

# Phiền não

煩惱

Kilesa – Kleśa

Affliction



## Nội dung

### Phần I

## Tổng quan về phiền não

### 1. Căn bản phiền não Si Tham Sân.

#### 1) Si Tham Sân.

Phiền não (煩惱; P: kilesa; S: kleśa, kleshas; E: afflictions, mind poisons)

Đối trị phiền não:

1. Chân lý Duyên khởi
2. Đạo đức Duyên khởi

#### 2) Phiền não tức Bồ-đề.

### 2. Phiền não theo Phật giáo Nam truyền.

1. Theo luận Thanh Tịnh Đạo: 10 loại.

Tham; Sân; Si; Mạn (ngã mạn, kiêu căng); Kiến (tà kiến); Nghi (hoài nghi); Hôn trầm (buồn ngủ); Trạo cử (vọng động, hối tiếc); Vô tà (không biết hổ thẹn tội lỗi); Vô quý (không biết lo sợ tội lỗi).

2. Theo luận Vi Diệu Pháp:

- Ngoại phiền não (P: vitikamokilesa)
- Nội phiền não (P: pariyutthanakilesa)
- Tùy phiền não (P: anusayakilesa)

### 3. Phiền não theo Phật giáo Bắc truyền.

1. Căn bản phiền não (根本煩惱; S: mūla-kleśa; E: fundamental afflictions).  
Tham; Sân; Si; Mạn (ngã mạn, kiêu căng); Kiến (tà kiến); Nghi (hoài nghi).
2. Tùy phiền não (隨煩惱; S: upa-kleśa; E: consequent afflictions)

## Phần II

### Tam độc

#### 1. Tổng quan về Tam độc.

- Si: (癡 ; P;S: Moha; E: Ignorance).  
Tham: (貪; P;S: Lobha; E: Greed).  
Sân: (瞋; P: Dosa; S: Dveṣa; E: Hatred).

#### 2. Phân tích tam độc.

##### 2.1. Si.

Ba từ dùng chỉ Si:

1. Vô minh (P: Avijjā): Không thấy biết lẽ thật.
2. Si mê (P: Moha): Không nhận thức đúng lẽ thật.
3. Tà kiến (P: Micchā-diṭṭhi): Nhận thức chấp thủ cực đoan.

Các hình thức của Si mê (P: Moha):

1. Bội ơn (P: Makkha)
2. Đố kỵ (P: Palāsa)
3. Ganh tỵ (P: Issā)
4. Bỏn xẻn (P: Macchāriya)
5. Xảo trá (P: Māyā)
6. Khoe khoang (P: Sātheyya)
7. Cứng đầu (P: Thambha)
8. Tranh chấp (P: Sārambha)
9. Ngã mạn (P: Māna)
10. Khinh người (P: Atimāna)
11. Say (P: Mada)
12. Dể dôi (P: Pamāda)

##### 2.2. Tham.

Các hình thức của Tham lam (P: Lobha):

1. Ưa (P: Rati)
2. Thích (P: Icchā)
3. Ham (P: Mahicchā)
4. Ham muốn tội lỗi (P: Pāpicchā)
5. Tham lam (P: Lobha)
6. Tham quá (P: Abhijjhā)
7. Tham lam thái quá (P: Abhijjhā-visamalobha)

##### 2.3. Sân.

Các hình thức của Sân hận (P: Dosa):

1. Chê ghét (P: Arati)
2. Bực tức (P: Paṭigha)
- 2\*. Căm ghét (P: Upanāha)

3. Sân (P: Kodha)

4. Sân hận (P: Dosa)

5. Oán thù (P: Byāpadā).

### 3. Tam độc và Vi Diệu Pháp.

**3.1. Tâm** (心; P;S: Citta).

**3.2. Tâm Bất thiện** (P: Akusalā citta).

1) **2** Tâm Si

2) **8** Tâm Tham

3) **2** Tâm Sân

### 4. Tam độc và Tùy phiền não.

Gồm 20 gốc phiền não, chia làm 3 cấp:

**4.1. Tiểu tùy** (xấu nhẹ) có 10 loại: 1. Phẫn (Giận) 2. Hận (Hờn) 3. Phú (Che giấu) 4. Não (Buồn buồn) 5. Tật (Tật đố, ganh ghét) 6. Xan (Bỏn xẻn) 7. Cuống (Dối gạt) 8. Xiểm (Bợ đỡ, nịnh hót) 9. Hại (Tổn hại) 10. Kiêu (Kiêu căng).

**4.2. Trung tùy** (xấu vừa) có 2 loại: 11. Vô tà (Tự mình không biết, xấu hổ) 12. Vô quý (Không biết thẹn với người).

**4.3. Đại tùy** (xấu nặng) có 8 loại: 13. Trạo cử (Chao động) 14. Hôn trầm (Mờ tối trầm trọng) 15. Bất tín (Không tin) 16. Giải đãi (Biếng nhác trễ nãi) 17. Phóng dật (Buông lung) 18. Thất niệm (Mất Chánh niệm) 19. Tán loạn (Rối loạn) 20. Bất chánh tri (Biết không chân chánh).

## Phần III

### Cách nhìn và phân tích khác về gốc phiền não

#### 1. Lậu hoặc.

##### 1.1. Lậu hoặc - Vô lậu hoặc.

1. Lậu hoặc (漏惑; P: Āsava; S: Āsrava; E: Mental intoxicants, ...)

2. Vô lậu hoặc (無漏惑; P: Anāsava; S: Anāsrava; E: Pure happiness, ...)

##### 1.2. Lậu hoặc theo Phật giáo Nam truyền.

1. Dục lậu (P: Kāmāsava) 2. Hữu lậu (P: Bhavāsava)

3. Kiến lậu (P: Diṭṭhāsava) 4. Vô minh lậu (P: Avijjāsava)

##### 1.3. Lậu hoặc theo Phật giáo Bắc truyền.

1. Kiến tư hoặc (見思惑) 2. Trần sa hoặc (塵沙惑) 3. Vô minh hoặc (無明惑)

#### 1.4. Đoạn trừ lậu hoặc.

## 2. Kết sử.

**Kết sử = Kiết sử** (結使; P;S: Saṃyojana; E: Fetter)

### 2.1. Mười kết sử theo Phật giáo Nam truyền.

1) Năm hạ phần kết sử:

1. Thân kiến (身見; P: Sakkyadiṭṭhi; S: Satkya-drṣṭi; E: Belief in a self)
2. Nghi (疑; P: Vicikicchā; S: Vicikitsā; E: Doubt or uncertainty)
3. Giới cấm thủ (戒禁取; P: Sīlabbata-parāmāsa; S: Śīlavrata-parmarśa; E: ...)
4. Dục tham (欲貪; P: kāmacchando; S: kma-rga; E: sensual desire)
5. Sân hận (瞋恚; P: vyāpāda; S: vypda; E: ill will).

2) Năm thượng phần kết sử:

6. Sắc tham (色貪; P: rūparāgo; S: rpa-rga; E: lust for material existence)
7. Vô sắc tham (無色貪; P: arūparāgo; S: arpa-rga; E: lust for ...)
8. Mạn (慢; P;S: māna; E: conceit, pride, arrogance)
9. Trạo cử (掉舉; P: uddhacca; S: auddhatyauddhacca; E: restlessness)
10. Vô minh (無明; P: avijjā; S: avidyavijj; E: ignorance)

### 2.2. Mười kết sử theo Phật giáo Bắc truyền.

1) Năm lợi sử (五利使)

1. Thân kiến (身見)
2. Biên kiến (邊見)
3. Kiến thủ kiến (見取見)
4. Giới cấm thủ kiến (戒禁取見)
5. Tà kiến (邪見)

2) Năm độn sử (五鈍使)

6. Tham (貪, 欲)
7. Sân (瞋)
8. Si (癡)
9. Mạn (慢)
10. Nghi (疑)

## 3. Chướng.

**Chướng** (障; P;S: Āvaraṇa; E: Hindrance, Obstruction)

### 3.1. Nhị chướng (二障 → Hai chướng)

1) Theo kinh Viên Giác:

1. Lý chướng (理障)
2. Sự chướng (事障)

2) Theo Câu Xá tông:

1. Phiền não chướng (煩惱障)
2. Giải thoát chướng (解脫障)

3) Theo A-sa-phước-sao (阿娑縛抄):

1. Nội chướng (內障)
2. Ngoại chướng (外障)

4) Theo Duy Thức tông:

1. Phiền não chướng (煩惱障; P: Kilesa-āvaraṇa; S: Kleśa-āvaraṇa; E: Afflictive ...)
2. Sở tri chướng (所知障; P: Vijānanaka-āvaraṇa; S: Jñeya-āvaraṇa; E: ...)

### **3.2. Tam chướng** (三障 → Ba chướng).

1) Theo kinh Đại Bát Niết Bàn Q.11 (bản Bắc).

1. Phiền não chướng (煩惱障; S: Kleśāvaraṇa; E: hindrances of affliction)
2. Nghiệp chướng (業障; S: Karmāvaraṇa; E: hindrances of action)
3. Dị thực chướng (異熟障; S: Vipākāvaraṇa; E: hindrances of retribution)

2) Theo kinh Khổng Mục Chướng:

1. Bì phiền não chướng (皮煩惱障; E: Delusions from external objects)
2. Nhục phiền não chướng (肉煩惱障; E: Delusions from internal views)
3. Tâm phiền não chướng (心煩惱障; E: Delusions from mental ignorance)

3) Theo kinh Du Già Đại giáo Vương:

1. Ngã mạn trọng chướng (我慢重障; E: Self-importance)
2. Tật đố trọng chướng (嫉妒重障; E: Envy)
3. Tham dục trọng chướng (貪欲重障; E: Desire)

### **3.3. Ngũ chướng** (五障 → Năm chướng).

1. Phiền não chướng (煩惱障)
2. Nghiệp chướng (業障)
3. Sinh chướng (生障)
4. Pháp chướng (法障)
5. Sở tri chướng (所知障)

### **3.4. Thập chướng** (十障 → Mười chướng)

1. Hoan hỉ địa đoạn chướng chứng chân (歡喜地斷障證真)
2. Li cấu địa đoạn chướng chứng chân (離垢地斷障證真)
3. Phát quang địa đoạn chướng chứng chân (發光地斷障證真)
4. Diệm tuệ địa đoạn chướng chứng chân (焰慧地斷障證真)

5. Nan thắng địa đoạn chướng chứng chân (難勝地斷障證真)
6. Hiện tiền địa đoạn chướng chứng chân (現前地斷障證真)
7. Viễn hành địa đoạn chướng chứng chân (遠行地斷障證真)
8. Bất động địa đoạn chướng chứng chân (不動地斷障證真)
9. Thiện tuệ địa đoạn chướng chứng chân (善慧地斷障證真)
10. Pháp vân địa đoạn chướng chứng chân (法雲地斷障證真)

## 4. Dục.

**Dục** (欲, 慾; P;S: Chanda; ; E: Intention, Desire to act)

### 4.1. Dục theo quan điểm Phật giáo Nam truyền.

1) Dục có 3 loại là:

1. Dục dục (欲欲; P;S: Kāma-chanda)
2. Pháp dục (法欲; P: Dhamma-chanda; S: Dharma-chanda)
3. Tác dục (作欲; P: Kattukamyatā-chanda; S: Kartṛkāmayati-chanda)

2) Thiện dục (善欲) và Ác dục (惡欲).

3) Lục dục (六欲; E: Six desires to act): Lục dục nơi đây được xem là Dục dục, gồm có:

1. Sắc dục (色欲; P;S: rūpa-kāma)
2. Thính dục (聲欲; P: sadda-kāma; S: śabda-kāma)
3. Hương dục (香欲; P;S: gandha-kāma)
4. Vị dục (味欲; P;S: rasa-kāma)
5. Xúc dục (觸欲; P: phassa-kāma; S: spraṣṭavya-kāma)
6. Ý dục 意欲; P; S: māna-kāma)

4) Dục ái và Ái dục.

**Ái** (愛; P: taṇhā; S: tṛṣṇā; E: craving, thirst)

1. Dục ái (欲愛; P: kāmatāṇhā; S: kāmatṛṣṇā)
2. Ái dục (愛欲; P;S: kāma)

### 4.2. Dục theo quan điểm Phật giáo Bắc truyền.

1) Dục ở thất tình-lục dục (七情-六欲):

1. Thất tình (七情): Là bảy loại tình cảm mà mọi người đều có.

- Theo Phật giáo Bắc truyền, thất tình gồm:

Hỷ 喜, Nộ 怒, Ái 愛, Ố 惡, Ai 哀, Lạc 乐, Dục 欲  
Mừng, Giận, Thương, Ghét, Buồn, Vui, Muốn

- Theo Nho giáo (kinh Lễ): thất tình gồm:

Hỷ 喜, Nộ 怒, Ái 愛, Ố 惡, Ai 哀, Cự 懼, Dục 欲  
Mừng, Giận, Thương, Ghét, Buồn, Sợ, Muốn

2. Lục dục (六欲): Lục dục này (khác với Lục dục ở mục **4.1** trên), đó là:

1. Sắc dục
2. Hình mạo dục
3. Oai nghi tư thái dục
4. Tế hoạt dục
5. Nhân tướng dục
6. Ngôn ngữ âm thanh dục

2) Dục ở Ngũ dục (五欲) còn gọi là Ái dục (愛欲).

- 4 dục thuộc về vật chất :

1. Tài dục 財欲 (của cải)
2. Sắc dục 色欲 (tình dục)
3. Thực dục 食欲 (cái ăn)
4. Thùy dục 睡欲 (cái ngủ)

- 1 dục thuộc về tinh thần :

5. Danh dục 名欲 (cái ta)

3) Dục ở Tam dục (三欲).

1. Tam dục của phàm phu:

1. Hình mạo dục
2. Tư thái dục
3. Tế xúc dục

2. Tam dục của người tu:

1. Ác dục
2. Đại dục
3. Dục dục

**NBS: Minh Tâm (10/2024)**



# Phần I

## Phiền não

### 1. Tổng quan về phiền não.

#### 1.1. Căn bản phiền não Si Tham Sân.

##### 1) Si Tham Sân.

**Phiền não** (煩惱; P: kilesa; S: kleśa, kleshas; E: afflictions, mind poisons → passion; lust; depravity; impurity: *đam mê; dục vọng; đời trụy; ô uế*).

- Phiền 煩: Buồn lo, sầu muộn // Nhàm, chán // Rườm rà, rắc rối.

- Não 惱: Buồn bực, nhiễu loạn.

Theo đó:

Phiền não là tên gọi tổng quát chỉ cho những hiện tượng tâm lý xấu và sai lầm như buồn bực, lo lắng, lo sợ, chán chường ...

Phiền não theo nhà Phật, đó là những trạng thái của một nội tâm chưa thấy biết rõ sự thật, và gọi đó là Si. Vì chưa thấy biết rõ sự thật (chân lý), nên khi tiếp cận với sự vật bằng 6 căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý), nội tâm sinh ra chấp thủ là Tham và Sân, là động lực thúc đẩy con người gây nên hành động tạo tác bất thiện ở Thân, Khẩu, Ý, khiến cho thân tâm lúc nào cũng vọng động, lầm lạc, khổ não, lo buồn, xao xuyến, bất an ... Theo đó phiền não hình thành.

Vì thế theo nhà Phật, Si Tham Sân được xem là gốc của tất cả các loại phiền não, và gọi là Căn bản phiền não, là Tam độc.

- **Si** : Đó là tâm không sáng (vô minh), là tâm mê lầm và chấp thủ cực đoan dẫn đến Tham, Sân.

- **Tham**: Có khởi điểm là tâm ưa thích, dẫn đến tâm ham muốn và chiếm giữ.

- **Sân**: Có khởi điểm là tâm chê ghét, dẫn đến tâm bực tức và loại trừ.



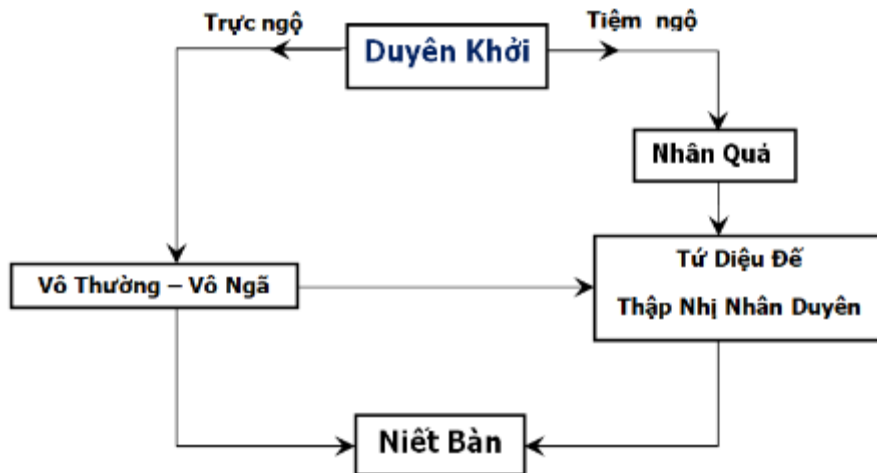
Do đó, tu theo nhà Phật là nhằm thấy ra sự thật – nghĩa là hết Si, là giải thoát, là tự do hạnh phúc đích thực. Khi chưa thấy ra sự thật thì hãy còn Si chi phối, là còn bị trói buộc, là còn khổ não đè nặng.

Như vậy để đối trị và đoạn trừ phiền não, con người cần thấy biết rõ sự thật của mọi sự vật, đó là quán triệt Duyên khởi. Chân lý Duyên khởi cùng hệ luận là Đạo đức Duyên khởi được tóm tắt như sau:

1. **Chân lý Duyên khởi** hay Tuệ giác gồm 2 nội hàm chân đế là Vô ngã và Vô thường.

- **Vô ngã** (không thực thể), với ý nghĩa rằng mọi sự vật là một hợp Duyên (yếu tố mang tính điều kiện). Theo đó, mọi sự vật không có tự tính (tự ngã tính, tự hữu, tự có). Vô ngã mang tính không gian.

- **Vô thường** (không mãi tồn tại), với ý nghĩa rằng ở mọi sự vật, các Duyên (nội Duyên và ngoại Duyên) luôn liên tục tương tác thay đổi trong từng sát-na. Theo đó, mọi sự vật sẽ không mãi tồn tại (hằng hữu), nghĩa là không mất đi mà luôn biến đổi từ dạng này sang dạng khác. Vô thường mang tính thời gian.



2. **Đạo đức Duyên khởi** : Là nhân sinh qua của đạo Phật. Đây là hệ luận mang tính tục đế, được áp dụng từ nhận thức Chân lý Duyên khởi, làm chuẩn mực cho việc xử thế. Nguyên tắc đạo đức này vượt mọi không gian và thời gian, được mô tả như sau:

“Mọi hành động đem lại **lợi mình-lợi người**, được xem là **tốt**, là **thiên**, là **lành**.

Mọi hành động đem lại **lợi mình-hại người** hay **hại mình-lợi người** hay **hại mình-hại người**, được xem là **xấu**, là **ác**, là **dữ**.”

Si Tham Sân rất khó dứt trừ. Tuy nhiên, hành giả sẽ dễ dàng hơn dần đoạn tận chúng khi quán triệt và hành trì Duyên khởi.

- Si, Tham, Sân, làm cho tâm mê mờ và loạn động (do cả chấp thiện và chấp bất thiện), từ đó phiền não phát sinh, tạo nên **mê nghiệp** (迷業; P: sammoha kamma; S: sammoha karma; E: delusional karma).

- Si, Tham, Sân được dứt trừ, ô nhiễm chấp trước không tồn tại, tức hình thành **tuệ nghiệp** (慧業; P: amoha kamma; S: amoha karma; E: non-delusional karma) dẫn tới hạnh phúc đích thực – Niết-bàn.

Trong kinh Tương Ứng Bộ IV. Trang 404 nêu rõ:

“*Đoạn tận Tham, đoạn tận Sân, đoạn tận Si, đây gọi là Niết-bàn*”.

Trong kinh Tạp A Hàm có chép:

“*Niết-bàn có nghĩa là dập tắt hoàn toàn ngọn lửa phiền não, là đoạn trừ Nghiệp gây ra từ ba bất thiện là Tham, Sân và Si.*”

## 2) **Phiền não tức Bồ-đề.**

Trong các kinh điển Phật giáo thường nhắc đến đặc ngữ “Phiền não tức Bồ-đề 煩惱即菩”; đặc ngữ này có những ý nghĩa như sau:

- Phiền não có nghĩa là là buồn bực tối tăm, là đau khổ do si mê.
- Bồ-đề có nghĩa là là thanh tịnh sáng suốt, là tự tại do giác ngộ.

Hai thứ này thoát trông thì bản chất trái ngược nhau. Tuy nhiên, bởi bản chất phiền não không cố định (tức Vô thường). Theo đó, nếu biết chuyển xả Phiền não thì ắt thành Bồ-đề, nghĩa là hết mê tức giác, hết khổ tức vui, không tìm kiếm đâu xa. Ví như ánh sáng không ngoài bóng tối, hết tối tức sáng.

Nhưng vì có nhận thức sai lầm, cứ quen theo tìm cái giác ở ngoài cái mê, cái tự tại ngoài cái đau khổ, nên phiền não cứ mãi tồn tại.

Thực vậy, Phiền não hay Bồ-đề vốn là những hợp Duyên (Vô ngã) và các Duyên này luôn tương tác biến đổi (Vô thường). Nên sự chuyển xả Phiền não thành Bồ-đề không thể xem là hai thực thể riêng biệt, tức bất nhị (không hai).

Hơn nữa, phiền não được ví như nhiên liệu thắp sáng ngọn đèn tâm. Khi ngọn đèn tâm sáng lên, thì bất cứ sự vật gì cũng đều hiện lên trước tâm ta, nghĩa là thật tướng các pháp được phô bày. Nói cách khác, "Đèn không có dầu, thì đèn bị tắt", nhờ sự cọ xát với phiền não mà tâm trí được sáng ra.

"Phiền não tức Bồ-đề" thường được dùng song song với "Sinh tử tức Niết-bàn" để biểu thị ý nghĩa tột cùng của đạo Phật.

**Lục Tổ Huệ Năng có bài kệ.**

佛法在世间	Phật pháp tại thế gian
不离世间觉	Bất ly thế gian giác
离世觅菩提	Ly thế gian mịch bồ đề
恰如求兔角	Kháp như cầu thố giác

*Phật pháp trên thế gian  
Không thể rời thế gian mà giác ngộ  
Rời thế gian tìm giác ngộ  
Giống như tìm sừng thỏ*

**Thiền sư Tư Nghiệp khi giác ngộ đã có bài kệ sau:**

昨日夜叉心。	Tạc nhật Dạ-xoa tâm,
今朝菩萨面。	Kim triêu Bồ-tát diện.
菩萨与夜叉。	Dạ-xoa dữ Bồ-tát,
不隔一条线。	Bất cách nhất điều tuyến.

*Ngày hôm qua tâm Dạ-xoa,*

*Bữa nay mặt Bồ-tát.  
Bồ-tát với Dạ-xoa,  
Không cách một đường tơ.*

### **Xem thêm**

- [Phiên Nảo Tức Bồ Đề](#)
- [Vì sao phiên thảo tức bồ đề? - Phatgiao.org](#)
- [Tư điển - phiên thảo tức bồ đề - Phatgiao.org](#)

### **VIDEO**

- [Phiên thảo tức bồ đề - Viên Minh](#)
- [Phiên Thảo Tức Bồ Đề | Ht Viên Minh](#)
- [Phiên thảo tức bồ đề - Sư Minh Niệm](#)
- [Phiên thảo tức Bồ đề - Sư Chánh Định](#)
- [Phiên thảo tức bồ đề | Thích Nhật Từ](#)
- [Phiên Thảo Tức Bồ Đề - Thích Phước Tiến](#)



## **1.2. Phiên thảo theo Phật giáo Nam truyền.**

Căn bản phiên thảo Tham Sân Si vẫn là trọng tâm ở con người và tồn tại dưới rất nhiều hình thức và cung bậc khác nhau. Về sau, theo Phật giáo Nam truyền có sự trình bày chi tiết của căn bản phiên thảo Si Tham Sân này như sau:

1. **Theo luận Thanh Tịnh Đạo** của ngài Buddhaghosa (Phật Âm) gốc của phiên thảo được kể ra **10** loại: Tham; Sân; Si; Mạn (ngã mạn); Kiến (tà kiến); Nghi (hoài nghi); Hôn trầm (buồn ngủ); Trạo cử (vọng động, hối tiếc); Vô tầm (không biết hổ thẹn tội lỗi); Vô quý (không biết lo sợ tội lỗi).

2. **Theo luận Vi Diệu Pháp** gốc phiên thảo được phân loại theo 3 biểu hiện của chúng:

- **Ngoại phiền não** (P: vitikamokilesa – phiền não vi phạm): Là các loại phiền não đã bộc lộ ra ngoài bằng thân hay khẩu, thành những hành động phạm giới. Phiền não loại này được chế ngự do sự hành trì giới luật.

- **Nội phiền não** (P: pariyutthanakilesa – phiền não ám ảnh): Là các loại phiền não phát sinh trong tâm ngay lúc nhận biết cảnh, không biểu lộ ra ngoài, người nào có người đó biết, người khác không biết được, nhưng nếu với con mắt tinh tế cũng có thể biết được. Phiền não loại này được khắc phục do hành thiền, dùng tâm thiền để chế ngự chúng.

- **Tùy phiền não** (P: anusayakilesa – phiền não ngủ ngầm): Là loại phiền não ngủ ngầm nơi tâm, không ai biết được do sự ô nhiễm nhiều đời nhiều kiếp. Phiền não loại này được đoạn diệt bằng tuệ giác nghĩa là trí tuệ phát sanh ở Đạo tâm siêu thế, khi chứng ngộ các tầng thánh Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm, A La Hán.



### 1.3. Phiền não theo Phật giáo Bắc truyền.

Trong Phật giáo Bắc truyền có sự trình bày chi tiết của căn bản phiền não Si Tham Sân bằng sự phân biệt 2 dạng gốc là Căn bản phiền não và Tùy phiền não:

#### 1. **Căn bản phiền não** (根本煩惱; S: mūla-kleśa; E: fundamental afflictions):

Đây là những **6** gốc của phiền não được Duy Thức học phân biệt gọi là căn bản phiền não, đó là: **Tham**; **Sân**; **Si**; **Mạn** (ngã mạn, kiêu căng); **Kiến** (tà kiến); **Nghi** (hoài nghi).

2. **Tùy phiền não** (隨煩惱; S: upa-kleśa; E: consequent afflictions): Là những 20 loại phiền não sinh ra từ căn bản phiền não, chia làm ba dạng là Tiểu tùy, Trung tùy và Đại tùy, được trình bày chi tiết ở mục 'Tam độc và Tùy phiền não']

Gốc của mọi phiền não tuy có nhiều cách nhìn và phân tích, nhưng tựu trung cũng không ngoài gốc Tam độc. Và căn bản cách hóa giải Tam độc hữu hiệu có lẽ không gì khác hơn là thấy ra sự thật, thấy ra lẽ thật bằng phương tiện Duyên khởi, tức thấy ra Vô ngã và Vô thường của vũ trụ.

## Phần II

# Tam độc

### 1. Tổng quan về Tam độc.



[Three poisons - Wikipedia](#)

[Tam độc – Wikipedia tiếng Việt](#)

Hình tượng Tam độc tác động qua lại ở tranh Thangka – Tây Tạng

1) **Sī**: Con heo 2) **Tham**: Con công 3) **Sân**: Con rắn

**Tam độc** (三毒; P;S: Akushala-mula samyōjana; E: The three poisons) hay còn gọi là **Tam bất thiện căn** (三不善根; P: Akusala-mūla; S: Akusāla-mūla; E: The three unwholesome roots): Là 3 hình thái căn bản tinh thần có hại, có tính bám sinh và di

truyền của bất thiện nghiệp (不善業; P: akusala kammā; S: akuśala karma; E: unwholesome karma, bad karma)

Tam độc gồm Ngu Si (愚癡), Tham Dục (貪欲) và Sân Nhuế (瞋恚) gọi ngắn là Si Tham Sân là nguyên nhân của các ác pháp.

Tam độc biểu hiện của một nội tâm ô nhiễm chấp trước – tức 3 gốc của phiền não, làm căn bản cho tất cả mọi phiền não, bao gồm cả chấp thiện và chấp ác, tạo nên mê nghiệp (迷業; P: sammoha kamma; S: sammoha karma; E: delusional karma) đưa tới khổ não.

Tam độc theo đạo Phật được chú trọng là nhằm giải trừ ô nhiễm chấp trước gây phiền não, để thành tựu tuệ nghiệp (慧業; P: amoha kamma; S: amoha karma; E: non-delusional karma) đưa tới hạnh phúc đích thực – Niết-bàn.

**Trong kinh Tương Ưng Bộ IV. Trang 404 nêu rõ:**

*“Đoạn tận Si, đoạn tận Tham, đoạn tận Sân, đây gọi là Niết-bàn”.*

**Trong kinh Tạp A Hàm có chép:**

*“Niết-bàn có nghĩa là dập tắt hoàn toàn ngọn lửa phiền não, là đoạn trừ Nghiệp gây ra từ ba bất thiện là Si, Tham, Sân”*

Biểu hiện của tam độc có thể tạo tác nơi *suy nghĩ* (Ý), nơi *lời nói* (Khẩu) và nơi *thân hành* (Thân). Vì thế mê Nghiệp được cụ thể bằng *thân Nghiệp*, *khẩu Nghiệp* và *ý Nghiệp*.

**Trong kệ 20 kinh Pháp Cú có ghi:**

*Dẫu nói ít kinh điển,  
Nhưng hành pháp, tùy pháp,  
Từ bỏ tham, sân, si,  
Tỉnh giác, tâm giải thoát,  
Không chấp thủ hai đời,  
Dự phần Sa môn hạnh*

Định lượng của các tâm Si – Tham – Sân này được xem như sau:

**Si:** (癡 ; P;S: Moha; E: Ignorance). Tạm chia làm 3 cấp độ.

+ *Vô minh* (P: Avijjā): *Không thấy biết lẽ thật.*

+ *Mê lầm* (P: Moha): *Nhận thức không đúng lẽ thật.*

+ *Tà kiến* (P: Micchā-diṭṭhi): *Nhận thức chấp thủ cực đoan.*

**Tham:** (貪; P;S: Lobha; E: Greed). Tạm chia làm 3 cấp độ.

+ *Thích* (P: Icchā).

+ *Tham* (P: Lobha).

+ *Tham lam* (P: Abhijjhā → ý muốn chiếm đoạt).

**Sân:** (瞋; P: Dosa; S: Dveṣa; E: Hatred). Tạm chia làm 3 cấp độ.

+ *Chê ghét* (P: Arati).

+ *Sân hận* (P: Dosa).

+ *Oán thù* (P: Byāpadā → ý muốn loại trừ).

Vì bị kiềm chế bởi tam độc nên chúng sinh luôn tạo bất thiện nghiệp và do đó tạo ra những nghiệp lực trói buộc tâm. Khi mạng sống chấm dứt, chúng sinh bị kiềm chế bởi những định nghiệp ấy sẽ phải đi tái sinh trong 6 cõi luân hồi với một tâm và thân của kiếp sống mới, phù hợp với các nghiệp nhân đã tạo tác ra trong quá khứ.

**Trong Thập Nhị Nhân Duyên thì:**

- *Vô minh* (chi 1) được xem là **Si** biểu hiện ra bằng sự mù quáng, mê tín hay cuồng tín, chấp thủ cực đoan.

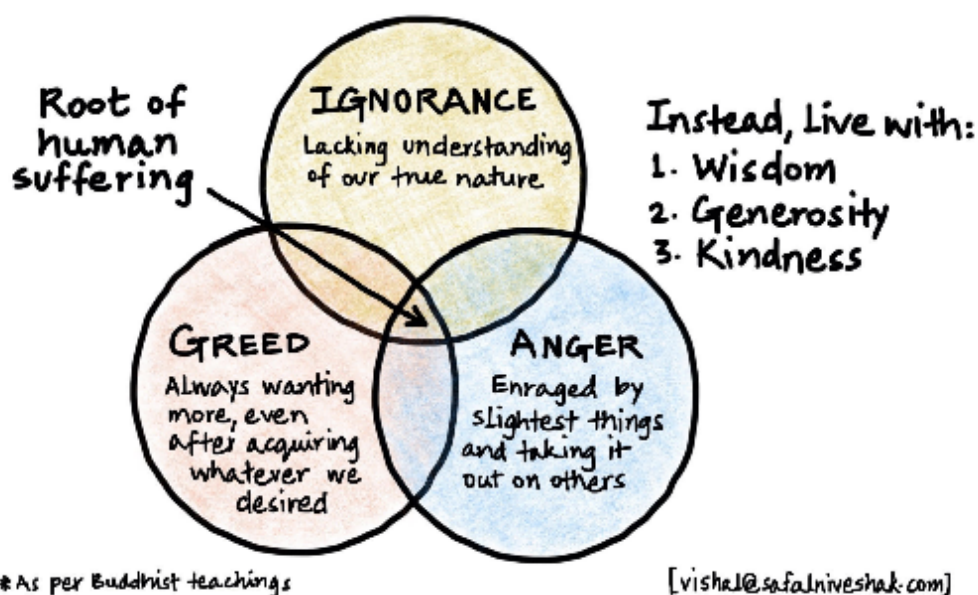
- *Ái* (chi 8) được xem là **Tham** và **Sân**. Tham biểu hiện bằng sự dính mắc và cố chấp *chiếm đoạt* từ sự ưa thích, và Sân biểu hiện bằng sự dính mắc và cố chấp *loại trừ* từ sự chê ghét.



Đây là hai chi quan trọng trong Thập Nhị Nhân Duyên giúp ta nhận diện ra Tham Sân Si để phòng hộ và buông xả để bước vào Niết-bàn. Hành giả quán triệt được chân lý Duyên khởi thì được xem là đạt bước đầu của đoạn trừ Si, và Tham Sân theo đó mà tự chuyển hóa.

Một cách tổng quát, tinh tấn thực hành Chánh niệm về Duyên khởi, tức Chánh niệm 'Vô ngã – Vô thường' để đoạn tận Si, và Tham Sân cũng theo đó mà tự đoạn tận, hành giả sẽ không còn vô minh nữa [Xin xem thêm mục từ Niết-bàn].

## THE THREE POISONS\*



## 2. Phân tích tam độc.

### 2.1. Si.

Thông thường, Si có nghĩa là không thông hiểu hay hiểu lầm về một sự vật nào đó. Trong thế giới sống, một người có thể thông hiểu nhiều hay ít các sự vật, nhưng không thể thông hiểu tất cả tất cả mọi sự vật.

Theo Phật giáo, Si có nghĩa là không nhận thức được sự thật là Vô ngã và Vô thường (tức Duyên khởi) nơi mọi sự vật trong vũ trụ, khiến sinh ra phiền não. Vì thế Chành niệm Duyên khởi là phương tiện hữu hiệu mà hành giả cần hành trì để đoạn tận Si. Si có 3 hình thức đặc trưng:

1. Vô minh (P: Avijjā): Không thấy biết lẽ thật.
2. Si mê (P: Moha): Không nhận thức đúng lẽ thật.
3. Tà kiến (P: Micchā-ditṭhi): Nhận thức chấp thủ cực đoan.

1. **Vô minh** (P: Avijjā): Là sự không hiểu biết, ý nói không hiểu biết chân lý Duyên khởi (= Vô ngã + Vô thường, là nguyên nhân làm cho chúng sanh khổ não và cuốn xoáy trong luân hồi. Người vô minh ví như người ở trong rừng, không biết và không tìm được con đường đi khỏi ra rừng.

Sự không hiểu biết nơi đây là nền tảng của tâm. Tất cả chúng sanh đều có Vô minh. Khi chứng quả A-la-hán, hay Độc giác Phật hoặc Chánh đẳng Chánh giác thì Vô minh mới đoạn diệt.

2. **Si mê** (P: Moha): Là sự không nhận thức đúng lẽ thật Duyên khởi (= Vô ngã + Vô thường). Si mê này không phải là nền tảng của tâm mà chỉ là sự mê lầm của tâm, bởi không dùng trí tuệ làm nền tảng để quán xét cho chu đáo rồi tiến tới hành động.

3. **Tà kiến** (P: Micchā-ditṭhi): Là sự hiểu biết sai lầm trái với lẽ thật Duyên khởi (= Vô ngã + Vô thường).

Tóm lại, Vô minh là nền tảng của tâm; vì tâm bị Vô minh làm nền tảng, nên tâm Si mê; vì tâm Si mê, nên có Tà kiến. Khi tâm Tà kiến mới hành động theo sự hiểu biết chủ quan của cá nhân, đó là tạo nghiệp. Như thế, Tà kiến mới thật là tâm nghiệp.

Trong tam độc, Si mê là phiền não quan trọng hơn hết, vì Tham lam và Sân hận sanh lên đều do nơi Si mê làm chủ, khiến Tham lam hay Sân hận hành động mãnh liệt. Khi không có si mê phụ vào, thì không đến nỗi đi tới chỗ cực kỳ hung ác.

Riêng về Si mê, tự nó có thể phát sanh lên, không cần có Tham lam, hay Sân hận phụ vào. Như khi đang ngồi lễ Phật, tâm ta phóng túng hoặc trong khi tham thiền tâm

ta xao lãng hay hôn trầm đều do nơi Si mê mà ra cả. Chỉ có A-la-hán quả mới hoàn toàn diệt tận được phiền não này.

Si mê có nhiều năng lực tác hại:

1. Khi ta thương, Si mê làm cho ta mù quáng, quên mình có thể làm tội lỗi được.
2. Khi giàu có, Si mê làm cho ta mê mết cố chấp lấy của, quên già đau chết, có nhiều càng tạo cho nhiều thêm lên, không hề biết đủ.
3. Khi ta có quyền chức lớn, Si mê làm cho càng mê theo quyền chức ấy khiến làm những việc không cao đẹp.
4. Khi ta giận si mê làm cho ta mù quáng có thể giết hại người.
5. Khi ta rời xa thế tục và muốn an tịnh, Si mê phát sanh như: Phóng tâm, buồn ngủ, bần thần, lười biếng, giải đãi v.v...

-----

**Chú thích:** 16 điều phiền não ô nhiễm vi tế (P: Upakkilesa; S: Upakileśa; E: Impuritie of the mind)

- |                  |                                            |
|------------------|--------------------------------------------|
| 1. Sự bội ơn     | (P: Makkha; E: Denigration)                |
| 2. Sự đố kỵ      | (P: Palāsa; E: Envious rivalry)            |
| 3. Sự ganh tị    | (P: Issā; E: Jealousy)                     |
| 4. Sự bòn xén    | (P: Macchariya; E: Stinginess)             |
| 5. Sự xảo trá (  | P: Māyā; E: Deceit)                        |
| 6. Sự giả dối    | (P: Sātheyya; E: Hypocrisy)                |
| 7. Sự cứng đầu   | (P: Thambha; E: Obstinacy → Bướng bỉnh)    |
| 8. Sự tranh chấp | (P: Sārambha; E: Contentiousness)          |
| 9. Sự ngã mạn    | (P: Māna; E: Conceit → Tự phụ)             |
| 10. Sự kiêu ngạo | (P: Atimāna; E: Conceit → Khinh người)     |
| 11. Sự say đắm   | (P: Mada; E: Vanity)                       |
| 12. Sự dễ dãi    | (P: Pamāda; E: Recklessness)               |
| 13. Sự tham lam  | (P: Abhijjha-visamalobha; E: Covetousness) |

- |                 |                                   |
|-----------------|-----------------------------------|
| 14. Sự căm ghét | (P: Upanāha; E: Spite, hostility) |
| 15. Sự giận dữ  | (P: Krodha; E: Anger)             |
| 16. Sự oán thù  | (P: Byāpāda; E: Vengefulness)     |

[Màu **đỏ** chỉ cho tham vi tế; Màu **xanh** chỉ cho Sân vi tế]

Trong 16 điều phiền não ô nhiễm vi tế (P: Upakkilesa; S: Upakileśa; E: Impurities of the mind), Si mê chiếm hết 12 điều. Dưới đây là sơ lược những 12 điều phiền não thuộc về Si mê và các pháp đối trị.

- |                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| 1. Bội ơn       | (P: Makkha)         |
| 2. Đố kỵ        | (P: Palāsa)         |
| 3. Ganh tỵ      | (P: Issā)           |
| 4. Bỏn xẻn      | (P: Macchāriya)     |
| 5. Xảo trá      | (P: Māyā)           |
| 6. Khoe khoang  | (P: Sātheyya)       |
| 7. Cứng đầu     | (P: Thambha)        |
| 8. Tranh chấp   | (P: Sārambha)       |
| 9. Ngã mạn      | (P: Māna)           |
| 10. Khinh người | (P: Atimāna)        |
| 11. Say         | (P: Mada → Say đắm) |
| 12. Dễ dãi      | (P: Pamāda)         |

1. **Bội ơn** (P: Makkha): Đức Phật dạy, người khó kiếm được nhất trong tam giới này là người biết ơn. Người dễ kiếm nhất là người bội ơn. Trong đời này, người bội ơn quả thật nhiều. Ơn đây chỉ việc làm của người đã giúp đỡ ta. Người biết ơn không bao giờ dám nghĩ tới sự quên ơn và hằng tìm cách đền đáp cho xứng đáng.

Người biết ơn có thể chia ra làm ba hạng:

1. Hạng cao thượng, biết cúng dường người có công ơn như cha, mẹ, thầy, các bậc cao quý như chư Phật và chư Thánh hiền.

2. Hạng trung là đền đáp công ơn người đã giúp mình.

3.- Hạng thấp là nhớ công ơn người đã giúp mình, nhưng không nghĩ tới chỗ đền đáp.

Người bội ơn chia ra làm ba hạng:

1.- Hạng thấp hèn là không nghĩ đến cúng dường công ơn như cha mẹ, thầy tổ, Phật, chư Thánh hiền, mà còn khinh khi hay làm hại (P: Makkha: bội ơn).

2. Hạng hèn là không biết ơn, mặc dầu có giúp đến mực độ nào người ấy cũng không cần biết (P: Akattannu: không biết ơn).

3. Hạng đê tiện, không trả ơn, không bao giờ nghĩ đến sự trả ơn ai hết (P: Akataved: không đáp ơn).

Người thuộc về hạng bội ơn này ví như là một tảng đá, ta không thể nào trồng một thứ giống ngũ cốc nào lên đó được. Tâm người ấy xấu không sao nói cho hết được.

Pháp đối trị bội ơn:

Nguồn gốc của bội ơn là Si mê thì ta nên dùng trí tuệ để diệt Si mê. Vì người có trí tuệ không bao giờ quên ơn người, hằng suy nghĩ thấy cái hại của sự bội ơn, là đi vào bốn đường ác đạo. Theo sau trí tuệ là hằng biết ơn và cố trả ơn (P: Kattannu, Katavedi).

2. **Đố kỵ** (P: Palāsa): Là đem mình sánh giá trị của mình với các bậc cao nhân. Nguyên nhân của tâm trạng ấy là: Biết rằng ta không bằng người ấy.

Đây là một phiền não tai hại, ai ai cũng chán ghét, nhưng trong thâm tâm của chúng sinh, ai cũng có ít hay nhiều, vì đó thuộc vào tâm si mê.

3. **Ganh tỵ** (P: Issā): Là tỏ ra khó chịu, ganh ghét khi thấy người được việc tốt lành bằng cách chỉ trích hay phê bình. Đây là phiền não thuộc về hạng si mê, nó hằng làm cho tâm bực bội khó chịu.

Ganh tỵ gây ra những tai hại sau:

1. Ganh tỵ làm hại sự an vui. Người có tánh ganh tỵ thì ít được an vui vì luôn luôn thấy hay nghe người được lợi lộc quyền chức v.v... thì thấy lòng khó chịu.

2. Ganh tỵ làm mất thanh danh. Người ganh tỵ ít có bạn lành, ít ai dám gần và làm bạn, còn người dưới quyền thì không nể phục.

Đối trị ganh tỵ là pháp Hỷ (P: Muditā). Đây là một trong Tứ vô lượng tâm, hằng có trong tâm của chư Phật và chư Bồ tát.

1. Hỷ có sự vui vẻ hay hoan hỷ với mọi người, ý nói hỷ thường hoan hỉ với người được an vui hạnh phúc và hằng cầu xin cho chúng sanh được may mắn.

2. Hỷ có sự không ganh tỵ là phận sự, nghĩa là không bao giờ ganh tỵ khi thấy người được hạnh phúc.

3. Hỷ có sự diệt trừ buồn bực trong lòng mình và cho kẻ khác, đó là quả.

4. Hỷ có sự thấy của người khác như của mình là nhân sanh. Ý nói rằng người có tâm hỷ hằng trông nom săn sóc của cải của người khác như của cải của mình, không hề muốn làm hại của cải ai cả.

4. **Bồn xén** (P: Macchāriya) là không muốn chia sẻ với người khác. Nói khác đi, bồn xén là cảm thấy khó chịu khi phải cho người khác dù là thân hay sơ.

Bồn xén khiến cho con người phải cô độc, không thân thích họ hàng, vì không ai ưa mến, thậm chí khi có tai nạn cũng không ai giúp đỡ cho.

Đối trị Bồn xén là pháp Bố thí rộng rãi (P: Cāga → dứt bỏ), đó là dứt bỏ bồn xén, đem của cải ra cho chúng sinh.

5. **Xảo trá** (P: Māyā) là một thủ đoạn lường gạt, bày làm cho người tin chắc vào, rồi giao cho những gì mà người xảo trá đòi hỏi.

Xảo trá không sao tránh khỏi sự mất lòng tin cậy giao phó công việc.

Đối trị Xảo trá là pháp Chân thật (P: Sacca), bắt đầu nên thọ trì giới nói dối cho trong sạch, và phát nguyện giữ lấy sự chân thật trong lòng mình.

6. **Khoe khoang** (P: Sātheyya) là khoe những gì mà mình không có, mà nói thành có, hay có ít mà muốn khoe cho có nhiều, với tác ý là muốn cho người đời kính nể mình. Ít nhất là làm cho người khác không dám coi thường mình.

Khoe khoang chỉ lòi được người thường thôi, chớ không lừa được bậc trí. Bậc trí thấy rõ rằng người khoe khoang không khác nào thùng rỗng lăn đi kêu tiếng to, nhưng kỳ thật là không có gì bên trong hết.

Đối trị Khoe khoang là pháp Biết mình (P: Attannuta; E: Knowing oneself). Biết mình là biết hạng người của mình, giai cấp của mình, học lực của mình v.v... khi biết như thế thì không hề dám khoe khoang.

7. **Cứng đầu** (P: Thambala) là không chịu khếp vào khuôn khổ theo lời chỉ giáo của thầy tổ, cha mẹ.

Cứng đầu thường lầm tưởng rằng chính mình là người thông hiểu hơn ai hết. Trái lại người cứng đầu chính là người biểu lộ sự ngu dốt của mình ra.

Đối trị Cứng đầu là pháp Hình phạt theo thể thức của Phạm Thiên, hàm ý rằng khi không dạy được thì người đồng hội hay cùng một chí hướng hãy đồng lòng không giao thiệp với người ấy, nhưng không làm hại oán ghét. Người cứng đầu sẽ bị cô lập rồi sẽ trở nên người dễ dạy.

8. **Tranh chấp** (P: Sārambha) là tìm đủ thủ đoạn tranh giành phần thắng về mình. Tranh chấp làm cho tâm vọng động, khiến con người không còn thiện tâm nữa. Do đó các phiền não khác thường theo sau phiền não tranh chấp.

1. Tranh chấp thường làm cho các phiền não khác tuần tự phát sanh theo sau như Bội ơn, Đổ kỵ, Ganh tỵ, Xảo trá, Khoe khoang, Khinh khi các bậc trí thức. Những phiền não này hằng chờ cơ hội để xâm nhập vào tâm cho mau thỏa óc tranh đấu.

2.- Tranh chấp hằng làm cho tâm mờ tối. Khi người bị phiền não tranh chấp nổi lên, rồi không còn nghĩ phải trái, tâm thường hay phóng túng, nghĩ sai lầm, chỉ nghĩ những phương thế nào đánh ngã kẻ mà mình đang tranh đua, mặc dầu người ấy đã đối với ta rất tốt.

3.- Tranh chấp với người khác, tất nhiên phải có những hành vi không được tốt đẹp, nên người đời trông thấy vậy thì đều tránh xa.

Đối trị Tranh chấp là pháp Tri túc (P: Santosa)

9. **Ngã mạn** (P: Māna) là một tật xấu không ai ưa. Phiền não ngã mạn có thể chia ra làm ba bậc:

1.- Hạng thô thiển (biểu lộ ra bên ngoài).

2.- Hạng trung bình (P: Anusā) là ô nhiễm.

3.- Hạng vi tế (P: Upakkilesa) là phiền não thuy miên, phiền não này ngủ ngầm trong tâm cho đến khi chứng A-la-hán.

Tai hại của Ngã mạn rất nhiều, tựu trung có ba điều:

1.- Ngã mạn hại cho bản thân mình. Vì người ngã mạn thường ỷ mình là người cao thượng, quý phái, trí thức v.v...còn người khác đều ngu dốt, thấp hèn nên làm mất thân thiện với mọi người.

2.- Ngã mạn làm hại bạn. Người nào còn giao thiệp với người ngã mạn, thì người ấy cũng bị lánh xa.

3.- Người ngã mạn thường hay khó chịu trong khi gặp nơi hội họp đông người, vì thái độ khinh khi mọi người. Như vậy người ngã mạn sẽ bị cô lập.

Đối trị Ngã mạn là trí tuệ nhìn lại sự thật, rằng ta và người chỉ khác nhau ở chỗ giàu nghèo, sang hèn, thông minh, dốt nát thôi, nhưng có chỗ giống nhau là ta và người vốn là chúng sanh còn đang trong vòng luân hồi khổ não.

10. **Khinh người** (P: Atimāna) là ngã mạn thái quá, chê bai người khác có tánh cách khinh khi鄙弃.

Người khinh khi kẻ khác có thể chia ra làm hai hạng:

- Hạng khinh khi kẻ khác bằng lời nói.

- Hạng khinh khi kẻ khác ngầm trong tâm mình.

Đối trị Khinh khi là pháp Biết mình (P: Attannutā), biết kính trọng người trưởng thượng dù người ấy thuộc giai cấp nào đi nữa.



11. **Say** (P: Mada → Say đắm) có nghĩa là cái say của tâm chứ không là cái say của thân. Cái say của thân là say rượu, say nắng v.v... có thể hết được. Nhưng cái say của tâm thì thuốc chữa cũng chẳng lành.

Người đời khi có tiệc hay uống rượu, lỡ say, đây thuộc về thân say. Còn người nào không có rượu là chịu không được, phải có rượu, không vậy thì buồn bực quạo v.v..., đây thuộc về tâm say. Tóm lại khi ta thấy người say ngã tới ngã lui, ấy ta chưa chắc người ấy say thân hay say tâm. Phải coi hành vi của họ mới có thể định được.

Người đã say, dầu say một vật nào, vật ấy cũng là nguyên nhân đem tai hại đến cho ta ít hay nhiều tùy trường hợp. Vật nào làm say người cũng thường làm cho mất thanh danh, mất tín nhiệm, bạn bè lánh xa; công việc làm ăn bị đình trệ; cái hại nhỏ nhất là trong gia đình bị xáo trộn, người trong gia đình hay kẻ giúp việc trong nhà cũng chẳng kiêng nể.

Đối trị Say là pháp Trí tuệ (P: Nāṇa) để nhận thấy cái khổ của ta vì say mê tài, sắc, danh, lợi, mà khổ không ngày giải thoát được .

12. **Để duôi** (P: Pamāda) là làm việc không có trí nhớ, hay làm việc không cẩn thận. Khi người làm việc thiếu trí nhớ và không cẩn thận thì việc làm thường hay hư hỏng nhưng đó chỉ là tiểu tiết, có thể trông thấy trong hành động của người để duôi. Quan trọng hơn khi nói đến sự để duôi này, đức Phật ám chỉ người thiếu trí nhớ và trí tuệ rằng mình đã già, đang đi đến sự chết. Mỗi phút đi qua, chính là chúng ta đi đến gần cái chết.. Người chỉ miệt mài theo tài, sắc, lợi, danh quên mình như thế, gọi là người thiếu trí nhớ, thiếu trí tuệ, là người để duôi.

Người để duôi ví như người đã chết. Mặc dầu còn sống nhưng không làm gì lợi ích cho mình kiếp này và đời vị lai thì không khác nào người đã chết. Đức Phật dạy rằng: Pamadomaccunopadam nghĩa là sự để duôi là con đường đi đến chỗ chết.

Đối trị Để duôi là pháp Chánh niệm “Tứ niệm xứ (P: Satipaṭṭhāna)” gồm Niệm thân, Niệm thọ, Niệm tâm và Niệm pháp.



## 2.2. Tham.

Theo Phật giáo, sự bắt đầu của Tham là ưa, thích. Sự ưa, thích không làm hại cho bản thân người ưa thích và mọi người xung quanh. Vì người ưa thích làm lụng để lấy tiền, chớ không làm gì đến kẻ khác để lấy tiền làm giàu cho bản thân mình. Như vậy chưa gọi là Tham được.

### 1) Định tính - Định lượng và Quả báo về tham:

Nếu đem lòng tham ví với các trạng thái của trái xoài chín và nếu phân tách trạng thái của trái xoài chín, thì người ta thấy có 7 giai đoạn:

1. Ưa	(P: Rati)	Hờm hờm
2. Thích	(P: Icchā)	Vừa chín
3. Ham	(P: Mahicchā)	Chín đều
4. Ham muốn tội lỗi	(P: Pāpicchā)	Chín mùi
<b>5. Tham</b>	<b>(P: Lobha)</b>	<b>Chín thâm kim</b>
6. Tham lam	(P: Abhijjhā)	Chín úng
7. Tham lam thái quá	(P: Abhijjhā-visamalobha)	Chín rục có dòi

Người ăn xoài có thể ăn bốn thứ xoài từ hờm hờm cho tới xoài chín mùi thì thật là vô hại, bằng ăn ba thứ sau sẽ có hại cho sức khỏe. Lòng tham cũng có tuần tự tiến triển như chín mùi của trái xoài. Có thứ lòng tham cũng không hại, nhưng nếu ta không biết ngăn đón nó, thì nó sẽ đi lần tới ham muốn tội lỗi lại đem đến sự tai hại cho ta.

Dưới đây là bảy giai đoạn của lòng tham đã được lý giải riêng rẽ.

1. **Ưa** (P: rati; E: delight): Khi ta trông thấy một vật gì đẹp, nghe một tiếng gì hay, thì ta cảm thấy ưa vật ấy hoặc tiếng ấy. Sự ưa này có trong lòng của mọi người, từ giàu sang đến nghèo khó. Sự ưa ấy không gọi là tham, không gọi là ác.

2. **Thích** (P: icchā; E: wish): Là lòng mong cầu được vật gì điều gì mà mình đã ưa. Lòng mong cầu này không trái với lẽ đạo hay luật đời, vì khi tâm hỷ còn trong vòng tốt đẹp, như muốn học giỏi, làm việc nhiều để được tiền, siêng năng làm cho ra tiền bằng cách Chánh mạng và Chánh nghiệp.

3. **Ham muốn** (P: mahicchā; E: greediness): Đó là ham muốn làm giảm mất phẩm hạnh thanh cao của mình, như làm những chuyện chướng mắt, không lịch sự.

- Như trong bữa ăn, người ham muốn thấy món ăn nào ngon và hợp miệng mình, thì không còn nghĩ đến người quanh mình, như thế làm giảm mất giá trị của mình

- Như kẻ không lịch sự ở nơi đông người, đến sau mà chen lấn vào trước để thủ lợi cho mình, không nghĩ đến ai hết.

Người có lòng ham muốn, ví như người thổi bong bóng, khi họ thổi bong bóng càng lúc càng lớn, thì cái bong bóng lại từ từ che tất cả các sự vật trước mặt họ: họ chỉ thấy cái bong bóng ấy thôi. Cũng vậy, người ham muốn cứ để tâm theo đà ấy mãi, thì đi tới tham.

Người có lòng ham muốn trong giai đoạn này bắt đầu đi vào tội lỗi, nên cần có trí tuệ kèm hãm hay trừ nó ngay từ lúc phát sanh. Vì đây cũng chưa hẳn là đi đến nơi phá giới hay là phạm pháp.

4. **Ham muốn tội lỗi** (P: pāpicchā; E: corrupt wishes): Là ham muốn một cách thiếu lý trí, không biết tội lỗi và trái với luật pháp.

Người có tâm ham muốn tội lỗi chỉ biết làm theo khát vọng của mình, không còn lo sợ gì hết. Mặc dầu chuyện làm ấy đối với pháp luật là vô tội, nhưng không khỏi người đời khinh bỉ, chẳng hạn như chuyện làm của nhiều người xu nịnh bề trên để được che chở và hưởng lợi nhiều.

5. **Tham** (P: lobha; E: craving): Là ham muốn mãnh liệt trong lòng mình và muốn chiếm đoạt của kẻ khác, hoặc cưỡng bách để đem về cho mình, hay trộm cắp v.v... Tóm lại là dùng phương tiện nào cũng được miễn đem sự vật mình đã muốn về cho mình. Hạng người ham muốn này không màng tội lỗi đối với pháp luật và cũng không sợ quả báo xấu.

- Một người cần được một số tiền lớn để làm một sự việc. Người này cố hết sức làm lụng vất vả để có đủ số tiền cần dùng vào việc ấy. Người này không gọi là tham mà gọi là ưa-thích.

- Một người khác chỉ cần một số tiền nhỏ thôi, mà lại đi lường gạt hay làm một chuyện gì bất chánh để có số tiền thì người này gọi là người tham. Vậy ham muốn một cách bất hợp pháp, bất chánh, mặc dầu một xu nhỏ cũng gọi là tham.

Tham là một ác pháp, một phiền não, là nguồn gốc làm cho tâm ta nhớ đục, tội lỗi. Lòng tham đến giai đoạn này là hiện thân của tội ác.

6. **Tham lam** (P: abhijjhā; S: abhidhyāna; E: covetousness): Là lòng tham sanh khởi lên không còn phân biệt là của ai và trên phương diện nào, hoặc là cướp bóc v.v... nhưng còn chưa dám lấy của cha mẹ. Lòng tham lam này có thể khiến người ta gây nên tội ác.

7. **Tham lam thái quá** (P: abhijjhā-visamalobha; E: covetousness and unrighteousness): Đây là lòng tham đã đi tới tột độ. Lòng tham này làm cho lòng người mờ tối, không còn nhận ra phải trái, dám giết người cướp của miễn đoạt cho được. Lòng tham của con người tới mức độ này, thì không còn phương pháp nào chặn đứng được.

Người tham gặp quả báo là bạn bè xa lánh, đến nơi nào cũng không ai thích làm bạn, không ai muốn giúp đỡ, làm ăn thường bị thất bại vì thiếu tín nhiệm hay bạn bè không ai chỉ cho chỗ lợi hại. Người đời không ai là không ghét người tham. Hạng người này sau khi chết sẽ bị sanh vào cõi dữ.

## 2) Pháp đối trị với tâm tham.

Mỗi chúng sinh có căn cơ khác nhau, nên đức Phật là chỉ dạy tu cho hai hạng người.

- Hạng căn cơ cao đầy thì tu xuất gia bỏ cả tài, tình, danh, lợi, hầu giải thoát.

- Hạng căn cơ thấp thì tu tại gia. Đức Phật dạy cho người tu tại gia nên theo các pháp là:

1. Siêng năng lo làm việc cho có tiền của. Việc làm không phải bắt buộc là làm nghề này nghề nọ, nhưng phải là nghề chân chánh.

2. Biết giữ lấy của mình đã có và xài không phung phí.

3. Có bạn lành (xin xem 38 Pháp Hạnh Phúc).

4.- Đối với vợ con phải thành thật nghĩa là không ngoại tình. Đối với con một lòng thương yêu và trông nom săn sóc (xin xem 38 Pháp Hạnh Phúc).

5.- Tránh xa những người lười biếng, giải đãi hay bỏ phế công việc làm ăn.

6.- Không nên để đến đời thiếu thốn đi vay nợ.

Đây là sơ lược những điều của người cư sĩ tại gia cần thực hành để hạn chế lòng tham. Theo lời giải trên đây thì có thể thấy rằng đức Phật không cấm người tại gia cư sĩ làm giàu, nhưng không được làm giàu trên xương máu kẻ khác, như đầu cơ, chợ đen v.v...

Trong đoạn trước chúng ta đã thấy lòng tham lam phát sanh lên tuần tự theo bảy giai đoạn. Dưới đây là pháp đối trị để ngăn chặn và diệt trừ.

1. **Ưa** (P: Rati): Pháp đối trị của Ưa là **Tri-túc** (P: Santosa). Khi thấy trong tâm mình muốn một vật gì mà ta đã có, mặc dầu ta không cố ý chiếm đoạt của ấy, nhưng ta nên biết rằng đây là bước đầu tiên để đi tới tham. Vậy ta phải biết tri túc, nghĩa là tự mình mãn nguyện với những gì mà mình đã có, không thèm muốn. Đây là pháp ngăn không cho "ưa" đi thêm một bước nữa.

2. **Thích** (P: Icchā): Pháp đối trị của Thích là **Hổ thẹn** (P: Hiri → tự cảm thấy mình xấu xa, không xứng đáng). Hãy hổ thẹn với lòng mình khi thấy mình còn ưa thích món này vật nọ.

3. **Ham muốn** (P: Mahicchā): Pháp đối trị của Ham muốn là **Dứt bỏ** (P: Cāga), ý nói dứt bỏ sự tham muốn bằng cách bố thí. Thí "dứt bỏ" có hai ý nghĩa khác nhau là:

- Người có trí tuệ nhìn lại tâm mình, thấy mình ham muốn một vật chi, liền suy nghĩ đến Vô thường và Vô ngã. Người có trí tuệ hằng nghĩ rằng: lòng ham của con người không có giới hạn, dầu hiện giờ được vật ấy không phạm vào giới của nhà Phật, không trái với pháp luật của chánh quyền, nhưng vật đó là nhân làm cho lòng mình nặng lo sợ mất mát.

Khi người đã giác ngộ về Ngũ trần (Sắc, Thinh, Hương, Vị, Xúc) thì lòng không ham muốn tài sản chi nữa, từ đó dứt bỏ được phiền não.

- Người có trí tuệ thấy rằng ta chết không đem vật gì theo ta được, có chăng chỉ tội và phước, ta liền phát tâm bố thí cho người nghèo, hoặc giúp vào việc từ thiện.

4. **Ham muốn tội lỗi** (P: Pāpicchā): Pháp đối trị của Ham muốn tội lỗi là **Chánh mạng** (P: Sammā-ājīva). Sự ham muốn quạ độ này sẽ dẫn đến ác pháp, con người bấy giờ sẽ dám trộm cắp, hay lường gạt. Chánh mạng là nuôi mạng chân chánh, không hại người mà đem lợi ích cho mình.

Pháp thứ 5, 6 và 7 là **Tham, Tham lam, và Tham lam thái quá**, chỉ có pháp **Bố thí** (P: Dāna) mới dứt trừ nó được.

Tham là thâm vào, còn Bố thí lại phát ra. Bố thí có một ý nghĩa tổng quát là giúp đỡ kẻ khác với lòng từ và không nghĩ tới sự trả ơn của người thọ lãnh của bố thí ấy, như cho người nghèo khó, hay giúp vào việc phước thiện. Sự đem ra cho, là pháp đối trị của tham. Bố thí là hạnh đầu tiên mà chư Bồ-tát thường hành.

Bồ thí Ba-la-mật (P: Dāna-pāramī) là bước tiếp theo, liên thông của bồ thí. Chánh niệm Bồ thí Ba-la-mật chính là Chánh niệm Duyên khởi giúp phòng ngừa và đối trị mọi hình thức của tâm tham.



## 2.3. Sân.

Theo Phật giáo, sự bắt đầu của Sân là Chê ghét (bất mãn). Người sân hận thường hay có tâm nóng nảy không an tịnh thanh thoi, nhiều khi đưa tới oan trái oán thù. Sự sân hận có thể sinh khởi lên do một nguyên nhân rất nhỏ, như sự tham chỉ do nơi một đốm lửa nhỏ, mà gây nên một đám rừng cháy dữ dội. Vì vậy nên đức Phật dạy chúng ta không nên xem thường đốm lửa nhỏ thoạt trông không hại gì.

### 1) Định tính - Định lượng và Quả báo về sân:

Dưới đây là sự phân tích về 5 giai đoạn mang tính hình thức về Sân:

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. Chê ghét  | (P: Arati)    |
| 2. Bực tức   | (P: Paṭigha). |
| 2*. Căm ghét | (P: Upanāha)  |
| 3. Sân       | (P: Kodha).   |
| 4. Sân hận   | (P: Dosa).    |
| 5. Oán thù   | (P: Byāpadā). |

1. **Chê ghét** (P: Arati): Là tâm muốn cho vừa ý mình; khi không vừa ý mình hay không toại nguyện, thì sanh ra sự bất mãn. Khi sự bất mãn sanh trong tâm ta cũng chưa gọi là một tai hại, nó chỉ làm cho tâm ta không thỏa mãn thôi. Nếu ta không diệt trừ nó từ bây giờ, thì nó sẽ đi lần đến bực tức.

2. **Bực tức** (P: Paṭigha): Là tâm chỉ thiên về một bên nghĩ rằng ta phải. Tâm bực tức làm cho con người khó chịu, đây là nguyên nhân nổi lửa sân.

3. **Sân** (= Giận; P: Kodha): Là tâm rất nóng nảy, mất hẳn sự bình tĩnh, mặt biến sắc, tay chân run, khi nói tiếng đổi giọng.

Sân đã sanh lên, thì tâm chỉ biết làm hung dữ, sân đem lại đủ các tác hại cho mình. Đức Phật có dạy sân như một vật rất nhơ bẩn, hôi thúi, một khi tâm đã sân rồi, thì không còn phân biệt phải quấy, tâm trở nên đen tối và có thể gây ba điều hại:

- 1.- Sân làm cho tâm đen tối.
- 2.- Sân làm cho tâm làm việc không hay, nhất là làm mất phẩm hạnh.
- 3.- Sân thường làm cho việc làm hư hỏng.

Người có tánh sân vốn ít có bạn, vì ít người dám giao tiếp. Khi người ấy làm lớn, thì càng tai hại nhiều, vì những người dưới quyền ít muốn gần và cũng không khi nào dám nói gì đầu cho khi họ biết rằng cấp trên làm việc sai lầm.

Khi cố chấp sự giận hờn trong tâm (P: upanāha) sẽ đưa đến Sân hận.

4. **Sân hận** (P: Dosa): Có nghĩa là giận dữ làm hại người bằng tất cả các phương tiện khả dĩ làm được. Đây là phần chính yếu trong Tam độc.

Sân hận gây tai hại cho sức khỏe thân xác, tiêu hoại đức tính của con người như hiếu thảo, nhẫn nại, từ bi v.v... Sân hận là thứ lửa phiền não thiêu đốt lòng ta và còn làm cho ta phải sanh vào 4 đường ác đạo (Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sinh, A-tu-la).

5. **Oán thù** (P: Byāpadā): Có nghĩa là khi sân hận nhưng chưa làm gì được người ta, thì cố để trong tâm, chờ có dịp nào thuận tiện thì sẽ làm, bất luận là thời gian bao nhiêu năm.

Người cột oán thù thường hay mất bình tĩnh, tâm trạng thay đổi không ngừng, khi niệm Phật cũng không thể làm cho tâm an tịnh được, có thể làm hại người khác, vì trong tâm không còn có chút thiện pháp nào cả.

Sự cột oán thù ấy có thể chia ra làm ba hạng là:



1. Hạng nhẹ: Làm hại người vì người ấy giúp đỡ cho người mà ta ghét.
2. Hạng trung: Làm hại người vì người làm cho người ta thân yêu bị rắc rối.
3. Hạng nặng: Làm hại người vì người xúc phạm đến ta.

## 2) Pháp đối trị với tâm sân.

1. **Chê ghét** (P: Arati): Pháp đối trị với Chê ghét (bất mãn) là sự Chú ý thấu đáo (P: Yonisomanasikāra; E: Thorough attention) thường xuyên tới Lục căn hay Lục thức, để nhận biết cái hại của sân hận oán thù.

2. **Bực tức** (P: Paṭigha): Pháp đối trị với Bực tức là sự Dạy tâm (P: Damā; E: restraint → kiềm chế) tức thu thúc Lục căn. Hành giả cố xa lánh hoàn cảnh đang làm cho bực tức. Khi tâm trở lại bình tĩnh, thì hành giả sẽ nhận thấy ngay cái hại của sự bực tức, là nhiều sự bận lòng, oán thù, oan trái v.v...

Pháp 3, 4, 5 gồm **Sân, Sân hận** và **Oán thù** có pháp đối trị là Từ Bi (P: Karuṇā; E: Compassion). Từ Bi là thương xót chúng sinh trên tinh thần Vô ngã (= không thực thể, giả tạm, giả ảo; P: Anattā; E: Not-self, Egoless).

Trong thực tế, tâm từ bi thường đến sau tâm sân hận nên không chuyển hóa được tâm sân hận, ví như xe chữa lửa bao giờ cũng đến sau lửa cháy, khi xe đến đàn áp được ngọn lửa, thì thiệt hại cũng đã nhiều. Do đó, để từ bi được hiển lộ sớm phòng ngừa cơn lửa sân, hành giả trước tiên cần quán triệt Vô ngã và luôn thực hành Chánh niệm Vô ngã (= Chánh niệm Duyên khởi) để đối trị hữu hiệu các tâm sân bất ngờ ập đến.

Chánh niệm Duyên khởi bao hàm các phòng ngừa đối trị cho mọi hình thức của tâm sân

Tóm tắt liệt kê Tam độc "Tham – Sân – Si" qua phân tích:

### Si:

- |            |                     |                               |
|------------|---------------------|-------------------------------|
| 1. Vô minh | (P: Avijjā):        | Không thấy biết lẽ thật.      |
| 2. Si mê   | (P: Moha):          | Không nhận thức đúng lẽ thật. |
| 3. Tà kiến | (P: Micchā-diṭṭhi): | Nhận thức chấp thủ cực đoan.  |

### Các hình thức của Si mê:

- |                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| 1. Bội ơn       | (P: Makkha)         |
| 2. Đố kỵ        | (P: Palāsa)         |
| 3. Ganh tỵ      | (P: Issā)           |
| 4. Bỏn xẻn      | (P: Macchāriya)     |
| 5. Xảo trá      | (P: Māyā)           |
| 6. Khoe khoang  | (P: Sātheyya)       |
| 7. Cứng đầu     | (P: Thambla)        |
| 8. Tranh đua    | (P: Sārambha)       |
| 9. Ngã mạn      | (P: Māna)           |
| 10. Khinh người | (P: Atimāna)        |
| 11. Say         | (P: Mada → Say đắm) |
| 12. Dễ dôi      | (P: Pamāda)         |

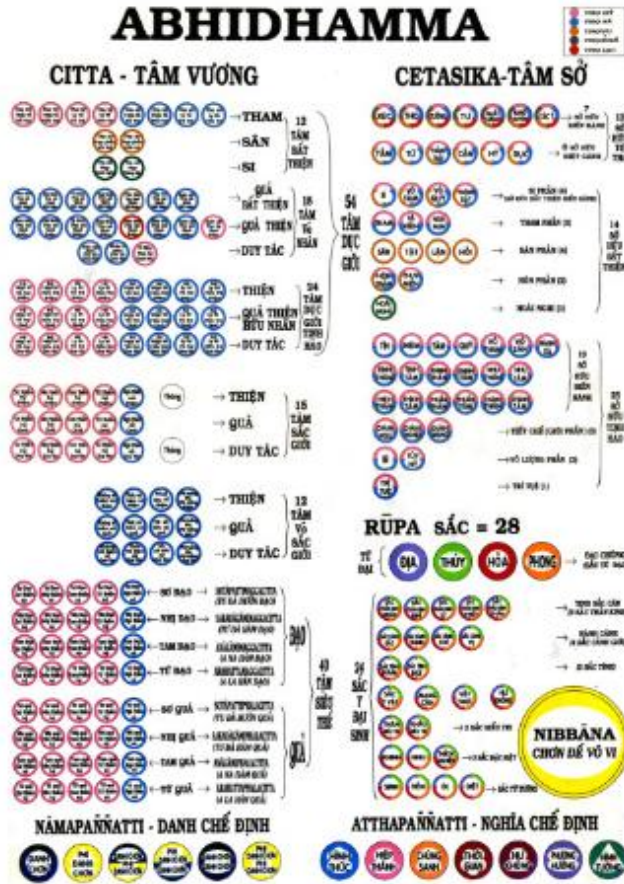
### Tham:

- |                      |                           |
|----------------------|---------------------------|
| 1. Ưa                | (P: Rati)                 |
| 2. Thích             | (P: Icchā)                |
| 3. Ham               | (P: Mahicchā)             |
| 4. Ham muốn tội lỗi  | (P: Pāpicchā)             |
| 5. Tham lam          | (P: Lobha)                |
| 6. Tham quá          | (P: Abhijjhā)             |
| 7. Tham lam thái quá | (P: Abhijjhā-visamalobha) |

### Sân:

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. Chê ghét  | (P: Arati)    |
| 2. Bực tức   | (P: Paṭigha). |
| 2*. Căm ghét | (P: Upanāha)  |
| 3. Sân       | (P: Kodha).   |
| 4. Sân hận   | (P: Dosa).    |
| 5. Oán thù   | (P: Byāpadā). |

# ABHIDHAMMA



## 3. Tam độc và Vi Diệu Pháp.

### 3.1. Tâm.

**Tâm** (心; P;S: Citta): Là **hiện tượng tâm lý** ở phương diện nhận thức. Chữ Tâm nơi đây thường được gọi là **Tâm vương**, chính là hoạt động tâm lý của loài hữu tình.

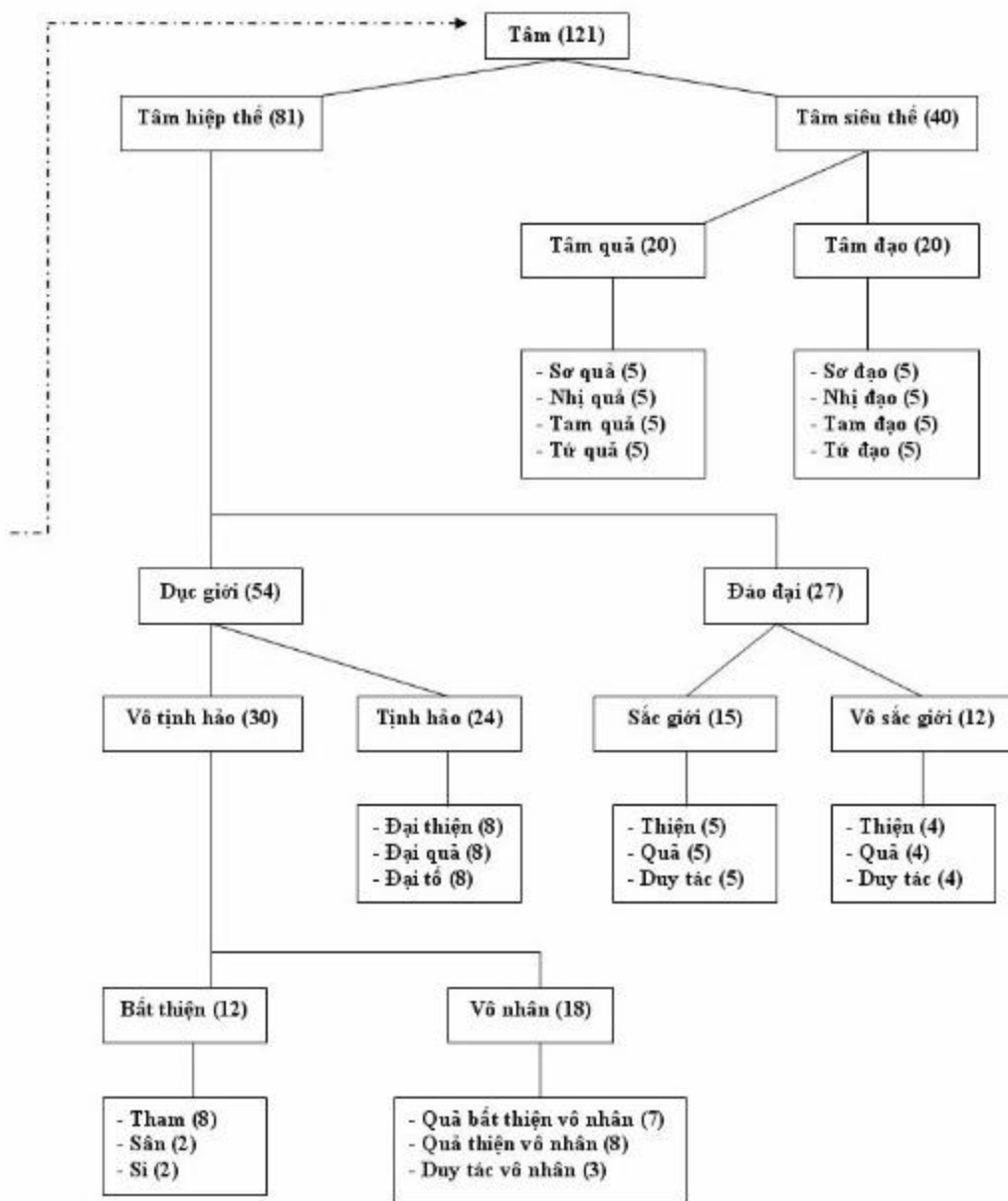
Tâm nói đủ là sự biết cảnh hay nhận thức đối tượng. Ở đây, Tâm được hiểu là sự nhận thức thuần túy, chủ trương biết cảnh; còn thể cách thiện hay bất thiện là do các **Tâm sở** (= Sở hữu tâm). Giảng giải về tâm, các nhà chú giải viết "*Cintanaṃattaṃ Cittaṃ* = nhận thức gọi là Tâm" hay "*Ārammaṇaṃ Cinteti Cittaṃ* = biết cảnh gọi là Tâm".

Theo Vi Diệu Pháp thì các từ **Tâm** (P: Citta), **Ý** (P: Mana), **Thức** (Viññāṇa) không có sự sai khác về ý nghĩa, tùy theo chỗ dùng mà chúng có nhiều tên gọi khác nhau.

Thí dụ: Đối với 12 Xứ thì tất cả Tâm gọi là Ý (= Ý Xứ), đối với Ngũ uẩn thì tất cả tâm gọi là Thức (Thức uẩn) ...

Theo Vi Diệu Pháp, Tâm được phân loại như sau:

- 1) Phân loại tâm theo không gian (định tính).
  - Loại theo cảnh
  - Loại theo cõi (giới)
- 2) Phân loại tâm theo thời gian (định lượng).



### 3.2. Tâm Bất thiện.

Tâm bất thiện (P: Akusalā citta) là tâm ác, xấu, không tốt đẹp. Nói theo chi pháp, tâm bất thiện là những tâm sinh lên có sở hữu bất thiện đồng sinh và hòa hợp (theo lời giải của bộ Aṭṭhakathā). Bất thiện hay phi thiện, có nghĩa là trái với thiện.

- Nếu thiện là những gì lành mạnh của tinh thần thì bất thiện là trạng thái suy nhược, bệnh hoạn của tâm (P: rogayattha).

- Nếu thiện là cái gì tốt đẹp thì bất thiện là cái gì không tốt đẹp.

- Nếu thiện là cái gì khéo léo thì bất thiện là cái gì vụng về.

- Nếu thiện là cái gì hiền thiện thì bất thiện là cái gì tội lỗi.

- Nếu thiện là cái gì tạo quả an lạc thì bất thiện là nhân sinh khổ đau.

Có 3 loại tâm bất thiện là Tham Sân Si:



8 Tham = 2 (Hỷ / Xả) x 2 (Tà / Ly tà) x 2 (Vô trợ / Hữu trợ)

2 Sân = 2 (Vô trợ / Hữu trợ)

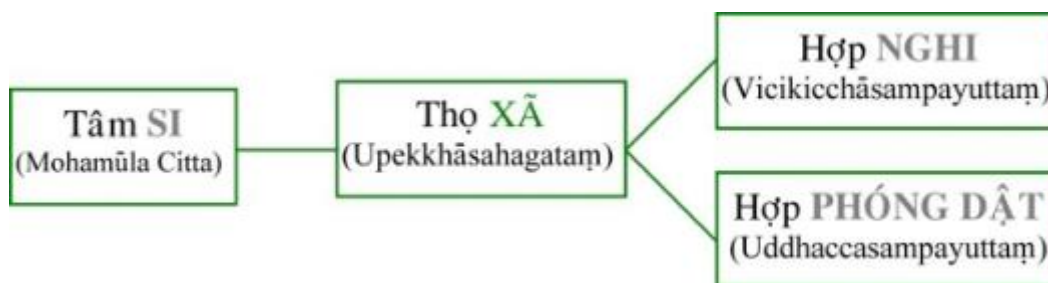
2 Si = 2 (Hoài nghi / Phóng dật)

12 Tâm Bất thiện Dục giới			
Tâm	Cảm giác	Hợp tố	Tác Động

Tham	Hỷ	Tà Kiến	Vô trợ
Tham	Hỷ	Tà Kiến	Hữu trợ
Tham	Hỷ	Ly tà	Vô trợ
Tham	Hỷ	Ly tà	Hữu trợ
Tham	Xả	Tà Kiến	Vô trợ
Tham	Xả	Tà Kiến	Hữu trợ
Tham	Xả	Ly tà	Vô trợ
Tham	Xả	Ly tà	Hữu trợ
Sân	Ưu	Phẫn	Vô trợ
Sân	Ưu	Phẫn	Hữu trợ
Si	Xả	Hoài nghi	
Si	Xả	Phóng dật	

### Chi tiết 12 Tâm Bất thiện – Tham Sân Si

#### 1) Tâm si:



Tâm si là trạng thái tâm mê tối, thiếu sự sáng suốt. Hành động mù quáng, sai lầm vì không thấu triệt các sự vật.

1. **Tâm si Hợp Hoài nghi** (P: Vicikicchāsampayuttam): Là sự mờ ám, si mê của tâm do sự lưỡng lự, phân vân. Sự hoài nghi ở đây phải hiểu là sự hoài nghi có hậu quả tai hại như hoài nghi Tam Bảo, hoài nghi Tam Học, hoài nghi Tam thế, hoài nghi duyên sinh, ... Như Hoài nghi Tam Bảo, Hoài nghi về Duyên sinh.

Nên nhớ ngoài những hoài nghi kể trên còn có những hoài nghi thông thường, như do dự trước khi hành động, muốn đi đâu nhưng còn do dự vì sợ có khách đến thăm bất ngờ ... những hoài nghi đó không thuộc vào Tâm si Hoài nghi.

**2. Tâm si Hợp Phóng dật** [(Phóng 放 = ném, dật 逸 = tung tóe); P: Uddhacca Mohacittam): Là sự mù quáng, thiếu sáng suốt do sự lao chao, bấn loạn của tâm. Phóng dật 放逸 là sự ném một vật vào đống tro làm bay lên mù mịt, giống như một người đang ngồi làm việc, bỗng có một tiếng động lớn làm người đó giật mình hay như một người sợ ma, lúc đi đêm, bất chợt gặp bóng đen, người đó sợ hãi la lên, tâm bị loạn động.

Tâm si được sinh khởi do Nghiệp si mê đời trước, thường gặp cảnh phiền não, thiếu sự thu thúc nơi Ngũ căn. Tâm si thường sinh khởi do những nguyên nhân như: Do thói quen hay có tánh sợ sệt, hay có tánh giật mình (Tâm sở Phóng dật), hay có tánh ngờ vực (Tâm sở Hoài nghi). Ngoài ra những người sanh ra ở những xứ nhiều sân hận như chiến tranh nên tâm thường hay giao động, hoặc thường hay gặp những nghịch cảnh gây phiền não, không tịch tĩnh. Cần ghi nhận ở đây là khi *Tín căn yếu sẽ phát sanh Hoài nghi. Tấn căn, Niệm căn và Định căn yếu làm phát sanh Phóng dật. Tuệ căn yếu cũng phát sanh Hoài nghi ...*

## **2) Tâm tham:**

Có 3 tính chất của Tâm tham.

### **- Thọ hỷ - Thọ xả:**

*Thọ hỷ* (P: somanassavedanā): Là cảm thọ vui mừng hoan hỷ của tâm.

*Thọ xả* (P: upekkhavedanā): Là cảm thọ thản nhiên, vô tư của tâm.

### **- Hợp tà – Ly tà.**

*Hợp tà* (P: micchādiṭṭhigatasampayuttam): Là lòng ham muốn có sự hiểu sai, chấp lầm sự vật (tà kiến là không thấy rõ sự thật, không thấy lý vô thường, vô ngã).

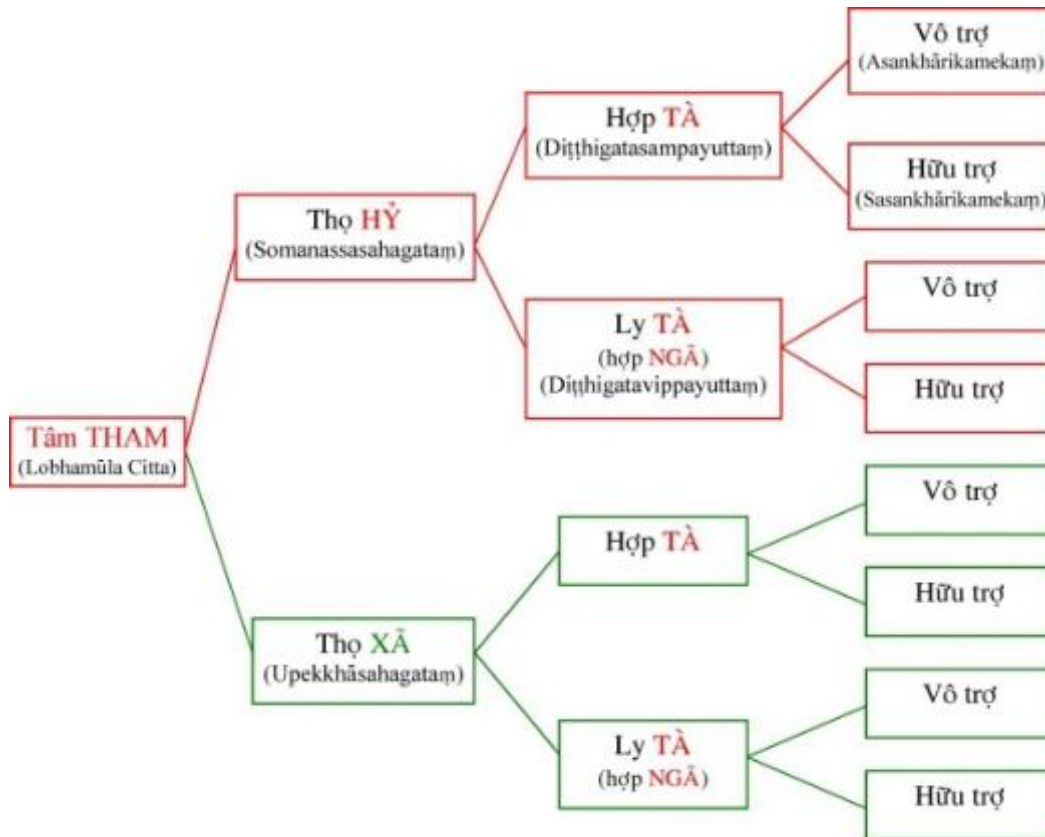
*Ly tà* (P: amicchādiṭṭhigatasampayuttam): Không có sở hữu tà kiến đồng sinh, hòa hợp.



- Vô trợ - Hữu trợ:

*Vô trợ* (P: asankhārikamekaṃ): Là tâm sinh lên mau lẹ không cần có sự trợ giúp.

*Hữu trợ* (P: sasankhārikamekaṃ): Là tâm sinh lên do sự trợ giúp. Sự trợ giúp ở đây có thể là của chính mình (phân vân, suy nghĩ, dẫn đo, ...) hay của người khác (dụ dỗ, khuyến khích, kêu gọi, ...).



Tâm tham là trạng thái tâm biết cảnh với tư cách ham muốn, bị thu hút bởi đối tượng khả ái. Bộ Atthakathā giải rằng: Cittaṃ lubhatiti lobha cittaṃ = Tâm ái nhiễm gọi là tâm tham. Có 8 Tâm tham được cấu tạo như sau:

1. **Tâm tham Thọ hỷ Hợp tà Vô trợ:** Là lòng tham với một cảm giác vui mừng, thích thú, có sự chấp sai và sinh khởi lên một cách mau lẹ không do dự.

2. **Tâm tham Thọ hỷ Hợp tà Hữu trợ:** Là lòng tham với một cảm giác vui mừng, có sự chấp sai, sinh khởi chậm chạp (*do suy nghĩ nhiều lần hay người khác phải xúi bẩy nhiều lần*).

3. **Tâm tham Thọ hỷ Ly tà Vô trợ:** Là sự ham muốn với cảm giác thích thú, không hiểu sai, sinh khởi mau lẹ.

4. **Tâm tham Thọ hỷ Ly tà Hữu trợ:** Là sự ham muốn với cảm giác vui mừng, không có sự hiểu sai, sinh khởi một cách chậm chạp.

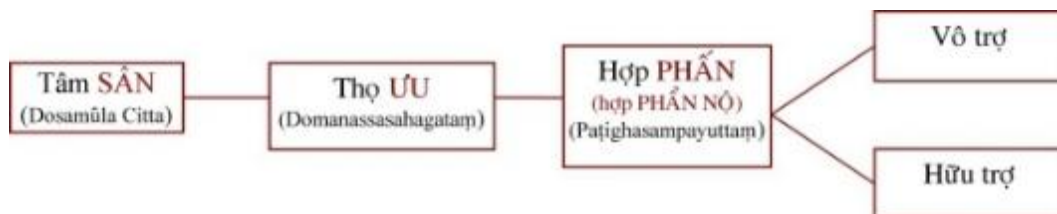
5. **Tâm tham Thọ xả Hợp tà Vô trợ:** Là sự tham muốn một cách thản nhiên, với sự nhận thức sai lầm, sinh khởi một cách mau lẹ.

6. **Tâm tham Thọ xả Hợp tà Hữu trợ:** Là sự tham muốn một cách bình thản, với sự nhận thức sai lầm, sinh khởi chậm chạp.

7. **Tâm tham Thọ xả Ly tà Vô trợ:** Là sự tham muốn bình thường, không có sự chấp lăm, sinh khởi lên mau lẹ.

8. **Tâm tham Thọ xả Ly tà Hữu trợ:** Là lòng tham muốn bình thản, không có sự hiểu sai, sinh khởi do sự thúc đẩy nhiều lần.

### 3) Tâm sân:



Tâm sân là sự biết cảnh với tư cách nóng nảy, bất bình, không vừa ý. Đặc tính của Tâm sân là hủy diệt đối tượng, không chấp nhận đối tượng (trái với Tâm tham là gìn giữ, ôm ấp đối tượng). Cảnh của Tâm sân là những đối tượng khả ố, cũng như lửa có đặc tánh thiêu đốt.

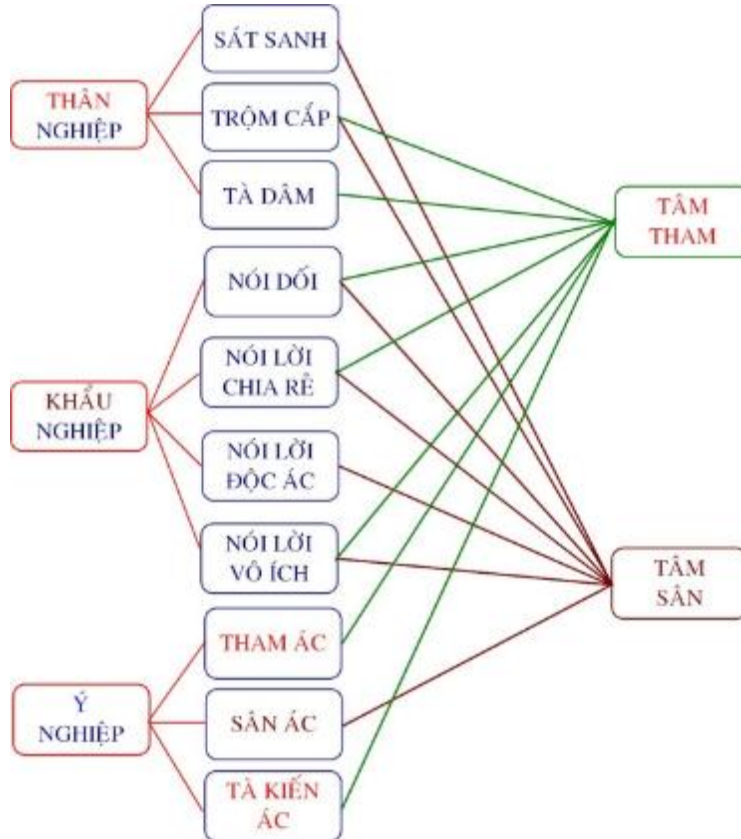
1. **Tâm sân Thọ ưu Hợp phần Hữu trợ:** Là sự nóng giận, ưu phiền, sanh lên do sự thúc đẩy nhiều lần.

Thí dụ: Một người tánh hay vui vẻ, gặp một người dùng lời chửi mắng, lúc đầu tâm chưa phản ứng gì, sau khi nghe nhiều lần thì nổi giận. Tâm sân đó là tâm sân hữu trợ vậy.

2. **Tâm sân Thọ ưu Hợp phần Vô trợ:** Là sự khó chịu, trái ý, nghịch lòng phát sinh lên mau lẹ không cần một động năng nào thúc đẩy cả.

Thí dụ: Một người quen tạt sân, ai chạm một chút cũng nổi giận, do đó, khi vừa gặp cảnh bất như ý là tâm sân liền nổi lên. Tâm sân đó là tâm sân vô trợ vậy.

Ở Thập thiện nghiệp, tâm tham và tâm sân chi phối theo sau:



**Tâm tham - Tâm sân gây ra Tam Nghiệp (Thân Khẩu Ý)**

## 4. Tam độc và Tùy phiền não.

Trong kinh Hoa Nghiêm tùy sở diễn nghĩa sao quyển 34 có trình bày Tùy phiền não như sau:

**4.1. Tiểu tùy** (Xấu nhẹ): Có 10 loại, mỗi loại tự lực sanh khởi, phạm vi tương ứng nhỏ hẹp, nên gọi là "Tiểu".

1. **Phẫn** (Giận). Tính của tâm sở này là khi gặp cảnh trái nghịch, nóng giận. Nghiệp dụng của nó là hay làm tổn hại người, vật và chướng ngại tính không nóng giận.

2. **Hận** (Hờn). Khi gặp cảnh nghịch, trước nóng giận rồi sau mới hờn. Tính của Tâm sở này là ôm ấp sự oán ghét không bỏ. Nghiệp dụng của nó là nóng nảy, buồn phiền và hay làm chướng ngại tính không hờn.

3. **Phú** (Che giấu). Tính của tâm sở này là vì sợ mất danh giá và tài lợi, nên che giấu tội lỗi của mình. Nghiệp dụng của nó là hay ăn năn, buồn và chướng ngại tính không che giấu.

4. **Não** (Buồn buồn). Tính của tâm sở này là khi gặp cảnh nghịch, trước giận hờn rồi sau mới buồn. Tính của Tâm sở này hay nhớ lại những cảnh trái nghịch đã qua, rồi sanh buồn phiền. Nghiệp dụng của nó là chướng ngại tính không buồn.

5. **Tật** (Tật đố, ganh ghét). Tính của tâm sở này là hay ganh ghét đố kị những gì mà người ta hơn mình. Nghiệp dụng của nó là làm chướng ngại tính không tật đố và sầu khổ lo buồn.

6. **Xan** (Bỏn xẻn). Tính của tâm sở này là bỏn xẻn, rích rắm, không chịu ban bố tiền tài hay giáo pháp cho người. Nghiệp dụng của nó là làm bộ quê mùa, ăn mặt nghèo cực, để tích trữ tài sản và làm chướng ngại không bỏn xẻn.

7. **Cuông** (Dối gạt). Tính của tâm sở này là dối gạt người để lợi mình. Nghiệp dụng của nó là làm việc không chơn chánh để nuôi sống và chướng ngại tính không dối gạt.

8. **Xiểm** (Bợ đỡ, nịnh hót). Tính của tâm sở này là lựa thời thế nịnh hót, bợ đỡ người. Nghiệp dụng của nó là không nghe lời chỉ giáo chơn chánh của thầy, bạn và làm chướng ngại tính không dua nịnh.

9. **Hại** (Tổn hại). Tính của tâm sở này là làm tổn hại các loài hữu tình. Nghiệp dụng của nó là làm bức não người, vật và chướng ngại tính không tổn hại.

10. **Kiêu** (Kiêu căng). Tính của tâm sở này là vì thấy mình giàu sang, quyền tước hoặc tài năng, rồi sanh ra kiêu cách và ngạo nghễ. Nghiệp dụng của nó là làm nhơn sanh ra nhiễm ô, tội lỗi và chướng ngại tính không kiêu căng.



**4.2. Trung tùy** (Xấu vừa): Có hai loại là Vô tà và Vô quý, là hai loại Tâm sở duyên các Tâm sở bất thiện, phạm vi tương ứng của nó trung bình, nên gọi là “trung tùy”.

11. **Vô tà** (Tự mình không biết, xấu hổ). Tính của tâm sở này, khi làm việc quấy không biết tự hổ, khinh dễ những người hiền thiện. Nghiệp dụng của nó là làm tăng trưởng việc ác và là chướng ngại *tính biết xấu hổ*.

12. **Vô quý** (Không biết thẹn với người). Tính và tâm sở này, khi làm việc quấy, không biết thẹn với người, ưa làm việc tội ác. Nghiệp dụng của nó là làm tăng trưởng việc ác và là chướng ngại *tính biết thẹn*.



**4.3. Đại tùy** (Xấu nặng): Có 8 loại là tám loại tâm sở biến khắp các tâm sở bất thiện, phạm vi của nó rộng hơn hai loại Trung tùy trước, nên gọi là “Đại tùy”.

13. **Trạo cử** (Chao động). Tính của Tâm sở này làm cho thân tâm chao động không yên tịnh. Nghiệp dụng của nó là làm chướng ngại Định và Hành xả.

14. **Hôn trầm** (Mờ tối trầm trọng). Tính của Tâm sở này, khiến cho tâm khi đối với quán cảnh mờ mịt không sáng suốt. Nghiệp dụng của nó là làm hướng ngại Tuệ và Khinh an.

15. **Bất tín** (Không tin). Tính của Tâm sở này là không tin các pháp lành, làm cho tâm tánh ô nhiễm. Nghiệp dụng của nó hay sanh giải đãi và chướng ngại tâm thanh tịnh.

16. **Giải đãi** (Biếng nhác trễ nãi), Tính của Tâm sở này là biếng nhác, không lo đoạn ác và tu thiện. Nghiệp dụng của nó là làm chướng ngại tinh tấn và tăng trưởng tánh nhiễm ô.

17. **Phóng dật** (Buông lung). Tính của Tâm sở này phóng túng, buông lung, không thúc liễm thân tâm để đoạn ác tu thiện. Nghiệp dụng của nó là làm tăng ác tổn thiện, và chướng ngại tánh không buông lung.

18. **Thất niệm** (Mất Chánh niệm). Tính của Tâm sở này không nhớ cảnh đã duyên. Nghiệp dụng của nó là làm chướng ngại **Chánh niệm** và sinh tán loạn.

19. **Tán loạn** (Rối loạn). Tính của Tâm sở này làm cho tâm rối loạn. Nghiệp dụng của nó là làm chướng ngại **Chánh định** và sanh ra ác tuệ.

20. **Bất chánh tri** (Biết không chân chánh). Tính của Tâm sở này, khi đối với cảnh, hiểu biết sai lầm. Nghiệp dụng của nó là làm chướng ngại **Chánh tri kiến** (hiểu biết chân chánh) và sanh ra phạm giới.

[Tông Câu-xá liệt kê các "tùy phiền não" có 12 tâm sở, gồm trong 2 nhóm: - "đại bất thiện", có 2 tâm sở: vô tà và vô quý; - và "tiểu phiền não", có 10 tâm sở: phẫn, hận, phú, nã, tật, xan, cuồng, siểm, hại, và kiêu.]

### Phần III

## Cách nhìn và phân tích khác về gốc phiền não

### 1. Lậu hoặc.

#### 1.1. Lậu hoặc - Vô lậu hoặc.

1. **Lậu hoặc** (漏惑; P: Āsava; S: Āsrava; E: Mental intoxicants, mental defilements) = **Hữu lậu** (有漏; P: Sāsava; S: Sāsrava; E: Impure happiness).

- Lậu 漏: Là ô nhiễm, phiền não.
- Hoặc 惑: Là mê lú, mê lầm.

Theo đó lậu hoặc nói vắn tắt là Lậu theo PGNT, là Hoặc theo PGBT, là gốc phiền não chướng ngại **Si**, tức không hiểu biết hay hiểu biết sai về chân lý Duyên khởi, mà theo đó mọi hành động sẽ dễ dàng rơi vào các bám chấp **Tham** hoặc **Sân**.

2. **Vô lậu hoặc** (無漏惑; P: Anāsava; S: Anāsrava; E: Pure happiness, pure faculties; free from mental +intoxicants) hay **Vô lậu** 無漏 có nghĩa là đoạn diệt gốc phiền não Si do nhận thức quán triệt và hành động thuận theo chân lý Duyên khởi (tùy Duyên thuận Pháp).



## 1.2. Lậu hoặc theo Phật giáo Nam truyền.

Theo Phật giáo Nam truyền, lậu hoặc chia làm 4 loại, đó là: Dục lậu, Hữu lậu, Kiến lậu và Vô minh lậu.

1. **Dục lậu** (P: Kāmāsava): Đây là những phiền não ở cõi dục (nơi cuộc sống của con người). Dục lậu được xem như sinh ra từ 2 dạng Ngũ dục sau:

- Ngũ dục giác quan: Sắc dục, Thinh dục, Hương dục, Vị dục, Xúc dục.
- Ngũ dục thể tục: Tài (tài sản), Sắc (nữ sắc), Danh (tiếng khen), Thực (ăn uống), Thùy (ngủ nghỉ).

2. **Hữu lậu** (P: Bhavāsava):

Đây là những phiền não ở cõi dục, cõi sắc, cõi vô sắc (tam giới):

- *Dục hữu* : Ý nghĩa như Dục lậu.

- *Sắc hữu và Vô sắc hữu* : Đây là những phiền não gây ra do sự ham mê, mong muốn được chứng đắc các tầng thiền Sắc và Vô sắc để thọ hưởng hỷ, lạc, xả ... trong các tầng thiền định.

### 3. **Kiến lậu** (P: Ditthāsava):

Đây là những phiền não thuộc về sở tri, tức về kiến thức, về quan niệm của mình trên các lĩnh vực của đời sống như chính trị, tôn giáo, xã hội. Kiến lậu xuất phát từ kiến chấp ưa ghét ... làm tổn thương đến giá trị tinh thần, lòng nhân ái, làm mất đi công bằng và lẽ phải giữa con người với con người.

Kiến lậu biểu hiện chấp thủ, bảo vệ quan điểm của riêng mình qua cách nhìn, các thấy biết sai lệch, những tư tưởng, những triết lý, quan niệm sai lạc mà cho là đúng.

### 4. **Vô minh lậu** (P: Avijjāsava):

Đây là trạng thái tâm không sáng suốt, không tỉnh giác, đối với chân lý Duyên khởi khiến con người có những hành động mê lầm chấp thường-chấp ngã, gieo trồng các mê nghiệp, tạo nên lậu hoặc, khiến phải chịu trôi lăn trong vòng sanh tử.



## 1.3. **Lậu hoặc theo Phật giáo Bắc truyền.**

Theo Phật giáo Bắc truyền, lậu hoặc cũng chia làm 4 loại, nhưng ghép thu gọn lại thành 3 loại gọi là Tam hoặc (三惑; E: Three delusions) cũng gọi là Tam chướng.

### 1. **Kiến tư hoặc** [見思惑 = **Kiến hoặc** (見惑) và **Tư hoặc** (思惑):

- *Kiến hoặc* là do các tà kiến sinh khởi khi ý căn tiếp xúc với pháp trần.
- *Tư hoặc* là tư tưởng chấp trước dấy lên khi 5 căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân tham đắm nơi 5 trần sắc, thanh, hương, vị, xúc.



Kiến tư hoặc là phiền não mê lầm đối với Lý-Sự ở hiện tại.

2. **Trần sa hoặc** (塵沙惑): Chướng ngại sinh khởi vì mê lầm đối với các pháp thuộc nội giới, ngoại giới nhiều như số cát sông Hằng, gọi là Trần sa hoặc. Bồ tát sau khi đoạn trừ Kiến tư hoặc, dễ bị dính mắc vào Không quán, gây chướng ngại cho việc tự tại giáo hoá độ sinh của Bồ tát, nên Trần sa hoặc còn được gọi là *Trước không hoặc, Hoá đạo chướng hoặc*. Vì hoặc này chỉ có Bồ tát đoạn trừ nên cũng gọi là Biệt hoặc, thuộc cả nội giới và ngoại giới, phải dùng Giả quán để đối trị.

3. **Vô minh hoặc** (無明惑): Đối với tất cả pháp không rõ biết nên gọi là Vô minh. Tức là phiền não do mê lầm về Trung đạo, phải dùng Trung quán để đối trị.

Thật ra, Tam hoặc vốn do một hoặc mà chia ra theo tính chất thô và tế, chứ thể của hoặc thì không khác, tính thô gọi Kiến tư, tính tế gọi là Vô minh, ở khoảng giữa thì gọi là Trần sa.



#### 1.4. Đoạn trừ lậu hoặc.

Đoạn trừ lậu hoặc là nhằm đạt *Tâm vô lậu* 無漏心, chấm dứt phiền não và đạt cảnh giới thanh tịnh. *Trí vô lậu* 無漏智 là trí của các bậc đắc quả Thánh không còn phiền não bám nhiễm. Trí vô lậu là Tuệ giác và không gì khác hơn là khả năng thông suốt chân lý Duyên khởi, thấy rõ bản chất thực vũ trụ vạn vật.

- Trong Kinh Pháp Cú – Phẩm Ác, kệ 126 có viết:

*Người thiện lên cõi trời,*

*Vô lậu chứng Niết Bàn.*

- Trong kinh *Trung bộ I*, Phật dạy 7 cách giúp phòng hộ và diệt tận lậu hoặc:

*"Này các Tỷ-kheo!*

*Có những lậu hoặc phải do tri kiến mà được đoạn trừ.*

*Có những lậu hoặc phải do phòng hộ mà được đoạn trừ.*

*Có những lậu hoặc phải do thọ dụng mà được đoạn trừ.*

*Có những lậu hoặc phải do kham nhẫn mà được đoạn trừ.*

*Có những lậu hoặc phải do tránh né mà được đoạn trừ.*

*Có những lậu hoặc phải do trừ diệt mà được đoạn trừ.*

*Có những lậu hoặc phải do tu tập mà được đoạn trừ".*

### **1. Tri kiến giúp đoạn trừ lậu hoặc:**

*Tri kiến* là thấy biết. Có loại tri kiến dẫn con người vào chỗ bất thiện, không tránh được phiền não trong hiện tại và tương lai. Có loại tri kiến giúp đoạn tận phiền não dẫn con người vào Thánh đạo; tri kiến về đạo đức và chân lý Duyên khởi, mà cụ thể là Vô thường, Vô ngã, Nhân Quả là tri kiến đỉnh cao giúp hành giả đạt tới Phật quả.

Trong kinh Tương ưng bộ, chương 22 Tương ưng Uẩn, iii: Phẩm Những gì được ăn, có chép:

*Này các Tỷ-kheo, biết như thế nào, thấy như thế nào, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức? Ở đây, này các Tỷ-kheo, kẻ vô văn phàm phu không thấy rõ các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, quán Sắc như là Tự ngã, sự quán như vậy là Hành, Hành ấy là Vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Vô minh ấy là Vô thường, hữu vi, do duyên sinh. Do biết vậy, do thấy vậy, các lậu hoặc được đoạn tận lập tức".*

Đoạn kinh văn trên còn chứng tỏ rằng các lậu hoặc được đoạn tận ngay lập tức, không cần trải qua thời gian, không cần phải tu tập tứ niệm xứ, tứ thiên, 37 phẩm trợ đạo... mà chỉ cần rõ biết các Hành là vô thường, hữu vi, do duyên sinh, Thọ là vô thường, hữu vi, do duyên sinh, thì sẽ đoạn tận các lậu hoặc ngay lập tức, cứu cánh niết-bàn.

## 2. Phòng hộ giúp đoạn trừ lậu hoặc:

*Phòng hộ* nói đây là phòng hộ sáu căn khi tiếp xúc với sáu trần. Sáu căn là nơi có thể làm hiện khởi tập khí Tham dục, Sân hận, Si mê, gây chướng ngại cho sự tu học. Đó là lý do cần phòng hộ sáu căn.

- Trong kinh Lăng Nghiêm có chép: "*Sáu thứ mắt tai mũi lưỡi thân ý làm mai mối cho giặc phiền não. Do đây từ vô thủy, thế giới chúng sinh sinh ra ràng buộc, không thể vượt khỏi sự vật thế gian*". Phòng hộ được sáu căn thì ngay đó là giải thoát.

- Trong kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật đã chỉ dạy pháp hành 6 căn này dựa trên nhận thức chân lý Duyên khởi để đi đến giải thoát, tức Lục căn viên thông, như sau:

"Các thầy phải tu *sáu pháp vô thượng*. Những gì là sáu?

+ *Mắt thấy sắc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

+ *Tai nghe tiếng, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

+ *Mũi ngửi mùi, không ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

+ *Lưỡi nếm vị, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

+ *Thân xúc chạm, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.*

+ *Ý đối với suy nghĩ mọi việc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng."*

## 3. Thọ dụng giúp đoạn trừ lậu hoặc:

*Thọ dụng* nơi đây là đối với việc ăn mặc. Ăn mặc sao để không ngày càng bị trói buộc làm cho Tham dục và Sân hận tăng trưởng. Mục đích của việc thọ dụng này là để hỗ trợ phạm hạnh. Đây là chỗ khác với người đời, ăn là phải ngon, mặc là phải đẹp, là chỗ hướng đến của người đời.

- Trong kinh Tất Cả Các Lộ Hoặc (P: Sabbāsava sutta) thuộc Trung Bộ Kinh, có chép:

*"Này các Tỷ-kheo, ở đây Tỷ-kheo như lý giác sát (\*), thọ dụng y phục, chỉ để che đậy sự trần truồng, ngăn ngừa lạnh, nóng, xúc chạm của các loài côn trùng. Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng món ăn nhất thực không phải để vui đùa, đam mê, trang sức, hay tự làm đẹp mình. Chỉ là để thân này được dài lâu, để thân này khỏi bị hại thương, để hỗ trợ phạm hạnh...".*

-----

(\*) **Chú thích:**

**1/. Như lý giác sát** (如理覺察; P: Yoniso-paṭisaṅkhāna; E: skilful discrimination, wise discrimination) = **Khéo giác sát**. Là dùng ánh sáng chân lý suy xét hiểu biết một đối tượng.

**2/. Như lý tác ý** (如理作意; P: Yoniso-manasikāra; E: proper attention, wise attention) = **Khéo tác ý**. Là dùng ánh sáng chân lý soi sáng tới một đối tượng.

- Như lý (P: Yoniso) là đúng lẽ thật (chân lý Duyên khởi)
- Giác sát (P: Paṭisaṅkhāna) là suy xét hiểu biết một đối tượng.
- Tác ý (P: Manasikāra) là hướng tâm, khởi tâm tới một đối tượng.

#### 4. Kham nhẫn giúp đoạn trừ lậu hoặc:

*Kham nhẫn* là nói đến những gì không thuận với ý mình. Ăn những món không hợp khẩu vị mà phải ăn; mặc những thứ không thích mà phải mặc; gần những người không hợp; xa những người thân thương ...; rất nhiều thứ trong cuộc đời này hiện ra rất trái ý, mà không ít thì nhiều, ai cũng phải chịu. Bởi thế, sống có kham nhẫn thì mới tìm thấy an lạc, mới vượt thoát được Sân hận.

Quán chiếu Duyên khởi, mà cụ thể là lý Nhân Duyên Quả, Vô thường, Vô ngã – là tuệ giác soi sáng cho kham nhẫn, vượt lên các phiền não dẫn nén.

#### 5. Tránh né giúp đoạn trừ lậu hoặc:

*Tránh né*, là một hình thức của tránh duyên. Những duyên nào không thể đương đầu hay kham nhẫn, có thể ảnh hưởng đến hành giả khiến có thể làm hiện hành và phát triển Tham dục cũng như Sân hận thì cần phải tránh.

- Trong kinh Tất Cả Các lậu Hoặc, Phật dạy:

*"Thế nào là các lậu hoặc do tránh né mà được đoạn trừ? Nay các Tỷ-kheo, ở đây các Tỷ-kheo như lý giác sát, tránh né voi dữ, ngựa dữ, bò dữ, chó dữ, rắn khúc cây, gai góc, hố sâu, vực núi, ao nước nhớp, vũng nước".*

*"Ở đây, nay các Tỷ-kheo như lý giác sát, có những chỗ ngồi không xứng đáng ngồi, những trú xứ không nên lai vãng, những bạn bè ác độc mà nếu giao du thì bị các đồng phạm hạnh nghi ngờ khinh thường".*

- Trong kinh Phạm Võng Bồ-tát giới nói:

*"Cũng chẳng được đi xem hát, nghe nhạc, chơi cờ, đánh bạc, chơi cầu, đá bóng, cho đến chơi bói xú v.v...".* Bởi đây là những trú xứ làm loạn tâm, tăng trưởng hơn thua và tham, sân, si, mà hành giả không nên lai vãng.

## **6. Trừ diệt giúp đoạn trừ lậu hoặc:**

Trừ diệt là hành tác không cho lậu hoặc tồn tại và hiện khởi. Tuy nhiên có những lậu hoặc khó dứt trừ, nên cần sự hỗ trợ của các pháp khác như tránh duyên, kham nhẫn v.v...

- *Tránh duyên*, để không tạo duyên cho lậu hoặc sinh khởi.

- *Kham nhẫn*, vì lỡ sinh khởi rồi thì chịu đựng, không cho nó phát thành hành động.

Trong kinh Tất Cả Các lậu Hoặc nói:

*"Thế nào là các lậu hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ? Nay các Tỷ-kheo, ở đây Tỷ-kheo như lý giác sát, không chấp nhận dục niệm đã khởi lên. Từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại dục niệm ấy. Không chấp nhận sân niệm đã khởi lên. Từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại sân niệm ấy...".*

## **7. Tu tập giúp đoạn trừ lậu hoặc:**

Tu tập là gồm những 6 pháp đã trình bày trên. Ngoài ra theo kinh Tất Cả Lộ Hoặc, phần tu tập này chỉ cho Thất Giác Chi (= Thất Bồ-đề Phần, thuộc hệ thống 37 Phẩm Trợ Đạo). Đây là 7 pháp có công năng giúp cho hành giả đi tới giác ngộ (Xin xem mục từ Thất Giác Chi).

## 2. Kết sử.



[Fetter \(Buddhism\) - Wikipedia](#)

[Kết sử – Wikipedia tiếng Việt](#)

**Kết sử = Kiết sử** (結使; P;S: Saṃyojana; E: Fetter) là một thuật ngữ trong đạo Phật gốc Hán, còn gọi là *nội kết* (內結), với:

*Kết* 結: Là *thắt buộc, trói buộc tâm*.

*Sử* 使: Là *sai khiến, thôi thúc*.

Theo đó:

- Kết sử chỉ cho những chướng ngại, là gốc tạo ra phiền não, khiến cho con người bị ràng buộc và bị động trong sinh tử luân hồi. Vì thế, đoạn diệt những kết sử này, là cách để thể nhập Niết-bàn (tự do nội tâm).

- Kết sử còn gọi là Nội kết 內結 để chỉ những gút mắc trong lòng ta. Khi một sự việc xảy ra, tùy cách ta tiếp nhận nó mà tạo ra nội kết hay không. Ví như khi ai đó nói với ta một lời không đẹp, nếu ta hiểu vì sao mà họ nói với ta như vậy, ta không giận thì không tạo nội kết. Trái lại khi ta nghe nói như vậy, ta không hiểu lại tức giận, và như vậy là ta đã tạo nên nội kết.

Kết sử vì thế chính là Tự ngã của những ý muốn hành động nơi nội tâm. Có mười kết sử (十結使) tiêu biểu được chỉ ra là:

## 2.1. Mười kết sử theo Phật giáo Nam truyền.

### 1) Năm hạ phần kết sử:

Năm hạ phần kết sử là 5 chấp thủ thô thiển, dễ thấy, như 5 sợi dây trói buộc, gồm: *thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ, tham, sân*.

1. **Thân kiến** (kết sử) (身見; P: Sakkyadiṭṭhi; S: Satkya-drṣṭi; E: Belief in a self): Chấp rằng có một bản ngã hình thành nơi thân thể. Đây là sợi dây trói buộc chấp vào cái thân, xem sự sống, làm việc, lo lắng, buồn vui trên đời cũng vì cái thân này.

Đức Phật đã thấy ra thân này là thân Tứ đại hình thành do các Duyên, là *vô thường* và *vô ngã* (= không thực thể). Thấy sâu hơn, con người chỉ là một tổ hợp 5 duyên gọi là Ngũ uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), tất cả đều tuân theo quy luật Duyên sinh-diệt.

Muốn thấy rõ cái thân này không phải của ta thì hành giả phải thực tập quán Vô thường-Vô ngã. Vì khi quán Vô thường-Vô ngã, hành giả sẽ thấy được sự hoại diệt của thân theo thời gian mà ta không làm gì được cả. Ta không có quyền sai bảo cái thân này, mà hoàn toàn bị nó chi phối, như khi bệnh thì nó tự nhiên bệnh, lúc hết thì nó hết, ta không thể sai bảo nó hết bệnh được.

2. **Nghi** (疑; P: Vicikicchā; S: Vicikitsā; E: Doubt or uncertainty, especially about the Buddha's awakeness and nine supermundane consciousnesses): Đây là lòng nghi ngờ, ngờ vực, không tin bao gồm nghi ngờ mình, nghi ngờ người và nghi ngờ Pháp.

- *Nghi ngờ mình* là không có niềm tin vào bản thân, thối lui trước các khó khăn nên không làm được việc gì cả. Những người như vậy thì phải ở gần thiện hữu tri thức để được động viên, thúc đẩy tập làm những chuyện nhỏ trước. Có thành công những chuyện nhỏ thì nhiều chuyện nhỏ góp lại nên được chuyện lớn.

- *Nghi ngờ người* là không có niềm tin vào người khác. Những người hay nghi ngờ người khác thường do chấp vào tri kiến hiểu biết của mình, cho nên bình luận đánh giá người khác qua những hiểu biết của mình, dễ làm mất đi thiện hữu tri thức mà ta không

biết. Những ai ít nghi ngờ người khác sẽ dễ học được cái hay của người và có nhiều thiện hữu tri thức.

- *Nghi ngờ pháp* là không có niềm tin vào pháp dạy đơn giản, rõ ràng. Ví dụ trong kinh Pháp cú, bài kệ 183 có chép:

*“Các ác pháp chớ làm,  
Chỉ làm các pháp thiện,  
Tự tâm ý thanh tịnh,  
Đó là lời Phật dạy”.*

Đơn giản hành động “ngăn ác diệt ác pháp, sanh trưởng tăng trưởng thiện” thì sẽ thấy thanh thoát hơn. Người nghi ngờ pháp này sẽ dẫn đến thối chí không thể nào tu tập được.

3. **Giới cấm thủ** (戒禁取; P: Silabbata-parāmāsa; S: Śīlavrata-parmarśa; E: attachment to rites and rituals):

Giới cấm thủ, nói chung, là sự cố chấp vào những giới điều một cách không chính đáng, cố chấp vào những pháp hành sai lạc như các hình thức, tập tục, lễ nghi, ... để tự trói buộc mình một cách si mê và đưa đến đau khổ, chứ không thể mang lại ánh sáng giải thoát.

Trong Tam tạng có cụm từ *giới cấm thủ* có nghĩa là sự chấp thủ vào những sự thực hành sai trái về *giới* (đạo đức), do hành giả không hiểu thực chất của giới, kể cả với những người đã biết được giáo lý về giới. Bởi bất cứ những gì sinh khởi đều do Duyên, chừng nào hãy còn ý niệm về Ngã, chừng ấy sẽ còn những khoảnh khắc có ý muốn cố gắng, ví như ngay lúc hành giả đang có ý muốn Chánh niệm. Cũng cần biết rằng mục tiêu của giới nhằm ngăn ngừa động lực Tham Sân Si phát tác, chứ không nhằm tạo phước đức.

Hành giả bằng tuệ giác cần một thời gian dài để có thể có được hiểu biết đầy đủ về tà kiến sinh khởi. Có thể thấy ra hai trường hợp của giới cấm thủ như sau:



- Trường hợp 1: Vẫn giữ đúng giới luật, nhưng lại câu nệ hình thức của giới luật, làm trái với tinh thần của giới luật là lòng Từ Bi (= Yêu thương Ba-la-mật). Ví dụ:

+ Giới của người xuất gia là không đụng chạm đến thân thể của người khác giới (nam không chạm vào thân nữ và ngược lại). Nhưng nếu gặp trường hợp người khác giới tính sắp chết đuối, mà vẫn còn câu nệ hình thức của giới để cho người chết đuối hay sao?

+ Giới cấm uống rượu đối với người tu tại gia ở các xứ hàn đới và ôn đới có tháng rất rét như ở Nhật, được đổi thành giới cấm buôn bán rượu, và uống rượu vẫn được phép miễn là không say.

- Trường hợp 2: Cố chấp những điều cấm, những điều răn vô lý của ngoại đạo. Ví như sống theo nếp sống của con chó, con trâu (gọi là hạnh trâu chó), như sống khổ hạnh ngủ dưới đất, ăn phân, không tắm rửa v.v..., mà tưởng đó là phương tiện tu đạo.

4. **Dục tham** (欲貪; P: kāmaccando; S: kma-rga; E: sensual desire ): Đó là tham đắm vào cõi dục.

Lòng tham không đáy, cho nên lòng tham có sự trói buộc vào đối tượng không dứt ra được. Ví như tham của cải tài sản, đến khi chết mà vẫn còn luyến tiếc cất dấu, không chia sẻ cho ai cả ...

Tham phước hữu lậu cũng là một tham kiết sử. Hy vọng vào tương lai sẽ sanh ra trong gia đình giàu có, cho nên đời này họ tìm mọi cách làm phước. Ai nói làm việc gì có phước là họ xông vào không mệt mỏi, không hối tiếc tài sản của mình.

5. **Sân hận** (瞋恚; P: vyāpāda; S: vypda; E: ill will).

Đó là giận hờn vào những ai đó không dứt được. Khi gặp người đó là giận ngay, dù cho họ nói điều gì đúng hay sai cũng giận, và còn nói xấu về họ, lúc đó chỉ thấy cái sai của người mà thôi. Cái giận này đã biến thành hận và thù không tha thứ được.

### **Kết quả:**

- Khi đoạn tận 1) 2) 3) thì đạt quả vị Tu-đà-hoàn (hay Nhập lưu).

- Khi nhẹ đi thêm 3) 4) thì đạt quả vị Tư-đà-hàm (hay Nhất lai).
- Khi đoạn hẳn 3) 4) thì đạt quả vị A-na-hàm (hay Bất lai) không trở về cõi dục nữa.

## 2) Năm thượng phần kết sử:

Năm thượng phần kết sử là 5 chấp thủ vi tế, khó thấy, như 5 sợi dây trói buộc, gồm: *sắc ái, vô sắc ái, mạn, trạo cử, vô minh*. Như vậy, xả ly những sự trói buộc này chính là xả ly những trạng thái vi tế của 5 hạ phần kết sử trên.

6. **Sắc tham** (色貪; P: rūparāgo; S: rpa-rga; E: lust for material existence, lust for material rebirth): Đó là tham đắm vào cõi sắc, là những trói buộc thuộc hình sắc, tức những hình ảnh trong hiện tại lảng vảng xung quanh ta. Như trước cảnh thấy Cha Mẹ già yếu bệnh hoạn hay cực nhọc, chúng ta khởi niềm thương và bị dính chặt vào đó không nổi là xa.

7. **Vô sắc tham** (無色貪; P: arūparāgo; S: arpa-rga; E: lust for immaterial existence, lust for rebirth in a formless realm): Đó là tham đắm vào cõi vô sắc, là những trói buộc thuộc không hình sắc. Như khi ngồi tu mà khởi nghĩ đến Cha Mẹ hiện giờ đang cô đơn một mình, không ai chăm sóc. Rồi sanh ra lòng thương yêu, cảm xúc mạnh (có thể bật ra thành tiếng khóc), muốn về bên Cha Mẹ để làm giảm đi cảnh lẻ loi đó.

Sống bên cạnh những người thân đau khổ, mà lại không giúp được gì, khiến ta cảm thấy đau khổ. Hơn nữa, thử nghĩ xem hiện tại có bao nhiêu người trên thế gian này còn đau khổ giống hay nhiều hơn cả Cha Mẹ ta, thì lòng thương chỉ dành riêng cho Cha Mẹ ta há chẳng là vi tế của ích kỷ?

Cả hai tâm sắc ái và tâm vô sắc ái đều được xem là tâm bất thiện, ràng buộc con người với nhau, đó là nguyên nhân của sự bị động trong sanh tử luân hồi. Nếu một ai muốn vượt thoát, thì cần biến những yêu thương nhỏ này hướng đến tất cả muôn loài chúng sinh.

## 8. Mạn .

Mạn biểu hiện sự so sánh. Khi có sự so sánh thì có ngã. Có chấp vào một cái mạn nào đó thì ta bị trói buộc vào đó. Theo đó, mạn là khinh thường, coi thường, kiêu căng, kiêu ngạo người khác.

Mạn gồm có 7 dạng sau:

1. *Mạn* (慢; P;S: māna; E: conceit, pride, arrogance): Hạng người này nghĩ mình hơn người. Mỗi người có một tài riêng chuyên về các lãnh vực khác nhau. Cho nên có phần thì ta giỏi hơn người, có phần thì người giỏi hơn mình.

Người không mạn thì dễ học hỏi những cái hay của người khác. Người đó hiểu rằng những hiểu biết hiện nay đang có là từ học hỏi vay mượn từ sách vở hay của người khác. Cho nên đừng bao giờ nghĩ mình hơn người, rồi khinh thường họ.

Người không mạn thì sẵn sàng chia sẻ những gì mình biết, không dấu diếm, không cho những hiểu biết đó là cao siêu. Mọi người đều bình đẳng nhau.

2. *Ngã mạn* (我慢; P: asmi-māna; S: ātma-māna; E: ego-conceit) : Hạng người này ý mình giỏi hơn người mà lấn lướt người khác. Những người này bị người đời tránh xa, vì sống quá kiêu căng, tự cao, xem thường người khác. Thường họ ý mình có tiền, có danh, có tài sản, có hiểu biết nhiều, có bằng cấp cao mà không coi ai ra gì cả. Những người như vậy là *có tài mà không có đức*.

3. *Quá mạn* (過慢; P;S: ati-māna; E: superiority-conceit): Hạng người này chỉ bằng người mà cho là hơn người, người hơn mình mà cho là bằng. Những người này không bao giờ chịu thua người khác. Thường hay lý luận hơn thua, tìm cái sai của người khác, bắt bẻ, châm biếm, không biết nhường nhịn cho ai cả. Họ không bao giờ biết nhận cái sai của mình.

4. *Mạn quá mạn* (慢過慢; P;S: mānāti-māna; E: very great (self-pride): Hạng người này lúc nào cũng tự cho mình là hơn người. Tự cho mình tài giỏi hơn người đến hai bậc. Do ý mình như thế nên sanh tâm khinh thường kẻ khác. .

5. *Tăng thượng mạn* (增上慢; P;S: adhi-māna): Hạng người này mới được một ít cho là đủ. Họ là hạng người luôn luôn tự mãn không bao giờ chịu học hỏi với ai. Thậm chí họ tu hành chẳng ra chi, mà cứ tự hào khoe khoang với mọi người là họ đã ngộ như thế này và chứng quả như thế kia. Họ chỉ là một kẻ phàm phu tục tử vậy mà dám cả gan tự xưng mình là chứng Thánh.

6. *Ty liệt mạn* (卑劣慢; P;S: ūna-māna): Hạng người này dù thua thấp kém hơn người rất nhiều, nhưng họ vẫn tự thị cho họ là thua kém chút ít thôi. Có đôi khi họ tự biết là mình thấp hèn, nhưng vẫn cứ bảo thủ không chịu phục tùng học hỏi với bất cứ ai. Hạng người này thật là đáng thương hơn đáng trách.

7. *Tà mạn* (邪慢; P: micchā-māna; S: mithyā-māna; E: wrong conceit): Hạng người mang nặng hạt giống ngoại đạo, hành theo tà đạo rồi chấp vào định kiến của mình mà chê bai kích bác người khác, dù người đó đang thực hành đúng theo chánh lý. Do bảo thủ tư kiến của mình mà họ rơi vào con đường tà kiến khi nào không hay biết. Họ tự cho họ là người sống đúng theo chân lý, nhưng thực tế họ là người đang thực hành theo tà đạo. Họ chấp chặt vào tà nhân, tà quả, rồi tự thị vào tà nhân, tà quả đó mà khinh thường những người khác.

Muốn dẹp tâm ngã mạn thì phải biết xả ly những thứ gây ra tâm ngã mạn như tiền tài, vật chất, danh, sắc, hiểu biết, bằng cấp... Sống nên biết tùy thuận vào lời nói, ý kiến, yêu cầu và việc làm của người khác. Sống biết tôn trọng mọi người không phân biệt ai cả dù già hay trẻ, trai hay gái, có học hay không học, ông chủ hay đầy tớ, giàu hay nghèo, tôn giáo hay không tôn giáo, không phân biệt màu da, dân tộc...

9. **Trạo cử** (掉舉; P: uddhacca; S: auddhatyauddhacca; E: restlessness): Đó là bất an, lo lắng, hồi hộp mang tính vi tế.

- *Trạo cử tâm* là sự lo lắng, hồi hộp nghĩ ngợi lung tung đủ thứ cái này cái kia.
- *Trạo cử thân* là thân không yên khi đi đứng nằm ngồi do bị đau, ngứa ngái.

10. **Vô minh** (無明; P: avijjā; S: avidyavijj; E: ignorance): Đó là si mê vi tế, là những trói buộc tâm vào các trạng thái mê mờ, không sáng suốt do không thấu hiểu chân lý Duyên khởi như Vô thường, Vô ngã, Nhân-Quả. Lẽ thật Duyên khởi được cụ thể hóa bằng cơ cấu Tứ Đế, Bát Chánh Đạo, Thập (Lục) độ Ba-la-mật, ...

**Kết quả**: Khi đoạn tận 5 thượng phần kết sử này thì đạt quả vị A-la-hán.

<b>Tứ quả</b>	<b>Kết sử</b> (phiền não cần đoạn diệt)	<b>Vòng tái sinh</b>
<b>Dự Lưu</b> – Tu-đà-hoàn <b><u>Sotāpanna</u></b> (Stream-enterer)	<i>Thân kiến, Nghi, Giới cấm thủ.</i> ( 3 kết sử đầu tiên)	Thêm bảy lần tái sinh trong cõi người hoặc trời
<b>Nhất lai</b> – Tư-đà-hàm <b><u>Sakadāgāmi</u></b> (Once-returner )	Làm giảm thêm Dục Tham và Sân. (2 kết sử kế tiếp)	Thêm một lần tái sinh nữa trong cõi Dục
<b>Bất Lai</b> – A-na-hàm <b><u>Anāgāmi</u></b> (Non-returner )	Đoạn diệt hoàn toàn <b><u>5 hạ phần kết sử</u></b> . (Thân kiến, Nghi, Giới cấm thủ, Dục tham, và Sân)	Tùy sinh vào cõi Sắc giới
<b>Bất sinh</b> – A-la-hán <b><u>Arahanta</u></b> (Complete-liberation)	Đoạn diệt hoàn toàn <b><u>5 thượng phần kiết sử</u></b> . (Sắc tham, Vô Sắc tham, Mạn, Trạo cử, Vô minh)	Giải thoát vòng sinh tử luân hồi

**Bảng tóm tắt tiến trình giác ngộ-giải thoát của một vị Thánh**



## 2.2. Mười kết sử theo Phật giáo Bắc truyền.

Mười kết sử còn gọi là *Thập sử* (十使), *Thập phiền não* (十煩惱), *Thập hoặc* (十惑), *Thập tùy miên* (十隨眠) gồm :

- Năm Lợi sử - Năm Độn sử

**1) Năm Lợi sử** (Ngũ lợi sử 五利使) là những 5 phiền não *Thân kiến, Biên Kiến, Kiến Thủ, Giới thủ kiến, Tà Kiến*. Chúng dễ sanh khởi nhanh lẹ, mà cũng rất dễ trừ bỏ (*lợi* 俐 là nhanh lẹ).

1. **Thân kiến** (身見): Là chấp kiến cực đoan về cái thân Ngũ uẩn này là ta, do không thấy biết đạo lý Vô ngã.

2. **Biên kiến** (邊見): Là chấp kiến cực đoan đối đãi là thật có, như chấp chặt *có thường, có đoạn, có trước, có sau, có cao, có thấp*, v.v.

3. **Kiến thủ kiến** (見取見): Là chấp kiến cực đoan (= thành kiến, định kiến) những thấy biết hiểu biết hãy còn nhiều thiếu sót hay sai lầm đã có từ trước mà không chịu rời bỏ.

4. **Giới cấm thủ kiến** (戒禁取見) : Là chấp kiến cực đoan những giới luật ngoại đạo đã được truyền thọ, khi đã được nghe Chánh pháp, cũng không chịu rời bỏ.

5. **Tà kiến** (邪見): Là chấp kiến cực đoan những giáo lý tà giáo đã học được, như những *chân lý chủ quan ảo tưởng*, thậm chí còn bài bác các *chân lý khách quan hiện thực*.

**2) Năm Độn sử** (五鈍使) là những 5 loại phiền não *Tham, Sân, Si, Mạn, Nghi*. Chúng sanh khởi một cách ngấm ngầm, chậm chạp, nhưng mãnh liệt, sâu nặng, khó dứt trừ (*độn* 鈍 là chậm lụt).

6. **Tham** (貪, 欲): Là tâm *ưa thích => dăm trước => mong muốn chiếm đoạt* những đối tượng gây ra lạc thọ hoặc hỉ thọ.

7. **Sân** (瞋): Là tâm *chê ghét* => *bực tức* => *mong muốn loại trừ* những đối tượng với cái gây ra khổ thọ hoặc ưu thọ.

8. **Si** (癡): Là tâm mê mờ đối với lẽ thật (chân lý) Duyên khởi – Nhân Quả. Do đó mà dẫn đến chấp ngã-chấp pháp cực đoan, phát sinh nên những nhận thức và hành động sai lầm, là đầu mối của mê nghiệp khiến phải bị động trong luân hồi sinh tử.

9. **Mạn** (慢): Là tự đề cao mình, phân tích ra có: *ngã mạn*, xem cái ta là quý báu hơn hết; *quá mạn* là mình chỉ bằng người, lại cho là hơn người; *mạn quá mạn* là chính chỗ mình thua kém người, lại tự phụ là hơn người; *tà mạn* là tự cao tự đại với những tà pháp, với những chức vụ cao trong tà đạo; *tăng thượng mạn* là chưa chứng đã xưng là chứng, chưa ngộ đã xưng là ngộ, lại có cái mạn bình thường, mình có hơn người một ít mà cho là hơn nhiều. Mạn có tác hại tăng trưởng các kiến chấp, sinh lòng tự mãn, làm trở ngại rất nhiều cho sự tu tập.

10. **Nghi** (疑): Là đối với Chánh pháp, sinh lòng do dự, không tin chắc chắn, như đã phát lòng tin với *Tam Bảo* (= Chân lý), lại còn cầu thần, vái quỷ, bảo rằng "*Phật thì xa, bản nha thì gần*".

Mười kết sử này buộc con người, sai khiến con người mãi bị động trong đường luân hồi sinh tử.



### 3. Chướng.

**Chướng** (障; P;S: Āvaraṇa; E: Hindrance, Obstruction). Cũng gọi là Ngại. Nói đủ là Chướng ngại. Hàm ý là những điều cản trở chướng ngại gây phiền não cho con đường tu tập chứng ngộ giải thoát.

#### 3.1. Nhị chướng (二障 → Hai chướng)

Trong các kinh văn của Du-già hành tông và Pháp Tướng tông, như luận Du-già Sư Địa, luận Nhiếp Đại Thừa, và sau này như luận Đại Thừa Khởi Tín và kinh Viên Giác có trình bày Nhị chướng

**1) Theo kinh Viên Giác** (圓覺經, Đại 17, 914 trung) phân làm hai loại chướng là Lý chướng và Sự chướng ngăn cản chính kiến.

1. **Lý chướng** (理障): Là tà kiến làm cản trở cho sự giác ngộ chân chính. Lý chướng tương tự như Sở tri chướng 所知障 trong Duy Thức tông.

So với Sự chướng thì Lý chướng vi tế hơn, và thế nên nó được xem là vấn đề của những hành giả tiến bộ hơn.



2. **Sự chướng** (事障): Là chướng ngại của thế giới hiện tượng, là thế giới của nhị nguyên đối đãi, làm trì hoãn sự giác ngộ. Sự chướng bao gồm những tâm trạng mê muội của chúng sinh như yêu ghét, phải quấy, đẹp xấu ... Sự chướng này tương đương với Phiền não chướng (煩惱障) trong Duy thức tông.

### 2) Theo Câu Xá tông.

1. **Phiền não chướng** (煩惱障; S: Klesāvaraṇa) làm hại trí tuệ, là Tuệ giác giải thoát.

2. **Giải thoát chướng** (解脫障; S: Vimukty-āvaraṇa) cũng gọi là Định chướng, ngăn ngại nên không được Câu giải thoát.

**3) Theo A-sa-phước-sao** (阿娑縛抄) Q.187 có phân biệt là Nội chướng và Ngoại chướng, và gọi hai chướng này là Ma chướng (魔障; P;S: Māra; E: Demon)

1. Nội chướng (內障): Là chướng trong nội tâm, là Tam độc làm chướng ngại khiến trong tâm chúng sinh khởi lên phiền não.

2. Ngoại chướng (外障): Là chướng do các ngoại cảnh bên ngoài tác động vào, khiến tâm loạn động, kinh sợ.

**4) Theo Duy Thức tông** phân chia thành hai chướng là duyên nghiệp trong vòng sinh tử nối nhau.

1. **Phiền não chướng** (煩惱障; P: Kilesa-āvaraṇa; S: Klesā-āvaraṇa; E: Afflictive obstructions), còn gọi là Sự chướng, Nội chướng: Phiền não chướng do **chấp ngã** mà sinh ra, biểu hiện qua *tham, sân, si...* Phiền não chướng được xem là *Thất tình Lục dục* (七情六欲), tức bao gồm phiền não do 7 thứ tình cảm (dính mắc) và 6 thứ dục vọng (ảo tưởng tham muốn) của lục căn sinh khởi.

#### 1. Thất tình (七情)

- Thất tình theo Nho giáo (kinh Lễ):

**Hỷ** (mừng), **Nộ** (giận), **Ái** (thương), **Ố** (ghét), **Ái** (buồn), **Cụ** (sợ), **Dục** (muốn).

- Thất tình theo Phật giáo (Đại Thừa Chơn Giáo):

**Hỷ** (mừng), **Nộ** (giận), **Ái** (thương), **Ô** (ghét), **Ai** (buồn), **Cụ** (sợ), **Lạc** (vui).

2. Lục dục (六欲) gồm:

1. *Sắc dục*: Ham muốn nhìn thấy sắc đẹp.
2. *Thính dục*: Ham muốn nghe âm thanh êm tai.
3. *Hương dục*: Ham muốn ngửi mùi thơm dễ chịu.
4. *Vị dục*: Ham muốn món ăn ngon miệng.
5. *Xúc dục*: Ham muốn xác thân sung sướng.
6. *Pháp dục*: Ham muốn ý nghĩ được thỏa mãn.

Vượt qua Phiền não chướng bằng tuệ giác Duyên khởi là cách chuyển hóa tận gốc rễ mọi *phiền não* (= nội kết, nội chướng), thực chứng Niết-bàn.

2. **Sở tri chướng** (所知障; P: Vijānanaka-āvaraṇa; S: Jñeyāvaraṇa, Jñeya-āvaraṇa, Jñeya; E: Cognitive obstructions), còn gọi là Lý chướng, Ngoại chướng, Giải thoát chướng: Sở tri chướng do **chấp pháp** mà sinh ra, đó là chấp kiến, là thành kiến, là dính mắc đối với những thấy biết từ việc học các sách vở kinh điển hay từ những kinh nghiệm đã trải qua, khiến chúng sinh không thấy rõ được sự tướng và thực tính của các pháp, ngăn trở diệu trí Bồ-đề.

Vượt qua Sở tri chướng bằng tuệ giác Duyên khởi là cách chuyển hóa nên *Sở tri thông* (所知聰; P: vijānanaka-vipra; S: jñeya-vipra).

**Trong kinh Pháp Cú, kệ 72 có chép:**

*Quả thật điều nguy hại  
Người ngu sinh ngã sở  
Hủy phần sáng của mình  
Não đầu bị nát tan*

Với:

Ngã sở 我所 [Ngã 我: Là ảo vọng, ảo tưởng; Sở 所: Là nơi, chỗ]: Ngã sở là cái không thực, gồm 2 dạng chính là ngã sở đắc và ngã sở tri như sau:

1. *Ngã sở đắc* 我所得 = Hữu sở đắc 有所得: Là cái danh đạt được không thực, bởi cái danh thường cái bản ngã ngấm ngấm của tham muốn hơn thua. Do đó, nếu như hành giả luôn có ý muốn đắc thành Niết-bàn trong tu học, thì đó là thứ *Niết-bàn bản ngã* của ảo vọng, chứ không đích thực là *Niết-bàn vô ngã* của thực tại. Vì thế, *ngã sở đắc* là cái danh làm chướng ngại (= phiền não chướng) cho hành giả trên con đường giải thoát.

2. *Ngã sở tri* 我所知 = Hữu sở tri 有所知: Là cái biết không thực, bởi cái biết từ học hỏi nơi sách vở kinh điển chỉ là cái biết tương đối, nhưng nếu cái biết này được hành giả tuyệt đối hóa, nghĩa là cái biết bị hành giả chấp thủ dính mắc, thì cái biết này trở thành chướng ngại (= sở tri chướng) cho hành giả trên con đường giải thoát.



### 3.2. Tam chướng (三障 → Ba chướng).

Tam chướng (三障; S: Trīṇy āvaranāni; E: Three hinderers, Three barriers) theo Phật giáo Bắc truyền đó là ba loại chướng ngại Thánh đạo, làm nhiễu hại thiện tâm chúng sinh. Có 3 quan điểm về Tam chướng:

#### 1) Theo kinh Đại Bát Niết Bàn Q.11 (bản Bắc).

Trong kinh Đại Bát Niết Bàn có trình bày ba chướng, đó là Phiền não chướng, Nghiệp chướng và Dị thực chướng ngăn ngại thánh đạo và các thiện căn gia hạnh trước đó.

1. **Phiền não chướng** (煩惱障; S: Klesāvaraṇa; E: hindrances of affliction = Hoặc chướng 惑障): Là chướng ngại gây nên bởi Tham Sân Si (dục vọng, hận thù, ngu si)

thường xuyên sinh khởi. Bản tính con người vốn đầy đủ 3 phiền não tham, sân, si, rất khó trừ bỏ, khó dạy bảo, khó mở tỏ, khó chán lìa, khó được giải thoát.

2. **Nghiệp chướng** (業障; S: Karmāvaraṇa; E: hindrances of action): Tức chỉ cho 5 nghiệp vô gián (Ngũ nghịch 五逆; E: Actions with immediate retribution), là những nghiệp ác do thân, miệng, ý tạo tác ra:

1. Giết cha (sát phu 殺父; S: pitrghāta).
2. Giết mẹ (sát mẫu 殺母; S: mātrghāta).
3. Giết A-la-hán (sát A-la-hán 殺阿羅漢; S: arhadvadha).
4. Làm đổ máu Phật (xuất Phật thân huyết 出佛身血; S: tathāgatasyāntike duṣṭacittarudhirotpada-na).
5. Chia rẽ Tăng-già (Phá hoà hợp tăng 破和合僧; S: saṅghabheda).

3. **Di thực chướng** (異熟障; S: Vipākāvaraṇa; E: hindrances of retribution) Báo chướng, Quả báo chướng): Những quả báo 3 đường ác do nhân phiền não và nghiệp đưa đến.

## 2) Theo kinh Khổng Mục Chướng:

1. **Bì phiền não chướng** (皮煩惱障; E: Delusions from external objects): Đó là chướng ngại bởi ngoại cảnh, gồm Tham, Sân, Si, tư hoặc ... trong Tam giới, đối với lục ứng bên ngoài sinh khởi, như da ở ngoài thân, nên gọi là "Bì não chướng" (Bì : da) Chướng ngại bởi ngoại cảnh (Delusions from external objects)

2. **Nhục phiền não chướng** (肉煩惱障; E: Delusions from internal views): Đó là chướng ngại gây nên bởi nội kiến, gồm Đoạn kiến, Thường kiến, Kiến hoặc .... trong Tam giới, đều thuộc nội tâm phân biệt, như thịt ở trong da, nên gọi là "Nhục phiền não chướng" (Nhục : thịt)

3. **Tâm phiền não chướng** (心煩惱障; E: Delusions from mental ignorance): Đó là chướng ngại gây nên bởi tâm thần mê muội, gồm căn bản vô minh làm mê hoặc Chân tâm, làm cho Chân tâm vọng khởi phân biệt, nó đã thâm nhập vào nội tâm nên gọi là "Tâm phiền não chướng" vậy.

### 3) Theo kinh Du Già Đại giáo Vương:

1. **Ngã mạn trọng chướng** (我慢重障; E: Self-importance): Là ý mình khinh khi người, làm che lấp nặng nề bởi tánh ý mình khinh khi người.

2. **Tật đố trọng chướng** (嫉妒重障; E: Envy): Là ganh ghét người khác, làm che lấp nặng nề bởi ý mình ganh ghét người ta.

3. **Tham dục trọng chướng** (貪欲重障; E: Desire): Là tính ham muốn, làm che lấp nặng nề bởi tính ham muốn.

Bài kệ phát nguyện được ghi lại trong “Bách Trượng Thanh Quy Chứng Nghĩa Ký” quyển số 3 như sau:

願消三障諸煩惱。

願得智慧證明了。

普願災障悉消除。

世世常行菩薩道。

*Nguyện tiêu tam chướng trừ phiền não,*

*Nguyện đắc trí huệ chơn minh liễu.*

*Phổ nguyện tội chướng tất tiêu trừ,*

*Thế thế thường hành Bồ Tát Đạo.*



### 3.3. Ngũ chướng (五障 → Năm chướng).

Theo Đại Nhật Kinh Sớ quyển 1, có trình bày thì 5 chướng ngại trên con đường tu hành Phật đạo. Cũng gọi Ngũ cái chướng.

1. **Phiền não chướng** (煩惱障): Chướng ngại do các phiền não căn bản.

2. **Nghiệp chướng** (業障): Chướng ngại do các nghiệp ác ở quá khứ, hiện tại.

3. **Sinh chướng** (生障): Chướng ngại vì nghiệp kiếp trước mà sinh vào hoàn cảnh tồi tệ, xấu xa.

4. **Pháp chướng** (法障): Chướng ngại vì đời trước không được gặp thiện tri thức nên nay không được nghe pháp.

5. **Sở tri chướng** (所知障): Dù được nghe pháp nhưng do các thứ nhân duyên trở ngại, cho nên không thể tu hành Bát nhã ba la mật.



### 3.4. Thập chướng (十障 → Mười chướng).

**Thập chướng** (十障) = **Thập địa đoạn chướng chứng chân** (十地斷障證真) theo Hoa Nghiêm kinh số quyển 31 Chỉ cho sự đoạn trừ lậu hoặc chướng và chứng đắc Chân Như của 10 địa Bồ tát. Cứ thì sự đoạn chướng, chứng chân của Thập địa đều khác nhau, đó là:

1. **Hoan hỉ địa đoạn chướng chứng chân** (歡喜地斷障證真): Bồ-tát tu hạnh thí xả, không tham tiếc thân mình và của cải, do nhân cảm quả, chứng được Sơ địa, tâm sinh hoan hỉ, liền đoạn trừ sự chướng ngại về dị sinh tính (tính phàm phu), chứng được **Biển hành chân như**; chân như này do nhân không và pháp không hiển bày có mặt khắp trong hết thảy các pháp.

2. **Li cấu địa đoạn chướng chứng chân** (離垢地斷障證真): Bồ-tát tu nghiệp Thập thiện, xa lìa dục nhiễm, xả niệm thanh tịnh, tức dứt trừ sự chướng ngại về tà hạnh, chứng được **Tối thắng chân như**; chân như này đầy đủ vô biên công đức, thù thắng nhất trong các pháp.

3. **Phát quang địa đoạn chướng chứng chân** (發光地斷障證真): Bồ tát gia công dụng hạnh, phát khởi tâm rộng lớn, như pháp tu hành, trí tuệ phát sáng liền đoạn trừ sự chướng ngại về ám độn, chứng được **Thắng lưu chân như**; chân như này lưu xuất ra giáo pháp thù thắng nhất.

4. **Diệm tuệ địa đoạn chướng chứng chân** (焰慧地斷障證真): Bồ-tát tu đầy đủ 37 phẩm đạo pháp, phát khởi ngọn lửa trí tuệ, liền đoạn trừ sự chướng ngại của các phiền não nhỏ nhiệm hiện hành, chứng được **Nhiếp thụ chân như**, chứng được chân như này thì không còn bị lệ thuộc.

5. **Nan thắng địa đoạn chướng chứng chân** (難勝地斷障證真): Bồ-tát tu tập gia hạnh bình đẳng, ngộ được trí vô sai biệt đối với chân đế và tục đế, không có ai hơn được, liền đoạn trừ sự chướng ngại về niết bàn của Thanh văn thừa và Duyên giác thừa mà chứng được **Loại vô sai biệt chân như** (tức sinh tử và niết bàn bình đẳng, không sai khác).

6. **Hiện tiền địa đoạn chướng chứng chân** (現前地斷障證真): Bồ-tát tu hạnh bình đẳng lợi sinh, trí tuệ hiện tiền, liền đoạn trừ sự chướng ngại của thô tướng (trong 4 đế, chấp khổ và tập là nhiễm, chấp diệt và đạo là tịnh) hiện trước, chứng được **Vô nhiễm tịnh chân như**.

7. **Viễn hành địa đoạn chướng chứng chân** (遠行地斷障證真): Bồ-tát tu tất cả pháp Bồ đề phần, ngộ được Không, Vô tướng, Vô nguyện tam muội, liền đoạn trừ sự chướng ngại tế tướng (chấp tất cả pháp duyên sinh và chấp vô tướng) hiện hành, chứng được **Pháp vô biệt chân như** (biết rõ các pháp đều cùng một chân như, không có tướng sai khác).

8. **Bất động địa đoạn chướng chứng chân** (不動地斷障證真): Bồ-tát tu hành đạo thanh tịnh, lìa tâm ý thức, được Vô sinh pháp nhẫn, tất cả phiền não đều không làm lay động được, liền đoạn trừ chướng ngại về gia hạnh trong vô tướng (Vô tướng chỉ cho địa thứ 7), chứng được **Bất tăng giảm chân như**; chân như này không tùy thuộc vào tịnh nhiễm mà có tăng giảm.

9. **Thiện tuệ địa đoạn chướng chứng chân** (善慧地斷障證真): Bồ-tát dùng vô lượng trí quán xét cảnh giới chúng sinh, đều biết đúng như thực, được trí tuệ vô ngại, nói tất cả các pháp khiến đều được lợi ích, liền đoạn trừ sự chướng ngại không muốn hóa độ người khác, chứng được trí **Tự tại chân như**; chứng chân như này thì tự tại đối với Tứ vô ngại trí.

10. **Pháp vân địa đoạn chướng chứng chân** (法雲地斷障證真): Bồ-tát dùng vô lượng trí tuệ, quán sát, biết rõ, Tam muội hiện tiền, ngộ được đại pháp, dùng pháp thân làm mây, che rợp khắp tất cả chúng sinh, đầy đủ tự tại, liền đoạn trừ chướng ngại không được tự tại trong các pháp, chứng được **Nghiệp tự tại chân như** (giải thoát khỏi tất cả hoặc nghiệp mà tương ứng với chân như).

-----  
**Ghi chú:**

- **Ác đạo chướng** (惡道障) Là một trong năm chướng. Chỉ sự sinh vào ngã ác là ngăn trở việc tu hành đạo Phật. Ác đạo, chỉ ba đường ác súc sinh, ngạ quỷ, địa ngục, sinh vào những nơi ấy thì khó mà được nghe Phật pháp, vì thế là sự trở ngại cho việc nghe pháp tu đạo. [X. luận Đại Trí Độ Q.38]. (xt. Ngũ Chướng).

- **Ám chướng** (闇障) Sự tối tăm, mờ mịt ngăn che các pháp. Kinh Đại Tập quyển 11 (Đại 13, 68 hạ), nói: Trong tất cả các pháp đều có ám chướng; diệt trừ ám chướng là bồ đề. [X. kinh Hoa Nghiêm (80 quyển) Q.15].

- **Ám độn chướng** (暗鈍障) Một trong mười chướng nặng. Cũng gọi Trì độn chướng, Ám tướng ư văn tư tu đẳng chư pháp văn chướng. Một trong 10 chướng nặng. Hàng Bồ tát trong 10 địa: Hoan hỉ địa, Ly cấu địa v.v... tu 10 hạnh thù thắng, mỗi hạnh dứt trừ một chướng nặng, 10 hạnh đoạn hết 10 chướng. Ám độn chướng là nạn chướng phát sinh cùng lúc với Sở tri chướng, khiến cho quên mất các pháp Văn, Tư, Tu. Trong đó, nếu dính mắc năm dục, thì nó che lấp định tu tuệ gọi là Dục tham ngu; nó che lấp tổng trì và văn, tư tuệ, thì gọi là Viên mãn văn trì đà la ni ngu. Khi vào Phát quang địa thì dứt trừ chướng này và chứng được Thăng Lưu Chân Như. (xt. Thập Trọng Chướng).

- **Bì phiền não chướng** (皮煩惱障) Chướng phiền não da. Một trong ba thứ chướng phiền não: da, da mỏng, xương. Chỉ cho tư hoặc trong ba cõi, tức các hoặc tham, sân, si... Loại phiền não này đối với sáu trần sắc, thanh, hương v.v... ở bên ngoài mà dấy sinh, cũng như lớp da bao bọc ngoài thân, cho nên gọi là Bì phiền não chướng. Cũng gọi là Bì chướng, Bì thô trọng, Bì quá. [X. kinh Giải thâm mật Q.4; luận Du già sư địa Q.48, Q.72; Thành duy thức luận liễu nghĩa đăng Q.7 phần cuối]. (xt. Tam Thô Trọng, Tam Chướng).

- **Câu sinh chướng** (俱生障) = **Câu sinh phiền não** (俱生煩惱; P: sahaja kilesa; S: sahaja kleśa; E: innate afflictions): Là phiền não hiện hữu lúc vừa sanh, là phiền não bẩm sinh đi kèm với thức thứ bảy (Mạt-na thức). Đây là Nghiệp chướng ... được mang theo từ kiếp trước, do vậy đeo bám rất sâu. Những phiền não này thường được giải trừ trong giai vị Tu đạo (修道). Ngược lại với Câu sinh phiền não



là Phân biệt phiền não, là những phiền não phát sinh do (trí) phân biệt trong đời này, có thể giải trừ sớm hơn trong giai vị Kiến đạo (見道).

- **Nội chướng** (內障) Chỉ cho chướng ngại trong nội tâm, tức là các phiền não như tham dục, sân khú, ngu si... Vãng sinh yếu tập quyển thượng (Đại 84, 37 trung) nói: Hoặc có loài quỷ do nội chướng nên ăn không được, nghĩa là miệng nhỏ như lỗ kim, bụng to như núi, dầu có gặp thức uống ăn cũng không cách nào ăn được.

- **Nữ tử ngũ chướng** (女子五障) Năm điều chướng ngại của người nữ. Theo kinh Pháp hoa quyển 4 thì 5 chướng ấy là:

1. Không được làm Phạm thiên vương: Phạm thiên ở nhân vị (giai vị tu nhân) tu trì thiện giới, được quả báo thù thắng mà làm Thiên vương, nếu thân người nữ đảm nhiệm dục ái thì không được làm Thiên vương.

2. Không được làm Đế thích: Trời Đế thích dưng mãnh, ít tham muốn, giữ gìn thiện giới, được quả báo làm Thiên chủ. Nếu người nữ tạp nhiễm, đa dục, thì không làm được Đế thích.

3. Không được làm Ma vương: Ma vương ở nhân vị đầy đủ 10 điều thiện, tôn kính Tam bảo, hiếu dưỡng cha mẹ, được quả báo sinh lên cõi trời Tha hóa tự tại làm Ma vương. Nếu người nữ kiêu mạn ghen ghét, không theo chính hạnh, thì không được làm Ma vương.

4. Không được làm Chuyển luân thánh vương: Chuyển luân thánh vương ở nhân vị tu hành Thập thiện, thương xót chúng sinh, được phúc báo làm Luân vương. Nếu người nữ không có hạnh từ bi thanh tịnh thì không được làm Luân vương.

5. Không được làm Phật: Như lai tu đạo Bồ tát, thương xót tất cả, tâm không nhiễm trước, nên được thành Phật. Nếu thân khẩu ý của người nữ bị dục tình trói buộc, thì không được làm Phật.

- **Cửu chướng ngại pháp** (九障礙法) Chín pháp chướng ngại. Tức là chín pháp gây trở ngại trên con đường tu thiện. Theo kinh Thủ hộ quốc giới chủ đề la ni quyển 6 chép, thì chín pháp đó là: 1. Đã làm náo hại mình. 2. Hiện làm náo hại mình. 3. Sẽ làm náo hại mình. 4. Quá khứ ghét bạn tốt của mình. 5. Hiện tại ghét bạn tốt của mình. 6. Vị lai ghét bạn tốt của mình. 7. Quá khứ thương người oán của mình. 8. Hiện tại thương người oán của mình. 9. Vị lai thương người oán của mình. Người nào luôn ghi nhớ chín pháp này thì tâm bất thiện ắt tăng thêm, cho nên gọi là chín pháp chướng ngại.

- **Thập trọng chướng** (十重障) Gọi tắt là Thập Chướng. Chỉ cho 10 trọng chướng mà hàng Bồ tát Thập địa phải đoạn trừ, đó là:

1. Di sinh tính chướng: Y cứ vào chủng tử do 2 chướng phiền não và sở tri phân biệt khởi lên mà lập Di sinh tính, tính này làm chướng ngại Thánh tính vô lậu; khi vào Kiến đạo thuộc Sơ địa mới đoạn được chướng này.

2. Tà hanh chướng: Do một phần câu sinh trong sở tri chướng và 3 ác hạnh do nó khởi lên mà làm phạm, gây chướng ngại cho giới cực thanh tịnh; khi vào Địa thứ 2 mới đoạn được chướng này.

3. Ám độn chướng: Do một phần câu sinh khởi trong sở tri chướng làm quên mất pháp văn tư tu, thường chướng ngại thẳng định, tổng trì và Tam tuệ mà nó phát khởi; khi vào Địa thứ 3 thì đoạn trừ chướng này.

4. Vi tế phiền não hiện hành chướng: Chấp trước các pháp có thật, từ vô thủy đến nay theo sát bên thân, thường gây chướng ngại cho pháp Bồ đề phần của Địa thứ 4, khi vào địa thứ 4 thì đoạn trừ chướng này.

5. Ư ha thừa ban niết bàn chướng: Nhàm chán sinh tử, ưa thích niết bàn, cản trở đạo vô sai biệt, khi vào Địa thứ 5 thì đoạn trừ chướng này.

6. Thô tướng hiện hành chướng: Chướng chấp các thô tướng như: Chấp khổ, tập có tướng nhiễm, diệt, đạo có tướng tịnh, thường chướng ngại đạo vô nhiễm tịnh; khi vào Địa thứ 6 thì đoạn trừ chướng này.

7. Tế tướng hiện hành chướng: Chướng chấp tướng sinh diệt vi tế, thường trở ngại đạo vô tướng điều không; khi vào Địa thứ 7 thì đoạn trừ chướng này.

8. Vô tướng trung tác gia hành chướng: Chướng khiến cho vô tướng quán không tự nhiên vận hành, vì còn có gia hành, thường chướng ngại đạo vô gia hành; khi vào Địa thứ 8 thì đoạn trừ chướng này.

9. Lợi tha trung bất dục hành chướng: Không muốn siêng năng làm những việc lợi lạc cho hữu tình, mà chỉ muốn tu lợi mình, thường trở ngại cho Tứ vô ngại giải; khi vào Địa thứ 9 thì đoạn trừ chướng này.

10. Ư chư pháp trung vị đắc tự tại chướng: Đối với các pháp không được tự tại, thường chướng ngại mây đại pháp trí; khi vào Địa thứ 10 thì đoạn trừ chướng này. Hàng Bồ tát Thập địa tu 10 thẳng hạnh để đoạn trừ 10 trọng chướng này mà chứng được 10 chân như. Cho nên, Bồ tát đến Địa thứ 10, tuy đối với các pháp đã được tự tại nhưng vẫn còn sở tri chướng nhỏ nhiệm và chủng tử tự nhiên của phiền não chướng; có đoạn trừ hết chướng tàn dư này mới lên được địa vị Như lai. Bởi thế, thêm một trọng chướng này nữa mà gọi chung là Thập nhất trọng chướng. [Xem kinh Giải thâm mật Q.4; luận Thành duy thức Q.9; luận Du già sư địa Q.78].



## 4. Dục.

**Dục** (欲, 慾; P;S: Chanda; ; E: Intention, Desire to act): Có nghĩa là ý muốn, sự mong muốn, sự ước muốn không mang tính đạo đức, được dùng kết hợp với cảnh có thể trở thành hoặc bất thiện, hoặc thiện, hoặc không thiện cũng không bất thiện.

### 4.1. Dục theo quan điểm Phật giáo Nam truyền.

**1) Dục** có 3 loại là:

1. **Dục dục** (欲欲; P;S: Kāma-chanda): Dục dục là bất thiện, là sự mong muốn tầm cầu đắm trần cảnh (sắc, thanh, hương, vị, xúc) tốt đẹp hay những pháp khả ái trong Dục giới như: vua, quan đại thần, chư thiên... Dục dục là nền của những mong muốn an lạc hạnh phúc thế gian. Dục dục gồm 5 loại:

**Tính dục** (性欲; E: sexuality), **Nhục dục** (肉欲; E: carnal desire), **Tình dục** (情欲; E: sex), **Dâm dục** (淫欲; E: concupiscence), **Ái dục** hay **Ái** (愛欲; E: love) đều là Dục dục.

Dục dục = **Tham dục** (貪欲; E: Sensory desire) chính là một trong năm pháp triền cái (P: Nīvaraṇa; S: Nivāraṇa). Đây là một loại "mong ước xấu", đưa đến kết quả tai hại.

Trong kinh Tăng Chi Bộ, chương Mười pháp, phẩm Tâm, đức Phật đã nói: “*Tất cả pháp lấy Dục làm căn bản. Tất cả pháp lấy Tác ý* (作意; P;S: Manasikāra; E: Ideation) *làm sinh khởi*”. Điều này có nghĩa là trong Tam giới, các pháp đều có những mong cầu.

Trong kinh Trung Bộ - 54, kinh Potaliya có nói:

Dục dục # Lạc dục (樂欲; E: Desire, wish, longing) được ví như khúc xương, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; Dục - Kāma được ví như miếng thịt, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; Dục - Kāma được ví như bó đuốc cỏ, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; Dục - Kāma được ví như hồ than hừng, khổ nhiều, nảo nhiều, tai họa ở đây càng nhiều hơn; v.v...

2. **Pháp dục** (法欲; P: Dhamma-chanda; S: Dharma-chanda; E: Desire (striving) for liberation) Pháp dục là thiện, là mong cầu đạt được pháp cao thượng – đó là đạo quả siêu thế. Chính Pháp dục là nền tảng cho sự thành tựu những thiện pháp, đồng thời làm tăng trưởng những thiện pháp ấy cho đến khi viên mãn. Pháp dục là nền của những mong muốn các pháp cao thượng.

Chư Bồ-tát dù là Bồ-tát Thanh văn, Bồ-tát Độc giác hay Bồ-tát Chánh Đẳng Giác đều xuất phát từ Pháp dục này. Chính Pháp dục này khiến Thái tử Siddhattha lìa bỏ lạc dục thế tục, xuất gia để tìm đạo giải thoát.

3. **Tác dục** (作欲; P: Kattukamyatā-chanda; S: Kartṛkāmayaṭi-chanda; E: Mere wish to do something), Tác dục là không thiên cũng không bất thiên # [Duy tác (唯作; P: Kiriya; S: Kriya; E: Only-action) ] là *ý muốn làm*. Đây là sự mong mỏi của vị A-la-hán đối với chúng sinh, vị A-la-hán mong chúng sinh thoát khỏi khổ, nên các ngài có ý muốn trợ giúp chúng sinh bằng cách giảng pháp, hoặc tạo điều kiện cho chúng sinh thoát khỏi khổ do sự cứng đờng đến hay đánh lừa các ngài. Tác dục là nền của những mong muốn có việc làm của vị Thánh vô lậu.

Những việc làm của các vị Thánh A-la-hán không xuất phát từ “mong cầu hưởng thụ” cũng không xuất phát từ “mong cầu được thăng đạt” mà chỉ là “ý muốn làm”.

Trong kinh Trung Bộ - 13. Đại kinh Khổ uẩn có nói về Dục dục gồm: Vị ngọt của các dục, Sự nguy hiểm của các dục, Sự xuất ly của các dục như sau:

- *Này các Tỷ-kheo, thế nào là vị ngọt các dục? Ở đây, này các Tỷ-kheo, có 5 dục từ Sắc pháp do Nhãn căn, từ các Thinh do Nhĩ căn, từ các Hương do Tỷ căn, từ các Vị do Thiệt căn, từ các Xúc do Thân căn - nhận thức, khả ái, khả lạc, khả ý, khả hỷ, tương ứng với dục, hấp dẫn. Này các Tỷ-kheo, y cứ vào năm dục này, có lạc hỷ khởi lên, như vậy là vị ngọt các dục.*

- *Này các Tỷ-kheo, thế nào là sự nguy hiểm các dục? Ở đây, này các Tỷ-kheo, có thiện nam tử nuôi sống với nghề nghiệp, như đếm ngón tay, như tính toán, như ước toán, như làm ruộng, như buôn bán, như chăn bò, như bắn cung, như làm công cho vua, như làm một nghề nào khác. Người ấy phải chống đỡ lạnh, phải chống đỡ nóng, phải chịu đựng sự xúc chạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng, mặt trời, các loài bò sát, bị chết đói chết khát. Này các Tỷ-kheo, như vậy là sự nguy hiểm các dục.*

(Mong muốn có tài sản mà không được; Có tài sản mà không giữ được; Do dục làm nhân, làm duyên mà tranh đoạt lẫn nhau; Do dục làm nhân, làm duyên mà dàn trận đánh nhau; Do dục làm nhân, làm duyên mà cướp bóc rồi chịu các loại hình phạt; Do dục làm nhân, làm duyên mà làm các ác hạnh về thân, làm các ác hạnh về lời nói, làm các ác hạnh về ý, khi thân hoại mạng chung bị sinh vào cõi dữ. Này các Tỷ-kheo, như vậy là sự nguy hiểm các dục).

- *Này các Tỷ-kheo, thế nào là sự xuất ly các dục? Ở đây, này các Tỷ-kheo, đây là sự điều phục tham dục đối với các dục, sự đoạn trừ tham dục, như vậy là sự xuất ly các dục.*

## **2) Thiện dục và Ác dục.**

Theo phương diện đạo đức, cách gọi:

1. **Thiện dục** 善欲: Đó là lòng ham muốn đem lại lợi ích cho mình và cho người.

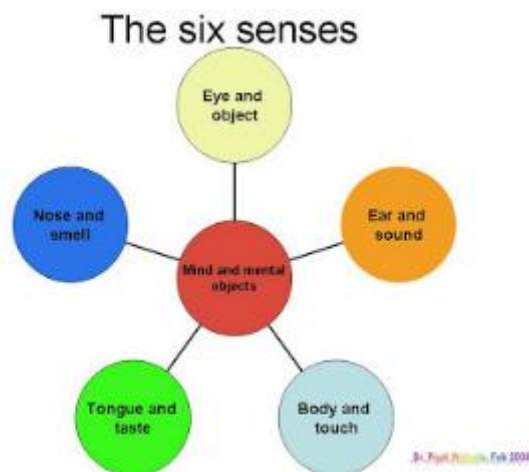
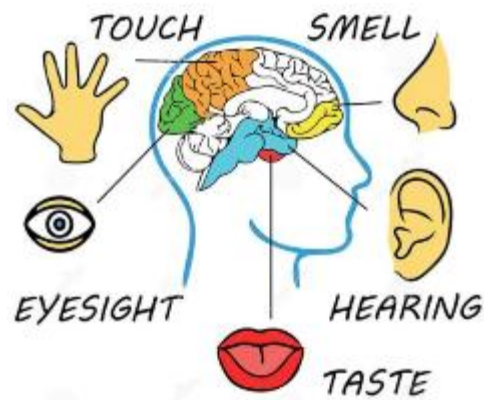
- Ở khía cạnh thế tục, *thiện dục* là các ham muốn dính mắc của các chúng sinh hướng thiện do từ nhận thức, suy nghĩ và hành động có tính vị tha.

- Ở khía cạnh giải thoát, *thiện dục* dùng để chỉ các ham muốn không dính mắc của các bậc giác ngộ, đó là *Pháp dục* hay *Tác dục*

2. **Ác dục** 惡欲: Đó là lòng ham muốn chỉ đem lại lợi ích cho riêng mình, không phải quan tâm đến lợi ích của người khác. Biểu hiện của ác dục là những nhận thức suy nghĩ và hành động có tính vị kỷ.

Các *ác dục* luôn là các ham muốn dính mắc của các chúng sinh bất thiện, đó là *Dục dục*.

### 3) Lục dục.



### Sơ đồ Lục căn và Lục trần

**Lục dục** (六欲; E: Six desires to act): Lục dục là 6 điều ham muốn. Ham muốn đây hàm ý là tiếp nhận (tham) hay loại trừ (sân). Lục trần kêu gọi Lục căn, sanh ra Lục thức; Lục thức sanh ra Lục dục. Lục dục nơi đây được xem là *Dục dục*, gồm có:

1. *Sắc dục* (色欲; P;S: rūpa-kāma): Ham muốn nhìn thấy (hình sắc).
2. *Thinh dục* (聲欲; P: sadda-kāma; S: śabda-kāma):  
Ham muốn nghe nói (âm thanh).
3. *Hương dục* (香欲; P;S: gandha-kāma): Ham muốn ngửi thở (mùi).
4. *Vị dục* (味欲; P;S: rasa-kāma): Ham muốn ăn uống (vật thực).
5. *Xúc dục* (觸欲; P: phassa-kāma; S: spraṣṭavya-kāma):  
H.m. xúc chạm (tình dục, ...)
6. *Ý dục* 意欲; P; S: māna-kāma): Ham muốn suy tưởng.

Bốn thứ lục căn, lục trần, lục thức, lục dục ấy liên hệ mật thiết nhau, tương tác nhau, theo bảng sau đây:

<b>LỤC CĂN</b>	+	<b>LỤC TRẦN</b> (hữu+vô)	=>	<b>LỤC THỨC</b> (vô hình)	->	<b>LỤC DỤC</b> (vô hình)
Nhãn (= mắt)		Sắc trần		Nhãn thức		Sắc dục
Nhĩ (= tai)		Thinh trần		Nhĩ thức		Thinh dục
Tị (= mũi)		Hương trần		Tị thức		Hương dục
Thiệt (= lưỡi)		Vị trần		Thiệt thức		Vị dục
Thân (= da)		Xúc trần		Thân thức		Xúc dục
Ý (= não bộ)		Pháp trần		Ý thức		Ý dục

Con người có lục căn nên mới có lục thức, đây là những thấy biết có tính tương đối, nhưng lại xu hướng tuyệt đối hóa, cực đoan chấp thủ. Lục thức bị lục trần cảm dỗ mới sanh ra lục dục – đó chính là tham-sân, là đầu mối của sự bị động trong chuỗi sinh tử-luân hồi.

Vì thế, để tránh tai hại của dục, cho dù là thiện dục là cái nên khuyến khích trong đời sống hàng ngày – vì cái mà ta cho là thiện hôm nay, đến một lúc nào đó nó có thể sẽ trở thành bất thiện.

Trong kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật đã chỉ dạy người tu phải luôn cảnh giác để sống tốt với cuộc đời, song không phải dính mắc vào đó là đầu mối của nghiệp mà ta không ngờ được:

*"Các thầy phải tu sáu pháp vô-thượng. Những gì là sáu ?*

- **Mắt** thấy sắc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

- **Tai** nghe tiếng, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

- **Mũi** ngửi mùi, không ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

- **Lưỡi** nếm vị, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

- **Thân** chạm xúc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.

- **Ý** suy tưởng đối với mọi việc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng."

-----

### **Chú thích:**

**1)** Cụm từ "**hãy trụ tâm nơi xả**" (tức *tâm buông xả*) cho thấy tâm vẫn biết rõ cảm giác và tri giác *đễ chịu* hay *khó chịu* khi Căn tiếp xúc với Trần (Cảnh). Tuy nhiên, khi quán chiếu cảm giác chỉ là sản phẩm của hợp Duyên, và sản phẩm này là không có thực tính, là *'có, nhưng không thực là có, đến rồi sẽ đĩ*. Như thế tâm sẽ không dính mắc vào cảm xúc (= cảm thọ: Lạc – Khổ – Trung tính), nên tâm tỉnh sáng.

**2)** Có sự phân biệt giữa Cảnh và Trần:

- **Cảnh**, dùng chỉ cho ngoại cảnh được tâm cảm giác và tri giác, nhưng không dẫn đến cảm xúc (tâm không dính mắc => tâm Vô trụ).



- **Trần**, dùng chỉ cho ngoại cảnh được tâm cảm giác và tri giác và dẫn đến cảm xúc (tâm dính mắc => tâm Ái).

**3) Dục vọng** (E: untrue desire) : Là lòng ham muốn không đúng như thực, ở các mặt vật chất, tình cảm, lý trí; đây được xem là ác dục.

**4) Dục chân** (E: true desire) : Là lòng ham muốn đúng như thực, ở mặt chân lý. Ví dụ *dục như ý túc* trong *tứ như ý túc* ( P,S : idhipada ) của 37 phẩm trợ đạo; đây được xem là thiên dục.

**5) Dục** còn có cách viết và nghĩa khác như sau:

- Dục 欲 : lòng ham muốn.

- Dục 育 : sinh, dưỡng, nuôi. Như: giáo dục 教育, thể dục 體育, trí dục 智育, đức dục 德育).

- Dục 浴 : tắm (dục Phật 浴佛)

#### **4) Dục ái và Ái dục.**

Dục ái và Ái dục là những từ gốc Hán, trong đó:

**Ái** (愛; P: taṇhā; S: tṛṣṇā; E: craving, thirst): Có nghĩa là yêu thương, yêu quý. Bản chất của yêu là *kết nối, gắn bó*. Trong đạo Phật, Ái hàm ý là dính mắc.

1. **Dục ái** (欲愛; P: kāmataṇhā; S: kāmatrṣṇā): Là sự dính mắc vì ham muốn của cõi Dục (Dục giới). Theo đó, **Sắc ái** và **Vô sắc ái** là sự dính mắc vì ham muốn của cõi Sắc (= Sắc giới) và cõi Vô sắc (= Vô sắc giới).

2. **Ái dục** (愛欲; P;S: kāma): Là sự ham muốn dính mắc. Ái dục còn gọi là Tham dục, bao gồm cả Tham (ưa thích) hay Sân (chê ghét). Ái dục là một dạng của Dục dục.



## **4.2. Dục theo quan điểm Phật giáo Bắc truyền.**

**1) Dục ở thất tình-lục dục** (七情-六欲):

Thất tình là 7 thứ tình cảm biểu lộ ra bên ngoài và Lục dục 6 ham muốn của con người, gồm chung trong câu nói ngắn gọn là "Thất tình Lục dục".

1. **Thất tình** (七情): Là bảy loại tình cảm mà mọi người đều có.

- Theo Phật giáo Bắc truyền, thất tình gồm:

Hỷ 喜, Nộ 怒, Ái 愛, Ố 惡, Ai 哀, Lạc 乐, Dục 欲  
Mừng, Giận, Thương, Ghét, Buồn, Vui, Muốn

- Theo Nho giáo (kinh Lễ): thất tình gồm:

Hỷ 喜, Nộ 怒, Ái 愛, Ố 惡, Ai 哀, Cù 懼, Dục 欲  
Mừng, Giận, Thương, Ghét, Buồn, Sợ, Muốn

2. **Lục dục** (六欲): Là sáu ham muốn cụ thể của con người nơi một đối tượng, đó là phân tích và phối hợp hai thứ dục cơ bản là *Sắc dục* và *Thinh dục*.

Theo Đại Trí Độ luận quyển 2, Lục dục là chỉ cho 6 thứ dục vọng của phàm phu đối với người khác phái. Lục dục này (khác với Lục dục ở mục 4.1 trên), đó là:

1. *Sắc dục*: Dục liên quan tới trang sức, y phục đẹp.
2. *Hình mạo dục*: Dục liên quan tới khuôn mặt đẹp, khôi ngô.
3. *Oai nghi tư thái dục*: Dục liên quan tới dáng đi, đứng, ngồi, nằm.
4. *Tế hoạt dục*: Dục liên quan tới làn da, phần cơ thể phô bày ra ngoài.
5. *Nhân tướng dục*: Dục liên quan tới thân hình đẹp.
6. *Ngôn ngữ âm thanh dục*: Dục liên quan tới lời nói khéo léo, êm dịu, thanh nhã.

## 2) Dục ở Ngũ dục.

**Ngũ dục** 五欲 theo Phật giáo Bắc truyền còn gọi là **Ái dục** (愛欲). Tương tự như ở Phật giáo Nam truyền, trong đó:

- *Ái* (愛; P: taṇhā; S: trṣṇā; E: love, craving) chỉ cho *sự* hay *vật* (= tinh thần hay vật chất) mà ta có sự gắn bó, dính mắc.

- *Dục* (欲; P: chanda; S: rajas; E: desire) chỉ cho lòng (= tâm) khát khao, ham muốn.

Ngũ dục hay Ái dục gồm có :

- **4 dục** thuộc về vật chất :

1. Tài dục 財欲 (của cải): Dục liên quan tới động sản và bất động sản.

2. Sắc dục 色欲 (cái đẹp): Dục liên quan tới giới tính (tính dục).

3. Thực dục 食欲 (cái ăn): Dục liên quan tới món ăn, thức uống.

4. Thùy dục 睡欲 (cái ngủ): Dục liên quan tới chỗ ăn ở (nhà cửa)

- **1 dục** thuộc về tinh thần :

5. Danh dục 名欲 (cái ta): Dục liên quan tới tiếng tăm.

Đây là 5 hình ảnh biểu trưng ham muốn nơi mỗi con người bình thường, mà mỗi hình ảnh là tổng hợp của 6 dục cơ bản từ Lục căn. Ngũ dục còn gọi là *Ngũ độc tiến* (năm mũi tên độc hại), là 5 món dục của chúng sanh, từ súc sanh đến nhân, thiên, nếu ta không điều phục Ngũ căn (Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân) để cho sa đả đắm ngũ dục thì dễ sa vào nẻo ác. Tham đắm Ngũ dục tức cuộc đời bị trói buộc bởi năm thứ độc hại ham muốn.

- Trong kinh Tứ Thập Nhị Chương, chương 24 có ghi : *"Trong các thứ Ái dục, không gì bằng Sắc dục. Sự ham muốn sắc dục mạnh hơn mọi thứ khác. Chỉ có một sắc dục như vậy, nếu có cái thứ hai giống như sắc dục thì người trong thiên hạ không có ai có thể tu tập được cả".*

- Trong kinh Niết Bàn quyển 21 chép rằng: *"Bồ Tát Ma Ha Tát biết pháp Ngũ dục cho nên chẳng vui thích, chẳng tạm ngừng lại đó. Người mê theo Ngũ dục tỷ như con chó gặm xương khô, như kẻ cầm lửa đi ngược gió, như nuôi nhốt con rắn độc, như được của trong giấc mộng, như một miếng thịt cả bày chó tranh ăn, như dầu vẽ trên nước, như bọt nước, Ngũ dục như của tạm bợ thế nên chẳng đáng lâu dài."*

(Đây có lẽ là bản dịch theo tinh thần hệ PGBT với 5 căn và 5 dục, khác với hệ PGNT thì đó là 6 căn và 6 dục như trong kinh Tăng Chi Bộ đã trình bày trên).

- Trong kinh Di Giáo, đức Phật có dạy rằng: "*Tỳ Kheo các ông ! Đã có thể an trụ trong giới rồi, phải kèm chế Ngũ căn chẳng để buông lung theo Ngũ dục. Ví như người chần trâu, cầm roi nhìn nó, chẳng cho tuông rông vào lúa mạ người, nếu thả lỏng Ngũ căn...chạy theo Ngũ dục... gây tai hại rất nặng, cũng như ngựa chúng chẳng dùng dây cương chế ngự chính nó sẽ đưa ta sa vào hầm hố.."*

- Trong bia chùa Linh Xứng có ghi:

*"Ba cõi luân hồi, bốn đời lặn lội,  
Vọng niệm sinh ra, tâm hình điên đảo.  
Theo đuổi tham sân, triển miên Ái dục."*

### **3) Dục ở tam dục.**

Có 2 loại tam dục (三欲) sau:

#### **1. Tam dục của phàm phu:**

Là ba mỗi ham muốn:

1. *Hình mạo dục* : Dục liên quan tới say mê ham muốn, mặt mày, hình dáng tươi đẹp của kẻ khác.

2. *Tư thái dục* : Dục liên quan tới ưa thích dung nghi cốt cách, sang đẹp của người khác.

3. *Tế xúc dục* : Dục liên quan tới say mê ưa thích sự đụng chạm mịn màng, mềm mại của kẻ khác.

#### **2. Tam dục của người tu:**

Là ba mỗi ham muốn độc hại làm chướng ngại việc tu hành giải thoát.

1. *Ác dục* : Đó là lòng ham muốn xấu bậy, như vị Tỳ Kheo sanh lòng:

- Muốn đứng đầu tất cả Đại chúng, khiến Tăng chúng đều theo chân mình.
- Muốn tứ bộ (Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, Ưu Bà Tắc, Ưu Bà Di) đều cúng dường tôn trọng mình hơn hết.
- Muốn thuyết pháp để thính chúng đều tin thọ lời mình.
- Muốn vua quan thần dân đều cung kính mình.
- Muốn được nhiều áo quần, đồ ăn uống, thuốc men, nhà cửa to đẹp.

Những sự ham muốn này có tính cách sanh tử luân hồi, nên gọi là **ác dục** vậy.

2. **Đại dục** : Đó là lòng ham muốn thái quá, như vị Tỳ Kheo sanh lòng muốn rằng phải làm thế nào để cho tứ bộ chúng biết rằng ta đã đắc Sơ trụ.... hoặc Thập Trụ, đắc quả Chánh giác, quả A La Hán... hoặc quả Tư Đà Hoàn, Tứ Thiên vô ngại trí... Sự ham muốn có tính cách lợi dưỡng như vậy kêu là **đại dục**.

3. **Dục dục** : Đó là lòng ham muốn và ham muốn nữa, như vị Tỳ Kheo muốn rằng sau khi thác mình sanh làm Phạm thiên, Ma thiên, Tự tại thiên, Chuyển luân Thánh vương, hoặc sinh vào các dòng sang quý như vua chúa, quan thần...được hưởng mọi sự khoái lạc. Lòng ham muốn này có tính cách lợi dưỡng nên kêu là **dục dục**.

Trong kinh Niết Bàn có viết : *"Người nào quán tưởng cái thân người, chỉ thấy là một bộ cốt, do khoang xương chống đỡ mà thôi. Quán như vậy thì toàn bộ xương cốt đều phân ly, do đó dứt Tam dục."*

## Xem thêm

- [Tam Độc](#)
- [Tâm Siêu Thế \(Lokuttara Citta\)](#)
- [Tứ Thánh Quả Qua Kinh Tang Pāli](#) - Phật Học Ứng Dụng

## VIDEO

- [Tam độc THAM SÂN SI từ đâu mà có ? Cách nhận diện?](#) HT Pháp Tông
- HT.Bửu Chánh - [LÀM SAO CHUYỂN HÓA THAM SÂN SI](#)

- [Tam độc Tham - Sân - Si – Thích trí Huệ](#)
- [Diệt Trừ Tam Độc - HT Thích Thanh Từ](#)
- [Tam độc: Tham, Sân, Si - Thiên và Đời Sống 102](#)
- [TAM ĐỘC THAM, SÂN, SI VÀ BA PHÁP TU TẬP ĐỂ ĐOẠN TÂM](#)
- [Thầy Minh Niêm - LÀM CHỦ THAM SÂN SI TRONG TỪNG GIÂY PHÚT](#)
- [CÁCH DIỆT TRỪ TAM ĐỘC: THAM, SÂN, SI - Phật Pháp Vấn Đáp Kỳ 18](#)
- [16 Tam độc Tham - Sân - Si - Thích Trí Huệ](#)
- [Tham Sân Si - Thầy Thích Pháp Hòa](#)
- [Tam Độc . Tham Sân Si](#)
- [THAM - SÂN - SI Vận Hành Đời Sống Của Chúng Ta Như Thế Nào? | Trần Việt Quân](#)



**Hoan nghênh các bạn góp ý trao đổi!**

