gì được tạo sanh hoặc thành tựu. Theo triết học Trung Quán, Nguyệt Xứng cho rằng với các bậc Thánh giả thì Tuyệt Đối chỉ là sự im lặng, vì nó là cái gì bất khả thuyết hay bất khả diễn đạt bằng lời. Tuyệt đối là chân lý cao nhất hay chân như, chân lý tuyệt đối. Huyền ảo và thường nghiệm tương ứng với chân lý tương đối, còn tuyệt đối thì tương ứng với chân lý cao nhất của Trung Luận tông. Trong Phật giáo, tuyệt đối đồng nghĩa với chân như. Nó bất biến, không đổi, không bị ảnh hưởng bởi bất cứ thứ gì, là tướng chung cho hết thảy các pháp. Tuyệt đối còn có nghĩa là “Tánh Không”, là sự vắng bật mọi sự tướng. Tuyệt đối cũng có nghĩa là “Biên tế thực tại” hay “cái gì đã đến tột đỉnh chân lý”, đến giới hạn tột cùng của những gì có thể tri nhận, hoàn toàn không còn sai lầm hay điên đảo. Tuyệt đối cũng có nghĩa là “Vô Tướng” là không có tướng trạng. Tuyệt đối lại còn có nghĩa là “Chân Lý tối thắng” hay thắng nghĩa, vì nó đạt thành do tối thắng của bậc Thánh. Ngoài ra, tuyệt đối còn đồng nghĩa với vô nhị, vô phân biệt xứ, vô sanh, chân tánh của chư pháp, bất khả thuyết, vô vi, phi hý luận, chân lý, chân tánh, niết bàn, tịch diệt, Phật quả, trí tuệ, giác ngộ, tri thức mà mình phải tự nhận trong chính mình, Pháp thân, Phật, vân vân và vân vân. Theo Phật Giáo, “Tuyệt Đối” còn rất nhiều nghĩa khác như sau: chân như (như thị), không tánh, niết bàn, bất nhị, bất sanh, cõi vô phân biệt, bản thể của pháp (bản chất của vật tồn hữu), bất khả diễn đạt, đích thực như nó đang là, không thể diễn tả bằng ngôn từ hay hý luận, như thực (cái thực sự đang là), chân đế, chân lý, Như Lai tạng, thực tại mà ta phải tự thể nghiệm trong nội tâm, vân vân. Theo trường phái Duy Giã, duy thức tuyệt đối là giáo pháp tiêu biểu nhất và là cái được gọi là “chủ nghĩa duy thức”. Theo đó đối tượng thường nghiệm (vô thường) thì ‘thuộc chủ quan’ và chủ thể nhận thức là ‘tuyệt đối’. Với đối tượng thường nghiệm, Duy Giã phủ nhận tính hiện thực độc lập của đối tượng ngoại giới, và điều này chỉ là tiếp nối các ý niệm truyền thống về tính

vượt trội của ‘tâm’ trên mọi đối tượng, dù có lẽ nó có thể mang cho chúng một nội dung phần nào sắc xảo hơn và hàm chứa nhận thức luận rõ ràng hơn trước. Trong một hành vi tri thức, tâm và tâm sở có tầm quan trọng quyết định, còn ‘đối tượng’ là một ảnh trợ phần lớn đã được định hình, và trong mức độ nào đó, nó do tâm tạo ra.

Mục tiêu của người tu Phật là đạt được cái kiến thức tuyệt đối hầu có thể loại trừ được hết thảy khổ đau phiền não để đạt được cứu cánh sau cùng là niết bàn. Kiến thức tuyệt đối bao gồm quán sát trí và viên thành thực trí. Thứ nhất là “Quán Sát Trí”. Đây là một trong hai loại trí được nói đến trong Kinh Lăng Già. Quán sát trí là trí tuyệt đối, tương đương với Viên Thành Thực Trí. Chữ Phạn Pravicaya nghĩa là tìm tòi xuyên suốt hay khảo sát tường tận, và cái trí được định tính như thế thâm nhập vào bản chất căn bản của tất cả các sự vật, là cái vượt khỏi phân tích lý luận, và không thể được diễn tả bằng mệnh đề nào trong tứ cú. Trí tuyệt đối thứ nhì là “Viên Thành Thực Trí” (lý tính hay nguyên lý hay tánh chất căn bản). Viên thành thực trí tức là cái biết toàn hảo và tương đương với Chánh Trí (samyagjnana) và Như Như (Tathata) của năm pháp. Đây là cái trí có được khi ta đạt tới trạng thái tự chứng bằng cách vượt qua Danh, Tướng, và tất cả các hình thức phân biệt hay phán đoán (vikalpa). Đây là chân lý cao nhất, chân lý tối thượng của khoa nhận thức luận Du Già, vì nó là cách thức sự vật thật sự hiện hữu được hiểu bởi tâm giác ngộ. Chân lý này nói rằng mọi sự vật đều hoàn toàn không có tính nhị nguyên, mặc dù người có tâm không giác ngộ, nhìn sự vật theo cách nhị nguyên. Đây cũng là Như Như, Như Lai Tạng Tâm, đây là một cái gì không thể bị hủy hoại. Sợi dây thừng giờ đây được nhận biết theo thể diện chân thực của nó. Nó không phải là một sự vật được cấu thành do các nguyên nhân và điều kiện hay nhân duyên và giờ đây đang nằm trước mặt chúng ta như là một cái gì ở bên ngoài. Từ quan điểm của nhà Duy Thức Tuyệt Đối theo như Lăng Già chủ trương, sợi dây thừng là phản ánh của chính cái tâm của chúng ta, tách ra khỏi cái tâm thì nó không có khách quan tính, về mặt này thì nó là phi hiện hữu. Nhưng cái tâm vốn do từ đó mà thế giới phát sinh, là một đối tượng của Viên Thành Thực hay trí toàn đắc.

Absolute Knowledge

According to Buddhism, “Absolute” means “Beyond Comparison”. The Absolute is the Reality of the appearances. The Absolute is always of uniform nature. Nirvana or the Absolute Reality is not something produced or achieved. According to the Madhyamaka philosophy, Candrakirti, to the saints, the Absolute is just silence, for it is inexpressible by speech. The absolute knowledge is the highest truth or tathata, the absolute. The illusory knowledge and empirical knowledge correspond to relative truth (samvrti-satya), and the absolute knowledge to the highest truth (paramartha-satya) of the Madhyamika system. In Buddhism, “Absolute” is a synonym for “Suchness”. It is unalterable, without modification, unaffected by anything, and a mark common to all dharmas. It also means “Emptiness” for it is the absence of all imagination. Some people define it as “Reality-limit” for it is that which reaches up to the summit of truth, to the utmost limit of what can be cognized, and is quite free from error or perversion. Some other people define it as “Signless” for it is the absence of all marks. The Absolute is further “Ultimate true”, or the “Supreme object” because reached by the supreme cognition of the saints. Furthermore, it also means non-duality, the realm of non-discrimination, non-production, the true nature of dharma, the inexpressible, the unconditioned, the unimpeded (nishprapanca), the actual fact (tattva), that which really is (yathabhuta), the truth (satya), the true reality (bhutata), nirvana, cessation, Buddhahood, wisdom, enlightenment, the cognition which one must realize within oneself, the Dharma-body (dharmakaya), the Buddha, and so on, and so on. According to Buddhism, “Absolute” has many other meanings as follows: suchness (tathata), emptiness (void, sunyata), nirvana (nibbana), non-dual, unproduced, the realm of non-discrimination, the true nature of dharma or the essence of being (dharmadhatu or dhamrata), the inexpressible, thatness (tattva), free of verbalization and plurality, that which really is, the true reality, truth, the womb of Tathagatas (Tathagata-garbha), reality which one must realize within oneself, and so on. According to the Yogacarins, the absolute idealism is the most characteristic doctrine and is their so-called ‘idealism’, which is ‘subjective’ with regard to the empirical and ‘absolute’ with regard to the transcendental subject. As to the first, it

denies the independent reality of an external object, and merely continues the traditional ideas about the primacy of 'thought' over all objects, though it may perhaps give them a somewhat sharper edge and a more pronounced epistemological content than they may have had before. In every mental act thought and its concomitants are of decisive importance, and the 'object' is a shadowy appearance largely shaped and to some extent conjured up by thought.

The purpose of Buddhist cultivators is to attain the absolute knowledge so that they can eliminate all sufferings and afflictions and attain the final goal, which is the "Nirvana". The first absolute knowledge is the "Pravicayabuddhi". This is one of the two kinds of knowledge mentioned in the Lankavatara Sutra. Absolute knowledge corresponds to the Parinishpanna. Pravicaya means "to search through," "to examine thoroughly," and the Buddhi so qualified penetrates into the fundamental nature of all things, which is above logical analysis and cannot be described with any of the four propositions. The second absolute knowledge is the absolute nature or the fundamental principle or character. This is one of the three forms of "Svabhavalakshana-sunyata" or knowledge is the Parinishpanna, perfected knowledge, and corresponds to the Right Knowledge (Samyagjnana) and Suchness (Tathata) of the five Dharmas. It is the knowledge that is available when we reach the state of self-realization by going beyond Names and Appearances and all forms of Discrimination or judgment. It is the highest truth the Yogacara School's epistemological ultimate, because it is the way things really are as understood by the unenlightened mind. It is the truth that ultimately all things are completely lacking in duality, even though they appear to the unenlightened mind under the guise of dualism. It is suchness itself, it is the Tathagata-garbha-hridaya, it is something indestructible. The rope is now perceived in its true perspective. It is not an object constructed out of causes and conditions and now lying before us as something external. From the absolutist's point of view which is assumed by the Lankavatara, the rope is a reflection of our own mind, it has no objectivity apart from the latter, it is in this respect non-existent. But the mind out of which the whole world evolves is the object of the Parinishpanna, perfectly-attained knowledge.

Phụ Lục C
Appendix C

Trí Tuệ Và Tam Học Trong Phật Giáo

Trí tuệ cơ bản vốn có nơi mỗi người chúng ta có thể lộ khi nào bức màn vô minh bị vệt bỏ qua tu tập. Theo Đức Phật, trí tuệ là một phẩm hạnh cực kỳ quan trọng vì nó tương đương với chính sự giác ngộ. Chính trí tuệ mở cửa cho sự tự do, và trí tuệ xóa bỏ vô minh, nguyên nhân căn bản của khổ đau phiền não. Người ta nói rằng chặt hết cành cây hay thậm chí chặt cả thân cây, nhưng không nhổ tận gốc rễ của nó, thì cây ấy vẫn mọc lại. Tương tự, dù ta có thể loại bỏ luyến chấp văng cách từ bỏ trần tục và sân hận với tâm từ bi, nhưng chừng nào mà vô minh chưa bị trí tuệ loại bỏ, thì luyến chấp và sân hận vẫn có thể nảy sinh trở lại như thường. Về phần Đức Phật, ngay hôm Ngài chứng kiến cảnh bất hạnh xảy ra cho con trùn và con chim trong buổi lễ hạ điền, Ngài bèn ngồi quán tưởng dưới gốc cây hồng táo gần đó. Đây là kinh nghiệm thiền định sớm nhất của Đức Phật. Về sau này, khi Ngài đã từ bỏ thế tục để đi tìm chân lý tối thượng, một trong những giới luật đầu tiên mà Ngài phát triển cũng là thiền định. Như vậy chúng ta thấy Đức Phật đã tự mình nhấn mạnh rằng trí tuệ chỉ có thể đạt được qua thiền định mà thôi.

Tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Dù trí tuệ quan hệ tới nhân quả. Những ai đã từng tu tập và vun trồng thiện căn trong những đời quá khứ sẽ có được trí tuệ tốt hơn. Tuy nhiên, ngay trong kiếp này, nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí tuệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm này và chấm dứt khổ đau phiền não. Trí tuệ là một trong ba pháp tu học quan trọng trong Phật giáo. Hai pháp kia là Giới và định. Theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện thì tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ hay tuệ minh sát. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu.

Trong đạo Phật, trí tuệ là quan trọng tối thượng, vì sự thanh tịnh có được là nhờ trí tuệ, do trí tuệ, và trí tuệ là chìa khóa dẫn đến giác ngộ và giải thoát cuối cùng. Nhưng Đức Phật không bao giờ tán thán trí thức suông. Theo Ngài, trí phải luôn đi đôi với thanh tịnh nơi tâm, với sự hoàn hảo về giới: Minh Hạnh Túc. Trí tuệ đạt được do sự hiểu biết và phát triển các phẩm chất của tâm là trí, là trí tuệ siêu việt, hay trí tuệ do tu tập mà thành. Đó là trí tuệ giải thoát chứ không phải là sự lý luận hay suy luận suông. Như vậy Đạo Phật không chỉ là yêu mến trí tuệ, không xúi dục đi tìm trí tuệ, không có sự sùng bái trí tuệ, mặc dù những điều này có ý nghĩa của nó và liên quan đến sự sống còn của nhân loại, mà đạo Phật chỉ khích lệ việc áp dụng thực tiễn những lời dạy của Đức Phật nhằm dẫn người theo đi đến sự xả ly, giác ngộ, và giải thoát cuối cùng. Trí tuệ trong Phật giáo là trí tuệ nhận thức được tánh không. Đây là phương tiện duy nhất được dùng để loại trừ vô minh và những tâm thái nhiễu loạn của chúng ta. Loại trí tuệ này cũng là phương tiện giúp hóa giải những dấu ấn nghiệp thức u ám. Chữ Phật tự nó theo Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ và giác ngộ. Tuy nhiên, trí tuệ này không phải là phạm trí mà chúng ta tưởng. Nói rộng ra, nó là trí tuệ của Phật, loại trí tuệ có khả năng thông hiểu một cách đúng đắn và toàn hảo bản chất thật của đời sống trong vũ trụ này trong quá khứ, hiện tại và tương lai. Nhiều người cho rằng trí tuệ có được từ thông tin hay kiến thức bên ngoài. Đức Phật lại nói ngược lại. Ngài dạy rằng trí tuệ đã sẵn có ngay trong tự tánh của chúng ta, chứ nó không đến từ bên ngoài. Trên thế giới có rất nhiều người thông minh và khôn ngoan như những nhà khoa học hay những triết gia, vân vân. Tuy nhiên, Đức Phật không công nhận những kiến thức phạm tục này là sự giác ngộ đúng nghĩa theo đạo Phật, vì những người này chưa dứt trừ được phiền não của chính mình. Họ vẫn còn còn trụ vào thị phi của người khác, họ vẫn còn tham, sân, si và sự kiêu ngạo. Họ vẫn còn chứa chấp những vọng tưởng phân biệt cũng như những chấp trước. Nói cách khác, tâm của họ không thanh tịnh. Không có tâm thanh tịnh, dù có chứng đắc đến tầng cao nào đi nữa, cũng không phải là sự giác ngộ đúng nghĩa theo Phật giáo. Như vậy, chương ngại đầu tiên trong sự giác ngộ của chúng ta chính là tự ngã, sự chấp trước, và những vọng tưởng của chính mình. Chỉ có trí tuệ dựa vào khả năng định tĩnh mới có khả năng loại trừ được những chấp trước và vô minh. Nghĩa là loại trí tuệ khởi lên từ bản tâm thanh tịnh, chứ không phải là loại trí tuệ đạt được do học hỏi

từ sách vở, vì loại trí tuệ này chỉ là phàm trí chứ không phải là chân trí tuệ. Chính vì thế mà Đức Phật đã nói: “Ai có định sẽ biết và thấy đúng như thật.” Theo Kinh Hoa Nghiêm, tất cả chúng sanh đều có cùng trí tuệ và đức hạnh của một vị Phật, nhưng họ không thể thể hiện những phẩm chất này vì những vọng tưởng và chấp trước. Tu tập Phật pháp sẽ giúp chúng ta loại bỏ được những vọng tưởng phân biệt và dong ruổi cũng như những chấp trước. Từ đó chúng ta sẽ tìm lại được bản tâm thanh tịnh sẵn có, và cũng từ đó trí tuệ chân thực sẽ khởi sanh. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng chân trí và khả năng thật sự của chúng ta chỉ tạm thời bị che mờ vì đám mây mù vô minh, chấp trước và vọng tưởng phân biệt, chứ không phải thật sự mất đi vĩnh viễn. Mục đích tu tập theo Phật pháp của chúng ta là phá tan đám mây mù này để đạt được giác ngộ.

Wisdom and the Three Studies in Buddhism

Fundamental wisdom which is inherent in every man and which can manifest itself only after the veil of ignorance, which screens it, has been transformed by means of self-cultivation as taught by the Buddha. According to the Buddha, wisdom is extremely important for it can be commensurate with enlightenment itself. It is wisdom that finally opens the door to freedom, and wisdom that removes ignorance, the fundamental cause of suffering. It is said that while one may sever the branches of a tree and even cut down its trunk, but if the root is not removed, the tree will grow again. Similarly, although one may remove attachment by means of renunciation, and aversion by means of love and compassion, as long as ignorance is not removed by means of wisdom, attachment and aversion will sooner or later arise again. As for the Buddha, immediately after witnessing the unhappy incident involving the worm and the bird at the plowing ceremony, the prince sat under a nearby rose-apple tree and began to contemplate. This is a very early experience of meditation of the Buddha. Later, when he renounced the world and went forth to seek the ultimate truth, one of the first disciplines he developed was that of meditation. Thus, the Buddha himself always stressed that meditation is the only way to help us to achieve wisdom.

The resulting wisdom, or training in wisdom. Even though wisdom involves cause and effect. Those who cultivated and planted good roots in their past lives would have a better wisdom. However, in this very life, if you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these thieves and terminate all afflictions. Wisdom is one of the three studies in Buddhism. The other two are precepts and meditation. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, high concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom or panna-sikkha. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing.

In Buddhism, wisdom is of the highest importance; for purification comes through wisdom, through understanding; and wisdom in Buddhism is the key to enlightenment and final liberation. But the Buddha never praised mere intellect. According to him, knowledge should go hand in hand with purity of heart, with moral excellence (*vijja-caranasampann--p*). Wisdom gained by understanding and development of the qualities of mind and heart is wisdom par excellence (*bhavanamaya panna--p*). It is saving knowledge, and not mere speculation, logic or specious reasoning. Thus, it is clear that Buddhism is neither mere love of, nor inducing the search after wisdom, nor devotion, though they have their significance and bearing on mankind, but an encouragement of a practical application of the teaching that leads the follower to dispassion, enlightenment and final deliverance. Wisdom in Buddhism is also a sole means to eliminate our ignorance and other disturbing attitudes. It is also a tool for purifying negative karmic imprints. Many people say that wisdom is gained from information or knowledge. The Buddha told us the opposite! He taught us that wisdom is already within our self-nature; it does not come from the outside. In the world, there are some very intelligent and wise people, such as scientists and philosophers, etc. However, the Buddha would not recognize their knowledge as the proper Buddhist enlightenment, because they have not severed their afflictions. They

still dwell on the rights and wrongs of others, on greed, anger, ignorance and arrogance. They still harbor wandering discriminatory thoughts and attachments. In other words, their minds are not pure. Without the pure mind, no matter how high the level of realization one reaches, it is still not the proper Buddhist enlightenment. Thus, our first hindrance to enlightenment and liberation is ego, our self-attachment, our own wandering thoughts. Only the wisdom that is based on concentration has the ability to eliminate attachments and ignorance. That is to say the wisdom that arises from a pure mind, not the wisdom that is attained from reading and studying books, for this wisdom is only worldly knowledge, not true wisdom. Thus, the Buddha said: "He who is concentrated knows and sees what really is." According to the Flower Adornment Sutra, all sentient beings possess the same wisdom and virtuous capabilities as the Buddha, but these qualities are unattainable due to wandering thoughts and attachments. Practicing Buddhism will help us rid of wandering, discriminating thoughts and attachments. Thus, we uncover our pure mind, in turn giving rise to true wisdom. Sincere Buddhists should always remember that our innate wisdom and abilities are temporarily lost due to the cloud of ignorance, attachments and wandering discriminatory thoughts, but are not truly or permanently lost. Our goal in Practicing Buddhism is to break through this cloud and achieve enlightenment.

Phụ Lục D
Appendix D

Sự Liên Hệ Giữa Định Và Trí Tuệ Trong Tu Tập

Bát Thánh Đạo mà Đức Phật đã dạy là tám con đường chính mà người tu Phật nào cũng phải dấn lên để được giác ngộ và giải thoát. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng dù chúng ta đã tiến đến mức độ khá cao trong định, cũng chưa chắc cái định này bảo đảm được cho chúng ta vị trí giác ngộ cuối cùng vì những khuynh hướng ô nhiễm ngầm vẫn chưa bị loại bỏ hoàn toàn. Chúng ta chỉ làm chúng lắng xuống tạm thời mà thôi. Vào bất cứ lúc nào chúng cũng đều có thể trở lại nếu hoàn cảnh cho phép, và đầu độc tâm trí chúng ta nếu chúng ta không luôn áp dụng chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định trong cuộc tu của chính mình. Vì lẽ chúng ta vẫn còn bất tịnh nên chúng ta vẫn còn bị ảnh hưởng bởi những lời cuốn bất thiện. Dầu chúng ta đã đạt đến trạng thái tâm vắng lặng nhờ chánh định, nhưng chúng ta vẫn chưa đạt đến trạng thái thanh tịnh tuyệt đối. Như vậy công phu hành thiền nhằm phát triển tâm định vắng lặng không bao giờ là cứu cánh của người tu Phật. Chuyện quan trọng nhất cho bất cứ người tu Phật nào ở đây cũng là phát triển “trí huệ,” vì chính trí huệ mới giúp được chúng ta loại trừ mê hoặc, phá bỏ vô minh để thẳng tiến trên con đường giác ngộ và giải thoát.

Trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Phẩm Thứ Tư, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Nầy thiện tri thức! Pháp môn của ta đây lấy định tuệ làm gốc, đại chúng chớ lầm nói định tuệ riêng. Định tuệ một thể không hai. Định là thể của tuệ, tuệ là dụng của định. Ngay khi tuệ, định ở tại tuệ; ngay khi định, tuệ ở tại định. Nếu biết được nghĩa này tức là cái học định tuệ bình đẳng. Những người học đạo chớ nói trước định rồi sau mới phát tuệ, hay trước tuệ rồi sau mới phát định, mỗi cái riêng khác. Khởi cái thấy như thế ấy, thì pháp có hai tướng. Miệng nói lời thiện, mà trong tâm không thiện thì không có định tuệ, định tuệ không bình đẳng. Nếu tâm miệng đều là thiện, trong ngoài một thứ, định tuệ tức là bình đẳng. Tự ngộ tu hành không ở chỗ tranh cãi, nếu tranh trước sau tức là đồng với người mê, không dứt sự hơn thua, trở lại tăng ngã và pháp, không lìa bốn tướng. Tổ lại nói thêm: “Nầy thiện tri thức! Định tuệ ví như cái gì? Ví như ngọn đèn và ánh sáng. Có ngọn đèn tức có ánh

sáng, không đèn tức là tối, đèn là thể của ánh sáng, ánh sáng là dụng của đèn; tên tuy có hai mà thể vốn đồng một. Pháp định tuệ này lại cũng như thế.”

Theo Phật giáo Nguyên Thủy, niệm được xem như là một sợi dây mạnh mẽ vì nó giữ một vai trò quan trọng trong cả hai loại thiền định là tịnh trú và biệt quán. Niệm là một cơ năng nào đó của tâm và vì vậy, nó là một yếu tố của tâm hay một tâm sở. Không có niệm, một tâm sở tối quan trọng, chúng ta không có khả năng nhận ra bất cứ thứ gì, không thể hay biết đầy đủ các tác phong của chính mình. Được gọi là chánh niệm, vì nó vừa tránh chú tâm sai lạc, mà cũng vừa tránh cho tâm để ý vào những điều bất thiện, và đàng khác nó hướng dẫn tâm của hành giả trên con đường chân chánh, trong sạch và giải thoát mọi phiền trược. Chánh niệm làm bén nhạy khả năng quan sát của hành giả, và hỗ trợ chánh tư duy và chánh kiến. Hiểu biết và suy tư được có trật tự cũng nhờ chánh niệm. Trong hai kinh Niệm Xứ và Nhập Tức Xuất Tức Niệm, Đức Phật dạy rõ ràng làm cách nào một hành giả có thể hay biết luồng tư tưởng của mình, tỉnh giác theo dõi, ghi nhận và quan sát từng ý nghĩ của chính mình, từ tốt cũng như xấu. Cả hai bài kinh đều cảnh giác chúng ta không nên xao lãng và mơ mộng, cũng như thúc hối chúng ta nên luôn canh chừng và luôn giữ tâm chánh niệm. Kỳ thật, một hành giả chuyên cần tu niệm sẽ ghi nhận rằng chính nhờ sự kiên trì đọc lại kinh điển sẽ làm cho chúng ta tỉnh giác hơn, quyết tâm hơn, và thận trọng chú niệm nhiều hơn. Khỏi nói ai trong chúng ta cũng biết rằng chánh niệm là một đức độ mà không ai có thể xem thường được. Như vậy việc tu tập chánh niệm thật là thiết yếu trong thời buổi hỗn tạp mà chúng ta đang sống đây trong khi rất nhiều người phải gánh chịu khổ đau vì tâm trí mất thăng bằng. Chánh niệm là một phương tiện mang lại tịnh trụ, làm thăng tiến chánh kiến và chánh mạng. Chánh niệm là một yếu tố tối cần thiết cho những hành động của chúng ta trong đời sống hằng ngày cũng như cho tâm linh.

The Relationship Between Concentration and Insight in Cultivation

The Eightfold Noble Path is eight main roads that any Buddhist must tread on in order to achieve enlightenment and liberation. Sincere Buddhists should always remember that even the higher practice of

calming concentration or samadhi does not assure and place us in an ultimate position of enlightenment, for defilements or latent tendencies are not totally removed yet. We only calm them down temporarily. At any moment they may re-appear when circumstances permit, and poison our mind if we don't always apply right effort, right mindfulness, and right concentration in our own cultivation. As we still have impurities, we are still impacted by unwholesome impulses. Even though we have gained the state of calm of mind through concentration or samadhi, but that state is not an absolute state of purity. Thus the efforts to develop concentration never an end itself to a Buddhist cultivator. The most important thing for any Buddhist cultivator here is to develop his "Insight" for only "insight" can help us eliminating perversions and destroying ignorance, and to advance on the Path of Enlightenment and Liberation.

In the Dharma Jewel Platform Sutra, Chapter Fourth, the Sixth Patriarch taught: "The Master instructed the assembly: "Good Knowing Advisors, this Dharma-door of mine has concentration and wisdom as its foundation. Great assembly, do not be confused and say that concentration and wisdom are different. Concentration and wisdom are one substance, not two. Concentration is the substance of wisdom, and wisdom is the function of concentration. Where there is wisdom, concentration is in the wisdom. Where there is concentration, wisdom is in the concentration. If you understand this principle, you understand the balanced study of concentration and wisdom. Students of the Way, do not say that first there is concentration, which produces wisdom, or that first there is wisdom, which produces concentration: do not say that the two are different. To hold this view implies a duality of dharma. If your speech is good, but your mind is not, then concentration and wisdom are useless because they are not equal. If mind and speech are both good, the inner and outer are alike, and concentration and wisdom are equal. Self-enlightenment, cultivation, and practice are not a matter for debate. If you debate which comes first, then you are similar to a confused man who does not cut off ideas of victory and defeat, but magnifies the notion of self and dharmas, and does not disassociate himself from the four makrs. The Patriarch added: "Good Knowing Advisors, what are concentration and wisdom like? They are like a lamp and its light. With the lamp, there is light. Without the lamp, there

is darkness. The lamp is the substance of the light and the light is the function of the lamp. Although there are two names, there is one fundamental substance. The dharma of concentration and wisdom is also thus.”

According to Theravada Buddhism, mindfulness is considered as the strongest strand for it plays an important role in the acquisition of both calm and insight. Mindfulness is a certain function of the mind, and therefore , a mental factor. Without this all important factor of mindfulness one cannot cognize sense-objects, one cannot be fully aware of one’s behavior. It is call right mindfulness because it avoids misdirected attention, and prevents the mind from paying attention to things unwholesome, and guides its possessor on the right path to purity and freedom. Right mindfulness sharpens the power of observation, and assists right thinking and right understanding. Orderly thinking and reflection is conditioned by man’s right mindfulness. In the Satipatthana and Anapanasati sutras, the Buddha states clearly how a meditator becomes aware of his thoughts, mindfully watching and observing each and every one of them, be they good or evil, salutary or otherwise. The sutras warn us against negligence and day-dreaming and urges us to be mentally alert and watchful. As a matter of fact, the earnest student will note that the very reading of the discourse, at times, makes him watchful, earnest and serious-minded. It goes without saying that right mindfulness is a quality that no sensible man would treat with contempt. Thus, it is truly essential to cultivate mindfulness in this confused age when so many people suffer from mental imbalance. Right mindfulness is an instrumental not only in bringing concentration calm, but in promoting right understanding and right living. It is an essential factor in all our actions both worldly and spiritual.

Phụ Lục E
Appendix E

Trí Tuệ Theo Lục Tổ Huệ Năng

Sư Chí Thành vâng mệnh Thần Tú đi đến Tào Khê để học hỏi những gì mà Đại sư Huệ Năng dạy cho đệ tử rồi trở về báo cáo với Thần Tú. Tuy nhiên, sau khi đã nắm được những lời dạy của Huệ Năng, Chí Thành cúi đầu đánh lễ, thưa: “Con từ chùa Ngọc Tuyền đến đây, nhưng theo sự chỉ dạy của thầy con là Tú Đại Sư, con chưa khế ngộ được. Hôm nay nghe pháp của Hòa Thượng, con chợt biết được bốn tâm. Mong Hòa Thượng từ bi chỉ dạy thêm cho.” Lục Tổ Huệ Năng bảo: “Dường như thầy ông có pháp tam học Giới Định Huệ. Hãy nói ta nghe!” Chí Thành thưa: “Tú Đại sư dạy Giới, Định, Huệ như vậy ‘chẳng làm điều ác là giới, làm những việc lành là huệ, tự làm cho tâm trong sạch là định’. Đó là cách hiểu tam học của Thầy con và dạy rằng cứ y theo đó mà làm.”

Theo Truyền Đăng Lục, quyển V, và Kinh Pháp Bảo Đàn, chương tám, sau khi lắng nghe Chí Thành nói về Tam Học của Thần Tú, Huệ Năng (638-713) bèn nói về Tam Học của Ngài: “Đất tâm không bệnh là giới của tự tánh, đất tâm không loạn là định của tự tánh, đất tâm không lỗi là huệ của tự tánh. Tam Học như Thần Tú dạy là dùng cho người có căn trí nhỏ, còn pháp tam học của tôi là nói với người có căn trí lớn. Khi người ta ngộ được tự tánh, chẳng dụng lập Tam học nữa. Một khi Tâm tức Tự tánh không bệnh, không loạn, không lỗi, mỗi niệm đều có Bát Nhã quán chiếu, thường là các pháp tướng. Do đó chẳng dụng lập tất cả các pháp. Người ta đốn ngộ tự tánh và chẳng có thứ lớp tu chứng. Đây là lý do tại sao người ta có thể chẳng kham dụng lập tất cả.” Lục Tổ Huệ Năng nói rằng để đạt đến sự thấu hiểu toàn triệt, phải biết rằng Thiền định không khác gì với Trí huệ và Trí huệ không phải là điều có thể đạt được qua Thiền tập. Khi chúng ta tu tập, ngay vào lúc chúng ta tu tập, Trí huệ hiện ra trong từng diện mạo của cuộc sống của chúng ta: quét nhà, rửa chén, làm bếp, trong mỗi hành động của chúng ta. Đó là điều độc đáo trong những lời giáo huấn của Huệ Năng, qua đó, ngài đánh dấu sự khởi đầu của Phật giáo Thiền. Mỗi sự việc dạy cho chúng ta một điều nào đó. Mỗi sự việc chỉ cho chúng ta thấy ánh sáng tuyệt vời của Phật pháp. Tất cả những gì chúng

ta phải làm chỉ là mở rộng đôi mắt, và mở rộng trái tim. Cũng theo Truyền Đăng Lục, quyển V, và Kinh Pháp Bảo Đàn, chương tám, một hôm, Trí Thành lễ bái thưa rằng: “Đệ tử ở chỗ đại sư Thần Tú, học đạo chín năm mà không được khế ngộ. Ngày nay nghe Hòa Thượng nói một bài kệ liền khế ngộ được bốn tâm. Sanh tử là việc lớn, đệ tử xin Hòa Thượng vì lòng đại bi chỉ dạy thêm.” Tổ bảo: “Tôi nghe thầy ông dạy học như pháp giới định huệ, hành tướng như thế nào, ông vì tôi nói xem?” Trí Thành thưa: “Đại sư Thần Tú nói các điều ác chớ làm gọi là giới, các điều thiện vâng làm gọi là huệ, tự tịnh ý mình gọi là định, chưa biết Hòa Thượng lấy pháp gì dạy người?” Tổ bảo: “Nếu tôi nói có pháp cho người tức là nói dối, ông chỉ tùy phương mở trí, giả danh là tam muội. Như thầy ông nói giới định huệ, thật là không thể nghĩ bàn, nhưng chỗ thấy giới định huệ của tôi lại khác.” Trí Thành thưa: “Giới định huệ chỉ là một thứ vì sao lại có khác?” Tổ bảo: “Thầy ông nói giới định huệ là tiếp người Đại thừa, còn tôi nói giới định huệ là tiếp người tối thượng thừa, ngộ hiểu chẳng đồng, thấy có mau chậm; ông nghe tôi nói cùng với kia đồng hay chẳng? Tôi nói pháp chẳng lìa tự tánh, lìa thể nói pháp thì gọi là nói tướng, tự tánh thường mê, phải biết tất cả muôn pháp đều từ nơi tự tánh khởi dụng, ấy là pháp chơn giới, chơn định, chơn huệ.” Hãy lắng nghe tôi nói kệ đây:

“Đất tâm không lỗi tự tánh giới,
Đất tâm không si tự tánh huệ,
Đất tâm không loạn tự tánh định.
Chẳng tăng chẳng giảm tự kim cang,
Thân đến thân đi vốn tam muội.”

Trí Thành nghe kệ rồi hối tạ, mới trình một bài kệ:

“Năm uẩn thân huyễn hóa,
Huyễn làm sao cứu cánh,
Xoay lại tìm chân như,
Pháp trở thành bất tịnh.”

Tổ liền ấn khả đó, lại bảo Trí Thành rằng: “Giới định huệ của Thầy ông là khuyên dạy người tiểu căn tiểu trí, còn giới định huệ của tôi đây là dạy người đại căn đại trí. Nếu ngộ được tự tánh cũng chẳng lập Bồ Đề, Niết Bàn, cũng chẳng lập giải thoát tri kiến, không một pháp có thể được mới hay dựng lập muôn pháp. Nếu hiểu được ý này cũng gọi là thân Phật, cũng gọi là Bồ Đề Niết Bàn, cũng gọi là giải thoát tri kiến. Người thấy tánh lập cũng được, không lập cũng được, đi

lại tự do, không bị trệ ngại, ứng dụng tùy việc làm, nói năng tùy đáp, khắp hiện hóa thân, chẳng lìa tự tánh, liền được tự tại thân thông, du hý tam muội, ấy gọi là kiến tánh.”

Wisdom According to the Sixth Patriarch Hui-Neng

Master Chi-Ch'eng obeyed Shen-Hsiu's order to go to Ts'ao-Ch'i to learn what Great Master Hui Neng taught his disciples, then came back to report to Shen-Hsiu. However, after grasping the purport of Hui Neng's teaching, Chi-Ch'eng stood up and made bows to Hui-Neng, saying: "I come from the Yu-Ch'uan Monastery, but under my Master, Hsiu, I have not been able to come to the realization. Now, listening to your sermon, I have at once come to the knowledge of the original mind. Be merciful, O Master, and teach me further about it." The Great Master said to Chi-Ch'eng: "I hear that your Master only instructs people in the triple discipline of precepts, meditation and transcendental knowledge. Tell me how your Master does this." Chi-Ch'eng said: "The Master, Hsiu, teaches the Precepts, Meditation, and Knowledge in this way 'Not to do evil is the precept; to do all that is good is knowledge; to purify one's mind is meditation'. This is his view of the triple discipline, and his teaching is in accord with this."

According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume V, and the Platform Sutra, after listening to Chi-Ch'eng's report about Shen-Hsiu's Three Studies, Hui Neng told Chi-Ch'eng about his teaching: "The Mind as it is in itself is free from illnesses, this is the Precepts of Self-being. The Mind as it is in itself is free from disturbances, this is the Meditation of Self-being. The Mind as it is in itself is free from follies, this is the knowledge of Self-being. The triple discipline as taught by your Master is meant for people of inferior endowments, whereas my teaching of the triple discipline is for superior people. When Self-being is understood, there is no further use in establishing the triple discipline. The Mind as Self-being is free from illnesses, disturbances and follies, and every thought is thus of transcendental knowledge; and within the reach of this illuminating light there are no forms to be recognized as such. Being so, there is no use in establishing anything. One is awakened to this Self-being abruptly, and there is no gradual realization in it. This is the reason for

no establishment.” Hui-neng, the Sixth Ancestor, said that for true understanding, we must know that dhyana is not different from prajna, and that prajna is not something attained after practicing Zen. When we are practicing, in this very moment of practicing, prajna is unfolding itself in every single aspect of our lives: sweeping the floor, washing the dishes, cooking the food, everything we do. This was the very original teaching of Hui-neng, and it marked the beginning of true Zen Buddhism. Everything is teaching us, everything is showing us this wonderful Dharma light. All we have to do is open our eyes; open our hearts. Also according to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch’uan-Teng-Lu), Volume V, and the Platform Sutra, one day, Chih-Ch’eng bowed again and said, “Your disciple studied the way for nine years at the place of great Master Hsiu but obtained no enlightenment. Now, hearing one speech from the High Master, I am united with my original mind. Your disciple’s birth and death is a serious matter. Will the High Master be compassionate enough to instruct me further?” The Master said, “I have heard that your Master instructs his students in the dharmas of morality, concentration, and wisdom. Please tell me how he defines the terms.” Chih-Ch’eng said, “The great Master Shen-Hsiu says that morality is abstaining from doing evil, wisdom is offering up all good conduct, and concentration is purifying one’s own mind. This is how he explains them, but I do not know, High Master, what dharma of instruction you use.” The Master said, “If I said that I had a dharma to give to others, I would be lying to you. I merely use expedients to untie bonds and falsely call that samadhi. Your master’s explanation of morality, concentration, and wisdom is truly inconceivably good but my conception of morality, concentration and wisdom is different from his.” Chih-Ch’eng said, “There can only be one kind of morality, concentration, and wisdom. How can there be a difference?” The Master said, “Your master’s morality, concentration, and wisdom guide those of the Great Vehicle, whereas my morality, concentration, and wisdom guide those of the Supreme Vehicle. Enlightenment is not the same as understanding; seeing may take place slowly or quickly. Listen to my explanation. Is it the same as Shen-Hsiu’s? The Dharma which I speak does not depart from the self-nature, for to depart from the self-nature in explaining the Dharma is to speak of marks and continually confuse the self-nature. You should know that the functions of the ten

thousand dharmas all arise from the self-nature and that this is the true morality, concentration, and wisdom. Listen to my verse:

“Mind-ground without wrong:
 Self-nature morality.
 Mind-ground without delusion:
 Self-nature wisdom.
 Mind-ground without confusion:
 Self-nature concentration.
 Neither increasing nor decreasing:
 You are vajra.
 Body comes, body goes:
 The original samadhi.”

Hearing this verse, Chih-Ch’eng regretted his former mistakes and he expressed his gratitude by saying this verse:

“These five heaps are a body of illusion.
 And what is illusion?
 Ultimately? If you tend toward True suchness
 The Dharma is not yet pure.”

The Master approved, and he said further to Chih-Ch’eng, “Your Master’s morality, concentration and wisdom exhort those of lesser faculties and lesser wisdom, while my morality, concentration, and wisdom exhort those of great faculties and great wisdom. If you are enlightened to your self-nature, you do not set up in your mind the notion of Bodhi or of Nirvana or of the liberation of knowledge and vision. When not a single dharma is established in the mind, then the ten thousand dharmas can be established there. To understand this principle is to achieve the Buddha’s body which is also called Bodhi, Nirvana, and the liberation of knowledge and vision as well. Those who see their own nature can establish dharmas in their minds or not establish them as they choose. They come and go freely, without impediments or obstacles. They function correctly and speak appropriately, seeing all transformation bodies as integral with the self-nature. That is precisely the way they obtain independence, spiritual powers and the samadhi of playfulness. This is what is called seeing the nature.”

Phụ Lục F
Appendix F

Trí Tuệ Theo
Thiền Sư Trần Thái Tông

Thiền sư Trần Thái Tông (1218-1277) thường nhắc nhở tứ chúng: “Trong cuộc sống hằng ngày, mỗi khi làm bất cứ việc gì chúng ta đều phải tự đặt cho mình những mục tiêu cho hành động của mình. Trong tu tập thiền quán cũng vậy, chúng ta cũng phải đặt ra mục tiêu để đạt đến, nhưng không tham cầu đạt đến đến độ quên đi mình là người Phật tử. Trong thiền quán, có ba mục tiêu nổi bật hơn cả cho bất cứ người Phật tử nào, đó là giới-định-tuệ. “Giới-Định-Tuệ” là ba phần học của hàng vô lậu, hay của hạng người đã dứt được luân hồi sanh tử. Nếu chúng ta không trì giới thì chúng ta có thể tiếp tục gây tội tạo nghiệp; thiếu định lực chúng ta không có khả năng tu đạo; và kết quả chẳng những chúng ta không có trí huệ, mà chúng ta còn trở nên ngu độn hơn. Vì vậy người tu Phật nào cũng phải có tam vô lậu học này. Giới luật giúp thân không làm ác, định giúp lắng đọng những xao trộn tâm linh, và huệ giúp loại trừ ảo tưởng và chứng được chân lý. Nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của trí thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Đương nhiên, Giới Định Huệ rất cần thiết cho Phật tử. Nhưng sau Đức Phật, Tam Học dần dần bị chia thành ba đề tài riêng rẽ: những người tuân giữ giới luật trở thành những Luật sư; các hành giả tham thiền nhập định trở thành những Thiền sư; những người tu Bát Nhã (tu huệ) trở thành những triết gia hay những nhà biện chứng. Nói tóm lại, phạm tất cả người tu hành đều do hai việc: chán sanh tử; bỏ cha mẹ, vợ con. Các người xuất gia cầu đạo; phụng thờ đức Phật làm thầy. Các người noi theo đường tắt của chư Phật, chỉ có kinh mà thôi. Song trong kinh nói ra, duy giới, định, tuệ. Luận giải thoát nói: ‘Giới, định, tuệ gọi là đạo giải thoát.’ Giới là nghĩa oai nghi; định là nghĩa chẳng loạn; tuệ là nghĩa giác tri.”

*Wisdom According to
Zen Master Tran Thai Tong*

Zen Master Trần Thái Tông always reminded his disciples: “Whenever we do anything in our daily life, we always set ourselves a goal which gives to our activities. In meditation practices, we also set goals for our cultivation, but we do not greed for the results and forget we are Buddhists. In meditation practices, there are three stand-out goals for any Buddhist; they are: precepts, concentration, and wisdom. “Disciplines-Meditation-Wisdom” is a threefold training, or three studies or endeavors of the non-outflow, or those who have passionless life and escape from transmigration. If we do not hold the precepts, we can continue to commit offenses and create more karma; lacking trance power, we will not be able to accomplish cultivation of the Way; and as a result, we will not only have no wisdom, but we also may become more dull. Thus, every Buddhist cultivator (practitioner) must have these three non-outflow studies. Discipline wards off bodily evil, meditation calms mental disturbance, and wisdom gets rid of delusion and proves the truth. Without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Obviously, all these three are needed for any Buddhist. But after the Buddha, as time went on, the Triple Discipline was split into three individual items of study. The observers of the rules of morality became teachers of the Vinaya; the yogins of meditation were absorbed in various samadhis and became Zen Masters; those who pursued Prajna became philosophers or dialecticians. In short, you all become monks and nuns because you are tired of birth and death; leaving parents, wives and husbands and children. You depart home to seek the Way and revere the Buddha as the holy teacher. You follow the shortcut path of Buddhas by taking teachings from the sutras. Nevertheless, sutras teach only the three studies of discipline, concentration and wisdom. The Commentary on Liberation says: ‘The practice of discipline, concentration and wisdom is called the Way of Liberation.’ Discipline means to abide in noble postures; concentration means to be undisturbed; wisdom means to be enlightened.”

Phụ Lục G
Appendic G

Trí Tuệ Theo Phật Giáo Nguyên Thủy

Theo Phật Giáo Nhìn Toàn Diện của Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera, trước khi gia công thực hành những nhiệm vụ khó khăn hơn, như tu tập thiền định, điều chánh yếu là chúng ta phải tự khép mình vào khuôn khổ kỷ cương, đặt hành động và lời nói trong giới luật. Giới luật trong Phật Giáo nhằm điều ngự thân nghiệp và khẩu nghiệp, nói cách khác, giới luật nhằm giúp lời nói và hành động trong sạch. Trong Bát Chánh Đạo, ba chi liên hệ tới giới luật là chánh ngữ, chánh nghiệp, và chánh mạng. Người muốn hành thiền có kết quả thì trước tiên phải trì giữ ngũ giới căn bản không sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và uống rượu cũng như những chất cay độc làm cho tâm thần buông lung phóng túng, không tỉnh giác. Thứ nhì là Định. Thiền định. Theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện, giới đức trang nghiêm giúp phát triển định tâm. Ba chi cuối cùng của Bát Chánh Đạo là chánh tinh tấn, chánh niệm, và chánh định, hợp thành nhóm định. Hành giả có thể ngồi lại trong một tịnh thất, dưới một cội cây hay ngoài trời, hoặc một nơi nào thích hợp khác để gom tâm chăm chú vào đề mục hành thiền, đồng thời không ngừng tinh tấn gội rửa những bợn nhơ trong tâm và dần dần triệt tiêu năm triền cái để định tâm vào một điểm. Thứ ba là Huệ. Cũng theo Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện thì tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ hay tuệ minh sát. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu.

Wisdom According to the Theravada Buddhism

According to the Buddhist Spectrum from Master Piyadassi Mahathera, three practices of precepts (observance of precepts), meditation (samadhi) and wisdom: First, sila or discipline. Learning by

the commandments or prohibitions, so as to guard against the evil consequences of error by mouth, body or mind. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, it is essential for us to discipline ourselves in speech and action before we undertake the arduous task of training our mind through meditation. The aim of Buddhism morality is the control of our verbal and physical action, in other words, purity of speech and action. This is called training in virtue. Three factors of the Noble Eightfold Path form the Buddhist code of conduct. They are right speech, right action, and right livelihood. If you wish to be successful in meditation practice, you should try to observe at least the five basic precepts of morality, abstinence from killing, stealing, illicit sexual indulgence, speaking falsehood and from taking any liquor, including narcotic drugs that cause intoxication and heedlessness. Second, dhyana or meditation (by Dhyana or quiet meditation). According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, virtue aids the cultivation of concentration. The first three factors of the Noble Eightfold Path, right effort, right mindfulness and right concentration, form the concentration group. This called training in concentration or samadhi-sikkha. Progressing in virtue the meditator practices mental culture, Seated in cloister cell, or at the foot of a tree, or in the open sky, or in some other suitable place, he fixes his mind on a subject of meditation and by unceasing effort washes out the impurities of his mind and gradually gains mental absorption by abandoning the five hindrances. Third, prajna or wisdom (by philosophy) or study of principles and solving of doubts. Also according to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, high concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom or panna-sikkha. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing.

Phụ Lục H
Appendix H

Trí Tuệ Theo Các Thiền Sư Khác

Theo Thiền sư Tông Diễn Chân Dung, giới luật giúp thân không làm ác, định giúp lắng đọng những xáo trộn tâm linh, và huệ giúp loại trừ ảo tưởng và chứng được chân lý. Tông Diễn Chân Dung (1640-1711), thiền sư Việt Nam, quê ở Phú Quân, Cẩm Giang, Bắc Việt. Ngài mồ côi cha từ thời thơ ấu. Năm 12 tuổi, ngài xuất gia. Về sau ngài trở về độ bà mẹ già bằng cách cho bà mẹ ở chùa công phu tu tập đến khi qua đời. Ngài thường nhắc nhở chúng đệ tử: “Theo Phật giáo, giới là quy luật giúp chúng ta đề phòng phạm tội. Khi không sai phạm giới luật, tâm trí chúng ta đủ thanh tịnh để tu tập thiền định ở bước kế tiếp hầu đạt được định lực. Trí tuệ là kết quả của việc tu tập giới và định. Nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí huệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Huệ giúp loại trừ ảo vọng để đạt được chân lý. Nói cách khác, Huệ hay Bát Nhã là năng lực thâm nhập vào bản tánh của tự thể và đồng thời nó cũng là chân lý được cảm nghiệm theo cách trực giác. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu. Khi chúng ta không còn phân biệt hữu cùng vô nữa thì lúc đó trí tuệ chúng ta sáng suốt giống như vầng thái dương hiện cao trên bầu trời vậy. Thật vậy, nếu không có giới hạnh thanh tịnh sẽ không thể đình chỉ sự loạn động của tư tưởng; nếu không đình chỉ sự loạn động của tư tưởng sẽ không có sự thành tựu của tuệ giác. Sự thành tựu của tuệ giác có nghĩa là sự viên mãn của tri thức và trí tuệ, tức giác ngộ trọn vẹn. Đó là kết quả của chuỗi tự tạo và lý tưởng của đời sống tự tác chủ. Đương nhiên, Giới Định Huệ rất cần thiết cho Phật tử. Nhưng sau Đức Phật, Tam Học dần dần bị chia thành ba đề tài riêng rẽ: những người tuân giữ giới luật trở thành những Luật sư; các hành giả tham thiền nhập định trở thành những Thiền sư; những người tu Bát Nhã (tu huệ) trở thành những triết gia hay những nhà biện chứng.

Theo Thiền Sư Bảo Giám (?-1173), một vị Thiền sư Việt Nam. Thiền sư Bảo Giám luôn nhắc nhở hành giả tu thiền rằng: “Muốn tiến đến tông thừa của Phật là phải siêng năng, song thành Phật chánh giác phải nhờ trí tuệ. Ví như nhắm bắn cái đích ngoài trăm bước, mũi tên đến được là nhờ sức mạnh, tuy vậy trúng được đích hay không thì không phải do sức nữa.” Khi thầy của ngài thị tịch, ngài tiếp tục trụ tại chùa Bảo Phước để hoằng pháp cho đến khi thị tịch vào năm 1173. Ngài thường dạy đệ tử: “Tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Dù trí huệ quan hệ tới nhân quả. Những ai đã từng tu tập và vun trồng thiện căn trong những đời quá khứ sẽ có được trí tuệ tốt hơn. Tuy nhiên, ngay trong kiếp này, nếu muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí huệ ba la mật, hành giả có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Trí tuệ là một trong ba pháp tu học quan trọng trong Phật giáo. Hai pháp kia là Giới và định. Tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu. Hành giả nào có huệ trí, đầy đủ sanh diệt trí, hướng đến sự quyết trạch các bậc Thánh, chơn chánh diệt trừ mọi đau khổ.” Theo ngài được thành chánh quả không cần phải ngồi sững mãi đó mà được. Cách hay nhất là phải đạt cho bằng được trí tuệ, còn bất cứ thứ gì khác chỉ là hoài công vô ích. Vì trí huệ có thể giúp hành giả vệt được bức màn vô minh. Tương tự như vậy, bậc giác ngộ cũng giống như ánh trăng chiếu sáng khắp cõi đến vô tận.

Chúng ta hãy học cách mà Thiền Sư Bạch Ẩn Huệ Hạc đã trả lời cho câu hỏi “Làm thế nào để thoát ra khỏi bóng tối u ám của cõi Ta Bà?” và “Làm sao để vượt ra khỏi sự hiện hữu trong vòng luân hồi sinh tử bất tận?” vân vân, Thiền sư Bạch Ẩn có một đáp án theo hai hướng: Một là Định, và hướng kia là Tuệ. Thiền định (thu nhiếp những tư tưởng hỗn tạp) và trí tuệ (quán chiếu thấu suốt sự lý), giống như hai cánh tay, tay trái là thiền định, tay phải là trí tuệ. Trong khía cạnh “Định”, Thiền sư Bạch Ẩn nói:

“Pháp môn Thiền Đại Thừa thanh tịnh
Cao siêu vượt ngoài mọi sự ca tụng.”

Trong khía cạnh Trí Tuệ, Thiền sư Bạch Ẩn nói:

“Nếu chúng ta xoay vào bên trong tự quán,
Cuối cùng chúng ta kiến chiếu vào Chân Tánh.”

“Xoay vào bên trong” nghĩa là cái gì? Bên trong là bên nào? Chúng ta có thể nói nó có nghĩa là “xoay vào và đối diện với chính mình.” Khi nghe tiếng chim hót, mình đã xoay vào bên trong hay xoay ra ngoài? Khi mình nhận ra là mình có cảm giác lo lắng, lúc đó mình đã xoay vào bên trong hay xoay ra ngoài? Có cái nội quán và ngoại quán hay không? Kỳ thật, muốn đạt được chân trí tuệ, chúng ta không nên bám víu vào những từ ngữ này; chúng chỉ là văn tự giúp chỉ đường cho chúng ta thấy được chân trí tuệ khi chúng ta đạt được thứ này:

“Tự tánh vốn là không,
Tự Ngã là vô ngã,
Chúng ta vượt lên
Cả cái bản ngã và
Những ngôn ngữ xảo diệu.”

Lúc này thì Thiền sư Bạch Ẩn nói rằng:

“Sắc tướng mình giờ là vô tướng,
Tâm niệm mình giờ là vô niệm,
Lồng lộng trời tam muội!
Ngời ngời trăng trí tuệ!”

Nói về Giới-Định-Tuệ, Maurine Stuart đã viết trong quyển 'Âm Thanh Vi Tế': “Trong việc tu tập trong Phật giáo, có ba hình thức kỹ luật. Thứ nhất là giới, những lời dạy về luân lý giúp hành giả tránh được trộm cắp, nói xấu người khác, tham lam, vâng vâng. Thứ nhì là thiền định. Thứ ba là bát nhã hay trí tuệ. Lục Tổ Huệ Năng nói rằng để có sự hiểu biết chân chánh, chúng ta phải biết rằng thiền định không khác với bát nhã, và bát nhã hay trí tuệ không phải là thứ có thể đạt được qua thiền tập. Khi chúng ta tu tập tập, ngay vào lúc chúng ta đang tu tập, bát nhã hay trí tuệ lộ ra trong mọi khía cạnh của cuộc sống của chúng ta: quét nhà, rửa chén đĩa, nấu ăn, trong mọi việc chúng ta làm. Đây là lời dạy nguyên thủy của Huệ Năng, và điều này đánh dấu sự khởi đầu của chân Thiền trong Phật giáo. Mọi thứ đều dạy chúng ta cái gì đó, mọi thứ đều chỉ bày cho chúng ta ánh sáng huyền diệu của Pháp. Tất cả những gì chúng ta phải làm là mở rộng đôi mắt mình, mở rộng trái tim mình.”

Wisdom According to Other Zen Masters

According to Zen Master Tong Dien, discipline wards off bodily evil, meditation calms mental disturbance, and wisdom gets rid of delusion and proves the truth. Tong Dien, a Vietnamese Zen Master from Phú Quân, Cẩm Giang, North Vietnam. He lost his father when he was very young. When he was twelve years old, he left home and became a monk. Later, he returned to his home town to save his mother by allowing her to stay in the temple to cultivate until the day she passed away. He always reminded his disciples: “According to Buddhism, precepts are rules which keep us from committing offenses. When we are able to refrain from committing offenses, our mind is pure to cultivate meditation in the next step to achieve the power of concentration. The resulting wisdom, or training in wisdom. If you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these thieves and terminate all afflictions. Wisdom (training in wisdom). In other words, Wisdom or Prajna is the power to penetrate into the nature of one’s being, as well as the truth itself thus intuited. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing. When existence and non-existence are not established in your mind, at that time your wisdom is just like the sun appears high in the sky.” As a matter of fact, without purity of conduct there will be no calm equipoise of thought; without the calm equipoise of thought there will be no completion of insight. The completion of insight (prajna) means the perfection of intellect and wisdom, i.e., perfect enlightenment. It is the result of self-creation and the ideal of the self-creating life. Obviously, all these three are needed for any Buddhist. But after the Buddha, as time went on, the Triple Discipline was split into three individual items of study. The observers of the rules of morality became teachers of the Vinaya; the yogins of meditation were absorbed in various samadhis and became Zen Masters; those who pursued Prajna became philosophers or dialecticians.

According to Zen Master Bao Giam, a Vietnamese Zen master. Zen master Bảo Giám always reminded Zen practitioners that:

“Learning the way of Buddha, we must have zeal; to become a Buddha, we need wisdom. Shooting an arrow to a target more than a hundred paces away, we must be strong; however, to hit the target, we need more than strength.” After his master passed away, he continued to stay at Bảo Phước temple to expand Buddhism until he passed away in 1173. He always taught his disciples: “Wisdom is the result from cultivating in precepts and concentration or training in wisdom. Even though wisdom involves cause and effect. Those who cultivated and planted good roots in their past lives would have a better wisdom. However, in this very life, if you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these thieves and terminate all afflictions. Wisdom is one of the three studies in Buddhism. The other two are precepts and meditation. High concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing. Here a practitioner who is wise, with wise perception of arising and passing away, that Ariyan perception that leads to the complete destruction of suffering.” According to him, we do not need to sit still for long periods of time to attain the complete enlightenment. The best way is to gain wisdom; anything else is only useless effort. For wisdom can help practitioners to eliminate the curtain of ignorance. Similarly, an enlightened one is just like the moon shining above, lightening all the realms endlessly.

Let's learn the way Zen Master Hakuin responding to the question “How can we find a way out of the darkness of the Saha world?” and “How can we be free from the wheel of samsara, the endless round of conditioned existence?” and so on, Zen master Hakuin had an answer in two ways: One is the Dhyana, and the other is the Prajna. Meditation and wisdom, two of the six paramitas; likened to the two hands, the left meditation, the right wisdom. In Dhyana aspect, Zen master Hakuin says:

“The gateway to freedom is zazen samadhi
Beyond exaltation, beyond all our praises,

The pure Mahayana.”

In Prajna or Wisdom aspect, Zen master Hakuin says:

“If we turn inward and eventually
Prove our True Nature.”

What is the meaning of “turning inward”? Where is in? We can say it means “to turn and face oneself.” When I hear a bird singing, have I turned inward or outward? When I acknowledge my feelings of anxiety, have I turned inward or outward? Is there an inward and outward? As a matter of fact, in order to obtain true wisdom, we must not be taken in by these words; they are just words that help us pointing to the True Wisdom when we attain this:

“That True-self is no-self,
Our own Self is no-self
We go beyond ego and past clever words.”

At this time Zen master Hakuin says that:

“Our form now being no-form,
Our thought now being no-thought,
How vast is the heaven of boundless samadhi!
How bright and transparent
the moonlight of wisdom!”

Talking about Precepts-Meditation-Wisdom, Maurine Stuart wrote in *Subtle Sound*: “There are three forms of discipline in Buddhist practice. The first is ‘Sila’, moral precepts against stealing, gossiping, coveting, etc. The second is dhyana, or Zen. The third is prajna or wisdom. Hui Neng (638-713), the Sixth Patriarch, said that for true understanding, we must know that dhyana is not different from prajna, and that prajna is not something attained after practicing Zen. When we are practicing, in this very moment of practicing, prajna is unfolding itself in every single aspect of our lives: sweeping the floor, washing the dishes, cooking the food, everything we do. This was the very original teaching of Hui-neng, and it marked the beginning of true Zen Buddhism. Everything is teaching us, everything is showing us this wonderful Dharma light. All we have to do is open our eyes, open our hearts.”

Phụ Lục I
Appendix I

Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật Đa

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

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Này thiện tri thức, “Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật” là tiếng Phạn, dịch là đại trí tuệ đến bờ kia, nó phải là hành nơi tâm, không phải tụng ở miệng. Miệng tụng mà tâm chẳng hành như huyền như hóa, như sương, như điện. Miệng niệm mà tâm hành ắt tâm và miệng hợp nhau, bản tánh là Phật, lìa tánh không riêng có Phật. Sao gọi là Ma Ha? Ma Ha là lớn, tâm lượng rộng lớn ví như hư không, không có bờ mé, cũng không có vuông tròn, lớn nhỏ, cũng không phải xanh, vàng, đỏ, trắng, cũng không có trên dưới, dài ngắn, cũng không sân, không hỷ, không phải, không quấy, không thiện không ác, không có đầu, không có đuôi, cõi nước chư Phật, trọn đồng với hư không, diệu tánh của người đời vốn không, không có một pháp có thể được, tự tánh chơn không cũng lại như thế.

Này thiện tri thức, chớ nghe tôi nói “không” liền chấp không, thứ nhất là không nên chấp “không,” nếu để tâm “không” mà ngồi tịnh tọa, đó tức là chấp “vô ký không.” Này thiện tri thức, thế giới hư không hay bao hàm vạn vật sắc tướng, mặt trời, mặt trăng, sao, núi, sông, đất liền, khe suối, cỏ cây, rừng rậm, người lành người dữ, pháp lành pháp dữ, thiên đường địa ngục, tất cả biển lớn, các núi Tu Di, thấy ở trong hư không. Tánh của người đời lại cũng như thế. Này thiện tri thức, tự tánh hay bao hàm muôn pháp ấy là đại. Muôn pháp ở trong tự tánh của mọi người, nếu thấy tất cả người ác cùng với lành, trọn đều không có chấp, không có bỏ, cũng không nhiễm trước, tâm cũng như hư không, gọi đó là đại, nên gọi là Ma Ha. Này thiện tri thức, sao gọi là Bát Nhã? Bát Nhã nghĩa là “trí tuệ.” Tất cả chỗ, tất cả thời, mỗi niệm không ngu, thường hành trí huệ tức là Bát Nhã hạnh. Một niệm ngu khởi lên, tức là Bát Nhã bật. Một niệm trí khởi lên, tức là Bát Nhã sanh. Người đời ngu mê không thấy Bát Nhã, miệng nói Bát Nhã mà trong tâm thường ngu, thường tự nói ta tu Bát Nhã, niệm niệm nói không nhưng không biết được chơn không. Bát Nhã không có hình tướng, tâm trí tuệ ấy vậy. Nếu khởi hiểu như thế tức gọi là Bát Nhã trí. Sao gọi là Ba La Mật? Đây là tiếng Phạn, có nghĩa là “đến bờ kia,” giải nghĩa là “liạ sanh diệt.” Chấp cảnh thì sanh diệt khởi như nước có sóng mỗi, tức là bờ bên này, liạ cảnh thì không sanh diệt như nước thường thông lưu, ấy gọi là bờ kia, nên gọi là Ba La Mật. Này thiện tri thức, Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật tối tôn, tối thượng, tối đệ nhất, không trụ, không qua cũng không lại, chư Phật ba đời thấy đều từ trong đó mà ra. Phải dùng đại trí huệ này đập phá ngũ uẩn, phiền não, trần lao, tu hành như đây quyết định thành Phật đạo, biến tam độc thành giới định huệ.

Maha-Prajna-Paramita

The wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. The prajna-paramita is a gate of Dharma-illumination; for with it, we eradicate the darkness of ignorance. Among the basic desires and passions, ignorance has the deepest roots. When these roots are loosened, all other desires and

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

According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch's Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: "Good Knowing Advisors, Maha Prajna Paramita is a Sanskrit word which means 'great wisdom which has arrived at the other shore.' It must be practiced in the mind, and not just recited in words. When the mouth recites and the mind does not practice, it is like an illusion, a transformation, dew drops, or lightning. However, when the mouth recites and the mind practices, then mind and mouth are in mutual accord. One's own original nature is Buddha; apart from the nature there is no other Buddha. What is meant by Maha? Maha means 'great.' The capacity of the mind is vast and great like empty space, and has no boundaries. It is not square or round, great or small. Neither is it blue, yellow, red, white. It is not above or below, or long or short. It is without anger, without joy, without right, without wrong, without good, without evil, and it has no head or tail. All Buddha-lands are ultimately the same as empty space. The wonderful nature of worldly people is originally empty, and there is not a single dharma which can be obtained. The true emptiness of the self-nature is also like this. Good Knowing Advisors, do not listen to my explanation of emptiness and then become attached to emptiness. The most important thing is to avoid becoming attached to emptiness. If you sit still with an empty mind you will become attached to undifferentiated emptiness. Good Knowing Advisors, The emptiness of the universe is able to contain the forms and shapes of the ten thousand things: the sun, moon, and stars; the mountains, rivers, and the great earth; the fountains, springs, streams, torrents, grasses, trees, thickets, and forests; good and bad people, good

and bad dharmas, the heavens and the hells, all the great seas, Sumeru and all mountains; all are contained within emptiness. The emptiness of the nature of worldly men is also like this. Good Knowing Advisors, the ability of one's own nature to contain the ten thousand dharmas is what is meant by 'great.' The myriad dharmas are within the nature of all people. If you regard all people, the bad as well as the good, without grasping or rejecting, without producing a defiling attachment, your mind will be like empty space. Therefore, it is said to be 'great,' or 'Maha.' Good Knowing Advisors, what is meant by 'Prajna?' Prajna in our language means wisdom. Everywhere and at all times, in thought after thought, remain undeluded and practice wisdom constantly; that is Prajna conduct. Prajna is cut off by a single deluded thought. By one wise thought, Prajna is produced. Worldly men, deluded and confused, do not see Prajna. They speak of it with their mouths, but their minds are always deluded. They constantly say of themselves, 'I cultivate Prajna!' And though they continually speak of emptiness, they are unaware of true emptiness. Prajna, without form or mark, is just the wisdom of the mind. If thus explained, this is Prajna wisdom. What is meant by Paramita? It is a Sanskrit word which in our language means 'arrived at the other shore,' and is explained as 'apart from production and extinction.' When one is attached to states of being, production and extinction arise like waves. States of being, with no production or extinction, is like free flowing water. That is what is meant by 'the other shore.' Therefore, it is called 'Paramita.' Good Knowing Advisors, Maha Prajna Paramita is the most honored, the most supreme, the foremost. It does not stay; it does not come or go. All Buddhas of the three periods of time emerge from it. You should use great wisdom to destroy affliction, defilement and the five skandhic heaps. With such cultivation as that, you will certainly realize the Buddha Way, transforming the three poisons into morality, concentration, and wisdom.

Phụ Lục J
Appendix J

Các Loại Trí Tuệ Bát Nhã Khác Nhau

Theo các truyền thống Phật giáo, có ba loại trí Bát Nhã. *Thứ nhất là Thực tướng bát nhã*: Đây là loại trí huệ đạt được khi đã đáo bỉ ngạn. *Thứ nhì là Quán chiếu bát nhã*: Đây là trí huệ cần thiết khi thật sự đáo bỉ ngạn. *Thứ ba là Phương tiện Bát Nhã (Văn tự Bát nhã)*: Đây là trí huệ hiểu biết chư pháp giả tạm và luôn thay đổi. Đây là trí huệ cần thiết đưa đến ý hướng “Đáo Bỉ Ngạn”. Ngoài ra, còn có nhiều loại Trí Bát Nhã khác. *Thứ nhất là Bát Nhã Ba la mật hay Trí Bát Nhã*: Đây là loại trí hiểu rõ các pháp, giữ vững trung đạo. Sự tu tập trí tuệ và tâm linh của một vị Bồ Tát đến giai đoạn đạt được trí ba la mật, từ đó các ngài thăng tiến tức thời để chuyển thành một vị Phật toàn giác. Sự kiện ý có nghĩa nhất của trình độ này và biểu tượng cao nhất của sự thành tựu tối thượng của Bồ Tát là bước vào trạng thái thiền định của tâm cân bằng được khởi lên từ trí tuệ bất nhị của tánh không. Đây cũng là bước khởi đầu của Bồ Tát vào cổng nhất thiết trí của một vị Phật, tức là trí tuệ tinh hoa nhất. Trí tuệ ba la mật có một phẩm chất phân tích như một đặc tính đặc thù của trí bất nhị phát khởi khi Bồ Tát đạt đến giai đoạn trí ba la mật. Vì vậy, trí tuệ bình thường nghiêng về phân tri giác trong khi trí tuệ ba la mật lại nghiêng về phân trực giác. *Loại Bát Nhã thứ nhì là Trí Bát Nhã Bồ Đề*: Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Này thiện tri thức, Trí Bát Nhã Bồ Đề, người đời vốn tự có, chỉ nhân vì tâm mê không thể tự ngộ, phải nhờ đến đại thiện tri thức chỉ đường mới thấy được tánh. Phải biết người ngu người trí, Phật tánh vốn không khác, chỉ duyên mê ngộ không đồng, do đó nên có ngu trí. Nay tôi vì nói pháp Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật, khiến cho các ông, mỗi người được trí tuệ, nên chí tâm lắng nghe, tôi vì các ông mà nói. Này thiện tri thức, có người trọn ngày miệng tụng Bát Nhã nhưng không biết tự tánh Bát Nhã, ví như nói ăn mà không no, miệng chỉ nói không, muôn kiếp chẳng được thấy tánh, trọn không có ích gì.” *Thứ ba là Bát Nhã Bất Khả Tư Nghì*: Còn gọi là Bất Khả Tư Nghì Trí. Đây là cái biết hay cái trí vượt ngoài sự hiểu biết bình thường hay là cảnh giới trí tuệ bất tư nghì của chư Như Lai (bất tư nghì chư Như Lai trí tuệ cảnh giới). *Thứ tư là Bát Nhã Bình Đẳng Tánh*: Còn gọi là Bình

Đẳng Tánh Trí. Đây là cái trí vượt ra ngoài sự phân biệt Tội Anh, do đó mà dứt bỏ được cái ý niệm về ngã. Cái trí xem mọi sự mọi vật đều bình đẳng như nhau. Nhờ có trí này mà người ta khởi lên tâm đại bi. Theo lý thuyết Duy Thức, một khi bình đẳng tánh trí khởi lên thì bốn thứ ô nhiễm tự ái, tự kiến, kiêu mạn và si mê đều tan biến. *Thứ năm là Bát Nhã Căn Bản*: Còn gọi là Căn Bản Trí, cũng được gọi là Chân Trí, Chánh Trí, Như Lý Trí, Vô Phân Biệt Trí, nghĩa là hiểu biết rõ chân lý mà không có sự phân biệt năng duyên hay sở duyên, đây là trí sanh ra nhất thiết chân lý và công đức, đối lại với “hậu đắc trí”. *Thứ sáu là Chánh Bát Nhã hay Chánh Trí*: Đây là loại trí huệ chân chánh. Theo Thiền Sư D. T. Suzuki trong Nghiên Cứu Kinh Lăng Già, đây là một trong năm pháp tướng. Trí huệ chân chánh thấy rõ những lỗi lầm của sự phân biệt của phàm phu. Chánh trí bao gồm hiểu đúng bản chất của Danh và Tướng như là sự xác nhận và quyết định lẫn nhau. Chánh trí là ở chỗ nhìn thấy cái tâm không bị dao động bởi các đối tượng bên ngoài, ở chỗ không bị mang đi xa bởi nhị biên như đoạn diệt hay thường hằng, và ở chỗ không bị rơi vào trạng thái của Thanh Văn hay Duyên Giác, hay luận điệu của các triết gia. *Thứ bảy là Diệt Đế Bát Nhã hay Diệt Trí*: Cái trí chiếu rõ đạo lý Diệt Đế, dứt khổ trừ phiền não. *Thứ tám là Diệu Quán Sát Bát Nhã*: Còn gọi là Diệu Quán Sát Trí. Một trong năm trí được nói đến trong kinh điển của tông Chân Ngôn. Trí chuyển từ ý thức mà được, trí phân biệt các pháp hảo diệu phá nghi, tương ứng với nước và Phật A Di Đà ở Tây phương. Theo Tịnh Độ và Chân Tông, Phật A Di Đà thù thắng hơn cả trong số Ngũ Trí Như Lai; mặc dù quốc độ của Ngài ở Tây Phương chứ không ở trung ương. Trong số Ngũ Trí Như Lai, Đức Phật A Di Đà ở phương Tây có thể đồng nhất với Trung ương Đại Nhật Như Lai, là Đức Phật của Pháp Giới Thể Tánh. Các bốn nguyện của Đức A Di Đà, sự chứng đắc Phật quả Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ, và sự thiết lập Cực Lạc quốc độ đã được mô tả đầy đủ trong Kinh A Di Đà. *Thứ chín là Đẳng Giác Bát Nhã*: Đẳng Giác Trí, còn gọi là Tịch Chiếu Huệ, hay trí huệ của Bồ tát ở Đẳng Giác Vị đã quán triệt thực tánh và thực tướng của Niết Bàn. *Thứ mười là Định Bát Nhã*: Định Trí hay Định Tuệ. Đây là loại trí tuệ có được từ định tâm, một trong bốn loại trí huệ. *Thứ mười một là Đoạn Bát Nhã hay Đoạn Trí*: Đây là loại trí của sự đoạn diệt hoàn toàn. Khi cái trí của sự đoạn diệt hoàn toàn (kshayajñana) được thể chứng thì sẽ không bao giờ còn sự xác định về các phiền não nữa.

Thứ mười hai là Giải Thoát Bát Nhã: Giải Thoát Trí hay Tuệ Giải Thoát. Các vị A La Hán chỉ đắc được tuệ chứng giải thoát, chỉ thích giác ngộ đạo lý, chứ không thích tác dụng công đức của sự việc, nên chỉ đoạn được kiến tư phiền não hay chướng ngại của trí tuệ vô lậu, chứ không lìa bỏ được chướng ngại của thiền định, ví như người thích truy cầu tìm hiểu chứ không thích hành trì. *Thứ mười ba là Hậu Đắc Bát Nhã hay Hậu Đắc Trí:* Còn gọi là Phân Biệt Trí, tức là cái trí chân chánh, sâu kín, ngầm hợp chân như, trí sở đắc theo sau căn bản trí. Trí khởi lên từ căn bản trí. Trí có thể phân biệt hiện tượng hay sự tướng hữu vi, đối lại với vô phân biệt hay căn bản thực trí của Đức Phật. *Thứ mười bốn là Khổ Loại Bát Nhã hay Khổ Loại Trí:* Đây là một trong tám trí, vô lậu trí hay chân trí sáng suốt do quán “khổ đế” mà đắc được (thoát khỏi khổ đau phiền não trong luân hồi sanh tử) trong các cõi (dục, sắc và vô sắc). *Thứ mười lăm là Khổ Loại Nhãn Bát Nhã:* Khổ Loại Nhãn Trí, một trong tám loại nhãn khởi lên từ “khổ loại trí” quán. Khổ loại trí nhãn là nhân, khổ loại trí là quả. *Thứ mười sáu là Khổ Pháp Bát Nhã:* Khổ Pháp Trí, một trong Bát Trí, do quán khổ đế ở cõi dục giới mà phát sanh trí huệ sáng suốt, chặt đứt mê hoặc. *Thứ mười bảy là Kiến Bát Nhã:* Kiến Trí hay Kiến Huệ (kiến tuệ), khởi lên do tu tập thiền định (do sự tu tập thiền định mà được phát trí tuệ về các thứ kiến chấp). *Thứ mười tám là Lậu Tận Bát Nhã hay Lậu tận trí:* Lậu tận trí hiện chứng thực tế khởi Bồ Tát hạnh chẳng đoạn diệt. *Thứ mười chín là Pháp Bát Nhã hay Loại Trí:* Trí tuệ quán xét Tứ Đế của Dục giới gọi là Pháp Trí, ví với trí tục hay loại trí quán xét tứ đế của hai giới cao hơn là Sắc giới và Vô sắc giới. *Thứ hai mươi là Nhãn Bát Nhã:* Còn gọi là Nhãn trí hay tuệ nhãn. Đây là con mắt trí tuệ thấy vạn hữu giai không. Với con mắt này, Bồ Tát ném cái nhìn vào tất cả những cái kỳ diệu và bất khả tư nghì của cảnh giới tâm linh, thấy tận hố thẳm sâu xa nhất của nó. *Thứ hai mươi một là Nhân Vô Ngã Bát Nhã hay Nhân Vô Ngã Trí:* Trí huệ của một con người vô ngã. Cái trí biết rằng không có cái ngã hay linh hồn. *Thứ hai mươi hai là Nhất Thiết Trí Bát Nhã hay Nhất Thiết Trí Trí:* Đây là trí tuệ của chư Phật (bồ đề, toàn giác và thanh tịnh). *Thứ hai mươi ba là Như Lai Bát Nhã hay Như Lai Trí:* Chư Bồ Tát biết Như Lai trí vô biên nên chẳng dùng chừng ngần đo lường (chư Bồ Tát biết tất cả vạn tự thế gian nói ra đều có chừng ngần, đều chẳng biết được Như Lai trí huệ). *Thứ hai mươi bốn là Pháp Vô Ngã Bát Nhã hay Pháp Vô Ngã Trí:* Năng lực về nhận

biết nhờ đó mà cái chân lý về “Pháp Vô Ngã” được chấp nhận. *Thứ hai mươi lăm là Pháp Vô Ngại Bát Nhã hay Pháp Vô Ngại Trí*: Trí tuệ hay khả năng giảng giải đúng theo Chánh Pháp một cách vô ngại. *Thứ hai mươi sáu là Quả Duy Bát Nhã hay Quả duy Trí*: Trí tuệ đạt được do tư duy và quán sát cái lý của duy thức (tâm và tứ), bao gồm bốn thức đầu trong bát thức. *Thứ hai mươi bảy là Quán Sát Bát Nhã hay Quán Sát Trí*: Đây là cái trí thấy suốt vào tự tính của hiện hữu là cái trí vượt khỏi tứ cú hay bốn mệnh đề của sự phân biệt. Đây là một trong hai loại trí được nói đến trong Kinh Lăng Già. Quán sát trí là trí tuyệt đối, tương đương với Viên Thành Thực Trí. Chữ Phạn Pravicaya nghĩa là tìm tòi xuyên suốt hay khảo sát tường tận, và cái trí được định tính như thế thâm nhập vào bản chất căn bản của tất cả các sự vật, là cái vượt khỏi phân tích lý luận, và không thể được diễn tả bằng mệnh đề nào trong tứ cú. *Thứ hai mươi tám là Quán Bát Nhã hay Quán trí (quán huệ)*: Trí tuệ quán sát thấu hiểu được chân lý. *Thứ hai mươi chín là Sanh Đắc Bát Nhã hay Sanh Đắc Trí (Sinh Đắc Tuệ)*: Bẩm sinh trí tuệ, một trong bốn loại trí huệ. *Thứ ba mươi là Tất Cánh Bát Nhã hay Tất cánh trí*: Đây là loại trí huệ tối thượng. *Thứ ba mươi mốt là Tha Tâm Bát Nhã hay Tha Tâm Trí*: Trí thứ tám trong thập trí. Tên đủ là Trí Tha Tâm Thông hay là trí biết rõ tâm trạng của người khác. Đây cũng là thần thông thứ ba trong Lục Thông, và lời nguyện thứ tám trong bốn mươi tám lời nguyện của Phật A Di Đà; Ngài nguyện không thành Phật cho đến khi nào hết thấy chúng sanh đều có được Tha Tâm Trí này. *Thứ ba mươi hai là Thánh Bát Nhã hay Thánh Trí*: Đây là loại Thánh Trí Phi Ngôn Ngữ. Chân lý tối hậu chỉ vào sự thể chứng cái trí tuệ tối thượng trong tâm thức sâu thẳm nhất, và không thuộc phạm vi của ngôn từ và cái trí phân biệt; sự phân biệt như thế không thể phát hiện được chân lý tối hậu. Tuy nhiên ngọn đèn ngôn từ là có lợi ích cho việc soi sáng con đường đưa đến chứng ngộ tối hậu. Đây là cái trí tuệ tối thượng hay trí huệ của bậc Thánh, nhờ đó người ta có thể nhìn vào những chỗ thâm sâu nhất của tâm thức để nắm lấy cái chân lý thâm mật bị che khuất mà cái trí tầm thường không thể thấy được. Trong đạo Phật, đây là Phật trí hay trí của các bậc Thánh, trí siêu việt và vượt ra ngoài mọi sự phân biệt. *Thứ ba mươi ba là Thân Bát Nhã hay Thân Trí hay Tuệ Thân*: Trí tuệ viên minh được coi như là pháp thân của Phật, đây là một trong mười thân Phật. Đây cũng là một trong ngũ phần pháp thân, là thân đã được thành tựu từ vô lậu trí tuệ. *Thứ ba*

mười bốn là Thế Bát Nhã hay Thế Trí: Trí huệ thể hội chân không. Còn gọi là Phân Biệt Trí, tức là cái trí chân chánh, sâu kín, ngầm hợp chân như, trí sở đắc theo sau căn bản trí. Đây là Chân Trí, Chánh Trí, Như Lý Trí, Vô Phân Biệt Trí, nghĩa là hiểu biết rõ chân lý mà không có sự phân biệt năng duyên hay sở duyên, đây là trí sanh ra nhất thiết chân lý và công đức, đối lại với “hậu đắc trí”. *Thứ ba mươi lăm là Thiên Nhân Bát Nhã:* Còn gọi là Thiên Nhân Trí hay Thiên Nhân Trí Chứng Thông. Thiên nhân trí hay trí biết sự sanh tử của chúng sanh tùy theo nghiệp của họ. Theo Câu Xá Luận, lục thông đều lấy trí làm thể, làm lực dụng chứng tri sự phân biệt và thông đạt vô ngại. Thiên nhân trí chứng thông là dựa vào trí tuệ được khởi lên bởi thiên nhân. *Thứ ba mươi sáu là Thiên Nhĩ Bát Nhã hay Thiên Nhĩ Trí:* Thần thông thứ nhì trong lục thông, có khả năng nghe và hiểu tiếng nói trong sắc giới. Một số các bậc A La Hán và các bậc khác đã đạt được tứ thiền có thể nghe được mọi thứ âm thanh và hiểu được tất cả những ngôn ngữ trong sắc giới do đạt được Thiên nhân trí thông. *Thứ ba mươi bảy là Thực Bát Nhã hay Thực Trí:* Sự hiểu biết hay thông đạt về thực tướng của chư pháp, đối lại với quyền trí là sự thông đạt về sự sai biệt của các quyền pháp. *Thứ ba mươi tám là Tịch Chiếu Bát Nhã hay Tịch Chiếu Trí:* Tịch Chiếu Huệ hay trí huệ ở ngôi vị Phật chiếu khắp chúng sanh (từ cái thể của trung đạo mà khởi lên cái dụng của trung đạo). *Thứ ba mươi chín là Tuệ Giác Bát Nhã hay Tuệ Giác Trí:* Một trong tám đặc tánh của giác ngộ trong Thiền. Ngộ là đặc tính trí năng ở những kinh nghiệm thần bí, và điều này cũng áp dụng cho kinh nghiệm của Thiền, được gọi là ngộ. Một tên khác của ‘ngộ’ là ‘Kiến Tánh,’ có vẻ như muốn nói rằng có sự ‘thấy’ hay ‘cảm thấy’ ở chứng ngộ. Khởi cần phải ghi nhận rằng cái thấy này khác hẳn với cái mà ta thường gọi là tri kiến hay nhận thức. Chúng ta được biết rằng Huệ Khả đã có nói về sự chứng ngộ của mình, được Tổ Bồ Đề Đạt Ma ấn khả như sau: “Theo sự chứng ngộ của tôi, nó không phải là một cái không hư toàn diện; nó là tri kiến thích ứng nhất; chỉ có điều là không thể diễn thành lời.” Về phương diện này, Thần Hội nói rõ hơn: “Đặc tính duy nhất của Tri là căn nguyên của mọi lẽ huyền diệu.” Không có đặc tính trí năng này, sự chứng ngộ mất hết cái gay gắt của nó, bởi vì đây quả thực là đạo lý của chính sự chứng ngộ. Nên biết rằng cái tri kiến được chứa đựng ở chứng ngộ vừa có quan hệ với cái phổ biến vừa liên quan đến khía cạnh cá biệt của hiện hữu. Khi một ngón tay đưa lên, từ cái nhìn của

ngộ, cử chỉ này không phải chỉ là hành vi đưa lên mà thôi. Có thể gọi đó là tượng trưng, nhưng sự chứng ngộ không trở vào những gì ở bên ngoài chính cái đó, vì chính cái đó là cứu cánh. Chứng ngộ là tri kiến về một sự vật cá biệt, và đồng thời, về thực tại đằng sau sự vật đó, nếu có thể nói là đằng sau. *Thứ bốn mươi là Tuyệt Đối Bát Nhã hay Tuyệt đối Trí*: Kiến thức tuyệt đối là chân lý cao nhất hay chân như, chân lý tuyệt đối. Huyền ảo và thường nghiệm tương ứng với chân lý tương đối, còn tuyệt đối thì tương ứng với chân lý cao nhất của Trung Luận tông. Đây là một trong hai loại trí cũng được nói đến trong Kinh Lăng Già. Quán sát trí là trí tuyệt đối, tương đương với Viên Thành Thực Trí. Chữ Phạm Pravicaya nghĩa là tìm tòi xuyên suốt hay khảo sát tường tận, và cái trí được định tính như thế thâm nhập vào bản chất căn bản của tất cả các sự vật, là cái vượt khỏi phân tích lý luận, và không thể được diễn tả bằng mệnh đề nào trong tứ cú. *Thứ bốn mươi một là Văn Bát Nhã hay Văn trí (Văn Tuệ)*: Trí tuệ do nghe và trau dồi mà có, trí huệ mở ra do được nghe hiểu về chân lý trung đạo, một trong bốn loại trí huệ. *Thứ bốn mươi hai là Vô Lậu Bát Nhã hay Vô Lậu Trí*: Trí huệ thanh tịnh, không bị ô nhiễm vì vị kỷ (Vô lậu tuệ hay trí tuệ giác ngộ). *Thứ bốn mươi ba là Vô Sư Bát Nhã hay Vô Sư Trí*: Đây là trí huệ Phật, trí giác ngộ tự đạt, không thầy chỉ dạy. *Thứ bốn mươi bốn là Xuất Thế Gian Bát Nhã*: Còn gọi là Xuất thế gian trí hay Xuất Thế Gian Thượng Thượng Trí. Xuất thế gian thượng thượng trí là Như Lai trí thanh tịnh có được trong sự nhận biết về nhân, tịch tịnh tuyệt vời, và nó tạo ra ý nghĩa tuyệt vời nhất vượt khỏi mọi hành động.

Different Kinds of Prajna Wisdoms

According to Buddhist traditions, there are three kinds of Prajna knowledges. *The first part of the prajnaparamita*: The wisdom achieved once crossed the shore. *The second part of the prajnaparamita*: The necessary wisdom for actual crossing the shore of births and deaths. *The third part of the prajnaparamita*: The wisdom of knowing things in their temporary and changing condition. The necessary wisdom for vowing to cross the shore of births and deaths. Besides, there are many other kinds of Prajna Wisdom. *First, Jnana-paramita or the knowledge of perfection*: This is the knowledge paramita or knowledge of the true definition of all dharmas. The

cultivation of the Bodhisattva's intellectual and spiritual journey comes with his ascent to the Jnana Paramita, then immediately preceding his transformation into a fully awakened Buddha. The most significant event in this level and the paramount symbol of the Bodhisattva's highest accomplishment, is entrance into a meditative state of balanced concentration immersed in non-dualistic knowledge of emptiness. This event is represented by his initiation into the omniscience of a perfect Buddha, which is quintessential perfection. Knowledge perfection or Prajna paramita has an analysis quality which does not seem to figure as a specific characteristic of non-dualistic knowledge developed by the Bodhisattva at the stage of Jnana Paramita. So, whereas Jnana refers more to intellectual knowledge, Prajna paramita has more to do with intuition. *The second kind of Prajna is the wisdom of Bodhi:* According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch's Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: "All-Knowing Advisors, the wisdom of Bodhi and Prajna is originally possessed by worldly people themselves. It is only because their minds are confused that they are unable to enlighten themselves and must rely on a great Good Knowing Advisor who can lead them to see their Buddha-nature. You should know that the Buddha-nature of stupid and wise people is basically not different. It is only because confusion and enlightenment are different that some are stupid and some are wise. I will now explain for you the Maha Prajna Paramita Dharma in order that each of you may become wise. Pay careful attention and I will explain it to you." Good Knowing Advisors, worldly people recite 'Prajna' with their mouths all day long and yet do not recognize the Prajna of their self-nature. Just as talking about food will not make you full, so, too, if you speak of emptiness you will not see your own nature in ten thousand ages. In the end, you will not have obtained any benefit. *The third kind of Prajna is the Acintyajnana:* This is the wisdom which goes beyond the ordinary understanding, or the knowledge that is beyond the ordinary understanding. *The fourth kind of Prajna is the wisdom of Equality (Samata-jnana):* Also called the wisdom of understanding the equality of all things, or the universal wisdom of Ratnaketu (Bảo Tướng Phật Trí), one of the four knowledges. The wisdom of rising above such distinction as I and Thou, thus being rid of the ego idea. Wisdom in regard to all things equally and universally. Depending on

this wisdom, one arises the mind of great compassion. According to the Mind-Only Theory, once the mind of equality arises, the four defilements of self-love, self-view, pride and ignorance are extinguished. *The fifth kind of Prajna is the Fundamental Knowledge:* Also called the fundamental, original, primal wisdom, source of all truth and virtue; knowledge of fundamental principles; intuitive knowledge or wisdom, in contrast with acquired wisdom. *The sixth kind of Prajna is the Corrective Prajna:* Also called the Corrective wisdom (Samyagjnana). According to Zen Master D. T. Suzuki in *The Studies in the Lankavatara Sutra*, this is one of the five categories of forms. Corrective wisdom, which correct the deficiencies of errors of the ordinary mental discrimination. Right Knowledge consists in rightly comprehending the nature of Names and Appearances as predicating or determining each other. It consists in seeing mind as not agitated by external objects, in not being carried away by dualism such as nihilism and eternalism, and in not falling the state of Sravakahood and Pratyekabuddhahood as well as into the position of the philosopher. *The seventh kind of Prajna is the Wisdom of the extinction of suffering:* The knowledge or wisdom, of the third axiom, nirodha or the extinction of suffering. *The eighth kind of Prajna is the ratyaveksana-jnana:* This is one of the five wisdoms mentioned in the Shingon texts. The wisdom derived from wisdom of profound insight (ý thức), or discrimination, for exposition and doubt-destruction; corresponds to water, and is associated with Amitabha and the west. According to the T'ien-T'ai and Shingon, Amita is superior over the five Wisdom Buddhas (Dhyani-Buddhas), even though he governs the Western Quarter, not the center. Of the five Wisdom Buddhas, Amitabha of the West may be identical with the central Mahavairocana, the Buddha of homo-cosmic identity. Amitabha's original vows, his attainment of Buddhahood of Infinite Light and Life, and his establishment of the Land of Bliss are all fully described in the Sukhavati text. *The ninth kind of Prajna is the Wisdom of understanding of nirvana:* The wisdom of understanding of nirvana. Buddha-wisdom which comprehends nirvana reality and its functioning. *The tenth kind of Prajna is the wisdom of concentration:* This wisdom is obtained from the mind of concentration, one of four kinds of wisdom. *The eleventh kind of Prajna is the Knowledge of complete destruction (Kshayajnana):* When the knowledge of complete

destruction or kshayajnana is realized, there is never again the assertion of evil passions. *The twelfth kind of Prajna is the wisdom of release:* The escape by or into wisdom, i.e. of the arhat who overcomes the hindrances to wisdom or insight, but not the practical side of abstraction, better able to understand than to do. *The thirteenth kind of Prajna is the Specific knowledge:* Detailed or specific knowledge or wisdom succeeding upon or arising from fundamental knowledge (Căn bản trí). Knowledge succeeding upon fundamental knowledge. Differentiating knowledge can discriminate phenomena, as contrast with knowledge of the fundamental identity of all things (vô phân biệt trí). *The fourteenth kind of Prajna is the Duhkhe-nvaya-jnanam:* Wisdom releases from suffering in all worlds, one of the eight forms of understanding. *The fifteenth kind of Prajna is the wisdom of endurance:* This is one of the eight forms of endurance arising out of contemplation of “duhkhe-nvaya-jnanam.” The wisdom of endurance is the cause, and Duhkhe-nvaya-jnanam is the fruit. *The sixteenth kind of Prajna is the knowledge of the law of suffering (Dukkha-dharma-jnana):* The knowledge of the law of suffering and the way of release, one of the eight forms of understanding. *The seventeenth kind of Prajna is the wisdom of right views:* Wisdom of right views Arise from dhyana meditation. *The eighteenth kind of Prajna is the knowledge of extinction of contamination:* With knowledge of extinction of contamination they actually realize the ultimate truth, while carrying out the deeds of enlightening beings without ceases. *The nineteenth kind of Prajna is the knowledge which is of the same order:* The knowledge which is of the same order, e.g. the four fundamental dogmas applicable on earth which are also extended to the higher realms of form and non-form. *The twentieth kind of Prajna is the wisdom-eyes (Prajnacakshus or Jnanacakshus):* The wisdom eye that sees all things as unreal. With the wisdom-eye, a Bodhisattva takes in at a glance all the wonders and inconceivabilities of the spiritual realm to its deepest abyss. *The twenty-first kind of Prajna is the Pudgalanairatmyajnana:* The knowledge or wisdom of a man without ego (anatman). The knowledge that there is no ego-soul. *The twenty-second kind of Prajna is the wisdom of all wisdom:* Buddha’s wisdom (bodhi, perfect enlightenment and purity). *The twenty-third kind of Prajna is the knowledge of Buddhas:* Enlightening Beings know that the knowledge of Buddhas is

boundless and do not try to access it in limited terms (they know that everything written or said in all words has limitations and cannot comprehend the knowledge of Buddhas). *The twenty-fourth kind of Prajna is the knowledge of non-self of the dharma (Dharmanairatmyajnana):* Knowledge of non-substantiality of the Dharma. The knowledge or wisdom of the dharmanairatmya, or the power of cognisance whereby the truth of Dharmanairatmya is accepted. *The twenty-fifth kind of Prajna is the knowledge on the unimpediment of the Dharma:* Wisdom or power of explanation in unembarrassed accord with the Law, or Buddha-truth. *The twenty-sixth kind of Prajna is the wisdom attained from investigating and thinking about the Buddha-truth:* The wisdom attained from investigating and thinking about philosophy of the sutras and Abhidharmas; this includes the first four kinds of “only-consciousness.” *The twenty-seventh kind of Prajna is the absolute knowledge (Pravicayabuddhi):* The intellect that sees into the self-nature of existence which is beyond the fourfold proposition of discrimination. This is one of the two kinds of knowledge mentioned in the Lankavatara Sutra. Absolute knowledge corresponds to the Parinishpanna. Pravicaya means “to search through,” “to examine thoroughly,” and the Buddhi so qualified penetrates into the fundamental nature of all things, which is above logical analysis and cannot be described with any of the four propositions. *The twenty-eighth kind of Prajna is the wisdom obtained from contemplation:* The wisdom which penetrates to ultimate reality. *The twenty-ninth kind of Prajna is the wisdom received by birth:* Wisdom received by birth or nature, one of four kinds of wisdom. *The thirtieth kind of Prajna is the final wisdom:* Also called the knowledge of the ultimate (ultimate wisdom). *The thirty-first kind of Prajna is the Paracittaprajna:* The eighth of the ten kinds of wisdom. Intuitive knowledge or understanding the minds of others (all other beings). This is also the third of the six transcendental powers, or the eighth of the Amitabha’s forty-eight vows that men and devas in his paradise should all have the joy of this power. *The thirty-second kind of Prajna is the Sage-like:* Also called the saint-like knowledge (Aryajnana), or holy wisdom, supreme knowledge, wisdom of Buddha. This is the holy wisdom which does not belong to the realm of word. The ultimate truth points to the realization of supreme wisdom in the inmost consciousness, and does

not belong to the realm of words and discriminative intellect; thus discrimination fails to reveal the ultimate truth. However, the lamp of words is useful to illuminate the passage to final enlightenment. This is the supreme wisdom, or the wisdom of a saint, whereby one is enabled to look into the deepest recesses of consciousness in order to grasp the inmost truth hidden away from the sight of ordinary understanding. In Buddhism, this is the wisdom of the Buddha, or the saints or the sages; the wisdom which is above all particularization, i.e. the wisdom of transcendental truth. *The thirty-third kind of Prajna is the wisdom body (Prajnakaya):* Wisdom-body, the Tathagata, one of the ten bodies of a Thus Come One. This is also one of the five divisions of the Dharmakaya, which is the embodiment of inherent wisdom. *The thirty-fourth kind of Prajna is the Fundamental wisdom:* Original or primal wisdom which penetrates all reality. Also called Detailed or specific knowledge or wisdom succeeding upon or arising from fundamental knowledge (Căn bản trí). This is the fundamental, origina, or primal wisdom, source of all truth and virtue; knowledge of fundamental principles; intuitive knowledge or wisdom, in contrast with acquired wisdom. *The thirty-fifth kind of Prajna is the wisdom obtained by the deva eye:* Knowledge of other beings' passing away and arising. Knowledge of others' deaths and rebirths according to their deeds. According to the Kosa sastra, the wisdom or knowledge that can see things as they really are is the complete universal knowledge and assurance of the deva eye. *The thirty-sixth kind of Prajna is the wisdom obtained by the divine ear:* The second of the six abhijnas (lục thông) by which devas in the form-world. Certain arhats through the fourth dhyana, and others can hear all sounds and understand all languages in the realms of form, with resulting wisdom. *The thirty-seventh kind of Prajna is the wisdom of reality:* The knowledge of reality, in contrast with knowledge of the relative. *The thirty-eighth kind of Prajna is the wisdom associated with Buddha-fruitition:* The wisdom (associated with Buddha-fruitition) of making nirvana illuminate all beings. *The thirty-ninth kind of Prajna is the intuitive insight:* One of the eight chief characteristics of 'satori.' Enlightenment is 'to see the essence or nature,' which apparently proves that there is 'seeing' or 'perceiving' in satori. That this seeing is of quite a different quality from what is ordinarily designated as knowledge need not be specifically noticed.

Hui-K'o is reported to have made this statement concerning his satori which was confirmed by Bodhidharma himself: "As to my satori, it is not a total annihilation; it is knowledge of the most adequate kind; only it cannot be expressed in words." In this respect, Shen-Hui was more explicit, for he says that "The one character of knowledge is the source of all mysteries." Without this noetic quality satori will lose all its pungency, for it is really the reason of satori itself. It is noteworthy that the knowledge contained in satori is concerned with something universal and at the same time with the individual aspect of existence. When a finger is lifted, the lifting means, from the viewpoint of satori, far more than the act of lifting. Some may call it symbolic, but satori does not point to anything beyond itself, being final as it is. Satori is the knowledge of an individual object and also that of Reality which is, if we may say so, at the back of it. *The fortieth kind of Prajna is the absolute knowledge (Parinishpanna):* The absolute knowledge is the highest truth or tathata, the absolute. The illusory knowledge and empirical knowledge correspond to relative truth (samvrti-satya), and the absolute knowledge to the highest truth (paramartha-satya) of the Madhyamika system. This is one of the two kinds of knowledge also mentioned in the Lankavatara Sutra. Absolute knowledge corresponds to the Parinishpanna. Pravicya means "to search through," "to examine thoroughly," and the Buddhi so qualified penetrates into the fundamental nature of all things, which is above logical analysis and cannot be described with any of the four propositions. *The forty-first kind of Prajna is the wisdom by hearing:* Wisdom by hearing or being taught, wisdom of hearing and apprehending the truth of the middle way, one of four kinds of wisdom. *The forty-second kind of Prajna is the Jnanam-anasrava:* Passionless or pure wisdom (knowledge or enlightenment), which is free from the taint of egotism. *The forty-third kind of Prajna is the wisdom attained without a teacher:* Self-attained enlightenment, or wisdom attained through self-attained enlightenment or Buddha's wisdom. *The forty-fourth kind of Prajna is the super-worldly knowledge:* Also called the supreme supra-worldly knowledge (Jnanam-lokottaram). Supreme supra-worldly knowledge is the Tathagata-knowledge which is obtained in the Kshanti, tranquil and most excellent, and it gives birth to the most excellent meaning which transcends all doings.

Phụ Lục K
Appendix K

Giải Thoát Bát Nhã Ba La Mật

Đức Phật đã giảng giải về Giải Thoát Bát Nhã Ba La Mật trong Kinh Hoa Nghiêm. Thiện Tài Đồng Tử hỏi Diệu Nguyệt Trưởng Giả: “Làm sao để hiện tiền chứng đắc môn giải thoát Ba La Mật?” Trưởng Giả Diệu Nguyệt đáp: “Một người hiện tiền thân chứng môn giải thoát này khi nào người ấy phát khởi tâm Bát Nhã Ba La Mật và cực kỳ tương thuận; rồi thì người ấy chứng nhập trong tất cả những gì mà mình thấy và hiểu.” Thiện Tài Đồng Tử lại thưa: “Có phải do nghe những ngôn thuyết và chương cú về Bát Nhã Ba La Mật mà được hiện chứng hay không?” Diệu Nguyệt đáp: “Không phải. Bởi vì Bát Nhã Ba La Mật thấy suốt thể tánh chân thật của các pháp mà hiện chứng vậy.” Thiện Tài lại thưa: “Há không phải do nghe mà có tư duy và do tư duy và biện luận mà được thấy Chân Như là gì? Và há đây không phải là tự chứng ngộ hay sao?” Diệu Nguyệt đáp: “Không phải vậy. Không hề do nghe và tư duy mà được tự chứng ngộ. Nay thiện nam tử, đối với nghĩa này ta phải lấy một thí dụ, người hãy lắng nghe! Thí dụ như trong một sa mạc mênh mông không có suối và giếng, vào mùa xuân hay mùa hạ khi trời nóng, có một người khách từ tây hướng về đông mà đi, gặp một người đàn ông từ phương đông đến, liền hỏi gã rằng ‘tôi nay nóng và khát ghê gớm lắm; xin chỉ cho tôi nơi nào có suối trong và bóng cây mát mẻ để tôi có thể uống nước, tắm mát, nghỉ ngơi và tưới tỉnh lại?’ Người đàn ông bèn chỉ dẫn kẻ rằng ‘cứ tiếp tục đi về hướng đông, rồi sẽ có con đường chia làm hai nẻo, nẻo phải và nẻo trái. Bạn nên hãy theo nẻo bên phải và gắng sức mà đi tới chắc chắn bạn sẽ đến một nơi có suối trong và bóng mát.’ Nay thiện nam tử, bây giờ người có nghĩ rằng người khách bị nóng và khát từ hướng tây đến kia, khi nghe nói đến suối mát và những bóng cây, liền tư duy về việc đi tới đó càng nhanh càng tốt, người ấy có thể trừ được cơn khát và được mát mẻ chẳng?” Thiện Tài đáp: “Dạ không; người ấy không thể làm thế được; bởi vì người ấy chỉ trừ được cơn nóng khát và được mát mẻ khi nào theo lời chỉ dẫn của kẻ kia mà đi ngay đến dòng suối rồi uống nước và tắm ở đó.” Diệu Nguyệt nói thêm: “Nay thiện nam tử, đối với Bồ Tát cũng vậy, không phải chỉ do nghe, tư duy và huệ giải

mà có thể chứng nhập hết thủy pháp môn. Nay thiện nam tử, sa mạc là chỉ cho sanh tử; người khách đi từ tây sang đông là chỉ cho các loài hữu tình; nóng bức là tất cả những sự tướng mê hoặc; khát tức là tham và ái ngã; người đàn ông từ hướng đông đến và biết rõ đường lối là Phật hay Bồ Tát, an trụ trong Nhất Thiết Trí, các ngài đã thâm nhập chân tánh của các pháp và thật nghĩa bình đẳng; giải trừ khát cháy và thoát khỏi nóng bức nhờ uống dòng suối mát là chỉ cho sự chứng ngộ chân lý bởi chính mình.” Diệu Nguyệt tiếp: “Nay thiện nam tử, cảnh giới tự chứng của các Thánh giả ấy không có sắc tướng, không có cấu tịnh, không có thủ xả, không có trước loạn; thanh tịnh tối thắng; tánh thường bất hoại; dù chư Phật xuất thế hay không xuất thế, ở nơi pháp giới tánh, thể thường nhất. Nay thiện nam tử, Bồ Tát vì pháp này mà hành vô số cái khó hành và khi chứng được pháp thể này thì có thể làm lợi ích cho hết thủy chúng sanh, khiến cho các loài chúng sanh rốt ráo an trụ trong pháp này. Nay thiện nam tử, đó là pháp chân thật, không có tướng dị biệt, thực tế, thể của Nhất thiết trí, cảnh giới bất tư nghì, pháp giới bất nhị đó là môn giải thoát viên mãn.” Như vậy môn giải thoát Ba La Mật phải được chứng ngộ bằng kinh nghiệm cá biệt của mình; còn như chỉ nghe và học hỏi thôi thì chúng ta không cách gì thâm nhập vào giữa lòng chân tánh của thực tại được.

Prajna-Paramita Emancipation

The Buddha expounded the Prajna-paramita emancipation in the Avatamsaka Sutra. Sudhana asked Sucandra: “How does one come to the Prajna-paramita emancipation face to face? How does one get this realization?” Sucandra answered: “A man comes to this emancipation face to face when his mind is awakened to Prajnaparamita and stands in a most intimate relationship to it; for then he attains self-realization in all that he perceives and understands.” Sudhana asked: “Does one attain self-realization by listening to the talks and discourses on Prajnaparamita?” Sucandra replied: “That is not so. Because Prajnaparamita sees intimately into the truth and reality of all things.” Sudhana asked: Is it not that thinking comes from hearing and that by thinking and reasoning one comes to perceive what Suchness is? And is this not self-realization?” Sucandra said: “That is not so. Self-realization never comes from mere listening and thinking. O son of a

good family, I will illustrate the matter by analogy. Listen! In a great desert there are no springs or wells; in the spring time or summer time when it is warm, a traveller comes from the west going eastward; he meets a man coming from the east and asks him: 'I am terribly thirsty, please tell me where I can find a spring and a cool refreshing shade where I may drink, bathe, rest, and get revived.' The man from the east gives the traveller, as desired, all the information in detail, saying: 'When you go further east the road divides itself into two, right and left. You take the right one, and going steadily further on you will surely come to a fine spring and a refreshing shade. Now, son of a good family, do you think that the thirsty traveller from the west, listening to the talk about the spring and the shady trees, and thinking of going to that place as quickly as possible, can be relieved of thirst and heat and get refreshed? Sudhana replied: "No, he cannot; because he is relieved of thirst and heat and gets refreshed only when, as directed by the other, he actually reaches the fountain and drinks of it and bathes in it." Sucandra added: "Son of a good family, even so with the Bodhisattva. By merely listening to it, thinking of it, and intellectually understanding it, you will never come to the realization of any truth. Son of a good family, the desert means birth and death; the man from the west means all sentient beings; the heat means all forms of confusion; thirst is greed and lust; the man from the east who knows the way is the Buddha or the Bodhisattva who, abiding in all-knowledge has penetrated into the true nature of all things and the reality of sameness; to quench the thirst and to be relieved of the heat by drinking of the refreshing fountain means the realization of the truth by oneself. Sucandra added: "O son of a good family, the realm of self-realization where all the wise ones are living is free from materiality, free from purities as well as from defilements, free from grasped and grasping, free from murky confusion; it is most excellently pure and in its nature indestructible; whether the Buddha appears on earth or not, it retains its eternal oneness in the Dharmadhatu. O son of a good family, the Bodhisattva because of this truth has disciplined himself in innumerable forms of austerities, and realizing this Reality within himself has been able to benefit all beings so that they find herein the ultimate abode of safety. O son of a good family, truth of self-realization is validity itself, something unique, reality-limit, the

substance of all-knowledge, the inconceivable, non-dualistic Dharmadhatu, and the perfection of emancipation.” Thus, to Prajnaparamita emancipation must be personally experienced by us, and that mere hearing about it, mere learning of it, does not help us to penetrate into the inner nature of Reality itself.

Phụ Lục L
Appendix L

Trí Tuệ Bát Nhã Theo Quan Điểm
Đại Thừa Và Thiên Tông

Phạn ngữ “Prajna” thường được dịch là “tri thức” trong Anh ngữ, nhưng chính xác hơn phải dịch là “trực giác.” Đôi khi từ này cũng được dịch là “trí tuệ siêu việt.” Sự thực thì ngay cả khi chúng ta có một trực giác, đối tượng vẫn cứ ở trước mặt chúng ta và chúng ta cảm nhận nó, hay thấy nó. Ở đây có sự lưỡng phân chủ thể và đối tượng. Trong “Bát Nhã” sự lưỡng phân này không còn hiện hữu. Bát Nhã không quan tâm đến các đối tượng hữu hạn như thế; chính là toàn thể tính của những sự vật tự ý thức được như thế, và cái toàn thể tính này không hề bị giới hạn. Một toàn thể tính vô hạn vượt qua tầm hiểu biết của phàm phu chúng ta. Nhưng trực giác Bát Nhã là thứ trực giác tổng thể “không thể hiểu biết được bằng trí của phàm phu” về cái vô hạn này, là một cái gì không bao giờ có thể xảy ra trong kinh nghiệm hằng ngày của chúng ta trong những đối tượng hay biến cố hữu hạn. Do đó, nói cách khác, Bát Nhã chỉ có thể xảy ra khi các đối tượng hữu hạn của cảm quan và trí năng đồng nhất với chính cái vô hạn. Thay vì nói rằng vô hạn tự thấy mình trong chính mình, nói rằng một đối tượng còn bị coi là hữu hạn, thuộc về thế giới lưỡng phân của chủ thể và đối tượng, được tri giác bởi Bát Nhã từ quan điểm vô hạn, như thế gần gũi với kinh nghiệm con người của chúng ta hơn nhiều. Nói một cách tượng trưng, hữu hạn lúc ấy tự thấy mình phản chiếu trong chiếc gương của vô hạn. Trí năng cho chúng ta biết rằng đối tượng hữu hạn, nhưng Bát Nhã chống lại, tuyên bố nó là cái vô hạn, vượt qua phạm vi của tương đối. Nói theo bản thể luận, điều này có nghĩa là tất cả những đối tượng hay hữu thể hữu hạn có được là bởi cái vô hạn làm nền tảng cho chúng, hay những đối tượng tương đối giới hạn trong phạm vi của vô hạn mà không có nó chúng chẳng có dây neo gì cả. Có hai loại Bát Nhã. Thứ nhất là thế gian Bát nhã. Thứ hai là xuất thế gian Bát nhã. Lại có thực tướng bát nhã và quán chiếu bát nhã. Thực tướng bát nhã là phần đầu của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ gốc. Quán chiếu Bát nhã là phần thứ nhì của Bát Nhã Ba La Mật hay trí tuệ đạt được qua tu tập. Lại có cộng

bát nhã và bất cộng bát nhã. Cộng bát Nhã là ba giai đoạn của Thanh văn, Duyên giác và Bồ Tát. Bất cộng bát nhã là loại bát nhã của học thuyết toàn thiện Bồ Tát. Bát nhã có nghĩa là Trí tuệ khiến chúng sanh có khả năng đáo bỉ ngạn. Trí tuệ giải thoát là ba la mật cao nhất trong lục ba la mật, là phương tiện chánh để đạt tới niết bàn. Nó bao trùm sự thấy biết tất cả những huyền hoặc của thế gian vạn hữu, nó phá tan bóng tối của si mê, tà kiến và sai lạc. Có ba loại Bát Nhã. Thứ nhất là thực tướng bát nhã, tức là trí huệ đạt được khi đã đáo bỉ ngạn. Thứ nhì là quán chiếu bát nhã, tức là phần hai của trí huệ Bát Nhã. Đây là trí huệ cần thiết khi thật sự đáo bỉ ngạn. Thứ ba là phương tiện Bát Nhã (Văn tự Bát nhã), hay là trí huệ hiểu biết chư pháp giả tạm và luôn thay đổi. Đây là trí huệ cần thiết đưa đến ý hướng “Đáo Bỉ Ngạn”.

Theo Kinh Pháp Bảo Đàn, Lục Tổ Huệ Năng dạy: “Này thiện tri thức, “Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật” là tiếng Phạn, dịch là đại trí tuệ đến bờ kia, nó phải là hành nơi tâm, không phải tụng ở miệng. Miệng tụng mà tâm chẳng hành như huyền như hóa, như sương, như điện. Miệng niệm mà tâm hành ắt tâm và miệng hợp nhau, bản tánh là Phật, lia tánh không riêng có Phật. Này thiện tri thức, sao gọi là Bát Nhã? Bát Nhã nghĩa là “trí tuệ.” Tất cả chỗ, tất cả thời, mỗi niệm không ngu, thường hành trí huệ tức là Bát Nhã hạnh. Một niệm ngu khởi lên, tức là Bát Nhã bật. Một niệm trí khởi lên, tức là Bát Nhã sanh. Người đời ngu mê không thấy Bát Nhã, miệng nói Bát Nhã mà trong tâm thường ngu, thường tự nói ta tu Bát Nhã, niệm niệm nói không nhưng không biết được chơn không. Bát Nhã không có hình tướng, tâm trí tuệ ấy vậy. Nếu khởi hiểu như thế tức gọi là Bát Nhã trí. “Prajna” là từ Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ (ý thức hay trí năng). Có ba loại bát nhã: thật tướng, quán chiếu và văn tự. Bát Nhã còn có nghĩa là thực lực nhận thức rõ ràng sự vật và những nguyên tắc căn bản của chúng cũng như xác quyết những gì còn nghi ngờ. Bát Nhã Ba La Mật Kinh diễn tả chữ “Bát Nhã” là đệ nhất trí tuệ trong hết thảy trí tuệ, không gì cao hơn, không gì so sánh bằng (vô thượng, vô tỷ, vô đẳng). Bát Nhã hay cái biết siêu việt nghĩa là ý thức hay trí năng (Transcendental knowledge). Theo Phật giáo Đại thừa, do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phức tạp trí tuệ phạm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp

chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai.

Phật tử chơn thuần, bất cứ ở đâu và bất cứ lúc nào, từng hành động của chúng ta phải luôn khế hợp với “trí tuệ Bát Nhã”. Phạm phu luôn khoe khoang nơi miệng, nhưng tâm trí lại mê mờ. Trí tuệ Bát Nhã là lấy trí tuệ quán chiếu cái lý thực tướng hay nhờ thiền quán mà giác ngộ được chân lý, vì đây là trí tuệ giải thoát hay Bát Nhã Ba La Mật là mẹ của chư Phật. Bát nhã là ngọn đao trí tuệ có khả năng cắt đứt phiền não và ác nghiệp. Bát Nhã là sự hiểu biết trực giác. Nói chung, từ này chỉ sự phát triển sự hiểu biết trực giác là ý niệm chủ yếu trong Phật giáo. Theo Phật giáo Đại thừa, “bát nhã ba la mật” là ba la mật thứ sáu trong sáu ba la mật mà một vị Bồ Tát tu hành trên đường đi đến Phật quả, và do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phục tùng trí tuệ phạm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai. Bát Nhã là sự thấy biết bất thành linh. Bát Nhã quả thật là một thuật ngữ biện chứng chỉ cái tiến trình tri thức đặc biệt được biết đến như là “thấy bất thành linh,” hay “bỗng thấy,” “chợt thấy,” không theo bất cứ một định luật hay lý luận nào; vì khi Bát Nhã vận hành thì người ta tự thấy cái không của vạn hữu một cách bất ngờ và kỳ diệu. Điều này xảy ra một cách bất thần và không do kết quả của lý luận, mà vào lúc ấy lý luận như bị quên lãng, và nói theo cách tâm lý, đó là vào lúc năng lực của ý chí đi đến chỗ thành tựu. Cái dụng của Bát Nhã mâu thuẫn với tất cả những gì chúng ta có thể nhận thức về thế giới này; nó thuộc về một trật tự hoàn toàn khác với trật tự của cuộc sống bình thường của chúng ta. Nhưng điều này không có nghĩa Bát Nhã là một cái gì đó hoàn toàn cách biệt với đời sống, với tư tưởng chúng ta, một cái gì đó phải đến với chúng ta từ cái nguồn nào đó không biết và không thể biết được, bằng phép lạ. Nếu vậy, Bát Nhã sẽ không thể có lợi ích gì cho chúng ta và chúng ta không thể đạt được giải thoát. Quả thật vai trò của Bát Nhã là bất liên tục và nó làm gián đoạn bước tiến của suy luận hợp lý, nhưng Bát Nhã không ngừng hiện diện dưới sự suy luận này và nếu không có nó chúng ta không thể suy luận gì cả. Cùng một lúc Bát Nhã vừa ở trên vừa ở trong quá trình suy

luận. Về hình thức mà nói, điều này mâu thuẫn, nhưng sự thật do chính mâu thuẫn này khả hữu cũng do Bát Nhã đem lại.

Hầu như tất cả văn học tôn giáo đều chứa đầy những mâu thuẫn, phi lý và nghịch lý, và không bao giờ có thể có được, và đòi hỏi tin và chấp nhận những thứ ấy như là chân lý mặc khải, chính là vì tri thức tôn giáo đặt căn bản trên sự vận hành của Bát Nhã. Một khi người ta thích quan điểm Bát Nhã thì tất cả những phi lý cốt yếu của tôn giáo trở nên có thể hiểu được. Nó giống như một mẩu chuyện châm biếm hay cần phải thưởng thức. Trên mặt phải của nó phơi ra một sự lộn xộn hầu như khó tin của cái đẹp, và người nhận thức sẽ không vượt qua được những sợi chỉ rối beng. Nhưng ngay khi câu chuyện châm biếm bị đảo ngược thì tánh cách phức tạp và thần tình của cái đẹp ấy hiện ra. Bát Nhã gồm trong sự đảo ngược này. Cho đến bây giờ con mắt nhận thức bề mặt của cái áo, bề mặt duy nhất mà nó thường cho phép chúng ta quan sát. Bây giờ bỗng nhiên cái áo bị lộn trái, chiều hướng của cái thấy thình lình bị gián đoạn, không có sự liên tục nào của cái nhìn. Tuy nhiên do sự gián đoạn này, toàn bộ cấu trúc của cuộc sống bỗng nhiên được nhận thức, đó là “thấy trong tự tánh.” Chính Bát Nhã đặt những bàn tay của nó lên “Tánh Không,” hay “Chơn Như,” hay “Tự Tánh.” Và bàn tay này không đặt lên cái mà nó hình như hiện hữu. Điều này rõ ràng phát sinh từ cái mà chúng ta đã nói quan hệ đến những sự việc tương đối. Cho rằng tự tánh ở bên kia lãnh vực ngự trị của thế giới tương đối, sự nắm lấy nó bằng Bát Nhã không thể có nghĩa theo nghĩa thông thường của thuật ngữ này. Nắm lấy mà không phải là nắm lấy, sự xác quyết không thể tránh được nghịch lý. Theo thuật ngữ Phật giáo, sự nắm lấy này có hiệu quả bằng sự không phân biệt, nghĩa là bằng sự phân biệt có tính cách không phân biệt. Cái quá trình đột nhiên, gián đoạn, nó là một hành động của tâm, nhưng hành động này, dù rằng không phải là không có ý thức, phát sinh từ chính tự tánh, tức là vô niệm.

Ngày nào đó Bát Nhã phải được phát khởi trong tự tánh; vì chừng nào chúng ta chưa có kinh nghiệm này thì không bao giờ chúng ta có được cơ hội biết Phật, không những chỉ nơi bản thân chúng ta mà còn nơi những người khác nữa. Nhưng sự phát khởi này không phải là một hành động đặc thù thành tựu trong lãnh vực ngự trị của ý thức thực nghiệm, và việc này cũng có thể đem so sánh với phản ảnh của mặt trăng trong dòng suối; nó không phải liên tục; nó ở bên kia sanh tử;

cũng như khi người ta bảo nó chết, nó không biết chết; chỉ khi nào đạt được trạng thái vô tâm thì mới có những thuyết thoại chưa từng được nói ra, những hành động chưa từng được thực hiện. Theo Lục Tổ Huệ Năng trong Kinh Pháp Bảo Đàn, Bát Nhã được phát khởi trong tự tánh theo cách “bất thành linh”, chữ bất thành linh ở đây không có nghĩa là tức thì, theo cách bất ngờ hay thành linh, nó cũng có nghĩa là hành vi tự phát, nó là cái thấy, không phải là một hành động có ý thức thuộc phần tự tánh. Nói cách khác, ánh sáng của Bát Nhã phóng ra từ vô niệm tuy nhiên nó không bao giờ rời vô niệm; Bát Nhã ở trong vô thức về sự vật. Đây là cái mà người ta ám chỉ khi nói rằng “thấy là không thấy và không thấy là thấy,” hoặc khi nói rằng vô niệm hay tự tánh, trở nên ý thức chính nó bằng phương tiện Bát Nhã, tuy nhiên trong ý thức này nó không có sự phân cách nào giữa chủ và khách. Do đó, Lục Tổ Huệ Năng nói: “Ai hiểu được chân lý này tức thì không nghĩ, không nhớ và không dính mắc.” Nhưng chúng ta phải nhớ rằng Lục Tổ Huệ Năng không bao giờ giảng một giáo pháp nào về cái “Vô” đơn giản hay về sự bất động đơn giản và Ngài không cậy đến quan niệm về cái vô tri trong vấn đề đời sống. Cũng theo Lục Tổ Huệ Năng, Bát Nhã là cái tên đặt cho “Tự Tánh,” hay chúng ta còn gọi nó là “Vô Thức,” khi nó tự ý thức chính nó, hay chính xác hơn, chính hành động trở thành ý thức. Do đó Bát Nhã chỉ về hai hướng: Vô thức và thế giới của ý thức hiện mở ra. Hình thái thứ nhất được gọi là Trí Vô Phân Biệt và hình thái kia là Trí Phân Biệt. Khi chúng ta quan hệ với hướng đi ra ngoài của ý thức và phân biệt tại điểm quên hướng kia của Bát Nhã, hướng quy tâm về Vô thức, chúng ta có thuật ngữ được biết dưới tên “Trí Tưởng Tượng.” Hay chúng ta có thể nói ngược lại: khi trí tưởng tượng tự xác định, Bát Nhã bị che khuất, sự phân biệt ngự trị làm chủ, và bề mặt thanh tịnh, không vô nhiễm của Vô Thức hay Tự Tánh hiện thời bị che mờ. Những ai chủ trương “vô niệm” hay “vô tâm” đều mong chúng ta ngăn Bát Nhã khỏi lạc theo hướng phân biệt và chúng ta cương quyết quay cái nhìn theo hướng kia. Đạt vô tâm có nghĩa là, nói một cách khách quan, phát hiện ra trí vô phân biệt. Khi quan niệm này được phát triển thêm, chúng ta hiểu được nghĩa của vô tâm, trong tư tưởng Thiền.

Bát Nhã, sự phát khởi của ý thức trong Vô Thức, vận hành trong một chiều hướng nhị bội. Một tiến đến vô thức và một hướng đến ý thức. Bát Nhã hướng về vô thức là Bát Nhã nói một cách riêng biệt,

trong khi ấy Bát Nhã của ý thức bây giờ được gọi là tâm, với cách viết thường. Từ cái tâm này thế giới nhị nguyên phát khởi: chủ thể và khách thể, ngã bên trong và thế giới bên ngoài, vân vân. Do đó người ta cũng có thể phân biệt hai hình thái trong tâm: tâm Bát Nhã vô phân biệt và tâm đối đãi. Tâm của hình thái thứ nhất thuộc về thế giới này, nhưng chừng nào nó còn liên hệ với Bát Nhã, nó còn giao thiệp trực tiếp với Vô Thức, thì nó là Tâm, trong khi ấy tâm của hình thái thứ nhì hoàn toàn là của thế giới này, nếu muốn, nó hòa lẫn với các yếu tố tạp đả. Cái tâm thứ hai, Lục Tổ Huệ Năng gọi là “Niệm.” Ở đây tâm là niệm và niệm là tâm. Theo quan điểm tương đối, tâm của hình thái thứ nhất có thể gọi là “vô tâm” đối lại với “hữu tâm” của hình thái thứ nhì. Trong khi cái sau thuộc về phía bên này của kinh nghiệm thường nhật của chúng ta, cái trước thì siêu việt; theo thuật ngữ của triết học Thiền, nó là cái “không phải tâm,” hay “vô tâm” hay “vô niệm.”

***Prajna Wisdom According to the Point of View of
the Mahayana and the Zen Sect***

The Sanskrit term Prajna is ordinarily translated as “knowledge” in English, but to be exact “intuition” may be better. It is sometimes translated as “transcendental wisdom.” The fact is even when we have an intuition, the object is still in front of us and we sense it, or perceive it, or see it. Here is a dichotomy of subject and object. In prajna this dichotomy no longer exists. Prajna is not concerned with finite objects as such; it is the totality of things becoming conscious of itself as such. And this totality is not at all limited. An infinite totality is beyond our ordinary human comprehension. But the prajna-intuition is this “incomprehensible” totalistic intuition of the infinite, which is something that can never take place in our daily experience limited to finite objects or events. The prajna, therefore, can take place, in other words, only when finite objects of sense and intellect are identified with the infinite itself. Instead of saying that the infinite sees itself, it is much closer to our human experience to say that an object regarded as finite, as belonging in the dichotomous world of subject and object, is perceived by prajna from the point of view of infinity. Symbolically, the finite then sees itself reflected in the mirror of infinity. The intellect informs us that the object is finite, but prajna contradicts,

declaring it to be the infinite beyond the realm of relativity. Ontologically, this means that all finite objects or beings are possible because of the infinite underlying them, or that the objects are relatively and therefore limitedly laid out in the field of infinity without which they have no moorings. There are two kinds of prajna. First, temporal wisdom. Second, supernatural wisdom. There are also original wisdom and contemplative wisdom. Original wisdom is the first part of the Prajnaparamita. Contemplative wisdom is the second part of the Prajnaparamita, or the wisdom acquired from cultivation or contemplation. There are also prajna of the three stages of Sravaka and Pratyeka-buddha and the imperfect bodhisattva sect. The prajna of the perfect bodhisattva teaching. Prajna means “Enlightened wisdom,” the wisdom which enables one to reach the other shore, i.e. wisdom for salvation; the highest of the six paramitas, the virtue of wisdom as the principal means of attaining nirvana. It connotes a knowledge of the illusory character of everything earthly, and destroys error, ignorance, prejudice, and heresy. There are three prajnas or perfect enlightenments. The first part of the prajnaparamita. The wisdom achieved once crossed the shore. The second part of the prajnaparamita. The necessary wisdom for actual crossing the shore of births and deaths. Third, the wisdom of knowing things in their temporary and changing condition. The necessary wisdom for vowing to cross the shore of births and deaths.

According to the Platform Sutra of the Sixth Patriarch’s Dharma Treasure, the Sixth Patriarch, Hui-Neng, taught: “Good Knowing Advisors, Maha Prajna Paramita is a Sanskrit word which means ‘great wisdom which has arrived at the other shore.’ It must be practiced in the mind, and not just recited in words. When the mouth recites and the mind does not practice, it is like an illusion, a transformation, dew drops, or lightning. However, when the mouth recites and the mind practices, then mind and mouth are in mutual accord. One’s own original nature is Buddha; apart from the nature there is no other Buddha. Good Knowing Advisors, what is meant by ‘Prajna?’ Prajna in our language means wisdom. Everywhere and at all times, in thought after thought, remain undeluded and practice wisdom constantly; that is Prajna conduct. Prajna is cut off by a single deluded thought. By one wise thought, Prajna is produced. Worldly men, deluded and confused,

do not see Prajna. They speak of it with their mouths, but their minds are always deluded. They constantly say of themselves, 'I cultivate Prajna!' And though they continually speak of emptiness, they are unaware of true emptiness. Prajna, without form or mark, is just the wisdom of the mind. If thus explained, this is Prajna wisdom. Prajna is a Sanskrit term which means wisdom. There are three kinds of prajna: real mark prajna, contemplative prajna, and literary prajna. Prajna also means the real power to discern things and their underlying principles and to decide the doubtful. The Prajna-paramita-sutra describes "prajna" as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed. Prajna means real wisdom or transcendental wisdom. According to the Mahayana Buddhism, only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood, the wisdom which enables us to transcend disire, attachment and anger so that we will be emancipated (not throught the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in "samsara" or transmigration.

At anywhere and at all time, Devout Buddhists' actions must be in accordance with "Prajna" at all time. Worldly people always brag with their mouths, but their minds are always deluded. The prajna or wisdom of meditative enlightenment on reality, for prajna is wisdom for salvation, and through wisdom is the mother or source of all Buddhas. Prajna is the spear of wisdom, which is able to cut off illusion and evil. Prajna is the intuitive understanding. In general, this refers to the development of intuitive understanding of key Buddhist concepts. According to the Mahayana Buddhism, the "prajna paramita" or the "perfection of wisdom" is the sixth of the perfections that a Bodhisattva cultivates on the path to Buddhahood, and only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood. The wisdom which enables us to transcend disire, attachment and anger so that we will be emancipated (not throught the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in

“samsara” or transmigration. Prajna is abruptly seeing. Prajna is really a dialectical term denoting that this special process of knowing, known as “abruptly seeing,” or “seeing at once,” does not follow general laws of logic; for when prajna functions one finds oneself all of a sudden, as if by a miracle, facing Sunyata, the emptiness of all things. This does not take place as the result of reasoning, but when reasoning has been abandoned as futile, and psychologically when the will-power is brought to a finish. The use of prajna contradicts everything that we may conceive of things worldly; it is altogether of another order than our usual life. But this does not mean that Prajna is something altogether disconnected with our life and thought, something that is to be given to us by a miracle from some unknown and unknowable source. If this were the case, prajna would be no possible use to us. It is true that the functioning of Prajna is discrete, and interrupting to the progress of logical reasoning, but all the time it underlies it, and without Prajna we cannot have any reasoning whatever. Prajna is at once above and in the process of reasoning. This is a contradiction, formally considered, but in truth this contradiction itself is made possible because of Prajna.

That most of religious literature is filled with contradictions, absurdities, paradoxes, and impossibilities, and demands to believe them, to accept them, as revealed truths, is due to the fact that religious knowledge is based on the working of Prajna. Once this viewpoint of Prajna is gained, all the essential irrationalities found in religion become intelligible. It is like appreciating a fine piece of brocade. On the surface there is an almost bewildering confusion of beauty, and the professional fails to trace the intricacies of the threads. But as soon as it is turned over all the intricate beauty and skill is revealed. Prajna consists in this turning-over. The eye has hitherto followed the surface of the cloth, which is indeed the only side ordinarily allows us to survey. Now the cloth is abruptly turned over; the course of the eyesight is suddenly interrupted; no continuous gazing is possible. Yet by this interruption, or rather disruption, the whole scheme of life is suddenly grasped; there is the “seeing into one’s self-nature.” It is Prajna which lays its hands on Emptiness, or Suchness, or self-nature. And this laying-hands-on is not what it seems. This is self-evident from what has already been said concerning things relative. Because the

self-nature is beyond the realm of relativity, its being grasped by Prajna cannot mean a grasping in its ordinary sense. The grasping must be no-grasping, a paradoxical statement which is inevitable. To use Buddhist terminology, this grasping is accomplished by non-discrimination; that is, by discrete, an act of the conscious; not an unconscious act but an act rising from self-nature itself, which is the unconscious.

Prajna must once be awakened in self-nature; for unless this is experienced we shall never have a chance of knowing the Buddha not only in ourselves but in others. But this awakening is no particular deed performed in the realm of empirical consciousness, and for this reason it is like a lunar reflection in the stream; it is neither continuous nor discrete; it is beyond birth and death; even when it is said to be born, it knows no birth; even when it is said to have passed away, it knows no passing away; it is only when no-mind-ness or the Unconscious is seen that there are discourses never discoursed, that there are acts that never acted. According to the Sixth Patriarch Hui Neng in the Platform Sutra, Prajna is awakened in self-nature abruptly, and the term “abrupt” not only means ‘instantaneously’, ‘unexpectedly’ or ‘suddenly’, but signifies the idea that the act of awakening which is seeing is not a conscious deed on the part of self-nature. In other words, Prajna flashes from the Unconscious and yet never leaves it; it remains unconscious of it. This is the sense of saying that “seeing is no-seeing, and no-seeing is seeing,” and that the Unconscious or self-nature becomes conscious of itself by means of Prajna, and yet in this consciousness there is no separation of subject and object. Therefore, Hui-Neng says: “One who understands this truth is without thought, without memory, and without attachment.” But we must remember that Hui-Neng never advocated the doctrine of mere nothingness, or mere-doing-nothing-ness, nor assumed an unknown quantity in the solution of life. Also according to Hui-Neng, Prajna is the name given to self-nature, or the Unconscious, as we call it, when it becomes conscious of itself, or rather to the act itself of becoming conscious. Prajna therefore points in two directions to the Unconscious and to the world of consciousness which is now unfolded. The one is call the Prajna of non-discrimination and the other the Prajna of discrimination. When we are so deeply involved in the outgoing direction of consciousness and

discrimination as to forget the other direction of Prajna pointing to the Unconscious, we have what is technically known as “Prapanca,” imagination. Or we may state this conversely: when imagination asserts itself, Prajna is hidden, and discrimination has its own sway, and the pure, undefiled surface of the Unconscious or self-nature is now dimmed. The advocates of “no-thought” or “no-mind” want us to preserve Prajna from going astray in the direction of discrimination, and to have our eyes looking steadily in the other direction. To attain “no-mind” means to recover, objectively speaking, the Prajna or non-discrimination. When this idea is developed in more detail we shall comprehend the significance of “no-mind” in Zen thought.

Prajna, which is the awakening of consciousness in the Unconscious, functions in a twofold direction. The one is towards the Unconscious and the other towards the conscious. The Prajna which is orientated to the Unconscious is Prajna properly so called, while the Prajna of consciousness is now called mind with the small initial letter. From this mind a dualistic world takes its rise: subject and object, the inner self and the external world, and so on. In the Mind, therefore, two aspects are also distinguishable: Prajna-mind of non-discrimination and dualistic mind. The mind of the first aspect belongs to this world, but so long as it is linked with Prajna it is in direct communication with the Unconscious, it is the Mind; whereas the mind of the second aspect is wholly of this world, and delighted with it, and mixes itself with all its multiplicities. The mind of the second aspect, Hui-Neng called “thought.” Here, mind is thought, and thought is mind. From the relative point of view, the mind of the first aspect may be designated “no-mind” in contradistinction to the mind of the second aspect. As the latter belongs to this side of our ordinary experience, so called, the former is a transcendental one in terms of Zen philosophy is “that which is not the mind,” or “no-mind” or “no-thought.”

Phụ Lục M
Appendix M

Những Đóa Hoa Tuệ Giác và Bi Mẫn

Trí tuệ và lòng bi mẫn là những bản chất tự nhiên của một cái tâm giác ngộ. Tuy nhiên, muốn phát triển nó chúng ta phải tận lực tu tập, cũng giống như hạt giống có khả năng lớn lên thành cây với điều kiện chúng ta phải gieo nó vào trong đất, bón phân và tưới nước và giữ cho nhiệt độ điều hòa. Khi thực tập liên tục, thiền quán sẽ làm nảy nở tuệ giác nơi bạn cùng lúc với những đóa hoa của lòng bi mẫn, tha thứ, hoan hỷ và buông xả. Bạn biết buông xả vì bạn không có nhu cầu nắm giữ cho riêng mình. Bạn không còn là cái “ta” nhỏ bé và dễ tan vỡ cần phải bảo trọng bằng đủ mọi cách nữa. Bạn trở thành hoan hỷ bởi vì cái vui của tha nhân cũng là cái vui của bạn, người bạn đong đầy hỷ lạc và không còn ganh ghét ích kỷ nữa. Thoát được sự luyến chấp vào tà kiến và thành kiến, con người của bạn sẽ đong đầy sự khoan dung rộng lượng. Cánh cửa bi mẫn của bạn được mở rộng ra, và bạn cũng biết đau nỗi đau của chúng sanh muôn loài. Kết quả là bạn làm bất cứ thứ gì có thể làm được hầu làm vơi đi những nỗi đau khổ ấy. Hành thiền là tự tập loại trừ những ganh ghét, sân hận, và vị kỷ, đồng thời phát triển tình thương đến với mọi người. Chúng ta ai cũng có thân xác và đời sống của riêng mình, nhưng chúng ta vẫn có thể sống hài hòa với mọi người và giúp đỡ lẫn nhau trong khả năng của chính mình.

Flowers of Insight Compassion

Wisdom and compassion are the natural characteristics or qualities of the enlightened mind. However, if we want to develop it, we have to cultivate and practice hard. It is similar to a seed that we all know its potential to grow into a plant with the conditions that we grow it in the right soil, water, fertilize and maintain it under a temperate temperature. As you continue practicing, the flower of insight will blossom in you, along with the flowers of compassion, tolerance, happiness, and letting go. You can let go, because you do not need to keep anything for yourself. You are no longer a fragile and small “self”

that needs to be preserved by all possible means. Since the happiness of others is also your happiness, you are now filled with joy, and you have no jealousy or selfishness. Free from attachment to wrong views and prejudices, you are filled with tolerance. The door of your compassion is wide open, and you also suffer the sufferings of all living beings. As a result, you do whatever you can to relieve these sufferings. To practice meditation is to train ourselves to eliminate hatred, anger, and selfishness and to develop loving-kindness towards all. We have our physical bodies and our own lives, but still we can live in harmony with each other and help each other to the best of our ability.

Phụ Lục N
Appendix N

Sự Mâu Thuẫn Giữa Trí Tuệ Và Từ Bi

Một vị Bồ Tát là một tổng hợp của hai lực mâu thuẫn là trí tuệ và từ bi. Trong trí tuệ của ngài, ngài không thấy người nào; trong từ bi của ngài, ngài quả quyết cứu vớt tất cả. Khả năng phối hợp những thái độ mâu thuẫn này là nguồn gốc của sự vĩ đại, và của khả năng tự độ và độ tha của vị Bồ Tát. Điều mà con người phải làm là không nên phân biệt giữa mình và những người khác và phải đợi cho đến khi mọi người đều được giúp đỡ trước khi nhập diệt. Vậy thì Đại Thừa cho rằng một vị A La Hán nhắm mục đích chưa đủ cao. Theo họ, mục đích nỗ lực của Phật giáo, con người lý tưởng không phải là con người vị kỷ, lạnh lùng với đầu óc hẹp hòi của một vị A La Hán, mà phải là một vị Bồ Tát với lòng từ bi bao la, người đã từ bỏ trần gian, nhưng không bỏ rơi chúng sanh ở đó. Trong khi trí tuệ được giảng dạy là cao tuyệt, và từ bi là đức tính phụ thuộc; thì trong Phật giáo Đại Thừa, từ bi bây giờ được đưa lên ngang hàng với trí tuệ. Trong khi trí tuệ của A La Hán là thành quả trong việc tự mình giải thoát cái phải giải thoát, thì nó có vẻ khô cằn trong những đường hướng liên quan đến việc giúp đỡ mọi người. Trong Phật giáo Đại Thừa, Bồ Tát không những là người tự mình giải thoát, mà còn khéo léo tìm cách tạo và làm nảy mầm Bồ Đề nơi người khác nữa. Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa: “Những người làm những việc khó khăn là chư Bồ Tát, những chúng sanh vĩ đại đã đạt được giác ngộ tối thượng, nhưng họ không muốn đạt đến Niết Bàn cho riêng mình. Trái lại, các ngài đã trải qua làm chúng sanh của trần gian đầy thống khổ, và tuy vậy, vẫn khao khát đạt được giác ngộ tối thượng, các vị không run sợ trước sanh tử. Vì thương xót trần gian mà các vị lên đường vì lợi ích và hạnh phúc của trần thế. Chư vị quyết định chúng tôi muốn trở thành một nơi an trú cho trần gian, một nơi về nương cho trần gian, một nghỉ ngơi cho trần gian, sự êm ấm cuối cùng của trần gian, hải đảo của trần gian, người hướng đạo cho trần gian, và những phương tiện giải thoát cho trần gian.”

A Contradictory Between Wisdom and Compassion

A Bodhisattva is a being compounded of the two contradictory forces of wisdom and compassion. In his wisdom, he sees no persons; in his compassion he is resolved to save them. His ability to combine these contradictory attitudes is the source of his greatness, and of his ability to save himself and others. What a man should do is to make no discrimination between himself and others, and to wait until he had helped everybody into Nirvana before losing himself into it. The Mahayanists thus claimed that the Arhat had not aimed high enough. The ideal man, the aim of the Buddhist effort, was, according to them, not the rather self-centered, cold and narrow-minded Arhat, but the all-compassionate Bodhisattva, who abandoned the world, but not the beings in it. Whereas in Theravada tradition, wisdom had been taught as the highest, and compassion as a subsidiary virtue; in Mahayana, compassion now came to rank as equal with wisdom. While the wisdom of the Arhat had been fruitful in setting free in himself what there was to be set free, it was rather sterile in ways and means of helping ordinary people. In Mahayana Buddhism, the Bodhisattva would be a man who does not only set himself free, but who is also skilful in devising means for bringing out and maturing the latent seeds of enlightenment in others. According to the Prajnaparamita Sutra, "Doers of what is hard are the Bodhisattvas, the great beings who have set out to win supreme enlightenment, but they do not wish to attain their own private Nirvana. On the contrary, they have surveyed the highly painful world of being, and yet, desirous to win supreme enlightenment, they do not tremble at birth-and-death. They have set out for the benefit of the world, for the ease of the world, out of pity for the world. They have resolved: 'We will become a shelter for the world, a refuge for the world, the world's place of rest, the final relief of the world, islands of the world, leaders of the world, the world's means of salvation.'"

Phụ Lục O
Appendix O

Vô Minh & Trí Tuệ

Vô Minh: Từ Bắc Phạn ‘Avidya’ có nghĩa là “Vô Minh.” Trong Phật giáo, vô minh là không biết hay mù quáng hay sự cuồng si của tâm thức, không có khả năng phân biệt về tính thường hằng và tính không thường hằng. Vô minh là sự ngu dốt về Tứ Diệu Đế, Tam bảo, Luật Nhân quả, v.v. Avidya là giai đoạn đầu tiên của Thập nhị nhân duyên dẫn đến mọi rắc rối trên đời và là gốc rễ của mọi độc hại trên đời. Đây là yếu tố chính làm vướng víu chúng sanh trong vòng luân hồi sanh tử. Theo nghĩa của Phật giáo, Avidya chỉ việc thiếu hiểu biết về tứ diệu đế, nghiệp báo, nhân duyên, và những giáo thuyết chủ yếu trong Phật giáo. Theo trường phái Trung Quán, “vô minh” chỉ trạng thái của một tinh thần bị những thiên kiến và những định kiến thống trị khiến cho mọi người tự mình dựng lên một thế giới lý tưởng lẫn lộn hình thức và tính đa dạng với hiện thực thường ngày, hạn chế cách nhìn đối với hiện thực. Vô minh là sự không am hiểu bản tính thật của thế giới là hư không và hiểu sai thực chất của các hiện tượng. Như vậy vô minh có hai chức năng: một là che dấu bản chất thật, và hai là dựng lên một hiện thực hư ảo. “Vô minh” được coi như là hiện thực ước lệ. Theo các phái Kinh Lượng Bộ và Tỳ Bà Sa Luận Bộ, “vô minh” là một cách nhìn thống nhất và thường hằng đối với thế giới, trong khi thật ra thế giới là đa dạng và không thường hằng. “Vô minh” là lẫn lộn bản chất của thế giới với những vẻ bên ngoài. Theo quan điểm của trường phái Du Già, “vô minh” coi đối tượng như một đơn vị độc lập với ý thức, nhưng trong hiện thực, nó giống như ý thức.

Vô minh là không giác ngộ, là mắc xích thứ nhất hay mắt xích cuối cùng trong Thập Nhị Nhân Duyên. Vô minh là cái tâm ám độn, không chiếu rọi được rõ ràng sự lý của các pháp. Vô minh không biết gì đến con đường thoát khổ là một trong ba lậu hoặc nuôi dưỡng dòng sanh tử luân hồi. Vô minh là nguyên nhân chính của sự không giác ngộ của chúng ta. Vô minh chỉ là giả tướng nên nó chịu ảnh hưởng của sanh, diệt, tăng, giảm, uế, tịnh, vân vân. Có khi Vô minh có nghĩa là ảo tưởng. Nghĩa là bóng tối hoàn toàn không có ánh chiếu sáng. Vô minh là lầm cái dường như với cái thật là, hay hiện tượng ảo tưởng mà cho

là thực tại. Vô minh chính là nguyên nhân của, sanh, lão, lo âu, sầu muộn, khổ sở, bệnh hoạn, và chết chóc. Vô minh là một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã.

Trong nhà Thiền, vô minh là nhìn mọi sự mọi vật không đúng như thật. Không hiểu sự thật về cuộc đời. Chừng nào mà chúng ta không phát triển tâm mình để đạt được trí tuệ chừng đó chúng ta vẫn vô minh về bản chất đúng của sự vật. Theo Phật giáo, vô minh có nghĩa là coi cái ngã hay cái ta là thật. Vì si mê mà người ta không thấy được cái nhìn như thị, không thể phân biệt đúng sai. Ngu si làm cho người ta mù quáng về chấp ngã, chấp pháp là những thứ vô thường, luôn thay đổi và hoại diệt. Khi giận dữ đã khởi lên thì con người sẽ không còn gì ngoài “si mê.” Để triệt tiêu si mê bạn nên thiền quán “nhân duyên.” Tất cả những vấn đề khó khăn của chúng ta đều bắt nguồn từ vô minh và mê hoặc. Vô minh là bợn nhơ đứng hàng đầu. Tham lam, sân hận, ngã mạn và rất nhiều bợn nhơ khác cùng phát sanh chung với vô minh. Giải pháp phải nằm trong những vấn đề ấy, và do đó, chúng ta không nên tách rời, chạy đi tìm ở đâu ngoài vấn đề. Phân tách và nghiên cứu cho tận tường chúng ta sẽ thấy rằng tất cả những vấn đề ấy đều là những vấn đề của kiếp nhân sinh, của con người, vậy thì chúng ta không nên đổ trách nhiệm cho ai khác hơn là con người. Những vấn đề thật sự chủ chúng ta phải được và chỉ được giải quyết bằng cách dứt bỏ những ảo kiến và những khái niệm sai lầm, và thu xếp nếp sống của chúng ta vào khuôn khổ điều hòa đồng nhịp với thực tại. Và điều này chỉ có thể thực hiện được qua thiền hành mà thôi. Vô minh còn là những tư tưởng và tác ý nào ngăn trở không cho chúng ta giải thoát. Nếu chúng ta muốn giải thoát khỏi những phiền trược này, trước tiên chúng ta phải thấy được mặt mũi của chúng qua Thiền định. Tương tự như những lời Phật dạy trong kinh điển mỗi khi gặp ma vương, Ngài liền bảo: “Ma Vương! Ra đã thấy mặt mũi của ngươi rồi”. Người tu tập thiền quán nên nhớ rằng mục tiêu của sự tu tập thiền quán theo đúng phương pháp là để loại trừ vô minh, khai mở chân tâm và duy trì chánh niệm. Qua thiền tập, chúng ta chú trọng vào sự việc với một ý thức không xao lãng. Chúng ta cũng không suy nghĩ về việc gì, không phân tách, cũng không trôi lạt theo chư pháp, mà lúc nào cũng nhìn thấy được tự tánh của bất cứ việc gì đang xảy ra trong tâm mình. Nhờ đó mà tâm của chúng ta dần dần được soi sáng, có nghĩa là vô minh bị

loại dẫn ra khỏi tâm ý của người tu tập thiền quán. Nếu bạn nghĩ rằng tâm của bạn có thể được khai mở bởi một vị thầy nào đó ngoài kia, tức là bạn chẳng bao giờ tu tập theo giáo lý nhà Phật cả. Nếu bạn nghĩ ai đó có thể phá vỡ vô minh cho bạn, bạn cũng chẳng phải là người Phật tử thuần thành.

Trí Tuệ: Trí huệ hay trí tuệ là sự hiểu biết về vạn hữu và thực chứng chân lý. Trí huệ khởi lên sự hiểu biết về vạn hữu. Trí tuệ là căn bản về thực chứng chân lý (Trí tuệ dựa vào chánh kiến và chánh tư duy). Đối với đạo lý của hết thảy sự vật có khả năng đoán định phải trái chánh tà. Trí và tuệ thường có chung nghĩa; tuy nhiên thông đạt sự tướng hữu vi thì gọi là “trí.” Thông đạt không lý vô vi thì gọi là “tuệ.” Phạm ngữ “Prajna: có nghĩa Trí Tuệ Bát Nhã. Đôi khi khó mà vạch ra một cách rõ ràng sự khác biệt giữa Buddhi và Jnana, vì cả hai đều chỉ cái trí tương đối của thế tục cũng như trí siêu việt. Trong khi Prajna rõ ràng là cái trí siêu việt. Bát Nhã Ba La Mật Kinh diễn tả chữ “Bát Nhã” là đệ nhất trí tuệ trong hết thảy trí tuệ, không gì cao hơn, không gì so sánh bằng (vô thượng, vô tỷ, vô đẳng). Bát Nhã hay cái biết siêu việt (Transcendental knowledge) hay ý thức hay trí năng. Theo Phật giáo Đại thừa, do trí năng trực giác và trực tiếp, chứ không phải là trí năng trừu tượng và phục tùng trí tuệ phàm phu mà con người có thể đạt đến đại giác. Việc thực hiện trí năng cũng đồng nghĩa với thực hiện đại giác. Chính trí năng siêu việt này giúp chúng ta chuyển hóa mọi hệ phược và giải thoát khỏi sanh tử luân hồi, chứ không ở lòng thương xót hay thương hại của bất cứ ai.

Kiến Thức là cái biết có thể được biểu hiện ra bằng nhiều cách. Tác dụng của cái “Biết” như chúng ta thường thấy khi nghe, thấy, cảm giác, so sánh, nhớ, tưởng tượng, suy tư, lo sợ, hy vọng, vân vân. Trong Duy Thức Học Phật Giáo, môn học chuyên về nhận thức, nhiều tác dụng của sự nhận biết được tìm thấy. Trong trường hợp A Lại Da thức, biết có nghĩa là sự hàm chứa, duy trì và biểu hiện. Cũng theo Duy Thức Học, tất cả những cảm thọ, tư tưởng, và tri thức đều khởi lên từ tàng thức căn bản này. Trong trường hợp Mạt na thức, một trong những cái biết căn bản, chỉ biết có tác dụng bám chặt không chịu buông bỏ vào một đối tượng và cho là đó là cái “ngã.” Mạt Na chính là bộ chỉ huy của tất cả mọi cảm thọ, tư tưởng, và làm ra sự sáng tạo, sự tưởng tượng cũng như sự chia chẻ thực tại. Trong trường hợp Yêm Ma La thức, cái biết có tác dụng chiếu rọi giống như một thứ ánh sáng trắng

tinh khiết trong tàng thức. Trong bất cứ hiện tượng nào, dù là tâm lý sinh lý hay vật lý, có sự có mặt của sự vận chuyển sinh động, đó là đời sống. Chúng ta có thể nói rằng sự vận chuyển này, đời sống này, là sự phổ hiện của vũ trụ, là tách dựng phổ biến của cái biết. Chúng ta không nên cho rằng “cái biết” là một vật bên ngoài đến để làm hơi thở cho đời sống trong vũ trụ. Nó chính là sự sinh động của chính vũ trụ.

Theo Phật giáo, trí tuệ không phải là sự chất đống của tri thức. Trái lại, nó là sự vũng vầy để thoát khỏi các tri thức ấy. Nó đập vỡ những tri thức cũ để làm phát sinh những tri thức mới phù hợp với thực tại hơn. Khi Copernicus phát hiện trái đất quay xung quanh nó và quay xung quanh mặt trời, có biết bao nhiêu ý niệm cũ về thiên văn học bị sụp đổ, trong đó có ý niệm trên và dưới. Thuyết Lượng Tử hiện thời đang phấn đấu mãnh liệt để vượt thoát các ý niệm đồng nhất và nhân quả vốn là những ý niệm căn bản xưa nay của khoa học. Khoa học cũng đang dần thân trên con đường rũ bỏ ý niệm như đạo học. Cái hiểu biết nơi con người được diễn dịch thành khái niệm, tư tưởng và ngôn ngữ. Cái biết ở đây là tri thức thu lượm được bằng cách chất chứa. Nó là cái thấy trực tiếp và mau lẹ. Về mặt tình cảm thì gọi là cảm xúc. Về mặt tri thức thì gọi là tri giác. Nó là một trực giác chứ không phải là kết quả của suy luận. Có khi nó hiện hữu tràn đầy trong chúng ta, nhưng chúng ta không diễn dịch nó thành khái niệm được, không dùng hình thức tư duy để chuyên chở nó được và do đó không diễn tả được thành lời. Không thể diễn tả nên lời, đó là tâm trạng của chúng ta vào lúc đó. Có những tri thức được nói trong đạo Phật là “bất khả tư, bất khả nghị, bất khả thuyết,” nghĩa là không thể suy tư, nghị luận và lập thành học thuyết được. Ngoài ra, sự hiểu biết còn là miếng chấn giúp bảo vệ hành giả khỏi sự tấn công của tham, sân và si. Con người thường hành động sai quấy là do bởi vô minh hoặc không thấy rõ được chính mình, không thấy rõ những khát vọng muốn đạt hạnh phúc cũng phương cách nào để đạt được chân hạnh phúc. Sự hiểu biết còn giúp hành giả có khả năng triệt tiêu nhiễm trược và tăng cường đức tính tốt nơi chính mình.

Trí tuệ nhận thức những hiện tượng và những qui luật của chúng. Jnana là sự sáng suốt nắm vững tất cả những thuyết giảng được chứa đựng trong các kinh điển. Trí là tri giác trong sáng và hoàn hảo của tâm, nơi không nắm giữ bất cứ khái niệm nào. Đây là sự thức tỉnh trực giác và duy trì chân lý cho một vị Bồ Tát, ý nghĩa và sự hiện hữu

không chỉ tìm thấy trên mặt phân giới giữa những thành tố không bền chắc và liên tục chuyển đến mạng lưới phức tạp của các mối quan hệ trong đời sống hằng ngày, trong khi trí là sức mạnh của trí tuệ đưa đến trạng thái của năng lực giải thoát, là dụng cụ chính xác có khả năng uyển chuyển vượt qua các chướng ngại của hình thức ô nhiễm và các chấp thủ thâm căn di truyền trong tư tưởng và hành động. Jnana là một từ rất linh động vì đôi khi nó có nghĩa là cái trí thế gian tầm thường, cái trí của tương đối không thâm nhập được vào chân lý của hiện hữu, nhưng đôi khi nó cũng có nghĩa là cái trí siêu việt, trong trường hợp này nó đồng nghĩa với Bát Nhã (Prajna).

Trí Tuệ được mô tả là sự hiểu biết về Tứ Diệu Đế, sự hiểu biết về lý nhân duyên, và những điều tương tự như vậy. Sự đắc thành trí huệ là sự đắc thành khả năng biến đổi học thuyết từ những đối tượng của trí tuệ thành kinh nghiệm thực tế cho cá nhân mình. Nói cách khác, trí tuệ theo Phật giáo là khả năng biến đổi những kiến thức về Tứ Diệu Đế và những điều tương tự học trong kinh điển thành chân lý hiện thực và sinh động. Muốn đạt được trí tuệ, trước nhất chúng ta phải trau dồi giới hạnh và phát triển sự định tĩnh nơi tinh thần. Nên nhớ rằng, đọc và hiểu kinh điển không phải là đạt được trí tuệ. Trí tuệ là đọc, hiểu và biến được những gì mình đã đọc hiểu thành kinh nghiệm hiện thực của cá nhân. Trí tuệ cho chúng ta khả năng “thấy được chân lý” hay “thấy sự thể đúng như sự thể” vì đạt được trí tuệ không phải là một bài tập về trí tuệ hay học thuật, mà là sự thấy biết chân lý một cách trực tiếp.

Trong Phật giáo, Trí Tuệ là đức tính cao cả nhất. Người ta thường dịch từ ngữ Bắc Phạn “Prajna” (pali-Panna) là trí tuệ, và cách dịch đó không được chính xác. Tuy nhiên, khi chúng ta bàn về truyền thống Phật giáo, chúng ta phải luôn nhớ rằng Trí Tuệ ở đây được dùng theo một ý nghĩa đặc biệt, thật đặc biệt trong lịch sử tư tưởng của nhân loại. Trí Tuệ được các Phật tử hiểu như là sự “quán tưởng các pháp một cách có phương pháp.” Điều này được chỉ bày rõ ràng theo định nghĩa của Ngài Phật Âm: “Trí Tuệ có đặc tính thâm nhập vào bản chất của vạn pháp. Nhiệm vụ của nó là phá tan bóng tối của ảo tưởng che mất tự tính của vạn pháp. Biểu hiện của trí tuệ là không bị mê mờ. Bởi vì “người nào nhập định biết và thấy rõ thực tướng, thiền định chính là nguyên nhân trực tiếp và gần nhất của trí tuệ.”

Trí tuệ biết được rằng tánh không là bản chất tối hậu của tất cả các pháp. Loại trí tuệ đặc biệt này là phương tiện duy nhất dùng để

loại trừ vô minh và những trạng thái tâm nhiễu loạn của chúng ta. Trí tuệ này cũng là một khí cụ mạnh mẽ nhất dùng để hóa giải những dấu ấn nghiệp thức u ám. Hơn nữa, trí tuệ này khiến cho chúng ta có khả năng làm lợi lạc người khác một cách hiệu quả, vì nhờ nó mà chúng ta có thể chỉ dạy người khác phương pháp để tự họ cũng đạt được loại trí tuệ này. Loại trí tuệ thứ nhất là chìa khóa để dẫn đến giải thoát và giác ngộ. Để có thể đạt được loại trí tuệ này, chúng ta phải đầu tư mọi nỗ lực vào tu tập giáo lý nhà Phật và thực hành thiền định. Trí tuệ biết được ngôn ngữ, lý luận, khoa học, nghệ thuật, vân vân. Loại trí tuệ này là loại bẩm sinh; tuy nhiên, người ta tin rằng người có loại trí tuệ này là người mà trong nhiều kiếp trước đã tu tập và thực hành nhiều hạnh lành rồi.

Trí tuệ cơ bản vốn có nơi mỗi người chúng ta có thể lộ khi nào bức màn vô minh bị vệt bỏ qua tu tập. Theo Đức Phật, trí tuệ là một phẩm hạnh cực kỳ quan trọng vì nó tương đương với chính sự giác ngộ. Chính trí tuệ mở cửa cho sự tự do, và trí tuệ xóa bỏ vô minh, nguyên nhân căn bản của khổ đau phiền não. Người ta nói rằng chặt hết cành cây hay thậm chí chặt cả thân cây, nhưng không nhổ tận gốc rễ của nó, thì cây ấy vẫn mọc lại. Tương tự, dù ta có thể loại bỏ luyến chấp vắng cách từ bỏ trần tục và sân hận với tâm từ bi, nhưng chừng nào mà vô minh chưa bị trí tuệ loại bỏ, thì luyến chấp và sân hận vẫn có thể nảy sinh trở lại như thường. Về phần Đức Phật, ngay hôm Ngài chứng kiến cảnh bất hạnh xảy ra cho con trùng và con chim trong buổi lễ hạ điền, Ngài bèn ngồi quán tưởng dưới gốc cây hồng táo gần đó. Đây là kinh nghiệm thiền định sớm nhất của Đức Phật. Về sau này, khi Ngài đã từ bỏ thế tục để đi tìm chân lý tối thượng, một trong những giới luật đầu tiên mà Ngài phát triển cũng là thiền định. Như vậy chúng ta thấy Đức Phật đã tự mình nhấn mạnh rằng trí tuệ chỉ có thể đạt được qua thiền định mà thôi.

Tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Dù trí huệ quan hệ tới nhân quả. Những ai đã từng tu tập và vun trồng thiện căn trong những đời quá khứ sẽ có được trí tuệ tốt hơn. Tuy nhiên, ngay trong kiếp này, nếu bạn muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, bạn không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí huệ ba la mật, bạn có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Trí tuệ là một trong ba pháp tu học quan trọng trong Phật giáo. Hai pháp kia là Giới và định. Theo

Tỳ Kheo Piyadassi Mahathera trong Phật Giáo Nhìn Toàn Diện thì tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ hay tuệ minh sát. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (60). Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (61). “Đây là con ta, đây là tài sản ta,” kẻ phàm phu thường lo nghĩ như thế, nhưng người trí biết chính ta còn không thiết có, huống là con ta hay tài sản ta? (62). Ngu mà tự biết ngu, tức là trí, ngu mà tự xưng rằng trí, chính đó mới thật là ngu (63). Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh (64). Người trí dù chỉ gần gũi người trí trong khoảnh khắc cũng hiểu ngay được Chánh pháp, chẳng khác gì cái lưỡi dù mới tiếp xúc với canh trong khoảnh khắc, đã biết ngay được mùi vị của canh (65). Kẻ phàm phu, lòng thì muốn cầu được trí thức mà hành động lại dẫn tới diệt vong, nên hạnh phúc bị tổn hại mà trí tuệ cũng tiêu tan (72). Con thiên nga chỉ bay được giữa không trung, người có thần thông chỉ bay được khỏi mặt đất, duy bậc đại trí, trừ hết ma quân mới bay được khỏi thế gian này (175).”

Nói tóm lại, trong đạo Phật, trí tuệ là quan trọng tối thượng, vì sự thanh tịnh có được là nhờ trí tuệ, do trí tuệ, và trí tuệ là chìa khóa dẫn đến giác ngộ và giải thoát cuối cùng. Nhưng Đức Phật không bao giờ tán thán tri thức suông. Theo Ngài, trí phải luôn đi đôi với thanh tịnh nơi tâm, với sự hoàn hảo về giới: Minh Hạnh Túc. Trí tuệ đạt được do sự hiểu biết và phát triển các phẩm chất của tâm là trí, là trí tuệ siêu việt, hay trí tuệ do tu tập mà thành. Đó là trí tuệ giải thoát chứ không phải là sự lý luận hay suy luận suông. Như vậy Đạo Phật không chỉ là yêu mến trí tuệ, không xúi dục đi tìm trí tuệ, không có sự sùng bái trí tuệ, mặc dù những điều này có ý nghĩa của nó và liên quan đến sự sống còn của nhân loại, mà đạo Phật chỉ khích lệ việc áp dụng thực tiễn những lời dạy của Đức Phật nhằm dẫn người theo đi đến sự xả ly, giác ngộ, và giải thoát cuối cùng. Trí tuệ trong Phật giáo là trí tuệ

nhận thức được tánh không. Đây là phương tiện duy nhất được dùng để loại trừ vô minh và những tâm thái nhiễu loạn của chúng ta. Loại trí tuệ này cũng là phương tiện giúp hóa giải những dấu ấn nghiệp thức u ám. Chữ Phật tự nó theo Phạn ngữ có nghĩa là trí tuệ và giác ngộ. Tuy nhiên, trí tuệ này không phải là phàm trí mà chúng ta tưởng. Nói rộng ra, nó là trí tuệ của Phật, loại trí tuệ có khả năng thông hiểu một cách đúng đắn và toàn hảo bản chất thật của đời sống trong vũ trụ này trong quá khứ, hiện tại và tương lai. Nhiều người cho rằng trí tuệ có được từ thông tin hay kiến thức bên ngoài. Đức Phật lại nói ngược lại. Ngài dạy rằng trí tuệ đã sẵn có ngay trong tự tánh của chúng ta, chứ nó không đến từ bên ngoài. Trên thế giới có rất nhiều người thông minh và khôn ngoan như những nhà khoa học hay những triết gia, vân vân. Tuy nhiên, Đức Phật không công nhận những kiến thức phàm tục này là sự giác ngộ đúng nghĩa theo đạo Phật, vì những người này chưa dứt trừ được phiền não của chính mình. Họ vẫn còn còn trụ vào thị phi của người khác, họ vẫn còn tham, sân, si và sự kiêu ngạo. Họ vẫn còn chứa chấp những vọng tưởng phân biệt cũng như những chấp trước. Nói cách khác, tâm của họ không thanh tịnh. Không có tâm thanh tịnh, dù có chứng đắc đến tầng cao nào đi nữa, cũng không phải là sự giác ngộ đúng nghĩa theo Phật giáo. Như vậy, chướng ngại đầu tiên trong sự giác ngộ của chúng ta chính là tự ngã, sự chấp trước, và những vọng tưởng của chính mình. Chỉ có trí tuệ dựa vào khả năng định tĩnh mới có khả năng loại trừ được những chấp trước và vô minh. Nghĩa là loại trí tuệ khởi lên từ bản tâm thanh tịnh, chứ không phải là loại trí tuệ đạt được do học hỏi từ sách vở, vì loại trí tuệ này chỉ là phàm trí chứ không phải là chân trí tuệ. Chính vì thế mà Đức Phật đã nói: “Ai có định sẽ biết và thấy đúng như thật.” Theo Kinh Hoa Nghiêm, tất cả chúng sanh đều có cùng trí tuệ và đức hạnh của một vị Phật, nhưng họ không thể thể hiện những phẩm chất này vì những vọng tưởng và chấp trước. Tu tập Phật pháp sẽ giúp chúng ta loại bỏ được những vọng tưởng phân biệt và dong ruổi cũng như những chấp trước. Từ đó chúng ta sẽ tìm lại được bản tâm thanh tịnh sẵn có, và cũng từ đó trí tuệ chân thực sẽ khởi sanh. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng chân trí và khả năng thật sự của chúng ta chỉ tạm thời bị che mờ vì đám mây mù vô minh, chấp trước và vọng tưởng phân biệt, chứ không phải thật sự mất đi vĩnh viễn. Mục đích tu tập theo Phật pháp của chúng ta là phá tan đám mây mù này để đạt được giác ngộ.

Ignorance & Wisdom

Ignorance: A Sanskrit term ‘Avidya’ means “Ignorance.” In Buddhism, Avidya is noncognizance of the four noble truths, the three precious ones (triratna), and the law of karma, etc. Avidya is the first link of conditionality (pratityasampada), which leads to entanglement of the world of samsara and the root of all unwholesome in the world. This is the primary factor that enmeshes (làm vướng víu) beings in the cycle of birth, death, and rebirth. In a Buddhist sense, it refers to lack of understanding of the four noble truths (Arya-satya), the effects of actions (karma), dependent arising (pratitya-samutpada), and other key Buddhist doctrines. In Madhyamaka, “Avidya” refers to the determination of the mind through ideas and concepts that permit beings to construct an ideal world that confers upon the everyday world its forms and manifold quality, and that thus block vision of reality. “Avidya” is thus the nonrecognition of the true nature of the world, which is empty (shunyata), and the mistaken understanding of the nature of phenomena. Thus “avidya” has a double function: ignorance veils the true nature and also constructs the illusory appearance. “Avidya” characterizes the conventional reality. For the Sautrantikas and Vaibhashikas, “Avidya” means seeing the world as unitary and enduring, whereas in reality it is manifold and impermanent. “Avidya” confers substantiality on the world and its appearances. In the Yogachara’s view, “avidya” means seeing the object as a unit independent of consciousness, when in reality it is identical with it.

Ignorance means Unenlightened, the first or last of the twelve nidanas. Ignorance is Illusion or darkness without illumination, the ignorance which mistakes seeming for being, or illusory phenomena for realities. Ignorance of the way of escape from sufferings, one of the three affluences that feed the stream of mortality or transmigration. Sometimes ignorance means “Maya” or “Illusion.” It means complete darkness without illumination. The ignorance which mistakes seeming for being, or illusory phenomena for realities. Ignorance is the main cause of our non-enlightenment. Ignorance is only a false mark, so it is subject to production, extinction, increase, decrease, defilement, purity, and so on. Ignorance is the main cause of our birth, old age, worry,

grief, misery, and sickness, and death. Ignorance is one of the three fires which must be allowed to die out before Nirvana is attained. The erroneous state of mind which arises from belief in self.

In Zen, ignorance is not seeing things as they really are. It is failing to understand the truth about life. As long as we have not developed our minds to obtain wisdom, we remain ignorant of the true nature of things. According to Buddhism, ignorance means regarding the self as real. Due to ignorance, people do not see things as they really are, and cannot distinguish between right and wrong. They become blind under the delusion of self, clinging to things which are impermanent, changeable, and perishable. Once anger arises, one has nothing but "ignorance." In order to eliminate "ignorance," you should meditate on causality. All of our psychological problems are rooted in ignorance, in delusion. Ignorance is the crowning corruption. Our greeds, hates, conceits and a host of other defilements go hand in hand with our ignorance. The solutions are to be found in the problems themselves and hence we should not run away from our problems. Analyze and scrutinize the problems, and you will see that they are human problems, so do not attribute them to non-humans. Our real problems can be solved only by giving up illusions and false concepts and bringing our lives into harmony with reality and this can be done only through meditation. Ignorance is also thoughts and impulses that try to draw us away from emancipation. If we wish to liberate ourselves from these hindrances, we should first recognize them through meditation. Just as the Buddha described in His discourses how He would exclaim, "Mara! I see you." Zen practitioners should remember that the purpose of disciplined meditation practice is to eliminate ignorance, to open the essential nature of mind, and to stabilize awareness. Through meditation, we concentrate on things with an undistracted awareness. We are not thinking about anything, not analyzing, not getting lost in flux of things, but just seeing the nature of what is happening in the mind. Through practices of meditation, our mind becomes clearer and clearer; it is to say 'ignorance' is gradually eliminated through the course of meditation. If you think that your mind can only be opened by a certain master out there, you are never cultivating in accordance with Buddhism at all. If you think someone out there can eliminate ignorance for you, you are not a devout Buddhist.

Wisdom: Wisdom is the knowledge of things and realization of truth. Wisdom is arisen from perception or knowing. Wisdom is based on right understanding and right thought. Decision or judgment as to phenomena or affairs and their principles, of things and their fundamental laws. Prajna is often interchanged with wisdom. Wisdom means knowledge, the science of the phenomenal, while prajna more generally to principles or morals. The difference between Buddhi and Jnana is sometimes difficult to point out definitively, for they both signify worldly relative knowledge as well as transcendental knowledge. While Prajna is distinctly pointing out the transcendental wisdom. The Prajna-paramita-sutra describes “prajna” as supreme, highest, incomparable, unequalled, unsurpassed. Wisdom or real wisdom. According to the Mahayana Buddhism, only an immediate experienced intuitive wisdom, not intelligence can help man reach enlightenment. Therefore, to achieve prajna is synonymous with to reach enlightenment. One of the two perfections required for Buddhahood. The wisdom which enables us to transcend desire, attachment and anger so that we will be emancipated (not through the mercy of any body, but rather through our own power of will and wisdom) and so that we will not be reborn again and again in “samsara” or transmigration.

Knowing reveals itself in many ways. Knowing can be active whenever there is hearing, seeing, feeling, comparing, remembering, imagining, reflecting, worrying, hoping and so forth. In the Vijñānavādin school of Buddhism, which specialized in the study of “consciousnesses,” many more fields of activity were attributed to knowing. For instance, in *alayavijñāna*, or “storehouse of consciousness,” the fields of activity of knowing are maintaining, conserving, and manifesting.” Also according to the Vijñānavādins, all sensation, perception, thought, and knowledge arise from this basic store-house consciousness. *Manovijñāna* is one of the ways of knowing based on this consciousness and its function is to grasp onto the object and take it as a “self.” *Manovijñāna* serves as the headquarters for all sensations, perceptions, and thoughts, and makes creation, imagination, as well as dissection of reality possible. *Amala* is the consciousness that shines like a pure white light on the store-house consciousness. In any phenomena, whether psychological, physiological, or physical,

there is dynamic movement, life. We can say that this movement, this life, is the universal manifestation, the most commonly recognized action of knowing. We must not regard “knowing” as something from the outside which comes to breathe life into the universe. It is the life of the universe itself.

According to Buddhism, understanding is not an accumulation of knowledge. To the contrary, it is the result of the struggle to become free of knowledge. Understanding shatters old knowledge to make room for the new that accords better with reality. When Copernicus discovered that the Earth goes around the sun, most of the astronomical knowledge of the time had to be discarded, including the ideas of above and below. Today, physics is struggling valiantly to free itself from the ideas of identity and cause effect that underlie classical science. Science, like the Way, urges us to get rid of all preconceived notions. Understanding, in human, is translated into concepts, thoughts, and words. Understanding is not an aggregate of bits of knowledge. It is a direct and immediate penetration. In the realm of sentiment, it is feeling. In the realm of intellect, it is perception. It is an intuition rather than the culmination of reasoning. Every now and again it is fully present in us, and we find we cannot express it in words, thoughts, or concepts. “Unable to describe it,” that is our situation at such moments. Insights like this are spoken of in Buddhism as “impossible to reason about, to discuss, or to incorporate into doctrines or systems of thought.” Besides, understanding also means a shield to protect cultivator from the attack of greed, hatred and ignorance. A man often does wrong because of his ignorance or misunderstanding about himself, his desire of gaining happiness, and the way to obtain happiness. Understanding will also help cultivators with the ability to remove all defilements and strengthen their virtues.

Higher intellect or spiritual wisdom; knowledge of the ultimate truth (reality). Jnana is the essential clarity and unerring sensibility of a mind that no longer clings to concepts of any kind. It is direct and sustained awareness of the truth, for a Bodhisattva, that meaning and existence are found only in the interface between the components of an unstable and constantly shifting web of relationships, which is everyday life, while prajna is the strength of intellectual discrimination elevated to the status of a liberating power, a precision tool capable of

slicing through obstructions that take the form of afflictions and attachments to deeply engrained hereditary patterns of thought and action. Jnana is a very flexible term, as it means sometimes ordinary worldly knowledge, knowledge of relativity, which does not penetrate into the truth of existence, but also sometimes transcendental knowledge, in which case being synonymous with Prajna or Arya-jnana.

Wisdom is described as the understanding of the Four Noble Truths, the understanding of interdependent origination, and the like. The attainment of wisdom is the ability of transformation of these doctrinal items from mere objects of intellectual knowledge into real, personal experience. In other words, according to Buddhism, wisdom is the ability to change our knowledge of the four Noble Truths and the like from mere sutra learning into actual, living truth. To attain wisdom, we must first cultivate good conduct, then cultivate mental development. It should be noted that reading and understanding the meaning of a sutra doesn't mean attaining wisdom. Wisdom means reading, understanding, and transforming doctrinal items from sutras into real, personal experience. Wisdom gives us the ability of "seeing the truth" or "seeing things as they really are" because the attainment of wisdom is not an intellectual or academic exercise, it is understanding or seeing these truths directly.

In Buddhism, wisdom is the highest virtue of all. It is usual to translate the Sanskrit term "Prajna" (pali-Panna) by "wisdom," and that is not positively inaccurate. When we are dealing with the Buddhist tradition, however, we must always bear in mind that there Wisdom is taken in a special sense that is truly unique in the history of human thought. "Wisdom" is understood by Buddhists as the methodical contemplation of 'Dharmas.' This is clearly shown by Buddhaghosa's formal and academic definition of the term: "Wisdom has the characteristic of penetrating into dharmas as they are themselves. It has the function of destroying the darkness of delusion which covers the own-being of dharmas. It has the manifestation of not being deluded. Because of the statement: 'He who is concentrated knows, sees what really is,' concentration is its direct and proximate cause."

Wisdom understanding that emptiness of inherent existence is the ultimate nature of all phenomena. This specific type of wisdom is the

sole means to eliminate our ignorance and other disturbing states. It is also the most powerful tool for purifying negative karmic imprints. In addition, it enables us to benefit others effectively, for we can then teach them how to gain this wisdom themselves. This is also the first key to liberation and enlightenment. In order to be able to obtain this type of wisdom, we must invest all our efforts in cultivating Buddhist laws and practicing Buddhist meditation. Conventional intelligence knowing, logic, science, arts, and so forth. This type of wisdom is from birth; however, the person who possesses this type of wisdom is believed that in previous lives, he or she had already cultivated or practiced so many good deeds.

Fundamental wisdom which is inherent in every man and which can manifest itself only after the veil of ignorance, which screens it, has been transformed by means of self-cultivation as taught by the Buddha. According to the Buddha, wisdom is extremely important for it can be commensurate with enlightenment itself. It is wisdom that finally opens the door to freedom, and wisdom that removes ignorance, the fundamental cause of suffering. It is said that while one may sever the branches of a tree and even cut down its trunk, but if the root is not removed, the tree will grow again. Similarly, although one may remove attachment by means of renunciation, and aversion by means of love and compassion, as long as ignorance is not removed by means of wisdom, attachment and aversion will sooner or later arise again. As for the Buddha, immediately after witnessing the unhappy incident involving the worm and the bird at the plowing ceremony, the prince sat under a nearby rose-apple tree and began to contemplate. This is a very early experience of meditation of the Buddha. Later, when he renounced the world and went forth to seek the ultimate truth, one of the first disciplines he developed was that of meditation. Thus, the Buddha himself always stressed that meditation is the only way to help us to achieve wisdom.

The resulting wisdom, or training in wisdom. Even though wisdom involves cause and effect. Those who cultivated and planted good roots in their past lives would have a better wisdom. However, in this very life, if you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these

thieves and terminate all afflictions. Wisdom is one of the three studies in Buddhism. The other two are precepts and meditation. According to Bhikkhu Piyadassi Mahathera in *The Spectrum of Buddhism*, high concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom or panna-sikkha. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing.

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: “Long is the night to the wakeful; long is the road to him who is tired; long is samsara to the foolish who do not know true Law (Dharmapada 60). If a traveler does not meet a companion who is better or at least equal, let him firmly pursue his solitary career, rather than being in fellowship with the foolish (Dharmapada 61). These are my sons; this is my wealth; with such thought a fool is tormented. Verily, he is not even the owner of himself. Whence sons? Whence wealth? (Dharmapada 62). A foolish man who knows that he is a fool, for that very reason a wise man; the fool who think himself wise, he is indeed a real fool (Dharmapada 63). If a fool associates with a wise man even all his life, he will understand the Dharma as little as a spoon tastes the flavour of soup (Dharmapada 64). An intelligent person associates with a wise man, even for a moment, he will quickly understand the Dharma, as the tongue tastes the flavour of soup (Dharmapada 65). The knowledge and fame that the fool gains, so far from benefiting; they destroy his bright lot and cleave his head (Dharmapada 72). Swans can only fly in the sky, man who has supernatural powers can only go through air by their psychic powers. The wise rise beyond the world when they have conquered all kinds of Mara (Dharmapada 175).”

In summary, in Buddhism, wisdom is of the highest importance; for purification comes through wisdom, through understanding; and wisdom in Buddhism is the key to enlightenment and final liberation. But the Buddha never praised mere intellect. According to him, knowledge should go hand in hand with purity of heart, with moral excellence (vijja-caranasampanna—p). Wisdom gained by understanding and development of the qualities of mind and heart is wisdom par excellence (bhavanamaya panna—p). It is saving

knowledge, and not mere speculation, logic or specious reasoning. Thus, it is clear that Buddhism is neither mere love of, nor inducing the search after wisdom, nor devotion, though they have their significance and bearing on mankind, but an encouragement of a practical application of the teaching that leads the follower to dispassion, enlightenment and final deliverance. Wisdom in Buddhism is also a sole means to eliminate our ignorance and other disturbing attitudes. It is also a tool for purifying negative karmic imprints. Many people say that wisdom is gained from information or knowledge. The Buddha told us the opposite! He taught us that wisdom is already within our self-nature; it does not come from the outside. In the world, there are some very intelligent and wise people, such as scientists and philosophers, etc. However, the Buddha would not recognize their knowledge as the proper Buddhist enlightenment, because they have not severed their afflictions. They still dwell on the rights and wrongs of others, on greed, anger, ignorance and arrogance. They still harbor wandering discriminatory thoughts and attachments. In other words, their minds are not pure. Without the pure mind, no matter how high the level of realization one reaches, it is still not the proper Buddhist enlightenment. Thus, our first hindrance to enlightenment and liberation is ego, our self-attachment, our own wandering thoughts. Only the wisdom that is based on concentration has the ability to eliminate attachments and ignorance. That is to say the wisdom that arises from a pure mind, not the wisdom that is attained from reading and studying books, for this wisdom is only worldly knowledge, not true wisdom. Thus, the Buddha said: "He who is concentrated knows and sees what really is." According to the Flower Adornment Sutra, all sentient beings possess the same wisdom and virtuous capabilities as the Buddha, but these qualities are unattainable due to wandering thoughts and attachments. Practicing Buddhism will help us rid of wandering, discriminating thoughts and attachments. Thus, we uncover our pure mind, in turn giving rise to true wisdom. Sincere Buddhists should always remember that our innate wisdom and abilities are temporarily lost due to the cloud of ignorance, attachments and wandering discriminatory thoughts, but are not truly or permanently lost. Our goal in Practicing Buddhism is to break through this cloud and achieve enlightenment.

Phụ Lục P
Appendix P

Trí Bất Thị Đạo

Theo Cảnh Đức Truyền Đăng Lục, quyển VIII, Thiền Sư Nam Tuyền Phổ Nguyên (748-834 or 749-835) còn nổi tiếng về những châm ngôn sinh động và những thuật ngữ trái nghịch được ông dùng để đào tạo đệ tử. Có lúc ông tuyên bố có vẻ đi ngược lại với thầy Mã Tổ của mình như trong Vô Môn Quan 34: “Ý thức không phải là Phật; nhận thức không phải là đường đi.” Thiền sư Vô Môn Huệ Khai đã đưa ra lời bình: “Lão Nam Tuyền thiệt là già không biết thẹn. Mới mở miệng hôi, thói nhà đã lộ. Tuy như vậy, kẻ biết ơn cũng ít.” Rồi Thiền sư Vô Môn lại tụng bài kệ:

“Thiên tình nhật đầu xuất,
Vũ hạ địa thương thấp.
Tận tình đô thuyết liễu,
Chỉ khủng tín bất cập.”

(Mây quang, vầng nhật chiếu. Mưa xuống, tưới ướt đất. Hết lòng nói toạt ra. Sợ người không tin hiểu).

Wisdom Is Not the Way

According to the Records of the Transmission of the Lamp (Ch'uan-Teng-Lu), Volume VIII, Nan-Ch'uan was famous for his vivid expressions and paradoxical pronouncements in the course of Zen training, come a number of much-cited Zen sayings. Thus, in apparent contradiction of his master Ma-Tsu, such as in Wu-Men-Kuan 34, “Consciousness is not Buddha, knowledge is not the way.” Zen master Wu-Men Hui-K'ai commented: “I must say that Nan-Ch'uan got old and knew no shame. He opened his stinking mouth a bit and revealed the family disgrace. Only a few can acknowledge his great kindness.” Then Zen master Wu-Men recited a verse:

“The sky clears, the sun shines brightly;
Rain falls, earth gets wet.

He fully opens his heart and expounds the who secret;
But I fear he is little appreciated.”

Phụ Lục Q
Appendix Q

Trí Nhân Ngụ Nhân

Một hôm, có một vị Tăng đến hỏi Thiền Sư Tịnh Không (?-1170): “Từ xưa, trực chỉ là ý gì?” Sư đáp: “Ngày ngày đi gặt lúa, giờ giờ kho lẫm không (Nhật nhật khứ hoạch hòa, thì thì không thương lẫm).” Vị Tăng thưa: “Con chẳng hội.” Sư đáp: “Trời trăng luôn sáng, mây nổi phủ che (Nhật nguyệt trường minh, phù vân cái ấm).” Sau đó, Sư bèn đọc bài kệ. Đây cũng là một trong những bài thơ thiền nổi tiếng của Sư:

Người trí không ngộ đạo,
Ngộ đạo tức kẻ ngu.
Khách nằm thẳng duỗi chân,
Nào biết ngụ và chơn.

(Trí nhân vô ngộ đạo, Ngộ đạo tức ngu nhân. Thân cước cao ngọa khách, Hề thức ngụ kiêm chân).

Wise Men and the Foolish

One day, a monk came and asked, “Since antiquity, what is the meaning of the direct pointing in Zen teaching?” The master replied, “People harvest everyday, yet the granary is always empty.” The monk said, “I don't understand.” The master said, “The sun and the moon constantly shine, yet they are covered by floating clouds.” Then, the master recited a verse. This is also one of his famous Zen poems:

“Wise men do not realize the Way,
Those who realize the Way are the foolish.
Be an impartial observer,
Lay straight and stretch your legs.
Do not try to mind what truth and untruth are.”

Phụ Lục R
Appendix R

Trí Tuệ Là Kết Quả Của Tu Tập Giới Và Định

Thiền Sư Bảo Giám (?-1173), tên của một vị Thiền sư Việt Nam. Thiền sư Bảo Giám luôn nhắc nhở hành giả tu thiền rằng: “Muốn tiến đến tông thừa của Phật là phải siêng năng, song thành Phật chánh giác phải nhờ trí tuệ. Ví như nhắm bắn cái đích ngoài trăm bước, mũi tên đến được là nhờ sức mạnh, tuy vậy trúng được đích hay không thì không phải do sức nữa.” Khi thầy của ngài thị tịch, ngài tiếp tục trụ tại chùa Bảo Phước để hoằng pháp cho đến khi thị tịch vào năm 1173. Ngài thường dạy đệ tử: “Tu tập trí tuệ là kết quả của giới và định. Dù trí huệ quan hệ tới nhân quả. Những ai đã từng tu tập và vun trồng thiện căn trong những đời quá khứ sẽ có được trí tuệ tốt hơn. Tuy nhiên, ngay trong kiếp này, nếu muốn đoạn trừ tam độc tham lam, sân hận và si mê, không có con đường nào khác hơn là phải tu giới và định hầu đạt được trí tuệ ba la mật. Với trí huệ ba la mật, hành giả có thể tiêu diệt những tên trộm nầy và chấm dứt khổ đau phiền não. Trí tuệ là một trong ba pháp tu học quan trọng trong Phật giáo. Hai pháp kia là Giới và định. Tâm định ở mức độ cao là phương tiện để thành đạt trí tuệ. Tuệ bao gồm chánh kiến và chánh tư duy, tức là hai chi đầu trong Bát Chánh Đạo. Trí tuệ giúp chúng ta phá tan lớp mây mờ si mê bao phủ sự vật và thực chứng thực tướng của vạn pháp, thấy đời sống đúng như thật sự, nghĩa là thấy rõ sự sanh diệt của vạn hữu. Hành giả nào có huệ trí, đầy đủ sanh diệt trí, hướng đến sự quyết trạch các bậc Thánh, chơn chánh diệt trừ mọi đau khổ.” Theo ngài được thành chánh quả không cần phải ngồi sững mãi đó mà được. Cách hay nhất là phải đạt cho bằng được trí tuệ, còn bất cứ thứ gì khác chỉ là hoài công vô ích. Vì trí huệ có thể giúp hành giả vượt được bức màn vô minh. Tương tự như vậy, bậc giác ngộ cũng giống như ánh trăng chiếu sáng khắp các cõi đến vô tận.

***Wisdom Is the Result From
Cultivating in Precepts and Concentration***

Bao Giam, name of a Vietnamese Zen master. Zen master Bảo Giám always reminded Zen practitioners that: “Learning the way of Buddha, we must have zeal; to become a Buddha, we need wisdom. Shooting an arrow to a target more than a hundred paces away, we must be strong; however, to hit the target, we need more than strength.” After his master passed away, he continued to stay at Bảo Phước temple to expand Buddhism until he passed away in 1173. He always taught his disciples: “Wisdom is the result from cultivating in precepts and concentration or training in wisdom. Even though wisdom involves cause and effect. Those who cultivated and planted good roots in their past lives would have a better wisdom. However, in this very life, if you want to get rid of greed, anger, and ignorance, you have no choice but cultivating discipline and samadhi so that you can obtain wisdom paramita. With wisdom paramita, you can destroy these thieves and terminate all afflictions. Wisdom is one of the three studies in Buddhism. The other two are precepts and meditation. High concentration is the means to the acquisition of wisdom or insight. Wisdom consists of right understanding and right thought, the first two factors of the path. This is called the training in wisdom. Wisdom helps us get rid of the clouded view of things, and to see life as it really is, that is to see life and things pertaining to life as arising and passing. Here a practitioner who is wise, with wise perception of arising and passing away, that Ariyan perception that leads to the complete destruction of suffering.” According to him, we do not need to sit still for long periods of time to attain the complete enlightenment. The best way is to gain wisdom; anything else is only useless effort. For wisdom can help practitioners to eliminate the curtain of ignorance. Similarly, an enlightened one is just like the moon shining above, lightening all the realms endlessly.

Phụ Lục S
Appendix S

Phát Huệ Bằng Cách Tu Tập
Kinh Nhập Tức Xuất Tức Niệm

Đức Thế Tôn giảng Kinh “Nhập Tức Xuất Tức Niệm” tại thành Xá Vệ, trong khu Đông Viên, giảng đường Lộc Mẫu, khi Ngài cùng với rất nhiều vị Thượng Tọa có thời danh, có danh xưng, như Tôn giả Xá Lợi Phất, Tôn giả Mục Kiền Liên, Tôn giả Đại Ca Diếp, Tôn giả Ma Ha Ca Chiên Diên, Tôn giả Đại Câu Hy La, Tôn giả Đại Kiếp Tân Na, Tôn giả Đại Thuần Đà, Tôn giả A Na Luật, Tôn giả Ly Bà Đa, Tôn giả A Nan, cùng với nhiều bậc Thượng Tọa đệ tử khác có thời danh, có danh xưng. Đức Thế Tôn dạy: “Nầy các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo nầy, có những Tỳ Kheo là những A La Hán, các lậu hoặc đã đoạn trừ, phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, gánh nặng đã đặt xuống, mục đích đã thành đạt, kiết sử đã đoạn tận, được giải thoát nhờ chánh trí. Nầy các Tỳ Kheo, có những bậc Tỳ Kheo như vậy trong chúng Tỳ Kheo nầy”. Nầy các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo nầy, có những Tỳ Kheo đã đoạn trừ ngũ hạ phần kiết sử, được hóa sanh, từ ở đây được nhập Niết Bàn, không còn phải trở lại đời nầy nữa. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, nầy các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo nầy. Nầy các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo nầy, có những Tỳ Kheo đã đoạn trừ ba kiết sử, đã làm cho muội lược tham, sân, si, là bậc Nhất Lai, sau khi sanh vào đời nầy một lần nữa, sẽ đoạn tận khổ đau. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, nầy các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo nầy. Nầy các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo nầy, có những Tỳ Kheo đã đoạn trừ ba kiết sử đã đoạn trừ ba kiết sử, là bậc Dư Lưu, không còn đọa vào ác đạo, chắc chắn sẽ được giác ngộ. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, nầy các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo nầy. Nầy các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo nầy, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập bốn niệm xứ. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, nầy các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo nầy. Nầy các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo nầy, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập bốn chánh cần. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, nầy các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo nầy. Nầy các Tỳ Kheo,

trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập bốn như ý túc. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập ngũ căn. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập ngũ lực. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập thất giác chi. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập bát chánh đạo. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập từ tâm. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập bi tâm. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập hỷ tâm. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập xả tâm. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập bất tịnh. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập vô thường tưởng. Các bậc Tỳ Kheo như vậy, này các Tỳ Kheo, có mặt trong chúng Tỳ Kheo này. Này các Tỳ Kheo, trong chúng Tỳ Kheo này, có những Tỳ Kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Nhập Tức Xuất Tức Niệm.

Đức Thế Tôn dạy: “Nhập Tức Xuất Tức Niệm, này các Tỳ Kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến quả lớn. Nhập Tức Xuất Tức Niệm, này các Tỳ Kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn,

khiến cho bốn niệm xứ được viên mãn. Bốn niệm xứ được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho thất giác chi được viên mãn. Thất giác chi được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho minh giải thoát được viên mãn.” Như thế nào là tu tập Nhập Tức Xuất Tức Niệm? Như thế nào làm cho sung mãn? Như thế nào là quả lớn, công đức lớn? Ở đây, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, và ngồi kiết già, lưng thẳng và trú niệm trước mặt. Chánh niệm, vị ấy thờ vô; chánh niệm vị ấy thờ ra. Thờ vô dài, vị ấy biết mình đang thờ vô dài. Hay thờ ra dài, vị ấy biết mình đang thờ ra dài. Hay thờ vô ngắn, vị ấy biết mình đang thờ vô ngắn. Hay thờ ra ngắn, vị ấy biết mình đang thờ ra ngắn. Vị ấy tập: “Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “An tịnh toàn thân tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “An tịnh toàn thân, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Cảm giác an tịnh tâm hành, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác an tịnh tâm hành, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Cảm giác về tâm, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác về tâm, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Với tâm hân hoan, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Với tâm hân hoan, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Với tâm định tĩnh, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Với tâm giải thoát, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Với tâm giải thoát, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Quán vô thường, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Quán vô thường, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Quán ly tham, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Quán ly tham, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Quán đoạn diệt, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Quán đoạn diệt, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “Quán từ bỏ, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Quán đoạn từ bỏ, tôi sẽ thờ ra.” Nhập Tức Xuất Tức Niệm, này các Tỳ Kheo, tu tập như vậy, làm cho sung mãn như vậy, được quả lớn, được công đức lớn.

Tu tập Nhập tức xuất tức niệm khiến cho bốn niệm xứ được viên mãn. Khi nào, này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo thờ vô dài, vị ấy biết là mình đang thờ vô dài. Hay khi thờ ra dài, vị ấy biết là mình đang thờ ra dài. Hay thờ vô ngắn, vị ấy biết là mình đang thờ vô ngắn. Hay thờ ra ngắn, vị ấy biết là mình đang thờ ra ngắn. Vị ấy tập: “Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thờ ra.” Vị ấy tập: “An tịnh thân hành, tôi sẽ thờ vô.” Vị ấy tập: “An tịnh thân

hành, tôi sẽ thở ra.” Trong khi tùy quán thân thể trên thân thể, này các Tỳ Kheo, vị Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Nầy các Tỳ Kheo, đối với các thân, Ta đây nói là một, tức là thở vô thở ra. Do vậy, nầy các Tỳ Kheo, trong khi tùy quán thân thể trên thân thể, vị Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Khi nào, nầy các vị Tỳ Kheo, vị Tỳ Kheo nghĩ vị ấy tập: “Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác hỷ thọ, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác lạc thọ, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác tâm hành, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “An tịnh tâm hành, tôi sẽ thở ra.” Trong khi tùy quán thọ trên các thọ, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Nầy các Tỳ Kheo, đối với các thọ, Ta đây nói là một, tức là thở vô thở ra. Do vậy, nầy các Tỳ Kheo, trong khi tùy quán thọ trên các thọ, vị Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Khi nào nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo nghĩ vị ấy tập: “Quán vô thường, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Quán vô thường, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Quán ly tham, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Quán ly tham, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Quán đoạn diệt, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Quán đoạn diệt, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Quán từ bỏ, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Quán từ bỏ, tôi sẽ thở ra.” Trong khi tùy quán pháp trên pháp, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Vị ấy, do đoạn trừ tham ưu, sau khi thấy với trí tuệ, khéo nhìn sự vật với niệm xả ly. Do vậy, nầy các Tỳ Kheo, trong khi tùy quán pháp trên các pháp, vị Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Nhập tức xuất tức niệm, nầy các Tỳ Kheo, được tu tập như vậy làm cho sung mãn như vậy, khiến cho bốn niệm xứ được viên mãn.

Khi nào, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo nghĩ vị ấy tập: “Cảm giác tâm, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Cảm giác tâm, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Với tâm hân hoan, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Với tâm Thiền định, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Với tâm Thiền định, tôi sẽ thở ra.” Vị ấy tập: “Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở vô.” Vị ấy tập: “Với tâm giải thoát, tôi sẽ thở ra.” Trong khi tùy quán tâm trên tâm, nầy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Nầy các Tỳ Kheo, sự tu

tập nhập tức xuất tức niệm không thể đến với kể thất niệm, không có tỉnh giác. Do vậy, này các Tỳ Kheo, trong khi tùy quán tâm trên tâm, vị Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Tu Tập Tứ niệm xứ sao cho Thất giác chi được viên mãn? Này các Tỳ Kheo, trong khi tùy quán thân trên thân, Tỳ Kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời, trong khi ấy, niệm không hôn mê của vị ấy được an trú. Trong khi niệm không hôn mê của vị ấy cũng được an trú, này các Tỳ Kheo, trong khi ấy niệm giác chi được bắt đầu khởi lên với Tỳ Kheo, trong khi ấy, Tỳ Kheo tu tập niệm giác chi. Trong khi ấy niệm giác chi được Tỳ Kheo tu tập đi đến viên mãn. Này các Tỳ Kheo, trong khi trú với chánh niệm như vậy, Tỳ Kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy. Này các Tỳ Kheo, trong khi trú với chánh niệm như vậy, Tỳ Kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, trong khi ấy trạch pháp giác chi được bắt đầu khởi lên với Tỳ Kheo. Trong khi ấy, Tỳ Kheo tu tập trạch pháp giác chi. Trong khi ấy trạch pháp giác chi được Tỳ Kheo tu tập đi đến viên mãn. Này các Tỳ Kheo, trong khi trú với chánh niệm như vậy, Tỳ Kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, sự tinh tấn không thụ động bắt đầu khởi lên với vị Tỳ Kheo. Này các Tỳ Kheo, trong khi Tỳ Kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, sự tinh tấn không thụ động được bắt đầu khởi lên với Tỳ Kheo ấy. Trong khi ấy tinh tấn giác chi được Tỳ Kheo tu tập đi đến viên mãn. Hỷ không liên hệ đến vật chất được khởi lên nơi vị tinh tấn tinh cần. Này các Tỳ Kheo, trong khi hỷ không liên hệ đến vật chất khởi lên nơi Tỳ Kheo tinh tấn tinh cần, trong khi ấy hỷ giác chi bắt đầu khởi lên trong vị Tỳ Kheo. Trong khi ấy hỷ giác chi được vị Tỳ Kheo tu tập đi đến viên mãn. Thân của vị ấy được tâm hoan hỷ trở thành khinh an, tâm cũng được khinh an. Này các Tỳ Kheo, trong khi Tỳ Kheo với ý hoan hỷ được thân khinh an, được tâm cũng khinh an, trong khi ấy, khinh an giác chi bắt đầu khởi lên nơi Tỳ Kheo. Trong khi ấy, khinh an giác chi được Tỳ Kheo tu tập. Trong khi ấy, khinh an giác chi được Tỳ Kheo làm cho đi đến sung mãn. Một vị có thân khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh. Này các Tỳ Kheo, trong khi Tỳ Kheo có thân khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh, trong khi ấy định giác chi bắt đầu khởi lên nơi vị Tỳ Kheo này. Trong khi ấy định giác chi được Tỳ Kheo tu tập. trong khi ấy định giác chi được Tỳ Kheo làm cho đi đến sung mãn. Vị ấy với tâm định tĩnh như vậy, khéo nhìn sự vật với ý niệm xả ly. Này các Tỳ kheo, trong khi Tỳ

Kheo làm với tâm định tĩnh như vậy, khéo nhìn sự vật với ý niệm xả ly, trong khi ấy xả giác chi được Tỳ Kheo tu tập. trong khi ấy xả giác chi được vị Tỳ Kheo làm cho đi đến sung mãn. Nay các Tỳ Kheo, trong khi quán thọ trên các cảm thọ như trên, quán tâm trên tâm, quán pháp trên các pháp, Tỳ Kheo an trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm với mục đích điều phục tham ưu ở đời, trong khi ấy niệm của vị ấy được an trú, không có hôn mê. Nay các Tỳ Kheo, trong khi niệm của Tỳ Kheo được an trú, không có hôn mê, niệm giác chi trong khi ấy được bắt đầu khởi lên trong vị Tỳ Kheo này. Niệm giác chi trong khi ấy được vị Tỳ Kheo tu tập làm cho đi đến sung mãn. Vị ấy an trú với chánh niệm như vậy, suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy với trí tuệ. Nay các Tỳ Kheo, trong khi an trú với chánh niệm như vậy, vị ấy suy tư, tư duy, thẩm sát với trí tuệ. Trạch pháp giác chi trong khi ấy bắt đầu khởi lên trong vị Tỳ Kheo. Trạch pháp giác chi trong khi ấy được vị Tỳ Kheo tu tập để đi đến sung mãn, tinh tấn không thụ động bắt đầu khởi lên nơi vị ấy. Nay các Tỳ Kheo, trong khi Tỳ Kheo suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy với trí tuệ, và tinh tấn không thụ động bắt đầu khởi lên nơi vị Tỳ Kheo ấy, tinh tấn giác chi trong khi ấy bắt đầu khởi lên nơi vị Tỳ Kheo. Tinh tấn giác chi được Tỳ Kheo tu tập làm cho đi đến sung mãn. Đối với vị ấy tinh cần tinh tấn, hỷ không liên hệ đến vật chất khởi lên. Nay các Tỳ Kheo, trong khi Tỳ Kheo tinh cần tinh tấn và hỷ không liên hệ đến vật chất khởi lên, hỷ giác chi khi ấy bắt đầu được khởi lên nơi Tỳ Kheo. Hỷ giác chi trong khi ấy được Tỳ Kheo tu tập làm cho đi đến sung mãn. Thân của vị ấy được tâm hoan hỷ trở thành khinh an, tâm cũng được khinh an. Nay các Tỳ Kheo, trong khi Tỳ Kheo nói với ý hoan hỷ được thân khinh an, được tâm cũng khinh an, trong khi ấy khinh an giác chi bắt đầu khởi lên nơi Tỳ Kheo. Trong khi ấy khinh an giác chi được vị Tỳ Kheo tu tập làm cho đi đến sung mãn. Một vị có tâm khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh. Nay các Tỳ Kheo, trong khi vị ấy có thân khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh, trong khi ấy định giác chi bắt đầu khởi lên nơi vị Tỳ Kheo. Trong khi định giác chi được vị Tỳ Kheo tu tập làm cho đi đến sung mãn. Vị ấy với tâm định tĩnh như vậy, khéo nhìn sự vật với ý niệm xả ly. Nay các Tỳ Kheo, trong khi Tỳ Kheo với tâm định tĩnh như vậy, khéo nhìn sự vật với ý niệm xả ly, trong khi ấy xả giác chi bắt đầu khởi lên nơi Tỳ Kheo. Trong khi ấy xả giác chi được vị Tỳ Kheo này tu tập làm cho đi đến sung mãn. Nay các Tỳ Kheo, bốn niệm xứ được tu tập như vậy,

được làm cho sung mãn như vậy khiến cho thất giác chi được sung mãn. Tu Tập Thất giác chi sao cho Minh Giải thoát được viên mãn? Ở đây, nảy các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo tu tập niệm giác chi, liên hệ đến viễn ly, liên hệ đến ly tham, liên hệ đến diệt, hưởng đến xả ly, tu tập trạch pháp giác chi..., tu tập tinh tấn giác chi..., tu tập hỷ giác chi..., tu tập khinh an giác chi..., tu tập định giác chi..., tu tập xả giác chi, liên hệ đến viễn ly, liên hệ đến ly tham, liên hệ đến diệt, hưởng đến xả ly. Nảy các Tỳ Kheo, thất giác chi được tu tập như vậy, được làm cho sung mãn như vậy, khiến cho minh giải thoát được viên mãn. Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỳ Kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

***To Generate Wisdom in
Cultivating of the Anapanasatisuttam***

The Buddha taught the Anapanasatisuttam when He was living at Savatthi in the Eastern Park, in the Palace of Migara's Mother, together with many well-known elder disciples, the venerable Sariputta, the venerable Maha-Moggallana, the venerable Maha-Kassapa, the venerable Maha-Kaccana, the venerable Maha-Kotthita, the venerable Maha-Kappina, the venerable Maha-Cunda, the venerable Maha-Anuruddha, the venerable Revata, the venerable Ananda, and other very well-known elder disciples. The Buddha taught: "Bhikkhus! In this Sangha of Bhikkhus there are Bhikkhus who are arahants with taints destroyed, who have lived the holy life, done what had to be done, laid down the burden, reached the true goal, destroyed the fetters of being, and are completely liberated through final knowledge, such Bhikkhus are there in this sangha of Bhikkhus." Bhikkhus! In this Sangha of Bhikkhus there are Bhikkhus who, with destruction of the five lower fetters, are due to reappear spontaneously in the Pure Abodes and there attain final Nibbana, without ever returning from that world, such Bhikkhus are there in this Sangha of Bhikkhus. Bhikkhus! In this Sangha of Bhikkhus there are Bhikkhus who, with the destruction of the three fetters and with the attenuation (sự làm cho vơi đi) of lust, hate, and delusion, are once-returners, returning once to this world to make an end of suffering, such Bhikkhus are there in this Sangha of Bhikkhus. Bhikkhus! In this Sangha of

Bhikkhus there are Bhikkhus who, with the destruction of the three fetters, are stream-enterers, no longer subject to perdition, bound for deliverance, headed for enlightenment, such Bhikkhus are there in this Sangha of Bhikkhus. Bhikkhus! In this Sangha of Bhikkhus there are Bhikkhus who abide devoted to the development of the four foundations of mindfulness, such Bhikkhus are there in this Sangha of Bhikkhus there are Bhikkhus who abide devoted to the development of the four right kinds of striving, of four bases of spiritual powers, of the five faculties, of the five powers, of the seven enlightenment factors and of the Eightfold Noble Path, such Bhikkhus are there in this Sangha of Bhikkhus. In this Sangha of Bhikkhus there are Bhikkhus who abide devoted to the development of loving-kindness, of compassion, of appreciative joy, of equanimity, of the meditation on foulness and of the perception of impermanence, such Bhikkhus are in this Sangha of Bhikkhus. In this Sangha of Bhikkhus who abide devoted to the development of mindfulness of breathing.

The Buddha taught: “Bhikkhus! When mindfulness of breathing is developed and cultivated, it is of great fruit and great benefit. When mindfulness of breathing is developed and cultivated, it fulfills the four foundations of mindfulness. When the four foundations of mindfulness are developed and cultivated, they fulfill the seven enlightenment factors. When the seven enlightenment factors are developed and cultivated, they fulfill true knowledge and deliverance (liberation).” How is mindfulness of breathing developed and cultivated? What is the great fruit and great benefit? Here a Bhikkhu, gone to the forest or to the root of a tree or to an empty hut, sits down; having folded his legs crosswise, set his body erect, and established mindfulness in front of him, ever mindful he breathes in, mindful he breathes out. Breathing in long, he understands: “I breathe in long;” or breathing out long, he understands: “I breathe out long.” Breathing in short, he understands: “I breathe in short;” or breathing out short, he understands: “I breathe out short.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing the whole body of breath;” he trains thus: “I shall breathe out experiencing the whole body of breath.” He trains thus: “I shall breathe in tranquilizing the bodily formation;” he trains thus: “I shall breathe out tranquilizing (quieting) the bodily formation.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing rapture;” he trains thus: “I shall breathe out experiencing

rapture.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing pleasure;” he trains thus: “I shall breathe out experiencing pleasure.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing the mental formation;” he trains thus: “I shall breathe out experiencing the mental formation.” He trains thus: “I shall breathe in tranquilizing the mental formation;” he trains thus: “I shall breathe out tranquilizing the mental formation.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing the mind;” he trains thus: “I shall breathe out experiencing the mind.” He trains thus: “I shall breathe in gladdening the mind;” he trains thus: “I shall breathe out gladdening the mind.” He trains thus: “I shall breathe in concentrating the mind;” he trains thus: “I shall breathe out concentrating the mind.” He trains thus: “I shall breathe in liberating the mind;” he trains thus: “I shall breathe out liberating the mind.” He trains thus: “I shall breathe in contemplating impermanence;” he trains thus: “I shall breathe out contemplating impermanence.” He trains thus: “I shall breathe in contemplating fading away;” he trains thus: “I shall breathe out contemplating fading away.” He trains thus: “I shall breathe in contemplating cessation;” he trains thus: “I shall breathe out contemplating cessation.” He trains thus: “I shall breathe in contemplating relinquishment;” he trains thus: “I shall breathe out contemplating relinquishment.” Bhikkhus, that is how mindfulness of breathing is developed and cultivated, so that it is of great fruit and great benefit.

To Develop and cultivate mindfulness of breathing to fulfill the four foundations of mindfulness. Bhikkhus, on whatever occasion a Bhikkhu, breathing in long, understands: “I breathe in long;” or breathe out long, understands: “I breathe out long;” breathing in short, understands: “I breathe in short;” breathing out short, understands: “I breathe out short.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing the whole body of breath;” he trains thus: “I shall breathe out experiencing the whole body of breath;” he trains thus: “I shall breathe in tranquilizing (quieting) the bodily formation;” he trains thus: “I shall breathe out tranquilizing the bodily formation.” On that occasion, a Bhikkhu abides contemplating the body as a body, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness and grief for the world. I say that this is a certain body among the bodies, namely, in-breathing and out-breathing. That is why on that occasion a Bhikku abides

contemplating the body as a body, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. Bhikkhus! On whatever occasion a Bhikkhu thinks this he trains thus: “I shall breathe in experiencing rapture.” He trains thus: “I shall breathe out experiencing rapture.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing pleasure.” He trains thus: “I shall breathe out experiencing pleasure.” He trains thus: “I shall breathe in experiencing the mental formation.” He trains thus: “I shall breathe out experiencing the mental formation.” He trains thus: “I shall breathe in tranquilizing the mental formation.” He trains thus: “I shall breathe out tranquilizing the mental formation.” On that occasion, a Bhikkhu abides contemplating feelings as feelings, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. I say that this is a certain feeling among the feelings, namely, giving close attention to in-breathing and out-breathing. This is why on that occasion a Bhikkhu abides contemplating feelings as feelings, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world.

Bhikkhus, on whatever occasion, a Bhikkhu trains thus: “I shall breathe in experiencing the mind.” He trains thus: “I shall breathe out experiencing the mind.” A Bhikkhu trains thus: “I shall breathe in gladdening the mind.” A Bhikkhu trains thus: “I shall breathe out gladdening the mind.” A Bhikkhu trains thus: “I shall breathe in liberating the mind.” He trains thus: A Bhikkhu trains thus: “I shall breathe in liberating the mind.” He trains thus: A Bhikkhu trains thus: “I shall breathe out liberating the mind.” On that occasion a Bhikkhu abides contemplating mind as mind, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. I do not say that there is the development of mindfulness of breathing for one who is forgetful, who is not fully aware. That is why on that occasion a Bhikkhu abides contemplating mind as mind, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. Bhikkhu, on whatever occasion, a Bhikkhu thinks he trains thus: “I shall breathe in contemplating impermanence.” He trains thus: “I shall breathe out contemplating impermanence.” He trains thus: “I shall breathe in contemplating fading away.” He trains thus: “I shall

breathe out contemplating fading away.” He trains thus: “I shall breathe in contemplating cessation.” He trains thus: “I shall breathe out contemplating cessation.” He trains thus: “I shall breathe in contemplating relinquishment.” He trains thus: “I shall breathe out contemplating relinquishment.” On that occasion a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. Having seen the wisdom the abandoning of covetousness (envy) and grief, he closely looks on with equanimity. That is why on that occasion a Bhikkhu abides contemplating mind-objects as mind-objects, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world. Bhikkhus, that is how mindfulness of breathing, developed and cultivated, fulfills the four foundations of mindfulness. Bhikkhus, on whatever occasion a Bhikkhu abides contemplating the body as a body, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world, on that occasion unremitting mindfulness is established in him. On whatever occasion unremitting mindfulness is established in a Bhikkhu, on that occasion the mindfulness enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development, it comes to fulfillment in him. Abiding thus mindful, he investigates and examines that state with wisdom and embarks upon a full inquiry into it. On whatever occasion, abiding thus mindful, a Bhikkhu investigates and examines that state with wisdom embarks upon a full inquiry into it. On that occasion, the investigation-of-states enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. In one who investigates and examines that state with wisdom and embarks upon a full inquiry into it, tireless energy is aroused. On whatever occasion, tireless energy is aroused in a Bhikkhu who investigates and examines that state with wisdom embarks upon a full inquiry into it. On that occasion, the energy enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. In one who arouses energy, worldly rapture arises. On whatever occasion, unworldly rapture arises in a Bhikkhu who has aroused energy, on that occasion, the rapture enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. In one who is rapturous, the body and mind become tranquil. On whatever

occasion, the body and mind become tranquil in a Bhikkhu who is rapturous, on that occasion, the tranquility enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. In one whose body is tranquil and who feels pleasure, the mind becomes concentrated. On whatever occasion, the mind become concentrated in a Bhikkhu who is tranquil and feels pleasure, on that occasion, the concentration enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. He closely looks on with equanimity at the mind thus. On whatever occasion, a Bhikkhu closely looks on with equanimity at the mind thus, on that occasion, the equanimity enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. Bhikkhus, on whatever occasion a Bhikkhu abides contemplating feelings as feelings, ardent, fully aware, and mindful, having put away covetousness (envy) and grief for the world, on that occasion unremitting mindfulness is established in him. On whatever occasion unremitting mindfulness is established in a Bhikkhu, on that occasion the mindfulness enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development, it comes to fulfillment in him. Abiding thus mindful, he investigates and examines that state with wisdom and embarks upon a full inquiry into it. On whatever occasion, abiding thus mindful, a Bhikkhu investigates and examines that state with wisdom embarks upon a full inquiry into it. On that occasion, the investigation-of-states enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. Bhikkhus, while the Bhikkhu investigates and examines that state with wisdom and embarks upon a full inquiry into it, tireless energy is aroused in that Bhikkhu. On that occasion, the energy enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. In one who arouses energy, unworldly rapture arises. On whatever occasion, unworldly rapture arises in a Bhikkhu who has aroused energy, on that occasion, the rapture enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. In one who is rapturous, the body and mind become tranquil. On whatever occasion, the body and mind become tranquil in a Bhikkhu who is rapturous, on that occasion, the tranquility

enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. In one whose body is tranquil and who feels pleasure, the mind becomes concentrated. Bhikkhus, on whatever occasion, the mind becomes concentrated in a Bhikkhu who is tranquil and feels pleasure, on that occasion, the concentration enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. With the concentrated mind, a Bhikkhu closely looks on with equanimity. Bhikkhus! On whatever occasion, a Bhikkhu closely looks on with equanimity at the mind thus, on that occasion, the equanimity enlightenment factor is aroused in him, and he develops it, and by development it comes to fulfillment in him. Bhikkhus, that is how the four foundations of mindfulness, developed and cultivated, fulfill the seven enlightenment factors. To Develop and Cultivate the seven enlightenment factors to fulfill the true knowledge and deliverance? Here, Bhikkhus, a Bhikkhu develops the mindfulness enlightenment factor, which is supported by seclusion, dispassion, and cessation, and ripens in relinquishment. He develops the investigation-of-states enlightenment factor, the energy enlightenment factor, the rapture enlightenment factor, the tranquility enlightenment factor, the concentration enlightenment factor and the equanimity enlightenment factor, which is supported by seclusion, dispassion (lack of passion or free of passion), and cessation, and ripens in relinquishment. Bhikkhus, that is how the seven enlightenment factors, developed and cultivated, fulfill true knowledge and deliverance. That is what the Blessed One said. The Bhikkhus were satisfied and delighted in the Blessed One's words.

Phụ Lục T
Appendix T

Tu Tập Tứ Niệm Trú Là Đang
Tu Tập Trí Huệ Giác Ngộ Và Giải Thoát

Theo Kinh Bát Đại Nhân Giác, đoạn kinh nói về điều giác ngộ thứ nhất là đoạn kinh thuyết minh về phép “Tứ Niệm Trú.” Tứ niệm trú là bốn phép thiền quán căn bản của đạo Phật, là sự nhớ nghĩ thường trực về bốn đặc tính của thực hữu: vô thường, khổ không, vô ngã và bất tịnh. Nói cách khác, nếu chúng ta biết quán sâu vào những thứ này một cách cẩn mẫn thì chúng ta có thể đạt được trí huệ giác ngộ và giải thoát, loại trí huệ có thể dần dần giúp chúng ta thoát ly được thế giới sinh tử. *Thứ nhất là Vô Thường hay bản chất vô thường của vạn hữu:* Mọi vật trên thế gian này biến đổi trong từng giây từng phút, đó gọi là sát na vô thường. Mọi vật trên thế gian, kể cả nhân mạng, núi sông và chế độ chính trị, vân vân, đều phải trải qua những giai đoạn sinh, trụ, dị, diệt. Sự tiêu diệt này được gọi là “Nhất kỳ vô thường.” Phải quán sát để thường xuyên nhìn thấy tính cách vô thường của mọi sự vật, từ đó tránh khỏi cái ảo tưởng về sự miên viễn của sự vật và không bị sự vật lôi kéo ràng buộc. *Thứ nhì là Khổ Không:* Người Ấn Độ xưa có quan niệm về tứ đại, cho rằng bản chất của sự vật là đất hay yếu tố rắn chắc, nước hay yếu tố lưu nhuận, lửa hay yếu tố nhiệt lượng, và gió hay yếu tố năng lực, gọi chung là tứ đại. Bậc giác ngộ thấy rằng vì sự vật là do tứ đại kết hợp, cho nên khi có sự điều hòa của tứ đại thì có sự an lạc, còn khi thiếu sự điều hòa ấy thì có sự thống khổ. Vạn vật vì do tứ đại kết hợp, không phải là những cá thể tồn tại vĩnh cửu, cho nên vạn vật có tính cách hư huyền, trống rỗng. Vạn vật vì vô thường, nên khi bị ràng buộc vào vạn vật, người ta cũng bị sự vô thường làm cho đau khổ. Vạn vật vì trống rỗng cho nên khi bị ràng buộc vào vạn vật, người ta cũng bị sự trống rỗng làm cho đau khổ. Nhận thức được sự có mặt của khổ đau là khởi điểm của sự tu đạo. Đó là chân lý thứ nhất của Tứ Diệu Đế. Mất ý thức về sự có mặt của khổ đau, không quán niệm về tính cách khổ đau của vạn hữu thì dễ bị lôi kéo theo vật dục, làm tiêu mòn cuộc đời mình trong sự đuổi theo vật dục. Thấy được khổ đau mới có cơ hội tìm ra nguyên nhân của khổ đau để mà đối trị. *Thứ*

ba là Vô Ngã: Tính cách vô ngã của tự thân. Đạo Phật dạy rằng con người được năm yếu tố kết hợp nên, gọi là ngũ uẩn: vật chất, cảm giác, tư tưởng, hành nghiệp và nhận thức. Nếu vật chất là do tứ đại cấu thành, trống rỗng, không có thực chất thì con người, do ngũ uẩn kết hợp, cũng không có tự ngã vĩnh cửu, hay một chủ thể bất biến. Con người thay đổi từng giây từng phút, cũng trải qua sát na vô thường và nhất kỳ vô thường. Nhờ nhìn sâu vào ngũ uẩn cho nên thấy “Ngũ ấm vô ngã, sinh diệt biến đổi, hư ngụy không chủ” và đánh tan được ảo giác cho rằng thân này là một bản ngã vĩnh cửu. Vô Ngã Quán là một đề tài thiền quán quan trọng vào bậc nhất của đạo Phật. Nhờ Vô Ngã Quán mà hành giả tháo tung được biên giới giữa ngã và phi ngã, thấy được hòa điệu đại đồng của vũ trụ, thấy ta trong người và người trong ta, thấy quá khứ và vị lai trong hiện tại, và siêu việt được sinh tử. *Thứ tư là Bất Tịnh*: Tính chất bất tịnh của thân và tâm. Bất tịnh có nghĩa là không tinh sạch, không thánh thiện, không đẹp đẽ. Đứng về cả hai phương diện sinh lý và tâm lý, con người là bất tịnh. Đây không phải là một cái nhìn tiêu cực hay bi quan, mà chỉ là cái nhìn khách quan về con người. Thấy được sự cấu tạo của cơ thể, từ tóc trên đỉnh đầu, cho đến máu, mủ, đàm, phân, nước tiểu, những vi khuẩn ẩn náu trong ruột và những bệnh tật cứ chực sẵn để phát sinh, ta thấy phần sinh lý của ta quả là bất tịnh. Phần sinh lý đó cũng là động lực thúc đẩy ta đi tìm sự thỏa mãn dục lạc, do đó nên kinh gọi thân thể là nơi tích tụ của tội lỗi. Còn phần tâm lý? Vì không thấy được sự thật về vô thường, khổ không và vô ngã của sự vật cho nên tâm ta thường trở thành nạn nhân của tham vọng thù ghét; do tham vọng và thù ghét mà chúng ta tạo ra biết bao tội lỗi, cho nên kinh nói “tâm là nguồn suối phát sinh điều ác.”

Nói về thời gian và kết quả của việc tu tập trú tại bốn niệm: Vô Thường, Khổ, Vô Ngã, và Bất Tịnh, theo phần cuối kinh Tứ Niệm Xứ trong kinh Trung A Hàm hay kinh Trung Bộ, ngài A Nan đã trùng tuyên lại như sau: Tôi nghe như vậy. Một thuở nọ Thế Tôn ở xứ Câu Lâu, Kiềm Ma Sắt Đàm là đô thị của xứ Câu Lâu. Rồi Thế Tôn gọi các Tỳ Kheo: “Này các Tỳ Kheo.” Các Tỳ Kheo vâng đáp Thế Tôn: “Bạch Thế Tôn!” Thế Tôn thuyết như sau: Này các Tỳ Kheo, vị nào tu tập Tứ Niệm Xứ này như vậy trong bảy năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh Trí ngay trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư báo, thì cũng đạt được quả vị Bất Hoàn (không còn tái sinh nữa). Này các Tỳ Kheo, không cần gì đến bảy năm, một vị Tỳ

Kheo nào tu tập Tứ Niệm Xứ này như vậy trong sáu năm, trong năm năm, trong bốn năm, trong ba năm, trong hai năm, trong một năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả vị sau đây: Một là chứng được Chánh Trí trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư báo, thì chứng quả Bất Hoàn. Nay các Tỳ Kheo, không cần gì đến một năm, một vị Tỳ Kheo nào tu tập Tứ Niệm Xứ này như vậy trong vòng bảy tháng, vị ấy có thể chứng một trong hai quả vị sau đây: Một là chứng được Chánh Trí trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư báo, thì chứng quả Bất Hoàn. Nay các Tỳ Kheo, không cần gì đến bảy tháng, một vị Tỳ Kheo nào tu tập Tứ Niệm Xứ này như vậy trong vòng sáu tháng, trong năm tháng, trong bốn tháng, trong ba tháng, trong hai tháng, trong một tháng, trong nửa tháng, vị ấy có thể chứng một trong hai quả vị sau đây: Một là chứng được Chánh Trí trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư báo, thì chứng quả Bất Hoàn. Nay các Tỳ Kheo, không cần gì đến nửa tháng, một vị Tỳ Kheo nào tu tập Tứ Niệm Xứ này như vậy trong vòng bảy ngày, vị ấy có thể chứng một trong hai quả vị sau đây: Một là chứng được Chánh Trí trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư báo, thì chứng quả Bất Hoàn. Nay các Tỳ Kheo, đây là con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ứu, thành tựu Chánh Trí, chứng ngộ Niết Bàn. Đó là sử an trú trên bố niệm này. Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỳ Kheo ấy hoan hỷ, tín thọ lời dạy của Thế Tôn.

***Cultivating Four Basic Subjects of Buddhist Meditation
Is Cultivating the Wisdom of Enlightenment and Emancipation***

According to the first Awakening in the Sutra On The Eight Realizations of the Great Beings, the first awakening explains and clarifies the four basic subjects of Buddhist meditation: impermanence, suffering, no-self, and impurity. In other words, if we always remember and meditate on these four principles of reality, we will attain a wisdom of enlightenment and emancipation that will help us gradually be released from the round of birth and death (samsara). *The first basic subject of Buddhist meditation is impermanence or the impermanent nature of all things:* All things in this world, including human life, mountains, rivers, and political systems, are constantly changing from moment to moment. This is called impermanence in each moment. Everything passes through a period of birth, maturity, transformation,

and destruction. This destruction is called impermanence in each cycle. To see the impermanent nature of all things, we must examine this closely. Doing so will prevent us from being imprisoned by the things of this world. *The second basic subject of Buddhist meditation is suffering:* The ancient people of India said that all things are composed of four elements: earth, water, fire, and air. Acknowledging this, Buddhas and Bodhisattvas understand that when there is a harmonious relationship among the four elements, there is peace. When the four elements are not in harmony, there is suffering. Because all things are created by a combination of these elements, nothing can exist independently or permanently. All things are impermanent. Consequently, when we are caught up in the things of the world, we suffer from their impermanent nature. And since all things are empty, when we are caught up by things, we also suffer from their emptiness. Awareness of the existence of suffering leads us to begin to practice the way of realization. This is the first of the Four Noble Truths. When we lose awareness of and do not meditate on the existence of suffering in all things, we can easily be pushed around by passions and desires for worldly things, increasingly destroying our lives in the pursuit of these desires. Only by being aware of suffering can we find its cause, confront it directly, and eliminate it. *The third basic subject of Buddhist meditation is selflessness:* The nature of our bodies. Buddhism teaches that human beings' bodies are composed of five aggregates, called skandhas in Sanskrit. If the form created by the four elements is empty and without self, then human beings' bodies, created by the unification of the five skandhas, must also be empty and without self. Human beings' bodies are involved in a transformation process from second to second, minute to minute, continually experiencing impermanence in each moment. By looking very deeply into the five skandhas, we can experience the selfless nature of our bodies, our passage through birth and death, and emptiness, thereby destroying the illusion that our bodies are permanent. In Buddhism, no-self is the most important subject for meditation. By meditating no-self, we can break through the barrier between self and other. When we no longer are separate from the universe, a completely harmonious existence with the universe is created. We see that all other human beings exist in us and that we exist in all other human beings. We see that the past and the future are

contained in the present moment, and we can penetrate and be completely liberated from the cycle of birth and death. *The fourth basic subject of Buddhist meditation is impurity*: Impurity is the nature of our bodies and minds. Impurity means the absence of an immaculate state of being, one that is neither holy nor beautiful. From the psychological and physiological standpoint, human beings are impure. This is not negative or pessimistic, but an objective perspective on human beings. If we examine the constituents of our bodies from the hair on our head to the blood, pus, phlegm, excrement, urine, the many bacteria dwelling in the intestines, and the many diseases present waiting for the opportunity to develop, we can see clearly that our bodies are quite impure and subject to decay. Our bodies also create the motivation to pursue the satisfaction of our desires and passions. That is why the sutra regards the body as the place where misleads gather. Let us now consider our psychological state. Since we are unable to see the truth of impermanence, suffering, and the selfless nature of all things, our minds often become the victims of greed and hatred, and we act wrongly. So the sutra says, “The mind is the source of all confusion.”

Talking about times and results of cultivations on four places of mindfulness: Impermanence, Sufferings, No-self, and Impurity, according to the last part of the Satipatthana Sutta in the Majjhima Nikaya, Venerable Ananda recalls as follows: Thus, I have heard. On one occasion, the Blessed One was living in the Kuru country at a town of the Kurus named Kammasadhamma. There He addressed the Bhikkhus thus: “Bhikkhus.” “Venerable sir,” they replied. The Blessed One said: Bhikkhus, if anyone should develop these four foundations of mindfulness in such a way for seven years, one of two fruits could be expected for him: either final knowledge here and now, or if there is a trace of clinging left, non-return. Let alone seven years, Bhikkhus. If anyone should develop these four foundations of mindfulness in such a way for six years, for five years, for four years, for three years, for two years or for one year, one of two fruits could be expected for him: either final knowledge here and now, or if there is a trace of clinging left, non-return. Let alone one year, Bhikkhus. If anyone should develop these four foundations of mindfulness in such a way for seven months, for six months, for five months, for four months, for three months, for two months, for one month or for half a month, one of two

fruits could be expected for him: either final knowledge here and now, or if there is a trace of clinging left, non-return. Bhikkhus, this is the direct path for the purification of beings, for surmounting (overcoming) sorrow and lamentation, for the disappearance of pain and grief, for the attainment (achievement) of the true Way, for the realization of Nibbana, namely, these four foundations of mindfulness. That is what the Blessed One said. The Bhikkhus were satisfied and delighted in the Blessed One's words.

Tài Liệu Tham Khảo
References

1. *The Buddha's Ancient Path*, Piyadassi Thera, 1964.
2. *Đạo Phật Trong Đời Sống*, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 1994.
3. *Đạo Phật An Lạc và Tỉnh Thức*, Thiện Phúc, USA, 1996.
4. *The Flower Ornament Scripture*, Shambhala: 1987.
5. *The Holy Teaching of Vimalakirti*, Robert A.F. Thurman: 1976.
6. *Kim Cang Giảng Giải*, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1992.
7. *The Long Discourses of the Buddha*, translated from the Pali by Maurice Walshe, 1987.
8. *The Method of Zen*, Eugen Herrigel, 1960.
9. *The Middle Length Discourses of the Buddha*, translated from the Pali by Bhikkhu Nanamoli, edited and revised by Bhikkhu Bodhi, 1995.
10. *Những Đóa Hoa Vô Ưu*, Thiện Phúc, USA, 2012, Tập I, II & III—*The Sorrowless Flowers*, Thiện Phúc, USA, 2012, Volumes I, II & III.
11. *Niệm Phật Thập Yếu*, Hòa Thượng Thích Thiện Tâm, 1950.
12. *Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)*—*Basic Buddhist Doctrines*, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009. Trích trong Chương 96, Tập V, bộ *Phật Pháp Căn Bản* của cùng tác giả—*Extracted from Chapter 96, Volume V of the Basic Buddhist Doctrines of the same author*.
13. *The Pioneers of Buddhist Revival in India*, D.C. Ahir, New Delhi 1989.
14. *Rajagraha*, Jugal Kishore Bauddh, New Delhi, 2005.
15. *A Record of Buddhist Kingdoms*, Fa-Hsien, English translator James Legge, 1965.
16. *Sarnath*, Shanti Swaroop Bauddh, New Delhi, 2003.
17. *Seven Works of Vasubandhu*, Stefan Anacker, Delhi 1984.
18. *The Spectrum of Buddhism*, Mahathera Piyadassi, Sri Lanka, 1991.
19. *Studies in Ch'an and Hua-Yen*, Robert M. Gimello and Peter N. Gregory, Honolulu, 1983.
20. *Studies in the Lankavatara Sutra*, Daisetz Teitaro Suzuki, London, 1930.
21. *Tài Liệu Nghiên Cứu Và Diễn Giảng*, Hòa Thượng Thích Thiện Hoa, 1957.
22. *Tạp A Hàm*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
23. *Thiền Trúc Tiểu Du Ký*, Thiện Phúc, USA, 2006.
24. *Thiền Lâm Bảo Thoại*, Thiện Phúc, USA, 2019.
25. *Thiền Sư*, Thiện Phúc, USA, 2007.
26. *Thiền Sư Trung Hoa*, Hòa Thượng Thích Thanh Từ: 1995.
27. *Thiền Trong Đạo Phật*, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
28. *Thiền Trong Đời Sống*, 1 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
29. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh*, Tâm Minh Lê Đình Thám, 1961.

30. Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Trí Độ và Tuệ Quang, 1964.
31. Trung A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
32. Trung Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
33. Trường A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
34. Trường Bộ Kinh, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
35. Trường Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
36. Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
37. Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
38. Từ Điển Thiền & Thuật Ngữ Phật Giáo Việt-Anh Anh-Việt—Vietnamese-English English-Vietnamese Dictionary of Zen & Buddhist Terms, 12 volumes, Thiện Phúc, USA, 2016.
39. Tương Ưng Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
40. The Vimalakirti Nirdeśa Sutra, Charles Luk, 1972.
41. Walking with the Buddha, India Dept. of Tourism, New Delhi, 2004.