

Giới - Định - Tuệ

戒 - 定 - 慧

Sīla - Samādhi - Paññā

Morality – Concentration - Wisdom

Nội dung

Phần I

Giới

1. Giới.

1.1. Khái niệm về Giới.

Giới (戒; P: Sīla; S: Śīla; E: Morality)

1.2. Phân loại Giới.

1) Giới hữu lậu = Giới thế gian (有漏戒; P: āsava-sīla; S: āsrava-śīla; E: defiled morality)

2) Giới vô lậu = Giới xuất thế gian: (無漏戒; P: anāsava-sīla; S: anāsrava-śīla; E: undefiled morality).

2. Giới luật.

Giới luật (戒律; P: Paññatti-sīla; S: Prakṛti-śīla)

1. Giới (戒; P: Sīla; S: Śīla; E: Morality).

2. Luật (律; P;S: Vinaya; E: The code of monastic discipline).

2.1. Giới tướng (戒相).

2.2. Giới thể (戒體) = Vô tác (無作) = Vô biểu (無表)

2.3. Giới bản 戒本 (P: Pāṭimokkha; S: Pratimokṣa → Ba-la-đề-mộc-xoa) = Giới kinh 戒經 = Giới giải thoát 戒解脱 = Biệt giới giải thoát 別戒解脱.

2.4. Ngũ giới (五戒; P: Pañca-sīla; Sa: Pañca-sīla; E: The five precepts).

3. Giới hạnh.

Giới hạnh 戒行 (= Giới luật 戒律 + hạnh nguyện 行願)

1. Giới (戒; P: Sīla; S: Śīla; E: Morality).

2. Hạnh 行 = Hạnh nguyện 行願 = Thệ nguyện 誓願 (P: Kicca-paṭiññā; S: Kṛtya-pratijñā; E: Action and vow // Act and vow, Act out one's vow)

3.1. Hạnh “Tứ hoằng thệ nguyện * 四弘誓願” - “Hồi hướng công đức * 回向功德”.

3.2. Hạnh đầu-đà (頭陀行; P: Dhutaṅga; S: Dhūtagaṇa; E: Ascetic practice, austerity).

1) Hạnh Đầu-đà theo truyền thống Nam truyền.

2) Hạnh Đầu-đà theo truyền thống Bắc truyền.

3.3. Hạnh Ba-la-mật.

1) Thập (10) Ba-la-mật theo truyền thống Nam truyền.

(十波羅蜜; P: Dasa Pāramī; S: Dasa Pāramitā; E: The ten perfections).

2) Lục (6) Ba-la-mật theo truyền thống Bắc truyền.

(六波羅蜜; P: Cha-pāramī; S: Ṣaṭ-pāramitā; E: The six perfections).

3.4. Hạnh Phổ Hiền (普賢行).

3.5. Hạnh Địa Tạng (地藏行).

4. Các vấn đề của Giới luật.

4.1. Khai – Giá – Trì – Phạm (开这持犯).

4.2. Giới cấm thủ (戒禁取; P: Sīlabbata-parāmaṣa; S: Śīlavrata-parāmarśa; E: Rites-and-rituals clinging, Clinging to a mistaken understanding of the precepts and their purpose, grasping of rules and customs).

4.3. Tính thích nghi của Giới luật.

1) Bát kính Pháp (八敬法; P: Aṭṭha-garudhammā; S: Ashta-garudharma; E: The Eight Strict Rules for Buddhist Nuns).

2) Đơn giản hóa Giới luật: .

1. Dòng tu Thể Nhập (E: Order of Penetration)

2. Dòng tu Tiếp Hiện (E: Order of Interbeing)

Phần II

Định

1. Định.

1.1. Khái niệm về Định.

Định (定; P;S: Samādhi; E: Concentration).

1.2. Phân loại Định.

1) Định hữu lậu (有漏戒; P: āsava-samādhi; S: āsrava-samādhi; E: defiled concentration = Tam giới định (三界戒; P: Tiloka-samādhi; S: Triloka-samādhi; E: ...).

2) Định Vô lậu (無漏戒; P: anāsava-samādhi; S: anāsrava-samādhi; E: undefiled concentration) = Chánh định (正定; P: Sammā-samādhi; S: Samyak-samādhi; E: ...)

1.3. Định và Thanh tịnh (清淨; P: Parisuddha; S: Parísuddha; E: Quite pure).

2. Định hữu lậu = Tam giới định.

2.1. Dục giới định (欲界定) = Cận hành định (近行定; P;S: Upacāra-samādhi)

2.2. Sắc giới định (色界定; P; S: Rūpa-samādhi) = An chỉ định (安止定; P: Appanā-samādhi; S: Arpaṇa-samādhi; E: Attainment concentration, Full concentration)

1) Sơ thiền định (初禪定; P: Paṭhama-samādhi; S: Prathama-samādhi)

2) Nhị thiền định (二禪定; P: Dutiya-samādhi; S: Dvītiya-samādhi)

3) Tam thiền định (三禪定; P: Tatiya-samādhi; S: Tṛtīya-samādhi)

4) Tứ thiền định (四禪定; P: Catuttha-samādhi; S: Caturtha-samādhi)

2.3. Vô sắc giới định (無色界定; P;S: Arūpa-samādh) = An chỉ định.

1) Không vô biên xứ định (空無邊處; P: Ākāśañcāyatana; S: Ākāśanantyāyatana).

2) Thức vô biên xứ định (識無邊處; P: Viññāṇañcāyatana; S: Vijñānanantyāyatana).

3) Vô sở hữu xứ định (無所有處; P: Ākiñcāññāyatana; S: Ākiṃ-canyāyatana).

- 4) Phi tưởng phi phi tưởng xứ định (非想非非想處; P: Nevasaññā-nāsaññāyatana; S: Naivasamjñā-nāsamjñāyatana)

3. Định vô lậu = Chánh định.

Chánh định (正定; P: Sammā-samādhī; S: Samyak-samādhī; E: Right // Truthful concentration) = **Sát-na định** (刹那定; P: Khaṇika-samādhī; S: Kṣaṇika-samādhī; E: Momentary concentration)

- 1) Sơ định (初定; P: Parikamma-samādhī; S: Parikarma-samādhī; E: Preparatory concentration)
- 2) Cận định (近定; P;S: Upacāra-samādhī; E: Neighbourhood concentration)
- 3) Chứng định (證定; P: Appanā-samādhī; S: Arpaṇa-samādhī; E: Attainment concentration, very high level of concentration)

Phần III

Tuệ

1. Tuệ.

1.1. Khái niệm về Tuệ.

Tuệ 慧 = Bát-nhã 般若 (P: Paññā; S: Prajñā; E: Wisdom)

1.2. Phân loại tuệ.

- 1) **Tuệ hữu lậu** (有漏慧; P: āsava-paññā; S: āsrava-prajñā; E: defiled wisdom)
- 2) **Tuệ vô lậu** (無漏慧; P: anāsava-paññā; S: anāsrava-prajñā; E: undefiled wisdom, perfect wisdom, truthful wisdom)

2. Tuệ và Trí, Thông, Minh, Thức.

2.1. Tuệ = Trí có 2 trường hợp:

- 1) **Trí** (智; P: Ñāṇa; S: Jñāna; E: Wisdom) = **Tuệ hữu lậu**
 - Hậu đắc trí (後得智; P: Piṭṭhī-ñāṇa; S: Pṛṣṭha-jñāna)
 - Tục trí (俗智) = Hữu lậu trí (有漏智)

2) Trí (智; P: Ñāṇa-pāramī; S: Jñāna-pāramitā; E: Perfect wisdom) = **Tuệ vô lậu.**

- Căn bản trí (根本智; P: Mūla-ñāṇa; S: Mūla-jñāna) = Chánh trí, Như Lý trí,
Vô Phân Biệt trí, Vô Sư trí – thuộc Chân đế.

- Chân trí (真智) = Vô lậu trí (無漏智)

2.2. Tuệ = Thông có 2 trường hợp:

1) Thông (聰; P: Paññā; S: Prajñā; E: Wisdom) = **Tuệ hữu lậu**

2) Thông (聰; P: Paññā-pāramī; S: Prajñā-pāramitā; E: Perfect wisdom) = **Tuệ vô lậu.**

2.3. Tuệ = Minh có 2 trường hợp:

1) Minh (明; P: Vijjā; S: Vidyā; E: Clarity) = **Tuệ hữu lậu.**

2) Minh (明; P: Vijjā; S: Vidyā; E: True clarity) = **Tuệ vô lậu.**

2.4. Tuệ = Thức.

Thức (識; P: viññāna; S: vijñāna; E: knowledge → kiến thức, kiến văn, kiến giải, hiểu biết // E: consciousness → ý thức, các tư tưởng, suy nghĩ, cảm nhận) = **Tuệ hữu lậu.**

Lục thức (六識; P: Cha-viññāna; S: Ṣaḍ-vijñāna; E: Six consciousnesses; F: Six connaissances)

3. Tam tuệ: Văn tuệ, Tư tuệ, Tu tuệ.

3.1. Các giai đoạn phát triển tuệ giác.

- Văn tuệ = Văn tự Bát-nhã (Ba-la-mật-đa)

- Tư tuệ = Quán chiếu Bát-nhã (Ba-la-mật-đa)

- Tu tuệ = Thực tướng Bát-nhã (Ba-la-mật-đa)

3.2. Văn tuệ (聞慧; P: Sutamayā paññā; S: Śruta prajñā; E: Perfect wisdom by study).

3.3. Tư tuệ (思慧; P: Cintāmayā paññā; S: Cintā prajñā; E: Perfect wisdom by reflection).

3.4. Tu tuệ (修慧; P: Bhāvanāmayā paññā; S: Bhāvanā prajñā; E: Perfect wisdom by meditation).

4. Tuệ giác theo Phật giáo Nam truyền.

4.1. Tuệ của Thiền định (P: Jhāna-ñāṇa, Samatha-ñāṇa; S: Dhyāna-jñāna, Śamatha-jñāna)

4.2. Tuệ của Thiền tuệ (P: Vipassanā-ñāṇas; S: Vipassanā-jñāna).

- 1) Theo Thanh Tịnh Đạo luận (P: Visuddhimagga) [16 tuệ]
- 2) Theo Phân Tích Đạo (P: Patisambhidamagga) [73 tuệ]

4.3. Tuệ và Tam minh.

Tam Minh (三明; P: Ti-vijjā; S: Tri-vidyā; E: Three insights, Three kinds of clarity)

- 1) Túc Mạng minh (夙命明; P: Pubbenivāsānussati-vijjā; S: Pūrvanivāsānusmṛti-vidyā; E: Insight into the mortal conditions of self and others in previous life).
- 2) Thiên Nhãn minh (天眼明; P: Dibbacakkhu-vijjā; S: Divyacakṣur-vidyā; E: Supernatural insight into future mortal conditions - deaths and rebirths)
- 3) Lưu Tận minh (漏盡明; P: Āsavakkha-vijjā; S: Āśravakṣaya-vidyā; E: Nirvana insight - Insight into present mortal sufferings so as to overcome all passions or temptations)

5. Tuệ giác theo Phật giáo Bắc truyền.

- Căn bản trí (根本智; S: Mūla-jñāna; E: Fundamental wisdom).
- Hậu đắc trí (後得智; S: Prṣṭha-labdha-jñāna; E: Post-enlightenment)

5.1. Tuệ giác theo Trung Quán tông.

- 1) Nhất thiết trí 一切智.
- 2) Đạo chủng trí 道種智.
- 3) Nhất thiết chủng trí 一切種智.

5.2. Tuệ giác theo Thiền tông.

- 1) Hữu sư trí 有師智 = Hữu học trí 有學智 (P: sekha-nānā; S: śaikṣa-jñāna)
- 2) Vô sư trí 無師智 = Vô học trí 無學智 (P: asekha-nānā; S: aśaikṣa-jñāna)

5.3. Tuệ giác theo Tịnh Độ tông và Duy Thức tông.

Thức	Trí (Duy Thức tông)	Trí (Tịnh Độ tông)
1. A-lai-da thức	- Đại viên cảnh trí	- Vô đẳng đẳng trí
2. Mạt-na thức	- Bình đẳng tánh trí	- Đại thừa quảng trí
3. Ý thức	- Diệu quan sát trí	- Bất khả xưng trí
4. Ngũ thức	- Thành sở tác trí	- Bất tư nghì trí

5.4. Tuệ giác theo Mật tông.

Uẩn	Tuệ giác (Trí)	Phương	Phật chủ
-----	----------------	--------	----------

1. Sắc uẩn	- Đại viên cảnh trí	- Đông	- Akṣobhya Phật
2. Thọ uẩn	- Bình đẳng tính trí	- Nam	- Ratnasambhava Phật
3. Tưởng uẩn	- Diệu quan sát trí	- Tây	- Amitābha Phật
4. Hành uẩn	- Thành sở tác trí	- Bắc	- Amoghasiddhi Phật
5. Thức uẩn	- Pháp giới trí	- Trung tâm	- Vairocana Phật

Phần IV

Giới - Định - Tuệ

1. Từ Niêm - Định - Tuệ đến Niêm - Giới - Định - Tuệ.

2. Bát Chánh Đạo và Giới - Định - Tuệ.

Bài đọc thêm

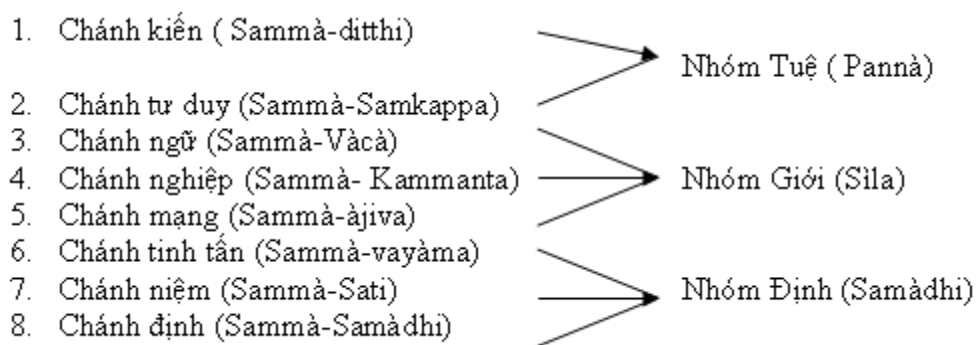
Tỳ-ni Nhật Dụng Thiết Yếu (Chánh niệm trong từng cử chỉ)

NBS: Minh Tâm 4/2025



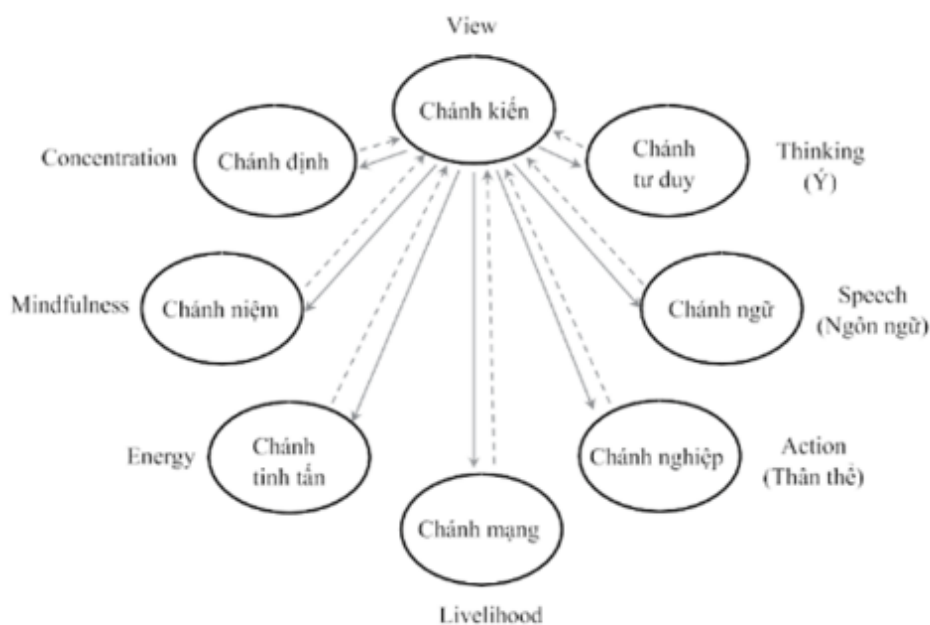
Giới-Định-Tuệ còn gọi là Tam học (三學), là nếp sống đạo hạnh và trí tuệ, một nếp sống hướng thượng mang lại hạnh phúc cho bản thân mình và cho người khác. Giới Định Tuệ là đạo hạnh của cả người xuất gia lẫn người tại gia, là 3 đặc điểm biểu hiện phẩm hạnh nơi một hành giả. Trong đạo Phật, 3 yếu tố này liên kết ảnh hưởng qua lại và cân bằng nhau; sự việc này đòi hỏi hành giả cần quán triệt lộ trình Văn tuệ-Tư tuệ-Tu tuệ là Tam tuệ học (三慧學).

Có kiến giải cho rằng Giới-Định-Tuệ là lộ trình tu học trong Phật giáo, nghĩa là 'nhân Giới sinh Định, nhân Định sinh Tuệ' (theo quan hệ Nhân Quả: Giới → Định → Tuệ). Nhưng theo Bát Chánh Đạo thứ tự này **Tuệ-Giới-Định**, với Chánh kiến là chủ đạo cho 7 chi phần còn lại với sự phân chia như sau:



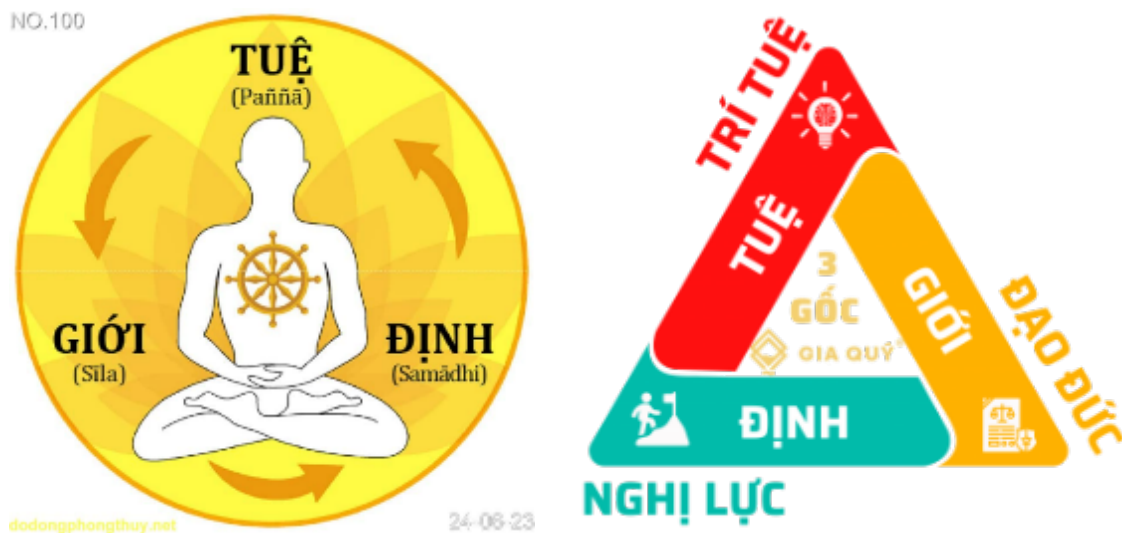
Chia nhóm theo Tiểu kinh Phương Quảng, thuộc Trung Bộ kinh

- Nhóm tuệ được ví như Kim cương.
- Nhóm giới được ví như Vàng
- Nhóm định được ví như Bạc.



Sơ đồ 7.1

Do đó, có thể nói rằng Giới, Định, Tuệ có mối tương quan chặt chẽ đồng thời nhau, với Tuệ là đầu mối, chứ không hiểu là tiến trình hoàn thiện từng bước một (Giới → Định → Tuệ). Bởi tùy theo khả năng thấy biết (= Tuệ) cao thấp mà tương thích có đạo đức (= Giới) và tâm vững chãi (= Định: không loạn động, không sợ hãi) tương ứng. Hành giả với Tuệ cao thì không dễ bị rơi vào Giới cấm thủ và không gặp phải chướng ngại của Định; ngược lại, với Giới cao hoặc Định cao thì sẽ là trở ngại cho Tuệ bởi Giới cấm thủ và hiện tượng “Phật đá” của Định.



Giới-Định-Tuệ là phẩm chất của hành giả, như là hương thơm cao quý, được làm thành bài kệ nguyện “Ngũ Phần Hương” sau:

戒香定香與慧香

解脫解脫知見香

光哩雲臺遍法界

供養十剎三寶前

Giới hương Định hương dữ Tuệ hương

Giải thoát, Giải thoát Tri kiến hương

Quang minh Vân đài biến Pháp giới

Cúng dưỡng thập phương Tam-bảo tiền

Hương Giới, hương Định và hương Tuệ.

Hương Giải thoát, Giải thoát Tri kiến.

Đài quang chiếu sáng khắp Pháp giới.

Cúng dưỡng trước Tam Bảo mười phương .

Bài nguyên hương nói về năm loại hương gồm giới hương, định hương, tuệ hương, giải thoát hương, giải thoát tri kiến hương. Đây là năm loại hương mà đức Phật khuyên hành giả nên cúng dường.

- Giới hương là hương đạo đức (về thiện-ác).
- Định hương là hương tâm không loạn động (bởi lạc-khổ, ...).
- Tuệ hương là hương nhận thức sáng suốt (thấy sự thật, lẽ thật).
- Giải thoát hương là vượt qua các giả ảo (bản ngã).
- Giải thoát tri kiến hương là hương vượt lên các dính mắc (đối đãi, nhị nguyên).

Trong phần dưới đây, mỗi phẩm hạnh Giới, Định, Tuệ được chú trọng phân tích như sau:

1. Giới hữu lậu, Định hữu lậu, Tuệ hữu lậu thuộc Tục đế. Đó là khi nhận thức Giới-Định-Tuệ là những hữu ngã (giả ảo: các khái niệm, các chế định).

2. Giới vô lậu, Định vô lậu, Tuệ vô lậu thuộc Chân đế, và gọi là Tam vô lậu học (三無漏學) là ba pháp tu học không dẫn đến phiền não. Đó là khi nhận thức Giới-Định-Tuệ là những vô ngã (sự thật, lẽ thật).

Hành giả Phật giáo không thể chọn một trong hai, mà cần trang bị đầy đủ cả hai trong đời sống giác ngộ.

VIDEO

- [Tam vô lậu học - TT. Thích Nhật Từ](#)
- [Tam vô lậu học là gì? - Thầy Thích Trí Huệ](#)
- [TAM VÔ LẬU HỌC - NS. THÍCH NỮ LIỄU PHÁP](#)
- [TAM VÔ LẬU HỌC | GIẢNG SƯ THÍCH CHÁNH ĐỊNH](#)

Phần I

Giới

1. Giới.

1.1. Khái niệm về Giới.

Giới (戒; P: Sila; S: Śīla; E: Morality) được hiểu là những điều nhằm ngăn ngừa hành vi của Thân-Khẩu-Ý bị dẫn dắt bởi tham-sân-si, trái với đạo đức nhân sinh (là tốt-xấu, là đúng-sai, ...), hoặc trái với chân lý tự nhiên (là lẽ thật, là sự thật).

Trong Trung Bộ Kinh, 78, đức Phật nói:

"Giới tạo nghiệp tốt (P: kusala-sila) là gì? Đó là tác động thân (P: kaya-kamma) tốt, tác động khẩu (P: vaci-kamma) tốt, tác động ý (P: mano-kamma) tốt, và sự thanh tịnh trong cách sinh sống, mà ta gọi là giới".

Trong Phật giáo Bắc truyền, Giới có ý nghĩa là **Tam tụ tịnh giới** (三聚淨戒; S: Tri-vidhāna śīlāni; E: The three cumulative commandments) còn gọi là Tam tụ viên giới, là 3 nhóm giới thanh tịnh tròn đầy gồm:

1) **Nhiếp luật nghi giới** (攝律儀戒; S: Samvara-śīla; E: The formal 5, 8, or 10, and the rest), cũng gọi là Tự tánh giới, gồm tất cả giới luật (tùy theo tại gia hay xuất gia mà thọ năm giới, mười giới, cụ túc giới, v.v...), có đầy đủ công năng dứt trừ các điều ác và ngăn ngừa gây tội lỗi. Cho nên, nhóm giới ở đây nhằm nhấn mạnh về phương diện "chỉ ác" (dừng ác).

2) **Nhiếp thiện pháp giới** (攝善法戒; S: Kuśala-dharma-samgrāhaka-śīla; E: whatever works for goodness), cũng gọi là Thọ thiện pháp giới, tức là tu tập tất cả các pháp lành và trường dưỡng các thiện pháp ở cả ba nghiệp Thân-Khẩu-Ý. Cho nên, nhóm giới ở đây nhằm nhấn mạnh về phương diện "hành thiện".

3) **Nhiếp chúng sinh giới** (攝眾生戒; S: Sattvārtha-kriyā-śīla; E: whatever works for the welfare or salvation of living, sentient beings), cũng gọi là Nhiều ích hữu tình giới, tức là đem lòng từ bi làm lợi lạc cho chúng sinh. Khéo léo dùng giáo pháp, làm cho mọi người biết tránh các điều ác, làm các việc lành, tu tập chánh pháp, có được một đời sống an vui, hạnh phúc. Bởi vậy, nhóm giới ở đây nhằm nhấn mạnh về phương diện "lợi sinh".

(*) [= Not to do any evil, to cultivate good, to purify one's mind, this is the teaching of the Buddhas].



1.2. Phân loại giới.

Giới theo định nghĩa trên được phân làm 2 loại:

1) Giới hữu lậu (有漏戒; P: āsava-sīla; S: āsrava-sīla; E: defiled morality) = **Giới thế gian**: Là giới đưa hành giả đến quả báo hữu lậu, tức chưa ra khỏi tam giới (ba cõi): Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới. Ví dụ: 5 giới thuộc về nhân thừa, 10 giới thuộc về thiên thừa.

Trong đạo Phật, Giới thế gian được vận dụng bởi nguyên tắc đạo đức thì **Giới điều** luôn uyển chuyển thích nghi nơi cuộc sống, chứ không như các **Tín điều** luôn cứng nhắc nơi các tôn giáo khác.

2) Giới vô lậu: (無漏戒; P: anāsava-sīla; S: anāsrava-sīla; E: undefiled morality) = **Giới xuất thế gian**: Là giới đưa hành giả đến quả vị vô lậu, tức được tự tại, giải thoát khỏi tam giới. Ví dụ người thực hành giới Tỳ kheo tinh chuyên và viên mãn, đó là nhân. Sẽ được hưởng quả vị A La Hán (vô sanh), đó là quả. Thực hành giới vô lậu sẽ được hưởng quả vô lậu. Đây mới chính là Giới vô lậu học.

Trong bài kệ Pháp Cú 126 có ghi:

*Một số sinh bào thai,
Kẻ ác sinh địa ngục,
Người thiện lên cõi trời,
Vô lậu chứng Niết-bàn.*

Trong kinh Pháp Cú, kệ 183, Phẩm Phật Đà có ghi rõ về giới như sau:

**Sabbapāpassa akaraṇaṃ
Kusalassa upasampadā
Sacittapariyodapanaṃ**

Etam buddhāna sāsanaṃ

*Not doing the evil deeds,
Gathering the wholesome,
Purifying one's own mind -
That is teaching of the Buddhas. (*)*

諸惡莫作	Chư ác mạc tác
眾善奉行	Chúng thiện phụng hành
自淨其意	Tự tịnh kỳ ý
是諸佛教	Thị chư Phật giáo.

*Chớ làm các điều ác
Siêng làm các việc lành
Giữ tâm ý trong sạch
Đó là lời Phật dạy.*

Hay:

*Mọi hoàn cảnh không làm bất thiện
Dù khó khăn, phát triển nhân lành
Luyện tâm, rèn ý tịnh thanh
Là lời Phật dạy đành rành xưa nay.*

Bài kệ diễn đạt đạo đức nơi 2 câu đầu và chân lý nơi câu thứ 3. Bài kệ gắn kết giữa đạo đức và chân lý, đó là *đạo đức Duyên khởi* *chân lý Duyên khởi*. Như vậy:

- Giới là không trái với đạo đức nhân sinh, tức không trái với đạo đức Duyên khởi.
Đây là Giới hữu lậu thuộc Tục đế.

- Giới là không trái với chân lý tự nhiên, tức không trái với chân lý Duyên khởi.
Đây là Giới vô lậu thuộc Chân đế.

Trong Phật giáo Bắc truyền:

- Đạo đức Duyên khởi còn gọi là **Hậu đắc trí** (後得智; S: Pr̥ṣṭha-labdha-jñāna; E: Post-enlightenment).

- Chân lý Duyên khởi còn gọi là **Căn bản trí** (根本智; S: Mūla-jñāna; E: Fundamental wisdom).



2. Giới luật.

Giới luật 戒律 là từ ghép của Giới 戒 và Luật 律 có ý nghĩa là Đạo đức Phật giáo Đạo đức Phật giáo có đặc trưng sau:

- Giới đặc trưng cho định tính.
- Luật đặc trưng cho định lượng.

Giới (戒; P: Sīla; S: Śīla; E: Morality) phiên âm là Thi-la, được hiểu là ngăn ngừa điều quấy, dứt dừng điều ác ("phòng phi chỉ ác * 防非止惡"), hoặc ngưng điều ác và làm điều thiện ("chỉ ác, tác thiện * 止惡作善").

Do đó, Giới được hiểu là nguyên tắc đạo đức, nhằm hướng dẫn hành giả tránh làm những điều ác, làm những điều lành, tu tập thân-khẩu-ý thanh tịnh, đoạn trừ tham sân si đưa đến sự an lạc giải thoát cho chính mình, đồng thời mang lại lợi ích, an vui và hạnh phúc thật sự cho mọi người xung quanh.

Theo Trung bộ Kinh II, Kinh thứ 61 và 62 và Trung bộ Kinh III, kinh thứ 147, nguyên tắc Đạo đức Phật giáo trên nền tảng chân lý **Duyên khởi-Vô ngã**, được phát biểu 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."*

Theo đó, Giới thể hiện **định tính** đối với Đạo đức học Phật giáo, được ghi trong Kinh tạng.

2. Luật (律; P;S: Vinaya; E: The code of monastic discipline) phiên âm là Tỳ-nại-da, ngắn gọn là Tỳ-ni.

Luật được hiểu là tập hợp những điều thực tiễn chi tiết cụ thể, ứng xử cho đời sống trong tập thể Tăng đoàn.

Theo đó, Luật thể hiện **định lượng** đối với Đạo đức học Phật giáo, được ghi lại trong Luật tạng.

Giới luật (戒律; P: Paññatti-sīla; S: Prakṛti-sīla) là Giới và Luật trọn vẹn bao gồm định tính và định lượng của đạo đức. Có so sánh ví Giới như vàng, và Luật là những trang sức được làm từ vàng này.

Trong Luật Thiện Kiến ghi:

"... Dù trên thế gian này chỉ còn tồn tại năm người xuất gia giữ giới thanh tịnh thì giáo pháp của đức Phật vẫn còn thọ mạng lâu dài vì số lượng năm người này có thể thực hiện việc truyền giới cụ túc. Và như thế Tăng đoàn sẽ được sản sinh và phát triển".

Trong Trường Bộ Kinh, đức Phật đã dặn dò Ngài Ananda như sau: *"Này Ananda, Pháp và Luật Ta đã giảng dạy và trình bày. Sau khi Ta diệt độ, Chánh Pháp và Giới Luật ấy sẽ là Đạo Sư của các con".*

Như vậy hiểu biết Chánh Pháp và Giới Luật không thể tách rời trong đời sống tu học của hành giả.

Tỳ-ni nhật dụng thiết yếu (毘尼日用切要) do Luật sư Độc Thể (读体律师, 1601-1679), chuyên hoằng truyền giới luật ở núi Bảo Hoa tuyển soạn. Tỳ-ni nhật dụng thiết yếu là tuyển tập các bài thiền kệ về luật nghi hàng ngày cho người xuất gia, là tác phẩm

trình bày Chánh niệm về giới luật cho từng cử chỉ hành vi trong đời sống hàng ngày [Xin xem ở Bài đọc thêm].

2.1. Giới tướng.

Giới tướng 戒相: Là tướng trạng của giới, là sự khác biệt của các giới. Giới tướng Phật giáo được phân ra nhiều loại áp dụng cho hàng xuất gia và hàng tại gia.

1. Phật tử tại gia có Ngũ Giới (5 giới), Bát Quan Trai Giới (8 giới), Thập Giới (10 giới). [Xin xem thêm các mục từ Ngũ giới, Thập giới]

2. Xuất gia Sa-di thì có (10 giới).

- Sa-di Giới (沙彌戒)

- Sa-di-ni Giới (沙彌尼戒)

- Thức-xoa-ma-na (式叉摩那尼; P: Sikkhamānā; S. Śikṣamānā) là cách xưng hô đối với Sa-di ni thọ thêm 6 giới trước khi thọ giới Tỳ-kheo ni.

3. Xuất gia Tỳ Kheo.

- Tỳ-kheo Giới (比丘戒).

- Tỳ-kheo-ni Giới (比丘尼戒).

Theo truyền thống Phật giáo Nam truyền (Theravāda) thì Tỳ Kheo có 227 giới, Tỳ Kheo Ni có 311 giới.

Theo truyền thống Phật giáo Bắc truyền (Mahāyāna) thì Tỳ kheo có 250 giới, Tỳ Kheo Ni có 348 giới.



2.2. Giới thể.

Giới thể (戒體) = Vô tác (無作) = Vô biểu (無表): Là thể tính của giới, có nghĩa là giới được thực hành qua thân tâm người thọ giới, không bộc lộ ra ngoài.

Giới thể có công năng phòng ngừa điều sai, ngăn chặn điều ác sinh khởi nơi Thân-Khẩu-Ý của hành giả sau khi thọ giới. Giới thể tuy do tác dụng hành lễ xin giới, v.v. mà sinh khởi, nhưng sau khi có được, thì nó tương tục 相續 (= luôn liên tục), nên gọi là Vô tác. Bên cạnh đó, ngoại tướng của giới thể không thể hiện ra bên ngoài, nên gọi là Vô biểu.

Trong Phật Thuyết Đại Thừa Giới Kinh (佛說大乘戒經, Taishō Vol. 24, No. 1497) có đoạn: “*Giới là trang nghiêm trên hết, giới là hương mẫu trên hết, giới là nhân thù thắng hoan hỷ, giới thể trong sạch, như nước trong mát, có thể trừ nóng bức* * Giới vi tối thượng trang nghiêm, giới vi tối thượng diệu hương, giới vi hoan hỷ thắng nhân, giới thể thanh tịnh, như thanh lãnh thủy, năng trừ nhiệt não * 戒爲最上莊嚴、戒爲最上妙香、戒爲歡喜勝因、戒體清淨、如清冷水、能除熱惱。”



2.3. Giới bốn.

Giới bốn 戒本 (P: Pāṭimokkha; S: Pratimokṣa → **Ba-la-đề-mộc-xoa**) = **Giới kinh** 戒經 = **Giới giải thoát** 戒解脱 = **Biệt giới giải thoát** 别戒解脱, là tên gọi chung về giới của Tỳ-kheo hay giới của Tỳ-kheo ni nhằm diễn tả các giới hướng tới việc giải thoát. (*)

Giới bốn chỉ cho giới của hàng xuất gia, được chia thành tám tiểu loại: gồm 8 giới tụ (界聚: Nhóm giới) như Ba La Di, Tăng Tàn, Bất Định, Xả Đọa, Đơn Đọa, Ba La Đề Đề Xá Ni, Chúng Học, Diệt Tránh. Ngoài việc trì các học giới, mỗi nửa tháng các tăng ni phải họp mặt một lần để trùng thuật và lắng nghe Giới bốn như một cách ôn tập và củng cố để duy trì đạo tình (和敬; P: sāmaggī; S: sāmmanasya; E: amicableness; concord; unity).

Giới bốn vì giới giúp các phiền não được đoạn trừ trong các giai đoạn kiến đạo và tu đạo được xả ly từng phần một. Nghĩa là thọ giới nào thì được sự lợi ích giải thoát của giới đó, cũng như theo luật nhân quả, gieo nhân nào thì được quả ấy.

- Giới bốn có công năng là giữ gìn ba nghiệp Thân-Khẩu-Ý không rơi vào lầm lỗi thiếu sót, chuyển hóa ba nghiệp bất thiện, thành tựu ba nghiệp giải thoát.

- Giới bốn giúp phòng hộ các căn, tăng trưởng thiện pháp.

Trong kinh Tăng Chi Bộ, phòng hộ các căn được ghi nhận như sau::

"Có sáu pháp vô-thượng mà các thầy cần tu. 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 đối với mọi việc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng."

Trong kinh Di Giáo trước khi nhập Niết-bàn, đức Phật có dạy:

"Này các Tỳ-kheo! Sau khi ta diệt độ phải nên tôn trọng trân kính Ba-la-đề-mộc-xoa như người đi trong đêm tối gặp ánh sáng, như người nghèo gặp của báu. Phải biết giới luật là thầy của các ông".

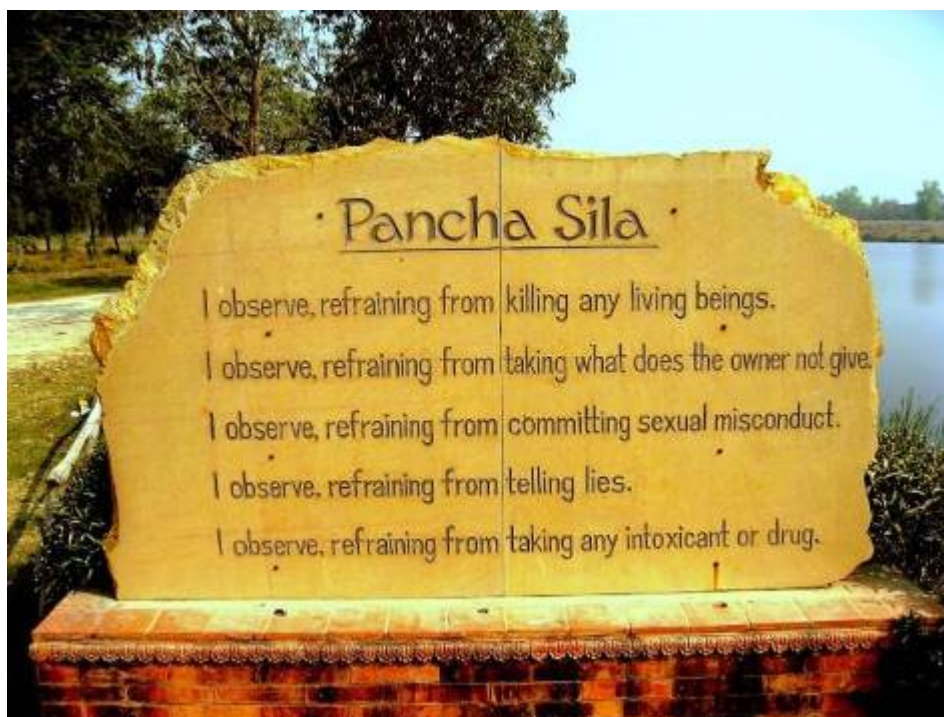
(*) **Chú thích:** Có hai loại Tỳ-kheo không cần thọ giới, chỉ tu hành theo Pháp trí tuệ là quán Vô ngã, Vô thường, Nhân Quả ... Đó là những người tu theo "Đạo cộng giới * 道共戒", lấy trí tuệ vô lậu làm giới, nên tuy không thọ giới mà ngộ đạo.:

1. Thiện lai Tỳ-kheo là những nhà thiện căn đến với đức Phật khi ngài chưa chế giới, dốc tâm theo ngài tu tập, cho nên "*tu phát tự lạc* * 須髮自落 * râu tóc tự rụng", trở thành Tỳ-kheo.

2. Phá kiết sử Tỳ-kheo = Kiến đế Tỳ-kheo, là những người không cần thọ giới mà tu hành chứng ngộ, đoạn trừ được mọi phiền não kiết sử.



2.4. Ngũ giới:



[Five precepts - Wikipedia](#)

[Ngũ giới – Wikipedia tiếng Việt](#)

Ngũ giới (五戒; P: Pañcasīla; Sa: Pañcaśīla; E: The five precepts) là năm điều đạo đức, khuyến khích người Phật tử tại gia gìn giữ để hưởng được quả báo tốt đẹp. Người Phật tử không thể chỉ thọ Tam quy mà không trì Ngũ giới. Người đã quy y là đã bước một nấc thang đầu tiên, nếu không giữ giới có nghĩa là dừng lại tại đó, không tiến bước tới nữa. Năm giới này không những để tiến bước trên đường giác ngộ-giải thoát, mà còn đem lại trật tự, an vui, hòa bình cho gia đình, xã hội gồm có:

1) Tránh xa sự sát sinh (P: Pānātipātā veramanī):

Đó là tôn trọng sự sống, bao gồm không giết hại hay làm tổn thương từ con người đến các loài vật. Giữ giới sát sinh là nuôi dưỡng lòng từ, tránh được nhân quả báo ứng.

Người giữ giới không sát sinh luôn luôn có tâm an ổn. Nếu mọi người trên thế giới đều giữ giới không sát sinh thì thế giới không còn chiến tranh giết hại nữa.

Người Phật tử ngoài không giết hại cũng không bảo bày người khác giết hại, không vui đối với việc giết hại, không khen ngợi đối với việc giết hại.

2) Tránh xa sự trộm cắp (P: Adinnādāna veramanī):

Đó là tôn trọng sở hữu của người, là không cho thì không lấy, từ nhà cửa, ruộng vườn, của cải, tiền bạc cho đến các vật tư hữu nhỏ bé. Giữ giới trộm cắp còn thể hiện lòng từ, tránh được nhân quả báo ứng.

Cũng gọi là trộm cắp, khi lấy của tư hay của công, của công ty hay của nhà nước, khi cưỡng ép người ta bằng vũ lực hay quyền hành hay dùng những thủ đoạn lừa gạt, mưu mẹo v.v... để đoạt chiếm sở hữu, tiền bạc như quyt nợ, giật hui, đầu cơ tích trữ, cân non đóng thiếu, trốn sâu lậu thuế, v.v.... Tóm lại tất cả các việc gian tham, lấy của bất chính đều là trộm cắp.

Sự lợi ích của giới không trộm cắp là giữ được sự công bằng (không phải cào bằng) giữa con người với con người, tránh sự gian lận bất công. Mỗi người đều có quyền sở hữu riêng tư, xã hội không công bằng thì khó tồn tại lâu dài được. Về xã hội, nếu mọi người đều không gian tham trộm cắp, thì nhà không cần đóng cửa then cài nữa.

Người Phật tử ngoài không trộm cắp cũng không bảo bày người khác trộm cắp, không vui đối với việc trộm cắp, không khen ngợi đối với việc trộm cắp.

3) Tránh xa sự tà dâm (P: Kāmesu micchācārā veramanī):

Đó là tôn trọng hạnh phúc gia đình của người, không dụ dỗ hay dùng thủ đoạn để cướp vợ hay chồng của người khác, không ép buộc người khác phải thỏa mãn tình dục với mình, không hãm hiếp đàn bà, con gái.

Không tà dâm để bảo vệ hạnh phúc cho gia đình mình và gia đình người, đồng thời tránh được oán thù và quả báo xấu. Mặc dù cấm tà dâm, nhưng giữa vợ chồng cũng phải giữ lễ, điều độ, biết tiết dục, để cho thân được khỏe, tâm được trong sạch nhẹ nhàng. Còn với người xuất gia thì tránh hẳn dâm.

Người Phật tử ngoài không tà dâm cũng không bảo bày người khác tà dâm, không vui đối với việc tà dâm, không khen ngợi đối với việc tà dâm.

4) Tránh xa sự nói dối (P: Musā vādā veramanī):

Đó là tôn trọng sự thật trong giao tiếp, nhằm đem lại lợi ích cho mọi người. Tránh xa sự nói dối bao gồm cả bốn chi tiết sau:

- Tránh nói lời không đúng sự thật, chuyện có nói không, chuyện không nói có làm cho người nghe hành động sai vô cùng tai hại.

- Tránh nói lời hai lưỡi, đòn càn (xóc) hai đầu, làm cho hai người khác ghét nhau, thù nhau.

- Tránh nói lời thêm bớt, thêm bớt, có ít xít ra nhiều, nói châm chọc, bóng bẩy làm cho người nghe buồn phiền và khởi tà niệm.

- Tránh nói lời độc ác, thô tục, cộc cằn như nguyên rửa chửi mắng thậm tệ làm cho người nghe sợ hãi đau khổ.

Người Phật tử ngoài không nói dối cũng không bảo bày người khác nói dối, không vui đối với việc nói dối, không khen ngợi đối với việc nói dối.

Trong kinh Đại Phương Tiện Phật Báo Ân, Phật bảo Tôn Giả A Nan, Thị giả của Phật: "*Người ta sinh ra ở đời, họa từ trong miệng mà sinh ra, nên phải giữ gìn cửa miệng hơn cả lửa mạnh, vì lửa mạnh có đốt cháy cũng chỉ đốt cháy một đời này mà thôi, còn như nói ác sẽ đốt cháy trong vô số kiếp. Lửa chỉ đốt cháy nhà cửa, của cải của thế gian, còn lời nói ác đốt cháy bảy thứ của cải của Thánh nhân. Vì thế, này A Nan, chúng sanh họa từ trong miệng mà sinh ra, miệng lưỡi thực là búa sắc tự bổ vào mình, là cái họa để tự diệt mình*".

5) Tránh xa si mê do dùng chất say như rượu, thuốc nghiện (P: Surāmeraya majjappamādatthāna veramanī):

Đó là giữ cho tâm trí được sáng suốt nhằm tránh phạm phải bốn giới cấm bên trên là sát sinh, trộm cướp, nói dối, tà dâm. Giới cấm dùng chất say còn bao gồm cả việc dùng các thứ ma túy, vì nó cũng làm cho tâm trí người sử dụng mê dại.

Người Phật tử ngoài không dùng chất say cũng không bảo bày người khác dùng chất say, không vui đối với việc dùng chất say, không khen ngợi đối với việc dùng chất say.

Trong Kinh Đại Phương Tiện Phật Báo Ân còn lưu ý người Phật tử tại gia giữ năm giới không nên làm các nghề như:

- Tránh làm nghề nuôi, buôn bán súc sinh, nếu có nuôi súc vật, sau khi thụ Ngũ giới được phép bán nhưng không được bán cho nhà đồ tể.

- Tránh làm nghề chế tạo, buôn bán cung tên, đao kiếm, súng đạn, mìn bom, v.v..., nghĩa là tất cả các thứ dùng vào việc giết người, khủng bố, chiến tranh.

- Tránh làm nghề sản xuất, buôn bán các loại rượu và các loại ma túy.

- Tránh làm nghề sản xuất hoặc buôn bán hàng gian, hàng giả, hàng nhái, hàng hóa có nguồn gốc không lương thiện ... do trộm, cướp, bóc lột, khai thác lao động nô lệ ... mà có.

Nơi Ngũ giới, thì các giới **1) 2) 3)** thuộc **Thân**, giới **4)** thuộc **Khẩu** và giới **5)** thuộc **Ý**. Gìn giữ Ngũ giới tốt thì Thân-Tâm thanh sạch, đạo đức trong sáng. Hơn nữa, Phật giáo còn chỉ ra rằng, nguyên nhân và là động cơ chính yếu phạm phải Ngũ giới là từ 3 tâm bất thiện "**tâm Tham, tâm Sân, tâm Si**". Cả ba Tham-Sân-Si là vô minh chấp thủ, chỉ có thể hóa giải bằng tuệ giác Duyên khởi-Vô ngã.



3. Giới hạnh.

Hạnh 行 = **Hạnh nguyện** 行願 (P: Kicca-paṭiññā; S: Kṛtya-pratijñā; E: Action and vow // Act and vow, Act out one's vow) là thệ nguyện và tu hành của hành giả, nghĩa là thân hành động theo tâm nguyện.

Giới hạnh 戒行 (= giới luật 戒律 và hạnh nguyện 行願): Trước hết, giới luật được xem là do Phật đặt ra mà các hành giả chấp trì theo như việc giữ giới luật (cư sĩ - 5 giới, Sa-di - 10 giới, Tỳ-kheo - 250 giới ...) là căn bản, còn hạnh nguyện là gia hạnh 加行 (điều tốt lành thêm vào), là trợ hạnh 助行 (điều tốt lành trợ giúp) do hành giả tâm nguyện tùy theo hoàn cảnh chứ không phải giới.

Giới tác thành nên nhân cách, còn tu tập tinh tấn hơn hành giả phát nguyện thọ trì thêm những hạnh. Hành giả xem tâm nguyện của mình như là giới luật và kiên trì thực hành theo.

Theo ngài Phật Âm (Buddhaghosa) cho rằng "*Giới*" có nghĩa là "*Giới hạnh*", là cách sống đạo đức với một tâm sở thánh thiện.

Trong Thích Thiển Ba-la-mật quyển 1, ngài Trí Khải cho rằng:

“Nếu có nguyện mà không có hạnh, thì cũng giống như người muốn qua sông mà không chuẩn bị thuyền bè, chắc chắn người ấy sẽ không thể sang bờ bên kia được. Bồ tát tuy đã phát 4 thệ nguyện rộng lớn, nhưng nếu không tu 4 hạnh thì cũng giống như thế. Cho nên biết tu hành và thệ nguyện cũng như 2 cánh của con chim, nếu thiếu một thì chim không bay được, không đạt đến cảnh giới mong muốn.”

3.1. Hạnh “Tứ hoằng thệ nguyện” – “Hồi hướng công đức”.

1) Tứ hoằng hệ nguyện (四弘誓願): Là bốn thệ nguyện rộng lớn, dựa trên Tứ diệu đế mà phát sinh. Tứ hoằng thệ nguyện gồm có:

1. Chúng sinh vô lượng thệ nguyện độ (眾生無量誓願度), dựa vào Khổ đế mà thệ nguyện.
2. Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn (煩惱無盡誓願斷), dựa vào Tập đế mà thệ nguyện.
3. Pháp môn vô lượng thệ nguyện học (法門無量誓願學), dựa vào Đạo đế mà thệ nguyện.
4. Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành (佛道無上誓願成), dựa vào Diệt đế mà thệ nguyện.

眾生無邊誓願度	Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ
煩惱無盡誓願斷	Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn
法門無量誓願學	Pháp môn vô lượng thệ nguyện học
佛道無上誓願成	Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành

Nguyện giải thoát vô số chúng sinh

Nguyện đoạn tuyệt với vô vàn phiền não

Nguyện tu học Phật pháp nhiều vô lượng

Nguyện đạt thành đạo vô thượng chánh đẳng chánh giác

2) Hồi hướng công đức (回向功德; P: Paṭidāna; S: Pariṇāmanā; E:

Dedication of merits, transferring merit, transference of merit).

Hồi hướng công đức là ý niệm do Phật giáo Bắc truyền triển khai, được trình bày rất đa dạng nên có thể khiến người ta hiểu theo nhiều cách.

Công đức (功德; P: Puñña; S: Punya; E: Merit) còn gọi là Đức hạnh (E: Virtue), là năng lượng tích lũy từ những suy nghĩ, những ý định tích cực và hành động tốt, thúc đẩy sự phát triển tâm linh và kết quả là có lợi.

Công đức được Đại Thừa Nghĩa Chương giải thích: “*Công là công năng làm tăng trưởng phước lợi, Đức là đức hạnh hay phẩm hạnh tốt của người tu hành, nên gọi là công đức*”, và sách Thắng Man Bảo Quật ghi: “*Hết sạch đều ác gọi là công, điều thiện tràn đầy gọi là đức*”. Theo đó, công đức là sự toàn thiện.

Hồi hướng công đức là chuyển tặng lại công đức mà mình tu tập được cho tất cả chúng sinh, cầu nguyện mọi người cùng hết khổ được vui, cuối cùng thành tựu Phật đạo. Đây chẳng những là hạnh nguyện thứ mười: “Thập giả phổ giai hồi hướng”, trong mười hạnh nguyện Phổ Hiền, mà cũng là hạnh nguyện chung của tất cả hành giả phát Bồ-đề tâm, hành Bồ-tát đạo, hướng về quả Phật cứu cánh.

願以此功德，	Nguyện dĩ thử công đức
普及於一切	Phổ cập ư nhất thiết
我等與眾生，	Ngã đẳng dĩ chúng sinh
皆共成佛道	Giai cộng thành Phật đạo.

*Nguyện đem công đức này,
Hướng về khắp tất cả
Đệ tử và chúng sinh,
Giai cộng thành Phật đạo*

Hay:

*Nguyện đem công đức tu này
Hướng về tất cả, chung xây phước lành*

*Con cùng pháp giới chúng sanh
Đồng nên Phật đạo, đồng thành Như Lai.*



3.2. Hạnh đầu-đà (頭陀行; P: Dhutaṅga; S: Dhūtagaṇa; E: Ascetic practice, austerity): Là một pháp tu khổ hạnh nhưng không cực đoan của Phật giáo, nhằm để tôi luyện thân tâm, trừ bỏ phiền não cấu trần. Người tu theo hạnh đầu-đà tùy duyên chấp nhận những khó khăn trong các vấn đề ăn, mặc, ở, đi lại.

Trong kinh Mi-tiên vấn đáp có ghi:

“Một Tỳ-kheo thọ 13 pháp đầu-đà là đã gần kề bên Niết-bàn, lại còn lợi ích cho chúng sinh không kể xiết”.

Trong kinh Tăng nhất A-hàm, tập I, phẩm Nhập đạo, đức Phật nói rõ:

“Ai tán thán người hành đầu-đà tức là đã tán thán Ta. Vì sao như thế? Vì Ta hằng tán thán các người hành đầu-đà. Ai hủy nhục người hành đầu-đà tức là đã hủy nhục Ta”

“Nếu hạnh đầu-đà này được ở đời thì pháp của Ta cũng sẽ được lâu dài ở đời. Nếu có pháp ở đời, thì thiên đạo tăng thêm, ba đường ác liền giảm. Cũng vậy, thánh Tu-đà-hoàn, Tư-đà-hàm, A-na-hàm, đạo Tam thừa đều còn ở đời.”

Tôn giả Ca Diếp hay Đại Ca Diếp nổi tiếng là người hành hạnh đầu đà nghiêm túc nhất, là người đứng đầu Tăng già sau khi đức Phật mất.

- Trong truyền thống Nam truyền, nơi kinh tạng Pāli, 13 pháp đầu-đà chỉ được nhắc đến tên gọi mà không được giảng giải chi tiết. Chỉ ở trong Thanh Tịnh Đạo luận (Visuddhimagga) của ngài Phật Âm (Buddhaghosa) 13 pháp này mới được trình bày chi tiết.

- Trong truyền thống Bắc truyền, các pháp Đầu-đà cũng được đề cập nhưng ở đó số pháp chỉ có 12, được đề cập trong Thập Địa kinh.



Tượng Phật Thích Ca khổ hạnh Thế kỷ thứ 2 Gandhara

Bảo tàng Lahore Pakistan

Số lượng hạnh đầu-đà có thể có ít nhiều thay đổi, nhiều hơn hay ít hơn tùy hoàn cảnh và sở thích của hành giả như:

- Tỷ-kheo: Một vị Tỷ-kheo có thể chọn bất kỳ pháp nào trong 13 pháp đầu-đà. Nếu muốn, vị ấy có thể thực hành toàn bộ 13 pháp đầu-đà cùng một lúc.

- Tỷ-kheo-ni: Một vị Tỷ-kheo-ni có thể thực hành 8 pháp đầu-đà là mặc y phần tảo - mặc y được làm từ dẻ rách; chỉ mặc ba y (P: ticivara); sống bằng khất thực; khất thực thứ tự từng nhà; ăn ngày một bữa; chỉ ăn một bình bát; ở bất cứ chỗ nào; chỉ ngồi, không nằm.

- Sa-di: Một vị Sa-di có thể thực hành 12 pháp đầu-đà; họ không thể thực hành pháp chỉ mặc ba y, vì y của họ khác với các Tỷ-kheo và Tỷ-kheo-ni.

- Thức-xoa-ma-na và Sa-di-ni: Một vị Thức-xoa-ma-na và Sa-di-ni có thể thực hành 7 pháp đầu-đà.

- Cư sĩ: Người cư sĩ có thể thực hành 2:-9 pháp đầu-đà: 2 hạnh là ăn ngày một bữa và chỉ ăn một bình bát, hoặc thêm các hạnh như không ăn lại đồ thừa, ở trong rừng, ở nơi gốc cây, ở ngoài trời, ở nghĩa địa, ở bất cứ chỗ nào, chỉ ngồi không nằm, nâng tổng số các pháp đầu-đà lên thành 9 pháp.

Như vậy, các pháp đầu-đà hiện nay là do các Tổ về sau chế định.

1) Hạnh Đầu-đà theo truyền thống Nam truyền: Gồm 13 hạnh.

1- Hạnh phần tảo y (P: pamsukulik'anga): Pháp này nhằm giúp hành giả rời xa sự xa hoa và tập trung vào đời sống đơn giản không bị lệ thuộc vào thí chủ.

2- Hạnh ba y (P: tecivarik'anga): Pháp này nhằm giúp hành giả duy trì lối sống đơn giản và giảm bớt nhu cầu vật chất.

3- Hạnh khất thực (P: pindapatik'anga): Pháp này nhằm giúp hành giả luyện tập sự khiêm nhường và lòng biết ơn đối với cộng đồng.

4- Hạnh khất thực từng nhà (P: sapadanik'anga): Pháp này nhằm giúp hành giả tập tính bình đẳng và tính ưa thích (tham)

5- Hạnh nhất tọa thực (P: ekasanik'anga): Pháp này nhằm giúp hành giả phát triển sự tự kiểm soát và tiết chế các nhu cầu cơ bản của cơ thể.

6- Hạnh ăn bằng bình bát (P: pattapindik'anga): Pháp này nhằm giúp hành giả có lối sống giản dị và không phụ thuộc vào tiện nghi không cần thiết.

7- Hạnh không để dành đồ ăn (P: khalu-paccha-bhattik'anga): Pháp này nhằm giúp hành giả từ bỏ sự chấp giữ.

8- Hạnh ở trong rừng (P: araññik'anga): Pháp này giúp hành giả tập trung hơn vào việc tu tập và nâng cao đời sống tâm linh.

9- Hạnh ở gốc cây (P: rukkhamulik'anga): Pháp này giúp hành giả rèn luyện khả năng chịu đựng và thích nghi với môi trường tự nhiên.

10- Hạnh ở ngoài trời (P: abbhokasik'anga): Pháp này giúp hành giả rèn luyện tính kiên nhẫn và khả năng chịu đựng trước những điều kiện khắc nghiệt của thời tiết.

11- Hạnh ở nghĩa địa (P: susanik'anga): Pháp này giúp hành giả chấp nhận và nhận thức về cái chết, từ đó giảm bớt sự sợ hãi và lo âu..

12- Hạnh nghỉ ở đâu cũng được (P: yatha-santhatik'anga): Pháp này giúp hành giả buông bỏ sự phụ thuộc vào một địa điểm cụ thể và rèn luyện sự linh hoạt.

13- Hạnh ngồi ngủ (P: nesajjik'anga): Pháp này giúp hành giả rèn luyện tính kiên định trong việc tu tập.

2) Hạnh Đầu-đà theo truyền thống Bắc truyền: Gồm 12 hạnh.

1- Chỉ ăn đồ ăn khất thực (S: paiṇḍapātika)

2- Chỉ mặc ba bộ y (S: tracīvarika)

3- Không chấp nhận thêm sau khi bắt đầu ăn (S: khalupaścādbhaktika)

4- Không nằm (S: naiṣadyika)

5- Giường ngủ phù hợp được cúng dường (S: yathāsaṃstarika)

6- Sống ở gốc cây (S: vṛkṣamūlika)

7- Một lần ngồi khi ăn (S: ekāsanika)

8- Sống ở nơi trống trải (S: ābhyavakāśika)

9- Sống ở vùng hoang dã (S: āraṇyaka)

10- Sống trong nghĩa địa (S: śmāśānika)

11- Chỉ mặc y làm từ vải bỏ đi (S: pāṃśūkūlika)

12- Chỉ mặc quần áo nữ (S: nāmatika)

Các hạnh Đầu-đà chỉ là trợ hạnh của thân nhằm chuyển hóa tâm, đó là tâm Tham (do ưa thích), tâm Sân (do chê ghét), tâm Si (do không thấu triệt lý Duyên khởi, nên mạn, nghi, ác kiến ...).

VIDEO

- [Nói về MINH TUỆ | Thế giới Phật Giáo](#)

- [CHƯƠNG NGẠI của Sư Minh Tuệ ? HT. Thích Chân Tính](#)



3.3. Hạnh Ba-la-mật.

Ba-la-mật (波羅蜜; P: pāramī; S: pāramitā; E: perfection) còn được viết tắt là Ba-la-mật. Ba-la-mật-đa được dịch nghĩa là *Đáo bỉ ngạn* (到彼岸: đạt đến bờ bên kia), *Độ* (度), *Cứu cánh* (究竟: thực tại tối hậu).

Ba-la-mật đặc trưng cho hành động vượt thoát các dính mắc chấp thủ của bậc giác ngộ, nghĩa là mọi hành động của bậc giác ngộ đều gắn liền với một nội tâm Vô ngã, được gọi là *Duy tác* (惟作; P: Kiriya; S: Kriyā; E: Only-action).

Các hệ phái Phật giáo mà đại diện là các Tổ, đã dựa trên bản chú giải kinh Cariyāpiṭaka, đã đề xuất ra các *hạnh Ba-la-mật* là những hành động tiêu do các Tổ đề xuất ra), và khi hành giả thuần thực các hạnh Ba-la-mật thì đồng nghĩa là mọi hành động trong cuộc sống của hành giả đều dễ dàng được **Ba-la-mật hóa**, đạt tới cảnh giới giải thoát. Do đó, hành giả không phải quá quan tâm đến số lượng 6 hay 10 hạnh Ba-la-mật.

Có 10 tiêu biểu trong Phật giáo Nam truyền gọi là Thập Ba-la-mật, và 6 tiêu biểu hay 10 tiêu biểu trong Phật giáo Bắc truyền gọi là Lục Ba-la-mật và Thập Ba-la-mật, như dưới đây:

1) Thập Ba-la-mật (Phật giáo Nam truyền):

Thập Ba-la-mật 十波羅蜜 = **Thập độ** 十度 (P: Dasa Pāramī; S: Dasa Pāramitā ; E: The ten perfections): Đây là mười pháp Ba-la-mật, là *10 đại hạnh Bồ Tát* được hành giả tu tập rất ráo để đạt đến quả vị Phật. Mười đại hạnh này là 10 hạnh tu tập thân và tâm với một **nội tâm Vô ngã**, tức hành giả rèn luyện sống theo *đạo đức Duyên khởi* (ngoại cảnh) và *chân lý Duyên khởi* (nội tâm).

1. **Bố thí Ba-la-mật** (布施波羅蜜; P: Dāna-pāramī; S: Dāna-pāramitā; E: The perfection of giving): Rộng lượng, hiến tặng cho mọi đối tượng hợp với đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

2. **Trì giới Ba-la-mật** (持戒波羅蜜; P: Sīla-pāramī; S: Śīla-pāramitā; E: The perfection of morality): Hành xử đạo đức trong cuộc sống hợp với đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

3. **Xuất gia Ba-la-mật** (出家波羅蜜; P: Nekkhamma-pāramī; S: Niṣkramaṇa-pāramitā; E: The perfection of renunciation): Xuất gia với hạnh nguyện sống cao cả theo đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

4. **Trí tuệ Ba-la-mật = Bát-nhã Ba-la-mật** (智慧波羅蜜; P: Paññā-pāramī; S: Prajñā-pāramitā; E: The perfection of wisdom): Thấy biết đúng với đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

5. **Tinh tấn Ba-la-mật** (精進波羅蜜; P: Viriya-pāramī; S: Vīrya-pāramitā; E: The perfection of effort): Cố gắng, kiên trì, nỗ lực thực hành sống theo đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

6. **Nhẫn nại Ba-la-mật** (忍奈波羅蜜; P: Khanti-pāramī; S: Kṣānti-pāramitā; E: The perfection of forbearance): Nhẫn nhịn, chấp nhận, chịu đựng trên tinh thần vô ngã và hợp với đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

7. **Chân thật Ba-la-mật** (真實波羅蜜; P: Sacca-pāramī; S: Satya-pāramitā; E: The perfection of truthfulness): Trung thực 忠实 theo tinh thần đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

8. **Quyết tâm Ba-la-mật** (決定波羅蜜; P: Adhiṭṭhāna-pāramī; S: Adhiṣṭhāna-pāramitā; E: The perfection of determination): Quyết tâm tu học và hành động theo đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

9. **Từ Ba-la-mật** (慈波羅蜜; P: Mettā-pāramī; S: Maitrī-pāramitā; E: The perfection of loving-kindness or of benevolence): Hành thiện theo đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi. Từ Ba-la-mật-đa chính là hạnh **Từ Bi** trong đạo Phật, và còn gọi là “**Ban vui-Cứu khổ Ba-la-mật-đa**” hay “**Yêu thương Ba-la-mật-đa**”.

10. **Xả ly Ba-la-mật** (捨離波羅蜜; P: Upekkhā-pāramī; S: Upekṣā-pāramitā; E: The perfection of equanimity): Nhận thức và hành động theo cách sống hài hòa cùng thế gian, nhưng đầy đủ năng lực chủ động vượt thoát không dính mắc vào các nhận thức và hành động này từ sự soi sáng toàn triệt của Duyên khởi.

Với 1,2,3 là hành động thuộc thân, 4 -:- 10 là nhận thức thuộc tâm.

Trong Thanh Tịnh Đạo Luận (Visuddhi-Magga) đã diễn đạt mọi hành động được Ba-la-mật hóa như sau:

*Không có người hành động, chỉ có hành động.
Ngoài sự chứng ngộ, không có người chứng ngộ.
Chỉ có những thành phần cấu tạo luôn trôi chảy.
Đó là quan kiến thực tiễn và chân chánh.*

2) Lục Ba-la-mật (Phật giáo Bắc truyền):

Lục Ba-la-mật 六波羅蜜 = **Lục độ** 六度 (P: Cha-pāramī; S: Ṣaṭ-pāramitā; E: The six perfections): Đây là sáu pháp Ba-la-mật, là 6 *đại hạnh Bồ Tát* được hành giả tu tập rất ráo để đạt đến quả vị Phật. Sáu đại hạnh này là 6 hạnh tu tập thân và tâm với một **nội tâm Vô ngã**, tức hành giả rèn luyện sống theo đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

1. **Bố thí Ba-la-mật** (布施波羅蜜; P: Dāna-pāramī; S: Dāna-pāramitā; E: The perfection of giving): Rộng lượng, hiến tặng cho mọi đối tượng hợp với đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

2. **Trì giới Ba-la-mật** (持戒波羅蜜; P: Sīla-pāramī; S: Śīla-pāramitā; E: The perfection of morality): Hành xử đạo đức trong cuộc sống theo nguyên tắc hợp với chân lý Duyên khởi.

3. **Nhẫn nại Ba-la-mật** (忍奈波羅蜜; P: Khanti-pāramī; S: Kṣānti-pāramitā; E: The perfection of forbearance): Nhẫn nhịn, chấp nhận, chịu đựng hợp với đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

4. **Tinh tấn Ba-la-mật** (精進波羅蜜; P: Viriya-pāramī; S: Vīrya-pāramitā; E: The perfection of effort): Kiên trì thực hành sống theo đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

5. **Thiền định Ba-la-mật** (禪定波羅蜜; P: Jhāna-pāramī; S: Dhyāna-pāramitā; E: The perfection of meditation): Vững vàng nội tâm dưới sự soi sáng của đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi. Đây được xem là Chánh định [lưu ý rằng Tứ định (Sơ thiền --> Tứ thiền) không là Chánh định]

6. **Trí tuệ Ba-la-mật = Bát-nhã Ba-la-mật** (智慧波羅蜜; P: Paññā-pāramī; S: Prajñā-pāramitā; E: The perfection of wisdom): Thấy biết đúng theo đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

Với 1,2 là hành động thuộc thân, 3 -:- 6 là hành động thuộc tâm.

Thập Ba-la-mật hay Lục Ba-la-mật là 10 hay 6 hành động được chọn lọc tiêu biểu cho việc tu tập theo tinh thần đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi. Việc thuần thực hoàn thiện 10 hay 6 hành động này được xem là hạt nhân để hoàn thiện Ba-la-mật cho tất cả mọi hành động khác trong cuộc sống, là thành đạt Thánh quả.



3.4. Hạnh Phổ Hiền (普賢行).

Bồ Tát Phổ Hiền (普賢菩薩; S: Samantabhadra) là một trong bốn vị Bồ-tát lớn của Phật giáo, Ngài tượng trưng cho "Đại Hạnh" (大行), là những đại hạnh nguyện rộng lớn.



[Samantabhadra \(Bodhisattva\) - Wikipedia](#)

[Phổ Hiền – Wikipedia tiếng Việt](#)

Hình ảnh phổ biến nhất là Ngài cưỡi voi trắng sáu ngà (六牙白象), biểu trưng cho đại nguyện rộng lớn và sức mạnh vô biên. Tay Ngài thường cầm các pháp khí như hoa sen (蓮花), Như Ý (如意) hoặc Kim Cang Xử (金剛杵), tượng trưng cho nhiều ý nghĩa biểu pháp khác nhau. Bồ Tát Phổ Hiền cùng với đức Phật Thích Ca Mâu Ni và Bồ-tát Văn Thù được gọi là Hoa Nghiêm Tam Thánh (華嚴三聖), là ba vị tiêu biểu trong kinh Hoa Nghiêm (華嚴經).

Phổ Hiền 普賢 (Phổ 普 là cùng khắp, Hiền 賢 là lòng tốt) có nghĩa là "khắp nơi hiền thiện", biểu thị công đức viên mãn, pháp thân của Ngài hiện diện khắp nơi, hóa thân có thể an trụ trong mọi thế gian, đem lại trí tuệ và phúc lành cho tất cả chúng sinh.

Thập Đại Nguyên (十大願) là hạnh nguyện của Bồ-tát Phổ Hiền (普賢菩薩) chính là kim chỉ nam trên con đường tu hành.

- | | |
|----------|---------------------------------|
| 一者，禮敬諸佛。 | Nhứt giả lễ kính chư Phật. |
| 二者，稱讚如來。 | Nhị giả xưng tán Như Lai. |
| 三者，廣修供養。 | Tam giả quảng tu cúng dường. |
| 四者，懺悔業障。 | Tứ giả sám hối nghiệp chướng. |
| 五者，隨喜功德。 | Ngũ giả tùy hỷ công đức. |
| 六者，請轉法輪。 | Lục giả thỉnh chuyển pháp luân. |
| 七者，請佛住世。 | Thất giả thỉnh Phật trụ thế. |
| 八者，常隨佛學。 | Bát giả thường tùy Phật học. |
| 九者，恆順眾生。 | Cửu giả hằng thuận chúng sanh. |
| 十者，普皆迴向。 | Thập giả phổ giai hồi hướng. |

Một là lễ kính chư Phật.

Hai là khen ngợi Như Lai.

Ba là hiến cúng rộng lớn.

Bốn là sám hối nghiệp chướng.

Năm là tùy hỷ công đức.

Sáu là xin chuyển pháp luân.

Bảy là thỉnh Phật ở đời.

Tám là thường học theo Phật.

Chín là hằng thuận chúng sanh.

Mười là hồi hướng khắp cả.



3.5. Hạnh Địa Tạng (地藏行).

Ngoài ra còn có hạnh nguyện cứu độ chúng sinh của Bồ-tát và Phật ngụ ý cứu độ “tâm chúng sinh = tâm vô minh” nơi mỗi con người bằng sự giác ngộ sự thật, lẽ thật Duyên khởi của vũ trụ. Điển hình là hạnh nguyện của **Bồ-tát Địa Tạng** (地藏菩薩; S: Kṣitigarbha).



[Kṣitigarbha - Wikipedia](#)

地獄未空	Địa ngục vị không
誓不成佛	Thệ bất thành Phật.
眾生度盡	Chúng sanh độ tận
方證菩提	Phương chứng Bồ-đề

*Địa ngục chưa trống không,
Tôi thề không thành Phật.
Chúng sanh độ hết rồi,
Tôi mới chứng Bồ-đề*

Xem thêm:

- [12 Hạnh nguyên của Quán Thế Âm Bồ tát.](#)
- [12 Hạnh nguyên độ sinh của Đức Phật Dược Sư](#)
- [Lịch Sử và 48 Đại Nguyên của Đức Phật A Di Đà](#)



4. Các vấn đề của Giới luật.

Trong đạo Phật, Giới Luật được xem là một phương tiện tốt, là một trong những Duyên cần thiết để luyện tâm, nhưng lại không mù quáng, không quá lệ thuộc vào các hình thức giáo điều. Hành giả cần hiểu biết rõ Chánh Pháp và Giới Luật để tự đi đến giải thoát, mà không phải rơi vào vô minh chấp thủ.

4.1. Khai – Giá – Trì – Phạm (开这持犯)

Trong kinh Đại Bát Niết Bàn bản Pali, đức Phật đã căn dặn cho A-nan-đà trước khi diệt độ rằng:

"Này A-nan-đà, sau khi ta ra đi, nếu Tăng đoàn muốn, có thể bỏ được trong Giới Luật những điều nhỏ nhặt, không đáng kể"

Như đã biết, Giới có là do có người sai phạm, tùy loại hình sai phạm mà Phật chế giới, nghĩa là giới là phương tiện để tránh ác hành thiện. Chính vì thế trong luật có quy tắc Khai – Giá – Trì – Phạm để hành giả không bị dính mắc trong việc hành trí tu học.

1) Khai 开 là mở ra, là cho làm. Ví như uống rượu là phạm giới, tuy nhiên trường hợp mắc bệnh mà thầy thuốc nói cần uống thuốc rượu mới hết, người ấy khai báo ra lý do, ấy là không phạm.

2) Giá 这 là che, là ngăn cấm, là không cho làm. Là vì không muốn cho người đời phê bình. Ví như ở Ấn Độ, nếu tu sĩ đi làm ruộng thì người đời phê bình, cho nên làm ruộng là phạm; ngược lại, ở Trung Quốc, tu sĩ đi khẩn thực thì người đời lại chê là con một gạo, còn đi canh tác thì được chấp nhận, nên ở Trung Quốc làm ruộng là giữ giới, ở Ấn Độ làm ruộng lại phá giới. Do đó, nếu muốn hoằng pháp thì phải phù hợp với phong tục của địa phương đó.

3) Trì 持 là giữ gìn, như thọ giới thì phải trì giới luật cho thanh tịnh. Những 5 giới, 10 giới, đến 250 giới, 348 giới Thanh Văn, được gọi là chỉ trì, tức giới không làm thì không phạm, được gọi là tác trì, tức giới là những điều cần làm thì phải làm, không làm là phạm.

4) Phạm 犯 là vi phạm, như thọ giới mà không trì giới cho thanh tịnh tức là phạm.

Trong Luật tạng ghi rằng một lần các Phật tử và ngoại đạo chê trách các vị Tỷ-kheo đứng mà tiểu tiện, cho rằng cung cách đó là thô tháo, thiếu lịch nhã. Khi sự việc này được trình lên Phật, Phật bèn dạy: "*Vậy thì từ nay các Tỷ-kheo, ngồi mà tiểu tiện*". Nhưng ở một quốc độ (*) khác, khi chư Tỷ-kheo ngồi tiểu tiện thì lại bị chê rằng các đệ tử của Phật toàn là nữ giới. Khi sự việc này trình lên Phật, Phật lại dạy: "*Nếu vậy, thì đứng mà tiểu vậy*".

Thế có nghĩa là tùy theo quốc độ, tùy theo văn hóa mà thích ứng. Đây là một trường hợp điển hình nói lên tính chất linh động và cởi mở của Giới.

Như vậy giới trong giáo lý Phật giáo, không mang tính cố chấp, cứng nhắc như là giới điều võ đoán (E: dogma), mà mang nghĩa tự nguyện, thiết thực đem lại lợi ích cho mình và người, nhằm nuôi dưỡng và phát triển tín tâm của mình và người.

(*) Quốc độ 國土 = Sát độ 刹土 (P: khetta; S: kṣetra; E: domain, region): Chỉ cho đất đai, lãnh thổ hoặc chỗ ở của chúng sinh. Quốc độ có Tịnh độ và Uế độ khác nhau.



4.2. Giới cấm thủ (戒禁取; P: Sīlabbata-parāmaṣa; S: Śīlavrata-parāmarśa; E: Rites-and-rituals clinging, Clinging to a mistaken understanding of the precepts and their purpose, grasping of rules and customs):

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.

Trong Câu Xá Luận, quyển 19 có ghi rằng: “*Những tà kiến đối với những cái chẳng phải là Nhân của đạo mà cho là Nhân của đạo, được gọi chung là Giới cấm thủ ...*”



4.3. Tính thích nghi của Giới luật.

Giới luật thuộc phạm trù đạo đức, hơn nữa, Giới luật Phật giáo lại được xây dựng trên chân lý Duyên khởi, cho nên tính thích nghi của Giới luật theo không gian và thời gian là lẽ tự nhiên. Tuy nhiên, trong lịch sử phát triển của đạo Phật, đã có những bất đồng ý kiến nảy ra rất sớm về Giới luật, dẫn tới Hội nghị Kết tập lần thứ hai tại Tỳ-xá-li (Vaishali), khoảng 100 năm sau khi đức Phật viên tịch.

Theo đó, hiện nay có nhiều ý kiến về vấn đề thích nghi của Giới luật như sau:

1) Bát kính Giới 八敬戒 = Bát kính Pháp 八敬法 (P: Aṭṭha-garudhammā; S: Ashta-garudharma; E: The Eight Strict Rules for Buddhist Nuns) (*):

Bát kính Pháp là tám pháp được xem là Phật dạy, Tỳ kheo ni phải cung kính tôn trọng Tỳ kheo tăng. Bát kính pháp là pháp thêm vào giới luật của Tỳ-kheo ni (311 giới hay 348 giới), có nội dung sau:

1. Một Tỳ-kheo ni, dù có trăm tuổi hạ cũng phải kính trọng Tỳ-kheo. Khi gặp một Tỳ-kheo phải đứng dậy, cúi mình đánh lễ và xử sự đúng phép tắc.

2. Tỳ-kheo ni không được an cư kiết hạ ở địa phương nào không có Tỳ-kheo.

3. Mỗi nửa tháng, Tỳ-kheo ni phải đợi chúng Tỳ-kheo quyết định ngày lễ Bồ Tát và giờ Tỳ-kheo đến giáo giới.

4. Sau khi an cư, Tỳ-kheo ni phải xin Tự tứ trước hai Tăng ni chúng về: thấy, nghe và nghĩ.

5. Tỳ-kheo ni phạm tội Tăng tàn phải làm pháp sám hối Ma-na-đỏa (manatta) trước hai Tăng ni chúng trong nửa tháng.

6. Sau khi học tập sáu giới pháp trong hai năm, Tỳ-kheo ni phải xin thọ cụ túc giới trước hai Tăng ni chúng.

7. Trong bất cứ trường hợp nào, một Tỳ-kheo ni không được mắng chửi hay nặng lời đối với Tỳ-kheo.

8. Tỳ-kheo ni không có quyền khiển trách, cử tội Tỳ-kheo. Ngược lại, Tỳ-kheo được quyền cử tội Tỳ-kheo ni.

Tại Đài Loan, từ nhiều năm nay đã xuất hiện một phong trào vận động hủy bỏ Bát kính Pháp, khởi xướng bởi Ni giới. Phong trào này mỗi ngày một lan rộng và có nhiều lý do:

1- Tinh thần bình đẳng nam nữ đã trở thành phổ biến trong xã hội Đài Loan và không thể tránh ảnh hưởng đến Tăng Ni đoàn.

2- Phật giáo Đài Loan đang phần nào bị “thế tục hóa” bằng những tư tưởng thế học của Tăng Ni.

3- Phật giáo Đài Loan không tổ chức theo Giáo hội, mà tổ chức theo tông phái, mỗi tông phái phát triển độc lập và có qui luật riêng.

4- Thế lực của Ni giới Đài Loan đang lớn mạnh dần và nắm thế chủ đạo trong mọi lãnh vực: tổ chức, ngoại giao, văn hóa, xã hội, v.v.

Đối lại với các lập luận bảo thủ bên vực Bát kính Pháp, cho rằng những qui luật khắt khe này không nằm ngoài mục đích bảo vệ nữ giới. Tuy nhiên, những người chủ trương bác bỏ Bát kính Pháp cho rằng tám điều đó đều lỗi thời và không còn lý do tồn tại trong xã hội ngày hôm nay.

Về phía Việt Nam, thay vì kêu gọi hủy bỏ Bát kính Pháp thì Thiền sư Nhất Hạnh chế ra Bát kính Pháp cho Tăng sĩ, đó là những bốn phận của một Tỳ-kheo đối với Tỳ-kheo ni, nhưng ai cũng hiểu đó là để lập lại sự bình đẳng nam nữ giữa Tăng và Ni.

2) Đơn giản hóa Giới luật:

Từ hơn 50 năm nay Thiền sư Nhất Hạnh đã nhắm đến sự tu chỉnh lại giáo chế, nhằm hiện đại hóa đạo Phật và đưa đạo Phật đi vào cuộc đời. Trong cuốn sách “Đạo Phật hiện đại hóa”, xuất bản năm 1965 tại Việt Nam, TS đề nghị phân biệt hai dòng tu theo đạo Phật, là dòng Thế Nhập và dòng Tiếp Hiện.

1. **Dòng tu Thế Nhập** (E: Order of Penetration) có tính chất xuất thế, chuyên sâu về giáo lý và kinh nghiệm tâm linh, thì “*Giới luật sẽ được đơn giản hóa, và tu chỉnh lại, để thích hợp hơn với nếp sống tu viện. Hai trăm năm mươi giới sẽ còn lại độ chừng ba mươi giới căn bản và cần thiết. Sự tu chỉnh giới luật phải được xem như là cần thiết và thích hợp với tinh thần kế cơ của đạo Phật. Không lý sống trong một xã hội cách xã hội đức Phật đã mấy ngàn năm mà nếp sống giới luật vẫn là nếp sống cũ. Rất nhiều điều khoản trong giới luật Tỳ-kheo đã không còn hợp thời; những vị tăng sĩ nào đã thọ Tỳ-kheo đều công nhận như thế.*”

2. **Dòng tu Tiếp Hiện** (E: Order of Interbeing) có tính chất nhập thế, đem đạo Phật đi vào cuộc đời, phụng sự cho xã hội, thì “*Họ sẽ được làm lễ thọ giới – giới luật của họ không*

phải là giới luật xuất thế, mà là giới luật nhập thế. Giới luật ấy là tâm giới – mang tính cách của Bồ tát giới, biểu lộ tinh thần từ bi trí tuệ của đạo Phật, biểu lộ triết học hành động của đạo Phật."

Dòng tu Tiếp Hiện đã được thành lập bởi Thiền sư Nhất Hạnh năm 1966 tại VN, và từ Đạo Tràng Mai Thôn, tại Pháp, đã phát triển trên nhiều nước trên thế giới, nhất là tại Tây Phương. Dòng tu gồm có bốn chúng: xuất gia nam, xuất gia nữ, tại gia nam và tại gia nữ, và được hướng dẫn bởi 14 giới Tiếp Hiện. Dĩ nhiên, sự có mặt của những người tại gia, có gia đình trong một dòng tu Phật giáo không được chấp nhận bởi dư luận truyền thống một cách dễ dàng. Tuy nhiên, đối với một số dòng tu tại Tây Tạng và Nhật Bản, cho phép tăng sĩ lập gia đình, thì đó là một chuyện bình thường, và hiện nay bên phía Công giáo tại Tây phương cũng đang có một phong trào kêu gọi hủy bỏ sự bắt buộc các linh mục sống độc thân.

Những 14 giới Tiếp Hiện là:

1. Không được thờ làm thần tượng một chủ nghĩa một lý thuyết nào, kể cả những chủ nghĩa và lý thuyết Phật giáo. Những hệ thống giáo lý trong đạo Phật phải được nhận thức như những pháp môn hướng dẫn mà không là những chân lý tuyệt đối.

2. Không được yên trí rằng những kiến thức mình hiện có là những chân lý bất di bất dịch để trở thành cố thủ và hẹp hòi. Phải luôn luôn học hỏi thái độ phá chấp và cởi mở để đón nhận quan điểm của kẻ khác. Phải suốt đời là một người tìm học.

3 . Không được ép buộc người ta theo mình, bất cứ bằng cách nào. Phải tôn trọng tự do của kẻ khác .

4. Không được trốn tránh khổ đau, nhắm mắt trước khổ đau và đánh mất ý thức về khổ đau của sự sống. Phải tìm tới những kẻ khổ đau.

5 . Không được đặt một trong bốn thứ danh, lợi, tài, sắc làm mục tiêu chính của đời sống mình. Phải học hạnh tri túc để nghĩ đến kẻ khác.

6. Không được giữ tâm sân hận và oán thù. Phải quán từ bi để tha thứ cho tất cả những người gây nên tâm niệm sân hận và oán thù của mình, ngay sau khi tâm niệm ấy phát sinh.

7. Không được nói những lời có thể tạo nên sự bất hòa và tan vỡ trong đoàn thể. Phải áp dụng ái ngữ để hòa giải tất cả những vụ bất hòa, dù lớn hay nhỏ.

8. Không được nói dối để mưu cầu tài lợi và sự kính phục. Không được nói những lời gây chia rẽ, căm thù; không được loan truyền những tin mình chưa biết là có thực; không được phê bình và lên án những điều mà mình không biết chắc. Phải nói những lời chân thực và có giá trị xây dựng.

9. Không được sống một đời sống cách biệt quá với những kẻ khổ đau. Phải sống đời tri túc, giản dị nhưng không lập dị.

10. Không được lợi dụng đạo Phật. Phải giữ cho đạo Phật tính cách thanh cao tuyệt đối của lý tưởng đời mình.

11. Không được sống theo tà mệnh. Phải chọn những nghề nghiệp lương thiện, nhất là những nghề có thể giúp mình thực hiện được lý tưởng Từ Bi cứu khổ của đạo Phật.

12. Không được sát hại nhân mạng, không được tán thành sự chém giết. Phải tìm mọi cách có thể để bảo vệ nhân mạng.

13. Không được lấy làm tư hữu những tiền bạc và của cải bất hợp pháp. Phải bảo vệ quyền tư hữu của kẻ khác nhưng phải biết ngăn ngừa những kẻ làm giàu một cách bất lương và trên sự đau khổ của quần chúng.

14. Không được tà dâm, không có ý lợi dụng không trong sạch những người khác phái. Phải trong sạch và phải biết bảo vệ cho sự trong sạch.

Tại Đạo Tràng Mai Thôn, năm giới căn bản cũng được thay thế bằng “*Năm giới tân tu*”, nhằm tôn trọng và bảo vệ sự sống, môi trường, hạnh phúc gia đình, sự thật, sự hòa hài xã hội và sự tỉnh thức của chính mình, đồng thời 10 giới Sa-di và Sa-di ni cũng được hiện đại hóa như vậy, tuy vẫn giữ nguyên tinh thần cốt tủy ban đầu.

Những 5 giới tân tu gồm:

1. Giới thứ nhất: Bảo vệ sự sống – Nguyên không sát hại, không để kẻ khác sát hại và không yểm trợ cho bất cứ một hành động sát hại nào trên thế giới, trong tư duy cũng như trong đời sống hằng ngày ...

2. Giới thứ hai: Hạnh phúc chân thực – Nguyên không lấy làm tư hữu bất cứ một của cải nào không phải do tự mình tạo ra ... , đồng thời thực tập theo chánh mạng để có thể làm giảm thiểu khổ đau của mọi loài trên trái đất.

3. Giới thứ ba: Tình thương đích thực – Nguyên không có liên hệ tình dục với bất cứ ai nếu không có tình yêu đích thực và những cam kết chính thức và lâu dài. Con sẽ làm mọi cách có thể để bảo vệ trẻ em, không cho nạn tà dâm tiếp tục gây nên sự đổ vỡ của các gia đình và của đời sống đôi lứa.

4. Giới thứ tư: Lắng nghe và ái ngữ – Nguyên nói sự thật, học các hạnh Ái Ngữ và Lắng Nghe để có thể hiến tặng niềm vui cho người, làm vơi bớt nỗi khổ đau của người, giúp đem lại an bình và hòa giải giữa mọi người, giữa các quốc gia, chủng tộc và tôn giáo.

5. Giới thứ năm: Nuôi dưỡng và trị liệu – Nguyên học hỏi cách chuyển hóa thân tâm, xây dựng sức khỏe cơ thể và tâm hồn bằng cách thực tập chánh niệm trong việc ăn uống và tiêu thụ ...

Về các giới của Tỳ-kheo và Tỳ-kheo ni (hay Khất sĩ nam và Khất sĩ nữ), thì TS Nhất Hạnh cùng với Hội Đồng Giáo Thọ Đạo Tràng Mai Thôn đã thành lập một *Giới bốn Khất sĩ Tân tu* (E: The Revised Pratimoksha), sau khi tham vấn với nhiều vị tăng Luật sư cũng như trưởng thượng ở Việt Nam và ngoại quốc. Giới bốn mới này đã được công bố ngày 31/3/2003 tại Viện Đại Học Tăng Già Trung Ương Seoul, Hàn quốc. Số giới vẫn giữ nguyên (250 cho Tỳ-kheo và 348 cho Tỳ-kheo ni), nhưng cũng có những thay đổi đáng kể, và một số giới cũ được thay thế bằng giới liên quan đến các phương tiện trong thời đại mới, như xe hơi, điện thoại, máy phát thanh, truyền hình, vi tính, Internet, v.v.

Phần II

Định

1. Định.

1.1. Khái niệm về Định.

Định (定; P;S: Samādhi; E: Concentration) là tâm không phóng dật.

Phóng dật là tâm hướng về quá khứ, tương lai hoặc hướng ra ngoại cảnh bên ngoài lôi cuốn, nên tâm rơi vào thế giới ảo, dính mắc và chìm đắm vào trần cảnh, đánh mất thực tại. Vì vậy để giải trừ buông lung phóng dật, hành giả thường nên thận trọng, chú tâm, quan sát thân tâm trong mọi sinh hoạt đời sống.

Buông lung là tâm lang thang bất định cho nên thấy thì chạy theo cái bên ngoài gọi là phóng dật. Khi chạy theo trần cảnh thì thất niệm (bỏ quên thực tại thân tâm, không còn trọn vẹn với chính mình) ràng buộc với đối tượng khổ vui bên ngoài; đó là thất niệm hay mất tỉnh giác. Như vậy có 2 thái độ sống:

1. Sống buông lung phóng dật sẽ đưa đến thất niệm mất tỉnh giác.
2. Sống tỉnh tấn thường trở về với thực tại sẽ đưa đến chánh niệm tỉnh giác.

Trong kinh Trung A-hàm, phẩm Đại, kinh Dụ, số 141 có viết:

"Một thời Đức Phật du hóa tại nước Xá-vệ, trong rừng Thảng, vườn Cấp Cô Độc. Bấy giờ, Đức Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

- Nếu có vô lượng thiện pháp mà có thể đạt được thì tất cả đều lấy sự không phóng dật làm căn bản, không phóng dật làm tập khởi, nhân không phóng dật mà phát sinh, không phóng dật làm đầu. Trong các thiện pháp, không phóng dật là tối đệ nhất.

- Cũng như làm ruộng, tất cả đều nhân nơi đất, y cứ trên đất, thiết lập trên đất mới làm được ruộng. Cũng vậy, nếu có vô lượng thiện pháp mà có thể đạt được thì tất cả đều lấy sự không phóng dật làm căn bản, không phóng dật làm tập khởi, nhân không phóng dật mà phát sinh, không phóng dật làm đầu. Trong các thiện pháp, không phóng dật là tối đệ nhất.

- Cũng như hạt giống, các loại hạt giống, các loại thảo mộc, trăm giống lúa, cây thuốc được phát sinh, trưởng dưỡng, tất cả đều nhân nơi đất, y cứ trên đất, thiết lập trên

đất mới được sinh trưởng. Cũng vậy, nếu có vô lượng thiện pháp mà có thể đạt được thì tất cả đều lấy sự không phóng dật làm căn bản, không phóng dật làm tập khởi, nhân không phóng dật mà phát sinh, không phóng dật làm đầu. Trong các thiện pháp, không phóng dật là tối đệ nhất.



1.2. Phân loại Định:

Định theo định nghĩa trên được phân làm 2 loại:

1) Định hữu lậu 有漏戒; P: āsava-samādhī; S: āsrava-samādhī; E: defiled concentration = **Tam giới định:** Đó là sự hành trì Định dễ gây ra phiền não. Nơi đây, Định được hành trì trên đối tượng không phải là chân lý, hoặc hành trì trên đối tượng với các tà tâm dẫn đến Tà định. Do đó, tính chất của Định này có thể là thiện hay bất thiện.

Các tầng Định ở Sắc giới và Vô sắc giới trong đạo Phật hãy còn là các Định hữu lậu thuộc Lục đạo.

2) Định vô lậu (無漏戒; P: anāsava-samādhī; S: anāsrava-samādhī; E: undefiled concentration = **Chánh định:** Đó là sự hành trì Định không gây ra phiền não. Nơi đây, Định được hành trì trên đối tượng là chân lý, gọi là Sát-na định thuộc pháp hành Thiền tuệ, nên cũng là điểm đặc sắc riêng của đạo Phật.



1.3. Định và Thanh tịnh.

Có nhiều kiến giải về Định hay Thanh tịnh (清淨; P: Parisuddha; S: Paríuddha; E: Quite pure, completely purified) như là trạng thái nội tâm tập trung và hướng nội tâm trở thành gỗ đá, tức rơi vào các cực đoan, ví dụ như nội tâm quán về Thiện-Ác hoặc Không Thiện-Không Ác. Đây là dạng thiền ngoài Phật giáo, mà trong Phật giáo gọi đó là hội chứng “Phật đá”.

Kỳ thật trong Phật giáo, Định hay Thanh tịnh là nói cho trạng thái của một nội tâm sáng suốt sinh động và ổn định (= tuệ giác), do được soi sáng bởi lẽ thật Duyên khởi. Tùy Duyên là đầu mối của một bộ não tinh xảo và nhạy bén, ứng xử thích nghi trong mọi hoàn cảnh nơi một bậc Thánh.

Định hữu lậu là định do đưa tâm tới một đối tượng (mang tính chấp thủ ảo tưởng).

Định vô lậu là định do thấy rõ bản tính của đối tượng khiến tâm không loạn động (vì ảo tưởng).



2. Định hữu lậu = Tam giới định.

Tam giới định là tỉnh lự trong Tam giới gồm: Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới. Tam giới định còn gọi là **Tiểu định** 小定, **Nhập định** 入定 hay **Hữu lậu định** 有漏定, có nội dung sau:

2.1. Dục giới định (欲界定): Đây là định thuộc cõi Dục, còn được gọi là **Dục định** hay **Cận hành định** (近行定; P;S: Upacāra-samādhī). Do định tâm ở cõi Dục không liên tục mà mất đi rất nhanh, nên cũng gọi là **Điện quang định** 電光定 (= định ánh chớp) ở giai đoạn trước khi vào Sơ thiền.

Trong Luận Thành Thực quyển 11 thì cho rằng cõi Dục thực sự có thiền định, và thiền định này có thể phát ra trí không động.



2.2. Sắc giới định (色界定; P: Rūpa-samādhī; S: Rūpa-samādhī):

1) Sơ thiền định (初禪定; P: Paṭhama-samādhī; S: Prathama-samādhī): Hành giả có cảm thọ hỷ lạc do đã xa lìa hẳn các dục và các pháp bất thiện ở Dục giới, gọi là "**ly sinh hỷ lạc**", nhưng hai tâm sở "*tầm*" (phân biệt thô trọng) và "*tứ*" (phân biệt vi tế) vẫn còn hoạt động, cho nên vẫn còn phải đối trị.

2) Nhị thiền định (二禪定; P: Dutiya-samādhī; S: Dvītiya-samādhī): Hành giả có cảm thọ hỷ lạc do định lực, hai tâm sở "*tầm*" và "*tứ*" đã dứt hẳn, gọi là "**định sinh hỷ lạc**".

3) Tam thiền định (三禪定; P: Tatiya-samādhī; S: Tṛtīya-samādhī): Hành giả xả ly hai cảm thọ hỷ và lạc của bậc Nhị thiền, trụ nơi cảnh giới "*phi khổ phi lạc*" hay "*hành xả*", gọi là "**ly hỷ diệu lạc**".

4) Tứ thiền định (四禪定; P: Catuttha-samādhī; S: Caturtha-samādhī): Hành giả xả ly cảnh giới "*phi khổ phi lạc*" ở bậc Tam thiền, gọi là "**xả niệm thanh tịnh**".

Đặc tính của bốn bậc định Sắc giới là hoàn toàn xuất ly những cảm thọ của Dục giới, chỉ tương ứng với những cảm thọ và quán tưởng của Sắc giới. Từ Sơ thiền cho đến Tứ thiền, các hoạt động tâm lý phát triển một cách tuần tự, hình thành các thế giới tinh thần không giống nhau; trong đó, ba bậc định ở trước được coi là ba nấc thang phương tiện để tiến lên nấc thang thứ tư. Bậc định Tứ thiền mới là bậc định chân thật.

Tuy nhiên, thiền với bốn bậc định này vẫn chưa giúp hành giả giải thoát trọn vẹn, mà hãy còn bị động trong sinh tử luân hồi của *Ba cõi* (= Tam giới : Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới), cho nên chúng thuộc về loại thiền hữu lậu (thiền còn vướng phiền não). Dù vậy, thiền với bốn bậc định đó có công năng giảm trừ phiền não, sinh các thiện pháp, làm chỗ y cứ cho giác ngộ-giải thoát, cho nên chúng được gọi là “căn bản định”.



2.3. Vô sắc giới định (無色界定; P;S: Arūpa-samādhī):

1) Không vô biên xứ định (空無邊處; P: Ākāśanañcāyatana; S: Ākāśanantyāyatana): Loại định này vượt khỏi sắc tướng (P;S: rūpa) sai biệt, có tư duy về cái tướng không giới hạn của không gian và đồng nhất mình với không gian vô hạn đó.

2) Thức vô biên xứ định (識無邊處; P: Viññāṇaṇcāyatana; S: Vijñānanantyāyatana): Loại định này vượt khỏi Không vô biên xứ, có tư duy về cái tướng không giới hạn của tâm thức, và đồng nhất mình với tâm thức không giới hạn đó.

3) Vô sở hữu xứ định (無所有處; P: Ākiñcaññāyatana; S: Ākiṃ-canyāyatana): Loại định này vượt khỏi Thức vô biên xứ, có tư duy về cái tướng vô sở hữu, lìa được trạng thái không quán, thức quán và tâm sở hữu (không còn có bất cứ một hiện tượng gì) của vạn pháp.

4) Phi tưởng phi phi tưởng xứ định (非想非非想處; P: Nevasaññā-nāsaññāyatana; S: Naivasamjñā-nāsamjñāyatana): Loại định này vượt khỏi Vô sở hữu xứ, tư duy về cái tướng không có tri giác, mà cũng không phải là không có tri giác.



Tượng đá Phật Thích Ca tọa thiền với thể bán già và ấn thiền tại Chùa Gal Viharaya, Polonnaruwa, Sri Lanka.

- Dục giới định còn được gọi là **Cận hành định** (近行定; P;S: Upacāra-samādhī; E: Access concentration, Neighborhood concentration).
- Sắc giới định và Vô sắc giới định còn được gọi là **An chỉ định** (安止定; P: Appanā-samādhī; S: Arpaṇa-samādhī; E: Attainment concentration, Full concentration).

Tu tập theo Vô sắc giới định hành giả phải buông tâm không trú vào đâu cả, và như thế, tâm dễ mở rộng thênh thang; tuy nhiên việc thực hành có nhiều khó khăn hơn.

Khi nhập vào An chỉ định, một trạng thái bất nhị xuất hiện, đó là chủ thể nhận thức và đối tượng được nhận thức trở thành một: "*Một là tất cả, Tất cả là một*" hay "*Tiểu ngã là Đại ngã, Đại ngã là Tiểu ngã*". Đây được gọi là **tuệ của thiền định** (P: jhāna-ñāṇa; S: dhyāna-jñāna).

Các bậc thiền có thể đè nén *chế ngự được phiền não loại trung* (P: pariyuṭṭhānakilasa) không phát sinh ở trong tâm. Hành giả có thể an hưởng sự an lạc của các bậc thiền, và có thể luyện pháp thần thông.

Các bậc thiền hữu sắc cho quả tái sinh cõi trời sắc giới phạm thiên. Các bậc thiền vô sắc cho quả tái sinh cõi trời vô sắc giới. Các bậc thiền đều có thể làm nền tảng, làm đối tượng cho pháp hành thiền tuệ.



3. Định vô lậu = Chánh định.

Chánh định (正定; P: Sammā-samādhī; S: Samyak-samādhī; E: Right // Truthful concentration) còn được gọi là **Sát-na định** (刹那定; P: Khaṇika-samādhī; S: Kṣaṇika-samādhī; E: Momentary concentration): Đây là sự định tâm trên đối tượng ở mỗi danh pháp hoặc mỗi sắc pháp trong thời gian ngắn ngủi tùy theo nhân duyên của nó. Chánh định thuộc về pháp hành thiền tuệ. Tuệ giác về Duyên khởi, tức Vô ngã và Vô thường, là yếu tố soi sáng các Duyên sinh-diệt nơi đối tượng, vượt lên các đối đãi nhị nguyên như “đúng-sai, tốt-xấu, đẹp-xấu, hay-dở ...”, hình thành nên Sát-na định này.

Chánh định còn gọi là **Đại định** 大定, **Kim Cương định** 金剛定 hay **Vô lậu định** 無漏定, và tạm chia ra làm 3 cấp:

1) Sơ định (初定; P: Parikamma-samādhī; S: Parikarma-samādhī; E: Preparatory concentration): Hình thành khi hành giả hành trì Chánh niệm “**Từ Ba-la-mật**” - (慈波羅蜜; P: Mettā-pāramī; S: Maitrī-pāramitā; E: The perfection of loving-kindness or of benevolence)” [Xin xem Thập Ba-la-mật].

2) Cận định (近定; P;S: Upacāra-samādhī; E: Neighbourhood concentration): Tâm “Từ Ba-la-mật” của hành giả đạt đến trạng thái rất vi tế. Hành giả cần lưu tâm để

duy trì dòng chảy của tâm Từ Ba-la-mật này, nhưng không quá cường điệu khiến nó chuyển sang trạng thái bồn chồn.

3) Chứng định (證定; P: Appanā-samādhī; S: Arpaṇa-samādhī; E: Attainment concentration, very high level of concentration): Chánh định hoàn mãn. Hành giả chủ động về Định, gắn liền hài hòa cùng Tuệ đã được chứng ngộ. Chánh định biểu hiện sự vững chãi, không dao động, không loạn động trước mọi biến hiện của các pháp.

Trong kinh Đế Phân Biệt Tâm, kinh Đại Tứ Thập - Trung Bộ, luận về tiến trình giải thoát, đức Phật nói : “*Chánh định được tu tập cùng với 7 chi phần khác của Bát Thánh Đạo sẽ dẫn đến Chánh trí* (P: Sammā-ñāṇa), *và Chánh trí sẽ dẫn đến Chánh giải thoát* (P: Sammā-vimutti)”.

Có ý kiến cho rằng khi đạt được định của tứ thiền thì hành giả đã có khả năng hướng tâm tới việc thành tựu **minh** (P: vijjā : thấy biết như thật) với việc quán chiếu **Duyên khởi** về các đời sống quá khứ, về nghiệp và nghiệp quả, và phát triển tuệ mạnh để đoạn trừ phiền não và nhập vào dòng thánh, thành tựu Niết-bàn (giải thoát) mà không phải tiếp tục đi vào *Vô sắc giới định*.

Sở dĩ thiền của đức Phật không tiếp tục đi vào Vô sắc giới định là bởi sự kiện trước khi thành đạo của đức Phật. Đức Phật đã từng theo học với hai vị thầy trứ danh lúc bấy giờ là Ālāra Kālāma và Uddaka Rāmaputta. Không lâu sau khi nhận họ làm thầy, ngài đã chứng đến các tầng thiền định thứ bảy và thứ tám – Vô Sở Hữu Xứ và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ, và ngài đã nhận ra rằng đây không phải là con đường đem lại an lạc và giải thoát. Ngài đã từ giả họ và sau đó đã tự khám phá ra con đường Thiền tuệ đưa ngài đến quả vị Phật – bậc toàn giác giải thoát.

Định tâm mạnh mẽ là điều kiện tạo ra ánh sáng mạnh mẽ, đó là ánh sáng tâm trí với thiền quán như được nói đến trong kinh Tăng Chi, chương nói về Hào quang (P: ābhāvagga). Chính nhờ ánh sáng ấy mà hành giả có thể đi sâu hay thể nhập vào *sự thật Chân đế* (P: Paramattha sacca). Đó là khả năng “nhận biết rõ ràng” hoặc “nhận thấy như thực” (P: yathābhūtaṃ pajānāti) những thực thể vi tế của tâm và vật, gọi là *các pháp Chân đế* (P: Paramattha dhamma).

Chú thích:

- **Tĩnh lự** (靜慮; P: jhāna; S: dhyāna): Gồm 4 tầng bậc của *Định hữu lậu* [= Định trên đối tượng trong Tam giới (Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới)].

- **Tam muội** (三昧; P;S: samādhi): Gồm 3 tầng bậc của *Định vô lậu* [= Định trên đối tượng được quán chiếu bởi Duyên khởi trong pháp hành thiền tuệ].

Phần III

Tuệ

1. Tuệ.

1.1. Khái niệm về Tuệ.

Tuệ 慧 = **Bát-nhã** 般若 (P: Paññā; S: Prajñā; E: Wisdom) có nghĩa là sự hiểu biết nói chung, hoặc sự hiểu biết theo quy ước chế định thông thường của con người. Bát-nhã là từ phiên âm từ tiếng Phạn.

Trong kinh Di Giáo, trước khi nhập diệt, đức Phật đã căn dặn các đệ tử rằng:

*"Tuệ giác là chiếc thuyền kiên cố đưa con người thoát khỏi biển khổ của già, đau, chết. Chính nó là ngọn đèn lớn chói sáng vô minh hắc ám, là liều thuốc tốt chữa hết thầy bệnh tật, là chiếc búa sắt chặt gãy cây phiền não. Vậy các người hãy lấy **sự nghe, sự suy nghĩ, sự tu tập** (Văn Tư Tu) mà tăng ích cho tuệ giác của mình".*

Trên hai ngàn năm trăm về trước, đạo Phật đã xuất hiện với quan điểm giáo pháp về tu tập và thành tựu cứu cánh của tu tập, hoàn toàn dựa trên sự phát triển lý trí tự thân để chuyển hóa các trí tuệ thế gian lên đỉnh cao, gọi là tuệ giác, tuệ giải thoát.

Giáo pháp cao thượng đã do chính đức Phật tự thân thực hành để giác ngộ, sau đó đã được giảng dạy công khai, không dấu diếm hay bí truyền.



1.2. Phân loại tuệ.

Tuệ theo định nghĩa trên được phân làm 2 loại:

1) Tuệ hữu lậu (有漏慧; P: āsava-paññā; S: āsrava-prajñā; E: defiled wisdom):

Đó là sự nhận thức hay thấy biết dễ gây ra phiền não. Tuệ hữu lậu là những tri thức hiểu biết sự vật thường thấy nơi đời sống thế tục với những quy ước mặc định, và trong đạo Phật gọi đó là Thức (E: consciousness).

2) Tuệ vô lậu (無漏慧; P: anāsava-paññā; S: anāsrava-prajñā; E: undefiled wisdom, perfect wisdom, truthful wisdom): Đó là sự nhận thức lẽ thật hay thấy biết sự thật, từ đó không gây ra phiền não. Tuệ vô lậu là những nhận thức sự vật được soi sáng bởi chân lý khách quan tự nhiên Duyên khởi. Với Tuệ vô lậu, những tri thức hiểu biết ở thế tục không bị phủ bác, mà hành giả chỉ cần thấy rõ ra bản chất hay bản tính thật của những sự vật này, để tâm hành giả không dính mắc vào chúng mà tạo nên phiền não (nội kết).

Tuệ vô lậu 無漏慧 = **Tuệ giác** 慧覺 = **Tuệ giải thoát** 慧解脫 = **Bát-nhã Ba-la-mật** 般若波羅蜜 (P: Paññā-pāramī; S: Prajñā-pāramitā; E: Perfect wisdom) có nghĩa là sự hiểu biết tròn đầy bản tính thực và sự vận hành của mọi sự mọi vật trong vũ trụ. Bát-nhã Ba-la-mật là từ phiên âm từ tiếng Phạn, có nghĩa là *Tuệ qua bờ*- đó là từ bờ Vô minh (tối) sang bờ Minh = Giác ngộ (sáng).

Tuệ vô lậu là trí tuệ cao tột hình thành nơi bậc giác ngộ. Nói cụ thể hơn, tuệ vô lậu là sự thấu rõ chân lý Duyên khởi của vũ trụ, để rồi từ đó giải thoát toàn triệt mọi *khổ não* (= nội kết) trôi buộc.

Trong kinh Bát Đại Nhân Giác, phần cuối của bài kệ thứ ba, đã chỉ ra kim chỉ nam cho những ai thành tâm tu học, muốn đi vào thế giới của đạo Phật, đó là:

"*Thường niệm tri túc, an bần thủ đạo, duy Tuệ thị nghiệp* * 常念知足，安貧守道，唯慧是業。* Thường nghĩ đến việc biết đủ, yên trong cảnh nghèo mà giữ đạo, chỉ lấy việc đạt đến tuệ giác làm sự nghiệp đích thực của mình".



2. Tuệ và Trí, Thông, Minh, Thức...

Trong kinh điển đạo Phật có những khái niệm thường được đề cập đến nhưng cần phân biệt, đó là: Tuệ, Trí, Thông, Thức, Minh.

2.1. Tuệ = Trí có 2 trường hợp:

1) Trí (智; P: Ñāṇa; S: Jñāna; E: Wisdom) = **Tuệ hữu lậu**: Sự thấu suốt sự lí.

- *Hậu đắc trí* (後得智; P: Pīṭṭhī-ñāṇa; S: Prṣṭha-jñāna) còn gọi là Phân Biệt trí – thuộc Tục đế. Hậu đắc trí là tuệ giác được dùng trong việc cứu độ chúng sinh sau khi giác ngộ.

- *Tục trí* (俗智) = *Hữu lậu trí* (有漏智): Tục trí là trí tuệ thuộc phạm trù tục đế (chân lý tương đối), thường được gọi là kiến thức, đó là các *thấy biết chế định chủ quan* dễ mang tính phiến diện nơi sự vật, dễ dàng đưa ta tới chấp thủ và sinh ra phiền não (sở tri chướng). Tục trí có thể là dẫn đến hành động thiện hay bất thiện theo nguyên tắc đạo đức Duyên khởi như sau:

"*Thiện* khi hành động làm lợi cho mình và người. *Bất thiện* khi hành động làm hại người lợi mình hoặc làm lợi người hại mình hoặc làm hại cả người lẫn mình." (Trích Trung Bộ kinh II, kinh thứ 61 và 62 và Trung Bộ kinh III, kinh thứ 147).

2) Trí (智; P: Ñāṇa-pāramī; S: Jñāna-pāramitā; E: Perfect wisdom) = **Tuệ vô lậu**: Sự thấu suốt hết lẽ đạo, lẽ thật, chân lý.

- *Căn bản trí* (根本智; P: Mūla-ñāṇa; S: Mūla-jñāna), còn gọi là Chánh trí, Như Lý trí, Vô Phân Biệt trí, Vô Sư trí – thuộc Chân đế. Căn bản trí là tuệ giác thể nhập thực tại.

- *Chân trí* (真智) = *Vô lậu trí* (無漏智): Chân trí là trí tuệ thuộc phạm trù chân đế (chân lý tuyệt đối), đó là các *thấy biết quy luật khách quan* mang tính toàn diện nơi sự vật, giúp ta không bị vướng mắc vào các chấp thủ, vượt thoát phiền não (sở tri thông). Vì thế, Chân trí còn gọi là *Vô lậu trí*, tức *Tuệ giác* đoạn tận phiền não.

Chân trí hay Vô lậu trí vì thế là nền tảng vững chắc trong việc lợi mình và lợi người (tự lợi, lợi tha). Có khi nói Trí hay Tuệ là hàm ý Chân trí, tức chân lý Duyên khởi.



2.2. Tuệ = Thông có 2 trường hợp:

1) Thông (聰; P: Paññā; S: prajñā; E: wisdom) = **Tuệ hữu lậu**: Sự thấu suốt. Như: Khai thông 開通 là thấu suốt sự việc.

2) Thông (聰; P: Paññā-pāramī; S: Prajñā-pāramitā; E: Perfect wisdom) = **Tuệ vô lậu**: Sự sáng suốt (tuệ giác). Như: Viên thông 圓通 dùng nói đến sự thấu suốt hết lẽ đạo, lẽ thật, chân lý.

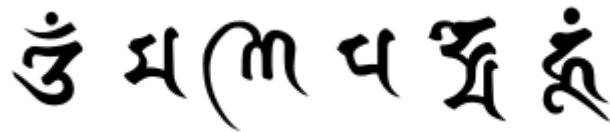
Lưu ý rằng trong kinh điển Pali, chữ Trí (Ñāṇa) và Tuệ (Paññā) được hiểu như nhau và được dùng thay đổi với nhau không phân biệt.



2.3. Tuệ = Minh có 2 trường hợp:

1) Minh (明; P: Vijjā; S: Vidyā; E: Clarity) = **Tuệ hữu lậu**: Sự sáng tỏ.

2) Minh (明; P: Vijjā; S: Vidyā; E: True clarity) = **Tuệ vô lậu**: Sự hiểu biết đúng với lẽ thật, với chân lý Duyên khởi, còn được gọi là *Chánh kiến*, là *Tuệ tri* hay *Liễu tri* các pháp thuộc về bậc Giác ngộ; trái với **Vô minh** (無明; P: Avijjā; S: Avidyā; E: Untrue clarity): Sự hiểu biết không đúng với lẽ thật còn được gọi là *Tà kiến*, là *Vọng tưởng* các pháp, là hiểu biết của phàm phu, cho dù đó là người có nhiều kiến thức trên nhiều lĩnh vực khác nhau nơi thế tục.



Chân ngôn bằng tiếng Tây Tạng với sáu âm tiết

Về chữ 'Minh' trong *Lục Tự Đại Minh Chân Ngôn* * 六字大明真言 * Lẽ thật sáng tỏ trong 6 chữ: "**Om Maṇi Padme Hūṃ** * *Án ma ni bát mi hồng* * *Om, to the Jewel in the Lotus, Hūṃ* * **Hoa sen là viên ngọc quý**", được giải thích là Chánh niệm của các hành giả thực hành theo hạnh "Bồ-tát Quán Thế Âm" (Avalokiteśvara Bodhisattva), với "Viên ngọc quý" biểu hiện cho *Bồ-đề tâm* (菩提心 = Giác tâm 覺心; S: Bodhicitta; E: Mind of awakening, Mind of enlightenment), là sự thấy biết rõ chân lý.

[Bồ-đề (菩提; P;S: Bodhi, tức chân lý); Tâm (心; P;S: citta, tức sự thấy biết rõ)].
Chân lý nơi đây **cũng** chính là chân lý Duyên khởi vậy.



2.4. Tuệ = Thức.

Thức (識; P: viññāna; S: vijñāna; E: knowledge → kiến thức, kiến văn, kiến giải, hiểu biết // E: consciousness → ý thức, các tư tưởng, suy nghĩ, cảm nhận) = **Tuệ hữu lậu**.

Lục thức (六識; P: Cha-viññāṇa; S: Ṣaḍ-vijñāna; E: Six consciousnesses; F: Six connaissances): Lục thức là 6 hiểu biết của con người. Lục thức có được là do Lục căn tiếp xúc với Lục trần. Lục thức gồm:

1. **Nhãn thức** (眼識; P: cakkhu-viññāṇa; S: cakṣur-vijñāna; E: visual consciousness, eye consciousness): Cái biết của mắt do nhìn thấy đối tượng, nhận thức nó, phân biệt nó bởi màu sắc (xanh, đỏ, tím, vàng...), hình dạng (cao, thấp, vuông, tròn...), trạng thái (đi, đứng, nằm, ngồi...)...

2. **Nhĩ thức** (耳識; P: sota-viññāṇa; S: śrotra-vijñāna; E: auditory consciousness, ear consciousness): Cái biết của tai do nghe được đối tượng là âm thanh, nhận thức nó, phân biệt nó ở những đặc điểm về âm điệu, cường độ, âm sắc...

3. **Tỷ thức** (鼻識; P: ghāṇa-viññāṇa; S: ghrāṇa-vijñāna; E: olfactory consciousness, nose consciousness): Cái biết của mũi do ngửi được đối tượng là mùi, nhận thức nó, phân biệt nó ở những đặc điểm là thơm, hôi hay trung tính (không thơm – không hôi).

4. **Thiệt thức** (舌識; P: jivhā-viññāṇa; S: jihva-vijñāna; E: gustatory consciousness, tongue consciousness): Cái biết của lưỡi do nếm, ăn, uống về đối tượng là vị, nhận thức nó, phân biệt nó ở những đặc điểm là: Chua, cay, mặn, ngọt, đắng, bùi, ngon.

5. *Thân thức* (身識; P: kāya-viññāṇa; S: kāya-vijñāna; E: tactual consciousness, body consciousness): Cái biết của da do tiếp chạm với vật thể, nhận thức nó, phân biệt nó ở những đặc điểm là trơn-nhám, cứng-mềm, nóng-lạnh, nặng-nhẹ...)

6. *Ý thức* (意識; P: mano-viññāṇa; S: manah-vijñāna; E: mind consciousness): Cái biết của trí não do suy tưởng.

Tu học Phật là nhằm thấy ra chân lý Duyên khởi, để soi sáng Thức, chuyển hóa Thức, nghĩa là Thức => Trí = Tuệ giác.

Chú thích: Theo Pháp tướng tông (法相宗) và Duy thức tông (唯識宗) trong Phật giáo Bắc truyền, mỗi chúng sinh đều có 8 lớp thức riêng biệt gọi là Bát thức (八識; S: aṣṭa-vijñānāni). Theo giáo lí của các tông này, năm thức đầu tiên tương ứng với 5 giác quan, thức thứ 6 (ý thức 意識) tương ứng với suy tưởng, thức thứ 7 là Mạt-na thức (末那識; S: mānas-vijñāna; E: defiled mental consciousness) tương ứng với ý niệm về bản ngã, thức thứ 8 là A-lại-da thức (阿賴耶識; S: ālaya-vijñāna; E: store-house consciousness) là kho chứa mọi dấu ấn từ kinh nghiệm của mình.

Theo Thành Duy Thức luận 成唯識論. Thức thứ 8 được gọi là Bản thức (本識), Tạng thức (藏識) hay Chủng tử thức (種子識).

Chức năng của thức là **nhận biết** sự vật hiện tượng. Theo đó 6 thức đầu đã được đức Phật Thích Ca truyền dạy, thỏa đúng chức năng của thức, 6 thức này được xem là hình thành từ **Sắc uẩn, Thọ uẩn, Tưởng uẩn**. Còn thức thứ 7 và thức thứ 8 được các Tổ về sau lập thêm, được xem là đã thức hóa **Hành uẩn** và **Thức uẩn**, và cả hai đều không có chức năng của thức (là nhận biết), mà chỉ có đặc tính là *chấp thủ nhận biết* (Mạt-na) và *lưu trữ nhận biết* (A-lại-da).

Hai chức năng chấp thủ và lưu trữ này được truyền từ kiếp này qua kiếp khác, được xem là hai thành phần đóng vai trò chủ yếu trong việc tái sinh. Giải tỏa các chấp thủ lưu trữ này chính là cách thức đi đến giải thoát.



3. Tam tuệ: Văn tuệ, Tư tuệ, Tu tuệ.

3.1. Các giai đoạn phát triển tuệ giác.

Theo Phật giáo (Nam truyền và Bắc truyền), trí tuệ có nhiều giai đoạn phát triển. Có thể nói rằng đầu tiên phát tâm là do trí tuệ, mà cuối cùng được giải thoát lại cũng do trí tuệ.

- Trong kinh Trường Bộ - DN 33 (kinh Phúng Tụng), Tam tuệ (三慧: ba tuệ) được mô tả như sau: "**Văn sanh tuệ, Tư sanh tuệ, Tu sanh tuệ**" và thường gọi ba tuệ này là ba tuệ gốc (P: mūla paññā; S: mūla prajñā; E: root wisdom).

- Trong luận Thành Thập quyển 16, phẩm Tam tuệ 194, có nói: *Lấy ba tuệ làm một đề mục độc lập để luận cứu, thì Văn tuệ là trí tuệ phát sinh từ các Tu Đa La (= P: sutta; S: sūtra – kinh điển), là Vô lậu trí do nghe Chánh pháp mà hiểu được nghĩa lý của điều mình nghe. Tuy nhiên, nếu nghe và hiểu Chánh pháp một cách chính xác và chỉ ghi nhớ trong đầu óc không thôi thì rốt cục đó cũng chỉ là tri thức, không giúp ích gì cho nội tâm con người cả. Muốn chuyển hóa nội tâm tất phải hoạt hóa Chánh pháp, tức là phải sống theo Chánh pháp. Mà phương pháp hoạt hóa Chánh pháp được đưa ra là hai loại Tư tuệ và Tu tuệ tiếp sau Văn tuệ.*

- Trong luận Câu Xá (quyển 22) và luận Tỳ-Bà-Sa (quyển 42, Đại chính, 27, trang 217, trung), đã giải thích việc lấy ba tuệ làm phương tiện để kiến đạo: **Văn tuệ** chủ yếu là nơi câu văn, **Tư tuệ** tuy cũng do văn nhưng lại đặt nặng ở suy lý. Lại tiến lên bước nữa là **Tu tuệ**, mà theo luận A-tỳ-đạt-ma, chủ yếu là do thiền tuệ mới có thể đạt được.

Đến Tu tuệ thì trí tuệ mới trọn vẹn, bởi thế, cái cực trí của Tu tuệ là tuệ giải thoát, là tuệ chuyển hóa nội tâm đến sự giải thoát sau cùng".

- Trong kinh Pháp Hoa: "**Nếu người được nghe hiểu, suy gẫm, tu hành, ắt biết người ấy được gần Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác (S: Anuttara-Samyak-Sambodhi). Lại nói Giáo, Lý, Hạnh, Quả rằng: Do suy tầm Giáo (kinh điển) nên ngộ được Lý (lẽ thật); nhân ngộ Lý, khởi Hạnh (tu tập), Hạnh thành thì chứng Quả (chứng ngộ). Cho nên gọi là Giáo, Lý, Hạnh, Quả".**

- Trong kinh Lăng Nghiêm, Bồ-tát Quán Thế Âm đã cùng 24 đệ tử của Phật nói lên kinh nghiệm chứng ngộ của mình, ngài Quán Thế Âm đã nói về công năng của lộ trình **Văn-Tư-Tu** giúp ngài chứng đắc. Sau đó, ngài Văn Thù Sư Lợi theo lời yêu cầu của đức Phật đã chọn pháp môn Văn-Tư-Tu của ngài Quán Thế Âm cho tôn giả A-nan hành trì, vận dụng nhĩ căn mà chứng quả.

Như vậy, trong đạo Phật, dù là Nam truyền hay Bắc truyền, thì Tuệ tức Tuệ giác (= Trí, Chân trí, Vô lậu trí) được xem là cứu cánh trong việc tu học và được hình thành qua quá trình ba giai đoạn thực hành 3 tuệ gốc là Văn tuệ, Tư tuệ, Tu tuệ. Trong đó, Văn tuệ và Tư tuệ được xem như là tuệ suy lý, là thấu hiểu và biện thông về chân lý; còn Tu tuệ được xem như là tuệ trực giác thành tựu từ sự tu tập Niệm-Định-Tuệ. Ba tuệ gốc này được xem như là 3 dạng của một thể, đó là **tuệ giải thoát** thấy biết rõ được lẽ thật và kết quả là dẫn đến đoạn trừ mọi phiền não.

Tương nghĩa về định danh trong Phật giáo Bắc truyền là:

- **Văn tuệ**, đồng nghĩa với **Văn tự Bát-nhã (Ba-la-mật-đa)**, đó là nhận thức đúng đắn được chân lý Duyên khởi thông qua sự học như nghe, đọc giáo pháp.
- **Tư tuệ**, đồng nghĩa với **Quán chiếu Bát-nhã (Ba-la-mật-đa)**, đó là nhận thức đúng đắn được chân lý Duyên khởi thông qua sự suy luận, thảo luận về giáo pháp.

- **Tu tuệ**, đồng nghĩa với **Thực tướng Bát-nhã (Ba-la-mật-đa)**, đó là thực chứng sống với chân lý Duyên khởi thông qua sự tu tập bằng cách Chánh niệm trong Thiền tập (Định và Tuệ) trên nền tảng của Văn tuệ và Tư tuệ.



3.2. Văn tuệ (聞慧; P: Sutamayā paññā; S: Śruta prajñā; E: Perfect wisdom by study):

Văn tuệ là Thánh tuệ vô lậu, là tuệ giác nhận thức chân lý Duyên khởi, có được do tai nghe pháp, mắt đọc kinh điển hay học hỏi qua thầy bạn để hiểu rõ nghĩa lý về giáo pháp, từ đó mà phát sinh tuệ giác. Văn tuệ còn được gọi là *Văn sở thành tuệ* (tuệ do chỗ nghe mà thành).

Văn tuệ được xem là Chánh tri kiến của Bát Chánh Đạo, hỗ trợ cho sự thành tựu Tư tuệ và Tu tuệ. Ngược lại là Tà tri kiến làm tâm ô động, mê mờ bởi tam độc Tham-Sân-Si. Văn tuệ được xem là *hữu học tuệ* hay *hữu sư trí*.

Vào thời đức Phật còn tại thế, rất nhiều bậc thượng căn đã ngộ được chân lý và đắc quả Thánh khi nghe đức Phật thuyết Pháp. Không những thế, ngay cả hàng A La Hán cũng độ được rất nhiều người đạt Thánh quả. Trong kinh điển cũng có ghi chép rất nhiều trường hợp như có một hành giả có thể nghe một tiếng chim hót, hoặc thấy một chiếc lá rơi, một ngọn đèn phụt tắt, hay nhìn những bong bóng nước vỡ tan trên mặt hồ mà chứng ngộ được chân lý.

Thiền tông Trung Hoa đã từng ghi lại sự giác ngộ của Lục Tổ Huệ Năng (638-713) khi nghe qua câu kinh Kim Cương; nghe tiếng một viên sỏi đựng vào khóm tre của thiền sư Hương Nghiêm (724- 814) khi đang chặt cây quét lá; tiếng hét của các thiền sư Mã Tổ (709-788), thiền sư Lâm Tế (?--867); vấn đáp của thiền sư Triệu Châu (778-897)...

Tuy nhiên, ngoại trừ vài trường hợp đặc biệt trên, nói chung nếu nghe nhiều mà không suy tư và không thực hành theo chân lý thì trí tuệ không bao giờ phát sinh! Đây có lẽ là trường hợp của tôn giả A Nan. Chính tôn giả A Nan đã làm thị giả cho đức Phật rất nhiều năm và nhờ nhân duyên này mà tôn giả là người được nghe nhiều, học rộng nhất trong số các đại đệ tử của Phật, và ngày nay hầu hết các kinh tạng mà người tu học Phật có được đều do chính tôn giả tụng thuật lại. *Thế thì tại sao tôn giả không đắc đạo trong lúc đức Phật còn sinh tiền?* Có lẽ không gì khác hơn là tôn giả đã chưa thực hành đầy đủ những gì mà mình đã học hỏi được. Nhưng chính nhờ kiến thức uyên bác này mà về sau đã giúp tôn giả tu tập, nhanh chóng chứng ngộ giải thoát.

- Trong Phẩm Song Yếu - 20 của kinh Pháp Cú, đức Phật có dạy rằng:

"Dầu thông suốt kinh luật mà không hành trì cũng chỉ như kẻ mục đồng đếm bò cho kẻ khác. Người đó không hưởng được hương vị giải thoát. Trái lại dù thuộc ít kinh luật nhưng cố gắng hành trì, từ bỏ Tham-Sân-Si, hiểu biết chân chính, tâm tự tại, không vọng chấp. Người ấyắt hưởng được hương vị giải thoát".

Hoà thượng Thích Khánh Anh (1895- 1961), Thượng thủ Giáo hội Tăng già Nam Việt, đã từng dạy : *"Tu mà không học hiểu là tu mù. Học hiểu mà không tu là đầy sách".*



3.3. Tư tuệ (思慧; P: Cintāmayā paññā; S: Cintā prajñā; E: Perfect wisdom by reflection):

Tư tuệ là Thánh tuệ vô lậu, là trí tuệ nhận thức chân lý Duyên khởi đạt được do tư duy những điều đã được thu nhập được từ Văn tuệ. Đây được xem như là Chánh tư duy của Bát Chánh Đạo, hỗ trợ cho sự thành tựu Tu tuệ. Ngược lại là Tà tư duy làm tâm ô động, mê mờ bởi tam độc Tham-Sân-Si.

Những gì mà chúng ta nghe, thấy và học hỏi được chỉ là kiến thức vay mượn. Muốn chuyển hóa chúng để trở thành kiến thức của chính mình thì phải suy nghĩ tường tận qua nhiều giai đoạn suy tư và xét đoán, có nghĩa là chúng ta phải biết phân tích, tổng hợp, phản biện ... để thấy biết rõ lẽ thật một cách minh triết và hợp lý.

Tư tuệ được xem như là '*phi hữu học, phi vô học*' tuệ.

Có một ít trường hợp đối với bậc thượng căn, sau khi thành tựu Tư tuệ, họ rất nhanh chóng đạt tới Thánh quả.

- Trường hợp của tôn giả Cūlapanthaka (Chu Lợi Bàn Đặc) là một người ít học. Tuy tôn giả cố gắng nhưng cho đến một bài kệ ngắn chỉ có bốn câu mà trong nhiều tháng vẫn chưa thuộc. Vị sư huynh của tôn giả thấy vậy khuyên ngài nên hoàn tục nhưng ngài vì quá quý mến đời sống đạo hạnh nên quyết không từ bỏ. Đức Phật thấy đạo tâm của tôn giả quá đồng mãnh nên đến đưa cho tôn giả một chiếc khăn tay màu trắng và dạy mỗi sáng hãy cầm khăn tay đưa ra trước mặt trời. Ngài làm y như lời dạy của đức Phật. Chẳng bao lâu sau, chiếc khăn bị bụi và mồ hôi bám vào trở nên dơ bẩn và ố màu. Thấy sự kiện đó, tôn giả suy gẫm về tính Vô thường của đời sống, trực nhận được chân lý và chứng quả A-la-hán.

- Một trường hợp khác, đó là Tỳ kheo ni tên là Patacara đến rửa chân nơi một dòng suối. Đang khi bước lên bờ thì bà thấy những giọt nước từ bàn chân của bà nhỏ xuống theo dòng nước trôi đi và biến mất. Cứ như thế mà bà suy tư sự biến đổi không ngừng của hiện tượng và bỗng trực nhận sâu sắc được chân lý Vô thường của vũ trụ.



3.4. Tư tuệ (修慧; P: Bhāvanāmayā paññā; S: Bhāvanā prajñā; E: Perfect wisdom by meditation):

Đó Thánh tuệ vô lậu nương vào sự tu tập mà phát sinh, là trí tuệ trực giác thể nhập và chứng đắc chân lý Duyên khởi, phát sanh 2 loại tuệ giác qua tu tập 2 loại tham thiền (P;S: bhāvanā), là thiền định và thiền tuệ

Thiền là phương pháp chuyển hóa **tâm** (= tâm thức: Thọ, Tưởng, Hành, Thức). Khi tâm thức trong sạch, dứt hết vọng tưởng mê lầm thì trí tuệ phát sinh. Ví như một ly nước đục được giữ yên, khi bao nhiêu cặn bã đã lắng đọng thì nước sẽ trở nên trong suốt. Con người thì cũng thế, nếu chúng ta giữ được an trú trong thiền thì tâm sẽ trở nên trong sạch, sáng suốt và nhờ đó mà trí tuệ phát sinh.

Ngoại trừ một ít các trường hợp cá biệt, nói chung mọi người tu theo đạo Phật đều phải đi qua con đường Văn, Tư, Tu, trong đó: **Văn**, **Tư** nghĩa là siêng năng học hỏi, nghiên cứu giáo pháp, tư duy những điều đã học được xem là Pháp học và **Tu** nghĩa là tu tập thiền và tu dưỡng theo chánh pháp trong cuộc sống thường ngày được xem là Pháp hành. Văn, Tư, Tu rất tương quan mật thiết với nhau, không thể bỏ qua một thứ nào mà thành tựu được,

- Trong kinh Pháp cú, Phẩm 25, kệ 372 đức Phật đã chỉ dạy:

Không tuệ, thì không định, (tuệ = Văn tuệ + Tư tuệ)

Không định, thì không tuệ (tuệ = Tu tuệ).

Người có định, có tuệ,

Nhất định gần Niết-bàn

- Trong Sa Di thập giới có chép.

“Văn tuệ, Tư tuệ, Tu tuệ ba môn không thể khuyết một được. Nếu nghe mà không suy nghĩ thì như làm ruộng mà không gieo mạ. Nếu suy nghĩ mà không tu thì như làm ruộng mà không tát nước, không làm cỏ thì không có lúa. Ba tuệ được đầy đủ thì chứng Thánh quả”.



4. Tuệ giác theo Phật giáo Nam truyền.

Việc phân loại tuệ theo Phật giáo Nam truyền được căn cứ trên thực hành Thiền định và Thiền tuệ.

4.1. Tuệ của Thiền định.

Tuệ của Thiền định (P: Jhāna-ñāṇa, Samatha-ñāṇa; S: Dhyāna-jñāna, Śamatha-jñāna) là Tuệ hữu lậu, có mục đích làm cho tâm an (không loạn động) bằng cách tu tập vượt qua 5 *chướng ngại* (triền cái) thành tựu 4 bậc định gọi là tứ thiền định 四禪定, gồm *Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền*.

Tuệ của thiền định là trạng thái của tâm trong thiền định, được gọi là **An chỉ định** (安止定; P: Appanā-samādhi; S: Arpaṇa-samādhi; E: Full concentration), có đặc điểm sau:

1.- Định tính của An chỉ định là một trạng thái bất nhị xuất hiện, đó là chủ thể nhận thức và đối tượng được nhận thức trở thành một: "*Một là tất cả, Tất cả là một*" hay "*Tiểu ngã là Đại ngã, Đại ngã là Tiểu ngã*".

2.- Định lượng của An chỉ định tăng dần theo các cấp độ định (Sơ thiền → Tứ thiền).

Trạng thái bất nhị này như là cảm nhận bản thể của vũ trụ - tựa như bản thể "năng lượng", một khái niệm của Vật lý học ngày nay.



4.2. Tuệ của Thiền tuệ.

Tuệ của Thiền tuệ (P: Vipassanā-ñāṇas; S: Vipāśyanā-jñāna) là tuệ giác bằng cách tu tập làm cho tâm sáng vượt qua 10 *nội kết* (= Thập kết sử), đoạn trừ Tam độc “Tham-Sân-Si”, bằng pháp hành thiền quán “Tứ Niệm Xứ”.

Tuệ của thiền tuệ phát sinh khi hành giả thực hành thiền quán với tinh tấn, chánh niệm, tỉnh giác. Có 2 cách phân tích xếp loại về các tuệ giác:

1) Theo Thanh Tịnh Đạo luận (P: Visuddhimagga): Đây là quyển chú giải, được cho là do ngài Phật Âm (Buddhaghosa) biên soạn vào khoảng thế kỷ V Tây lịch, đã đề xuất qui trình tu tập qua “bảy giai đoạn thanh tịnh” để chứng đạt mười sáu tuệ minh sát. Bảy giai đoạn thanh tịnh tâm đã từng được nêu lên trong bài kinh 24, Trung Bộ (Rathavināṭa Sutta, Kinh Trăm Xe) và trong bài kinh 34 của Trường Bộ (Dasuttara Sutta, Kinh Thập Thượng). Khi thực hành Vipassana (thiền quán) người tu phát triển rất nhiều loại tuệ, tuy nhiên có 16 tuệ hay còn gọi là 16 tuệ vipassana hay 16 tuệ minh sát sẽ lần lượt phát sinh, được coi như căn bản và chuẩn mực, được liệt kê như sau:

1. *Tuệ tách bạch danh sắc* (P: Nāma-rūpapariccheda ñāṇa).
2. *Tuệ nắm bắt Duyên khởi* (Paccayapariggaha ñāṇa).
3. *Tuệ thẩm sát tam tướng* (Sammāsana ñāṇa: tam tướng = tam pháp ấn).
4. *Tuệ sinh diệt* (Udayabbayānupassanā ñāṇa : Hình thành và biến hoại).
5. *Tuệ diệt* (Bhaṅga ñāṇa : Thấy rõ sinh diệt liên tục, nhanh chóng).
6. *Tuệ kinh úy* (Bhaya ñāṇa : Thấy rõ biến ảo đáng sợ).
7. *Tuệ tội quá* (Adīnava ñāṇa : Thấy rõ tội chướng của danh sắc).
8. *Tuệ yếm ly* (Nibbidā ñāṇa: Thấy rõ đáng nhàm chán danh sắc).

9. *Tuệ dục thoát* (Muñcitukamyatā ñāṇa: Thấy rõ cần thoát ly danh sắc).
10. *Tuệ quyết ly* (Patisaṅkhā ñāṇa: Thấy rõ con đường thoát ly danh sắc).
11. *Tuệ hành xả* (Saṅkhāra-upekkhā ñāṇa : Tuệ xả để nhập dòng Thánh).
12. *Tuệ thuận* (Saccānulomika ñāṇa : Tuệ thuận nhập dòng Thánh).
13. *Tuệ chuyển tính* (Gotrabhu ñāṇa: Tuệ chuyển từ phàm qua Thánh).
14. *Tuệ Đạo* (Magga ñāṇa: Liễu tri Thánh Đạo, chấm dứt hoàn toàn kết sử).
15. *Tuệ Quả* (Phala ñāṇa: Liễu tri một trong 4 Thánh quả).
16. *Tuệ hồi khán* (paccavekkhaṇa ñāṇa: Liễu tri phản chiếu các thể nghiệm).

Về mặt *thanh tịnh*, có 5 phân biệt sau :

- 1) *Kiến tịnh* (P: Ditthi-visuddhi): Ứng với tuệ 1.
- 2) *Đoan nghi tịnh* (P: Kankhavitarana-visuddhi): Ứng với tuệ 2.
- 3) *Đạo phi đạo tri kiến tịnh* (P: Magga-magga ñāṇa dassana visuddhi): Ứng với tuệ 3. và 4.
- 4) *Hành đạo tri kiến tịnh* (P: Patipada ñāṇa dassana visuddhi): Ứng với tuệ 5. -:- 13.
- 5) *Tri kiến tịnh* (P: ñāṇa dassana visuddhi): Ứng với tuệ 14. -:- 16.

2) Theo Phân Tích Đạo (P: Patisambhidamagga) tập I : Đây được cho là phẩm do ngài Xá Lợi Phất giảng về Trí (智; P: Ñāṇakathā; E: Insight), đã mô tả và liệt kê chi tiết về 73 loại Trí như sau:

1. Sutamayañāṇa – Trí về yếu tố tạo thành điều đã được nghe.
2. Sīlamayañāṇa – Trí về yếu tố tạo thành giới.
3. Samādhībhāvanāmayañāṇa – Trí về yếu tố tạo thành việc tu tập định.
4. Dhammatthitīñāṇa – Trí về sự hiện diện của các pháp.
5. Sammasaṇāṇa – Trí về sự thấu hiểu.

- 6.** Udayabbayānupassanañāṇa – Trí quán xét sự sanh diệt.
- 7.** Vipassanañāṇa – Trí về minh sát.
- 8.** Ādīnavañāṇa – Trí về điều tai hại.
- 9.** Saṅkhārupekkhāñāṇa – Trí về các trạng thái xả đối với các pháp hữu vi.
- 10.** Gotrabhūñāṇa – Trí chuyển tộc.
- 11.** Maggañāṇa – Trí về Đạo.
- 12.** Phalañāṇa – Trí về Quả.
- 13.** Vimuttiñāṇa – Trí về giải thoát.
- 14.** Paccavekkhanañāṇa – Trí về việc quán xét lại.
- 15.** Vatthunānattañāṇa – Trí về tính chất khác biệt của các vật nường.
- 16.** Gocaranānattañāṇa – Trí về tính chất khác biệt của các hành xứ.
- 17.** Cariyānānattañāṇa – Trí về tính chất khác biệt của các hành vi.
- 18.** Bhūminānattañāṇa – Trí về tính chất khác biệt của các lãnh vực.
- 19.** Dhammanānattañāṇa – Trí về tính chất khác biệt của các pháp.
- 20 – 24.** Nāṇapañcaka – Năm loại trí :

- Tuệ về sự biết rõ là trí về ý nghĩa của điều đã được biết,
- Tuệ về sự biết toàn diện là trí về ý nghĩa của quyết đoán,
- Tuệ về sự dứt bỏ là trí về ý nghĩa của buông bỏ,
- Tuệ về sự tu tập là trí về ý nghĩa của nhất vị,
- Tuệ về sự tác chứng là trí về ý nghĩa của sự chạm đến.

25 – 28. Paṭisambhidāñāṇa – Trí về sự phân tích (Tứ Tuệ Phân Tích):

- Tuệ về tính chất khác biệt của các ý nghĩa là trí về sự phân tích các ý nghĩa,
- Tuệ về tính chất khác biệt của các pháp là trí về sự phân tích các pháp,
- Tuệ về tính chất khác biệt của các ngôn từ là trí về sự phân tích các ngôn từ,

- Tuệ về tính chất khác biệt của các phép biện giải là trí về sự phân tích các phép biện giải là (có ý nghĩa) thế nào?

29 -31. Nāṇattaya – Ba loại trí:

- Tuệ về tính chất khác biệt của các sự an trú là trí về ý nghĩa của các sự an trú,
- Tuệ về tính chất khác biệt của các sự chứng đạt là trí về ý nghĩa của các sự chứng đạt.
- Tuệ về tính chất khác biệt của các sự an trú và chứng đạt là trí về ý nghĩa của các sự an trú và chứng đạt.

32. Ānantarikasamādhīñāṇa – Trí về định không gián đoạn.

33. Araṇavihārañāṇa – Trí về sự an trú không uế nhiễm.

34. Nirodhasamāpattiñāṇa – Trí về sự chứng đạt thiền diệt.

35. Parinibbānañāṇa – Trí về sự viên tịch Niết Bàn.

36. Samasīsaṭṭhañāṇa – Trí về ý nghĩa của các pháp đứng đầu được tịnh lặng.

37. Sallekhaṭṭhañāṇa – Trí về ý nghĩa của việc dứt trừ.

38. Viriyārambhañāṇa – Trí về việc khởi sự tinh tấn.

39. Atthasandassanañāṇa – Trí về sự trực nhận ý nghĩa.

40. Dassanavisuddhiñāṇa – Trí về sự thanh tịnh trong việc nhận thức.

41. Khantiñāṇa – Trí về việc chấp nhận.

42. Pariyogāhanañāṇa – Trí về sự thâm nhập.

43. Padesavihārañāṇa – Trí về sự an trú vào các lãnh vực.

44 – 49. Vivaṭṭañāṇachakka – Trí về sự ly khai (nhóm 6).

50. Iddhividhañāṇa – Trí về thể loại của thần thông.

51. Sotadhātuvisuddhiñāṇa – Trí thanh tịnh của nhĩ giới.

52. Cetopariyañāṇa – Trí biết được tâm.

53. Pubbenivāsānussatiñāṇa – Trí nhớ về các kiếp sống trước.

- 54.** Dibbacakkhuñña – Trí về thiên nhãn.
- 55.** Āsavakkhayañña – Trí về sự đoạn tận của các lậu hoặc.
- 56 – 63.** Saccaññacatukkadvaya – Trí về Chân Lý (Hai nhóm bốn).
- 64 – 67.** Suddhikapaṭisambhidāñña – Trí về sự phân tích có tính chất thuần túy.
- 68.** Indriyaparopariyattañña – Trí biết được khả năng của người khác về các quyền.
- 69.** Āsayānusayañña – Trí về thiên kiến và xu hướng ngủ ngầm.
- 70.** Yamakapāṭihirañña – Trí song thông.
- 71.** Mahākaruṇāsamāpattiñña – Trí về sự thể nhập đại bi.
- 72 – 73.** Sabbaññuta-anāvaraṇañña – Trí Toàn Giác không bị ngăn che.

Đây là 73 trí từ phàm đến thánh.

Trong số 73 loại trí này, từ 1 đến 67 là loại trí là phổ thông, từ 68 đến 73 là loại trí không phổ thông. Đức Phật toàn giác có đầy đủ 73 trí này.

Có thể nói rằng tuệ chứng của thiền quán gắn liền với động lực của tuệ, là tuệ nghiệp của bậc giác ngộ - chủ động Nhân Quả và Sinh tử Luân hồi, là mãi mãi vượt thoát khỏi mê nghiệp của chúng sinh trong cuộc sống vô tận.



4.3. Tuệ và Tam minh.

Tam Minh (三明; P: Ti-vijjā; S: Tri-vidyā; E: Three insights, Three kinds of clarity): Đây là 3 kinh nghiệm hình thành sau khi hành giả đã đạt được Thánh quả A-la-hán đối với ba pháp thần thông là *Túc Mạng thông*, *Thiên Nhãn thông* và *Lậu Tận thông*. Đây là sự thấy biết rõ sự vận hành của chân lý Duyên khởi đối với bản thân và chúng sinh.

Trong Phật giáo, 6 thần thông hình thành từ Thiền được xem là **phó sản** (sản phẩm phụ) của sự giác ngộ. Chỉ có 3 trong số 6 thần thông này khi được Duyên khởi soi sáng từ Thiền tuệ thì được xem là tuệ giác.

1) Túc Mạng minh (夙命明; P: Pubbenivāsānussati-vijjā; S: Pūrvanivāsānusmṛti-vidyā; E: Insight into the mortal conditions of self and others in previous life): Đó là nhớ lại vô lượng kiếp quá khứ của mình và chúng sinh với từng chi tiết nhỏ [quá khứ]

2) Thiên Nhãn minh (天眼明; P: Dibbacakkhu-vijjā; S: Divyacakṣur-vidyā; E: Supernatural insight into future mortal conditions - deaths and rebirths): Đó là thấy biết rõ được sự lưu chuyển sinh tử của mình và vô số chúng sinh ở các cõi theo Nghiệp duyên thiện ác [tương lai].

3) Lộ Tận minh (漏盡明; P: Āsavakkha-vijjā; S: Āśravakṣaya-vidyā; E: Nirvana insight - Insight into present mortal sufferings so as to overcome all passions or temptations): Đó là thấy biết rõ được những sự khổ hiện tại, dùng trí tuệ để đoạn trừ phiền não. Đó là hiểu rõ bản chất đau khổ của luân hồi sinh tử, nguyên nhân của đau khổ, bản chất của Niết-bàn, và con đường đưa đến Niết-bàn để thành tựu [hiện tại].

Tam minh luôn xuất hiện kèm với Lục thông (6 thần thông), và được xem như là áp dụng thành tựu Duyên khởi trong việc độ sinh.



5. Tuệ giác theo Phật giáo Bắc truyền.

Theo mục **2** bên trên, tuệ trong Phật giáo nói chung, cả Nam truyền và Bắc truyền được phân biệt như sau :

1. Thức = Hữu lậu trí = Tục trí là tuệ biểu hiện nơi chúng sinh.
2. Tuệ giác = Vô lậu trí = Chân trí là tuệ biểu hiện nơi bậc giác ngộ.

Trong Phật giáo Bắc truyền thường dùng Trí thay vì Tuệ (giác) và có các cách phân loại và tên gọi Tuệ giác khác nhau, nhưng vẫn đồng một ý nghĩa chung, đó là hành giả quán triệt sâu sắc Duyên khởi dưới các hình thức tu tập Niệm – Giới – Định – Tuệ nhằm hoàn thiện phẩm chất Giới – Định – Tuệ nơi chính hành giả, tức thành tựu đạo đức Duyên khởi và chân lý Duyên khởi.

Ngoài ra trong Phật giáo Bắc truyền còn phân biệt hai dạng tuệ giác, đó là:

- **Căn bản trí** (根本智; S: Mūla-jñāna; E: Fundamental wisdom): Là tuệ giác từ sự chứng ngộ *chân lý Duyên khởi*.

- **Hậu đắc trí** (後得智; S: Prṣṭha-labdha-jñāna; E: Post-enlightenment): Là tuệ giác hình thành trong việc cứu độ chúng sinh. Tuệ giác này có được sau khi đã có được Căn bản trí, còn được gọi là *đạo đức Duyên khởi*.

5.1. Tuệ giác theo Trung Quán tông.



Theo Luận Đại Trí Độ số 27 của Trung Quán tông, Tuệ giác có 3 dạng là Tướng-Dụng-Thể :

1) Nhất thiết trí 一切智: Là tuệ giác “**Không tính**” về tổng tướng bình đẳng của vạn pháp. Đây là tuệ giác về **Tướng**.

2) Đạo chủng trí 道種智: Là tuệ giác về các pháp sai biệt của thế gian và xuất thế gian về thiện và bất thiện. Đây là Tuệ giác về **Dụng** cho việc độ sinh, và còn gọi là *Quyền trí* 權智 hay *Phương tiện trí* 方便智, tức tuệ giác khéo sử dụng các phương tiện thiện xảo như thân xảo, khẩu xảo, ý xảo trong việc hóa độ.

3) Nhất thiết chủng trí 一切種智: Là tuệ giác toàn hảo biết được tất cả khía cạnh của các pháp, bao gồm Nhất thiết trí, Đạo chủng trí và tuệ giác về *biệt tướng* của các pháp, tức *Nhân Quả hành tướng* của từng pháp một. Đây là Tuệ giác về **Thế**, và còn gọi là *Thật trí* 實智.

- Trong luận Trung Quán có kệ rằng:

因緣所生法	Nhân Duyên sở sinh pháp
我說即是空	Ngã thuyết tức thị Không
亦是為假名	Diệc thị vi giả danh
亦是中道義	Diệc thị Trung đạo nghĩa

Nghĩa:

*Các pháp do Duyên sinh
Ta nói đó là Không
Cũng gọi là Giả danh
Cũng là nghĩa Trung đạo*

Hay

“Các pháp do Duyên khởi, nên ta nói là Không, là Giả danh, và cũng chính là Trung đạo”.

Nơi đây, ngài Long Thọ xác quyết mối quan hệ đồng nhất giữa ba phương pháp dùng mô tả Duyên khởi (緣起; P: Paṭicca-samuppāda; S: Pratītya-samutpāda; E: Dependent origination, Dependent arising) là *Không, Giả danh, Trung đạo*:

1- **Không** (空; P: Suññatā; S: Śūnyatā; E: Emptiness): Nhằm vượt lên chấp thủ dính mắc vào nhận thức các pháp như là những thực thể, bằng cách thấy biết rõ thực tính Duyên khởi là Không tính (= bản tính không thực thể của các pháp). Cụ thể:

Duyên khởi tính = Không tính = Phật tính = Vô ngã tính + Vô thường tính

2- **Giả danh** (假名; P: Upādāya-paññatti; S: Upādāya-prajñapti; E: Conventional designation): Nhằm vượt lên chấp thủ dính mắc vào các khái niệm quy ước, chế định đối với các pháp.

3- **Trung đạo** (中道; P: Majjhimā-paṭipadā; S: Madhyamā-pratipada; E: Middle path): Nhằm vượt lên chấp thủ dính mắc vào các nhận thức và hành động cực đoan.

Chánh niệm về *Không tính*, *Giả danh* và *Trung đạo* là hình thức tu tập của Trung Quán tông để hành giả thành tựu tuệ giác.



5.2. Tuệ giác theo Thiên tông:

Tuệ giác có 2 dạng.

1) Hữu sư trí 有師智 = **Hữu học trí** 有學智 (P: sekha-nānā; S: śaikṣa-jñāna): Là tuệ giác có được do học hỏi nơi thầy bạn, kinh sách ... từ bên ngoài vào, gọi là giải ngộ nơi (Văn tuệ + Tư tuệ).

2) Vô sư trí (無師智 = **Vô học trí** 無學智 (P: aseka-nānā; S: aśaikṣa-jñāna): Là tuệ giác có được qua quá trình hành giả công phu trải nghiệm từ Văn tuệ và Tư tuệ để đạt đến chứng ngộ nơi Tu tuệ, biểu hiện bằng mọi lự tâm (luận biện) đình chỉ và minh tâm hiện bày. Tuệ giác này có trong mọi chúng sinh, không do thầy dạy nào trao cho cả. Đây là điểm đích đến của các hành giả Thiên tông.

Nét đặc trưng của Thiền tông có thể tóm tắt được như sau:

教外別傳 - 不立文字

直指人心 - 見性成佛

*Giáo ngoại biệt truyền - Bất lập văn tự
Trực chỉ Chân tâm - Kiến tính thành Phật.*

Nghĩa:

*Truyền giáo pháp ngoài kinh điển - Không lập văn tự,
Chỉ thẳng Chân lý (= Chân tâm) - Thấy rõ Bản tính của vạn pháp mà giác ngộ.*

Chân lý nơi đây không gì khác hơn là Duyên khởi, và Bản tính chính là Duyên khởi tính vậy.

Chánh niệm Duyên khởi và Duyên khởi tính để chuyển hóa hoạt động của 6 căn là hình thức tu tập của Thiền tông để hành giả thành tựu tuệ giác.

- Trong kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật đã chỉ dạy cách phòng hộ 6 căn theo tinh thần chân lý Duyên khởi sau:

" Có sáu pháp vô thượng mà các thầy cần tu. 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 đối với mọi việc, không sanh tâm ưa thích hay ghét bỏ; hãy trụ tâm nơi xả, hằng tỉnh sáng.”



5.3. Tuệ giác theo Tịnh Độ tông và Duy Thức tông:

Tuệ giác được phân thành 4 loại, tuy có tên gọi khác nhau, nhưng nội dung ý nghĩa thì đồng. Đó là quá trình chuyển hóa các Thức là các thấy biết thuộc tục đế thành Trí là các thấy biết thuộc chân đế qua việc chứng ngộ bản tính thực của vạn pháp, đó là *Duyên khởi tính*.

Thức	Trí (Duy Thức tông)	Trí (Tịnh Độ tông)
1. A-lai-da thức	- Đại viên cảnh trí	- Vô đẳng thắng trí
2. Mạt-na thức	- Bình đẳng tánh trí	- Đại thừa quảng trí
3. Ý thức	- Diệu quan sát trí	- Bất khả xưng trí
4. Ngũ thức	- Thành sở tác trí	- Bất tư nghì trí

Chú thích:

1) Thật tướng niệm Phật tức Chánh niệm Duyên khởi, là pháp chuyển Thức thành Trí như sau.

<u>Nhân</u>	+	<u>Duyên</u>	=>	<u>Quả</u>
<i>Thức</i>	+	Pháp Duyên khởi	=>	<i>Trí</i>
<i>Phiền não</i>	+	Pháp Duyên khởi	=>	<i>Bồ-đề</i>
<i>Vô minh</i>	+	Pháp Duyên khởi	=>	<i>Minh</i>

2) Ngũ thức gồm Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức.

1. Đại viên cảnh trí (大圓鏡智; S: ādarśa-jñāna)
2. Bình đẳng tánh trí (平等性智; S: samatā-jñāna)
3. Diệu quán sát trí (妙觀察智; S: pratyavekṣaṇa-jñāna).

4. Thành sở tác trí (成所作智; S: kṛtyānuṣṭhāna-jñāna).

Trong kinh Lăng Già có chép: “*Cái sinh diệt kia là Thức, cái chẳng sinh diệt là Trí. Cái bị các tướng ràng buộc ngăn ngại là Thức. Cái không bị ràng buộc ngăn ngại là Trí... Đại Huệ! Ta nói rằng Thức vọng tưởng diệt thì gọi là Niết-bàn*”



5.4. Tuệ giác theo Mật tông:

Tuệ giác được phân thành 5 loại. Đó là quá trình tu học chuyển hóa 5 Uẩn thành 5 Trí. Chánh niệm *Chân ngôn* tức Chánh niệm định và Chánh niệm *Không tính* (= Duyên khởi tính) tức Chánh niệm tuệ là các pháp chuyển 5 Uẩn thành 5 Trí. [Xin đọc bài Tâm kinh].

Uẩn	Tuệ giác (Trí)	Phương	Phật chủ
1. Sắc uẩn	- Đại viên cảnh trí	- Đông	- Akṣobhya Phật
2. Thọ uẩn	- Bình đẳng tính trí	- Nam	- Ratnasambhava Phật
3. Tưởng uẩn	- Diệu quan sát trí	- Tây	- Amitābha Phật
4. Hành uẩn	- Thành sở tác trí	- Bắc	- Amoghasiddhi Phật
5. Thức uẩn	- Pháp giới trí	- Trung tâm	- Vairocana Phật

Chú thích:

- Akṣobhya Phật = Bất Động Phật; - Ratnasambhava Phật = Bảo Sinh Phật.
- Amitābha Phật = A Di Đà Phật.
- Amoghasiddhi Phật = Bất Không Thành Tựu Phật = Thích Ca Phật.
- Vairocana Phật = Đại Nhật Phật

Lưu ý:

1) Về Văn Tư Tu trong Phật giáo Phát triển.

1- Nếu nói theo giai vị của *Thánh quả* thì:

- + Thanh Văn thành tựu do Văn tuệ (có quan điểm cho rằng do tu chứng Tứ Diệu Đế).
- + Duyên Giác thành tựu do Tư tuệ (có quan điểm cho rằng do hành giả tu chứng Thập Nhị Nhân Duyên).
- + Bồ Tát thành tựu do Tu tuệ.

2- Nếu nói theo giai vị của *Bồ tát Đại thừa* thì Thập trụ được Văn tuệ, Thập hành được Tư tuệ và Thập hồi hướng được Tu tuệ.

3- Nếu nói theo *Giới hệ* thì:

+ Dục giới có Văn tuệ và Tư tuệ, nhưng là cõi bất định. Nếu khi muốn tu thì rơi vào Tư tuệ, cho nên Dục giới không có Tuệ giác do Tu mà thành.

+ Sắc giới có Văn tuệ, là cõi định, cho nên cõi này không có Tuệ giác do Tư mà thành.

+ Vô sắc giới chỉ có Tu tuệ, là cõi định, cho nên cõi Vô sắc không có Tuệ giác do Tư mà thành. Vì là cõi Vô sắc không dùng căn tai để lắng nghe Phật pháp, cho nên không có Tuệ giác do Văn mà thành.

[Xin tham khảo kinh Ưu bà tắc giới Q.1; luận Du già sư địa Q.28; luận Thành thực Q.16; luận Tập dị môn túc Q.5; luận Đại tì bà sa Q.42; luận Câu xá Q.22; Phật địa kinh luận Q.1].

2) Sắc uẩn có vai trò của trí khi giác ngộ, được xem như là bí thuật đối với việc tái sinh.

Trong Bát-nhã Ba-la mật-đa Tâm kinh có chép:

“*Quán-tự-tại Bồ-tát, hành thâm Bát-nhã Ba-la mật-đa thời chiếu kiến Ngũ uẩn giai **Không**, độ nhất thiết khổ ách* * 觀自在菩薩。行深般若波羅蜜多時。照見五蘊皆空。度一切苦厄。 * Bồ-tát Quán Tự tại khi hành Bát-nhã Ba-la-mật-đa sâu xa soi thấy Năm uẩn đều **Không**, vượt qua mọi khổ ách.”

Phần IV

Giới - Định - Tuệ

1. Từ Niệm - Định - Tuệ đến Niệm - Giới - Định - Tuệ.

Trong Tam tuệ thì Văn là *nhân*, nếu chúng sinh học tập Chân lý từ các kinh tạng thì phát sinh Tuệ là *quả* - tức Văn tuệ (hiểu rõ sự thật, lẽ thật); nương theo Văn tuệ này

thì phát sinh Tư tuệ (luận biện theo lẽ thật); nương vào Tư tuệ mà có Tu tuệ (tỏ ngộ được sự thật, lẽ thật).

Nói rõ hơn, nội dung của Tu tuệ chính là Chánh niệm, là niệm Chánh tri kiến hình thành từ Văn tuệ và Tư tuệ. Văn Tư Tu là tiến trình đoạn trừ phiền não, chứng ngộ Niết-bàn, giống như nương vào hạt giống mà nảy mầm, từ mầm mà sinh ra thân, từ thân chuyển sinh ra cành lá, hoa quả.

Văn tuệ và Tư tuệ được gọi là tán trí, chỉ là trợ duyên để phát khởi Tu tuệ; Tu tuệ thì là định trí, có đủ tác dụng *đoạn hoặc* (trừ phiền não) và chứng lý (thấy biết Chân lý).

Suốt 12 năm đầu kể từ lúc Tăng đoàn ra đời, đức Phật chưa chế giới. Trong thời kỳ này, Giáo pháp là dành cho người trí, chưa có Giới luật, nên nội dung Tu tuệ là **Niệm – Định – Tuệ**. Tuy nhiên, thời kỳ này số người chứng quả lại rất nhiều so với thời kỳ sau này có Giới luật. Hành giả thực hành tu với Chánh niệm là Chánh niệm về Định và Chánh niệm về Tuệ.

Và 25 năm, tiếp theo đức Phật chế giới, nhưng Giới luật mà đức Phật chế định với mục đích để hỗ trợ cho việc đoạn trừ Tham Sân Si chứ không phải với mục đích tích lũy phước báu. Nếu như **hành trì Giới luật sai mục đích thì hành giả dễ rơi vào Giới cấm thủ**. Sự thực hành Giới luật vì thế vẫn phải dựa trên thấy biết rõ Chân lý, và sự thực hành Giới bằng cách Chánh niệm về Giới. Và Giới không thực sự làm Duyên cho Chánh định và Chánh tri kiến (nghĩa là Giới không tự sinh Định, và Định không tự sinh Tuệ). Hành giả có nội dung Tu tuệ từ ngày đó đến nay là **Niệm – Giới – Định – Tuệ**.

Hành giả thực hành 3 dạng Chánh niệm với 3 yếu tố Giới, Định, Tuệ tương thích cho quá trình tu tập Đạo đức (tức Giới) và Chân lý (tức Định và Tuệ).

1. **Chánh niệm về Giới:** Hành giả thực hành Chánh niệm nguyên tắc Đạo đức Phật giáo đối với Ngũ giới, Thập giới, ... [Xin xem thêm Đạo đức Phật giáo]

2. **Chánh niệm về Định:** Hành giả thực hành Chánh niệm vào bất kỳ đối tượng nào bằng cách chú tâm.

3. **Chánh niệm về Tuệ:** Hành giả thực hành Chánh niệm vào bất kỳ đối tượng nào trên nền tảng Duyên khởi “Vô ngã – Vô thường”, chẳng hạn như quán chiếu Thân, Thọ, Tâm, Pháp. [Xin xem thêm Thiền Tứ Niệm Xứ]



2. Bát Chánh Đạo và Giới - Định - Tuệ.

Theo trên có thể thấy rằng:

1.- *Giới không tự sinh Định khi hành giả không tu học chú tâm* (trên mọi đối tượng): Thật vậy, Giới điều đạo đức chỉ có thể giúp hành giả có phước hữu lậu, chứ không thể đạt phước vô lậu nếu như Giới luật ấy không có nền tảng Chân lý. Cần lưu ý rằng, đạo đức Duyên khởi được xem là Giới luật hình thành từ nền tảng chân lý Duyên khởi (Xin xem thêm Đạo đức Phật giáo).

2.- *Định không tự sinh Tuệ khi hành giả không tu học Duyên khởi*: Thật vậy, quá trình tu học của thái tử Tất-đạt-đa đã xác định rõ như sau:

Tất-đạt-đa bắt đầu thử cùng tu khổ hạnh với nhiều nhóm tăng sĩ khác nhau, cũng như tìm mọi đạo sư ở các giáo phái khác nhau, với quyết tâm tìm cách **diệt khổ**. Theo truyền thống Ấn Độ bấy giờ chỉ có con đường khổ hạnh mới đưa đến đạt đạo. Các vị đạo sư khổ hạnh danh tiếng thời đó là A-la-la Ca-lam (阿羅邏迦藍; P: Ālāra-kālāma; S: Ārāda-kālāma) và Ưu-đà-la La-ma tử (優陀羅羅摩子; P: Uddaka-rāmaputta; S: Rudraka-rāmaputra).

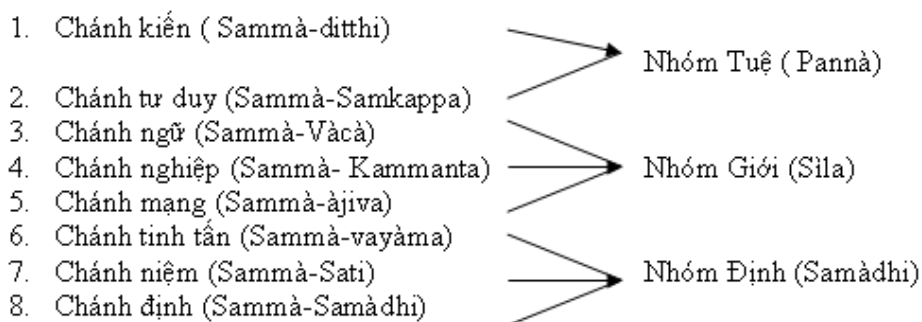
- Nơi *A-la-la Ca-lam*, Tất-đạt-đa nhanh chóng đạt đến cấp thiền *Vô sở hữu xứ* (P: ākiñcaññāyatana; S: ākiṃcanyāyatana).

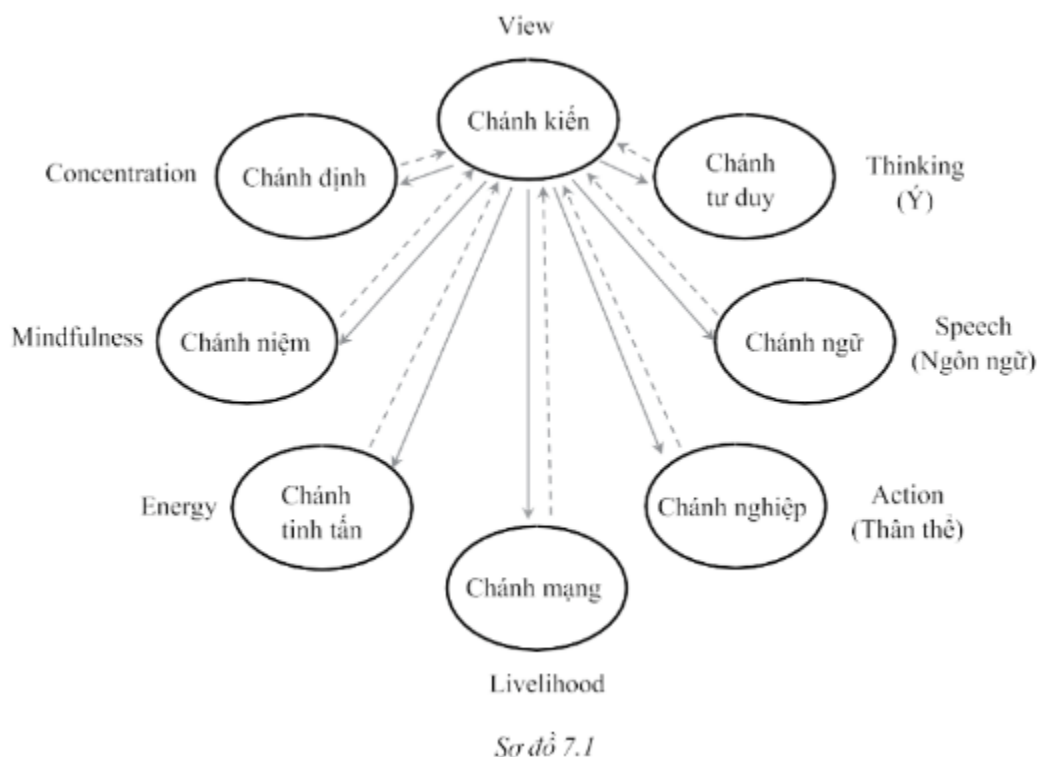
- Nơi *Ưu-đà-la La-ma tử*, Tất-đạt-đa học đạt đến cấp thiền *Phi tưởng phi phi tưởng xứ* (P: Nevasaññā-nāsaññāyatana; S: Naivasamjñā-nāsamjñāyatana), là trạng thái siêu việt nhất của thiền định.

Tất-đạt-đa đã không tìm thấy nơi các vị đó lời giải cho thắc mắc diệt khổ của mình. Ngay cả cấp độ thiền định cao nhất là "Phi tưởng phi phi tưởng xứ" vẫn chưa đạt đến giải thoát khỏi khổ đau, và cũng không phải là Chân lý tối hậu. Tất-đạt-đa và năm sa-môn Kiều Trần Như (橋陳如; P: Koṇḍañña; S: Kaundinya) đồng hành, quyết tâm tự tìm đường giải thoát.

Có ý kiến cho rằng Bát Chánh Đạo là con đường gồm Tám chi phần đã được giảng nói trong kinh điển theo thứ tự: Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định bao gồm:

- *Chánh tri kiến + Chánh tư duy* là **Tuệ**.
- *Chánh ngữ + Chánh nghiệp + Chánh mạng* là **Giới**.
- *Chánh Tinh tấn + Chánh Niệm + Chánh Định* là **Định**.





Và như vậy Bát Chánh Đạo tuy bao gồm Giới – Định – Tuệ, nhưng Giới Định Tuệ không là thứ tự từng bước của lộ trình tu học, mà chỉ có thể là các yếu tố tương hỗ qua lại trong quá trình tu học khi chưa chứng đắc mà thôi. Vì bởi Chánh kiến là yếu tố chủ đạo cho 7 chi phần còn lại, cho nên lộ trình tu học, có chăng là **Tuệ – Giới – Định**, nghĩa là:

- Tuệ soi sáng Giới và hình thành chứng Giới. Nói cách khác, Chân lý hoàn thiện Đạo đức đối với ngoại cảnh.

- Tuệ soi sáng Định và hình thành chứng Định. Nói cách khác, Chân lý hoàn thiện Dũng lực đối với an tịnh nội tâm.

Vì thế, hành giả không thể chứng Giới và chứng Định khi chưa chứng ngộ Tuệ.

Trong thực hành Bát Chánh Đạo, khi khởi lên (tâm) *Chánh tri kiến* (= Minh), thì sẽ đoạn trừ Tà tri kiến (= Vô minh, Si). Chánh tri kiến sẽ thấy biết như thật đối tượng, có nội dung Vô thường Vô ngã, nên tâm không khởi Tham Sân; theo đó, lời nói (khẩu), hành động (thân) sẽ không còn bị chi phối bởi Tham Sân nữa, nên gọi là *Chánh ngữ*,

Chánh nghiệp, Chánh mạng. Kết quả là không có bất kỳ một bất thiện pháp nào sinh khởi cả, tức Khổ không có mặt (= Khổ chấm dứt).

Mặt khác, *Chánh định* trong lộ trình Bát Chánh Đạo thì tâm vững vàng nơi Chánh tri kiến, không còn bất kỳ một giới nào cần phải giữ gìn theo cách "đề nén" nữa.

Chính vì vậy nên 12 năm đầu của lịch sử Tăng đoàn, đức Phật đã không chế định một giới điều nào mà chỉ dạy tu tập Bát Chánh Đạo.

- Trong kinh Phạm Võng thuộc Trường Bộ Kinh đã có mô tả:

"Người nào tán thán Như Lai về tiểu giới, trung giới, đại giới mà Như Lai đầy đủ, trọn vẹn không tỳ vết, thì Đức Phật khẳng định đó là những điều nhỏ nhặt, không quan trọng, chỉ thuộc giới luật mà kẻ phàm phu dùng để tán thán Như Lai, Như lai không kể đến. Còn có những pháp sâu kín, khó thấy, khó chứng, tịch tịnh, mỹ diệu, vượt qua mọi tư duy lý luận suông, chỉ có người trí mới có khả năng giác hiểu, những pháp ấy Như Lai đã tự mình chứng tri và tuyên thuyết. Và những ai như thật tán thán Như Lai về những pháp đó, Như Lai mới kể đến là người chân chánh tán thán Như Lai."

Do đó, đối với người trí việc giữ giới không còn là quan trọng bởi nó diễn ra một cách tự nhiên khi người đó đã biến sự tu tập Tứ Niệm Xứ thành lối sống của mình. Khi có Chánh niệm khởi lên thì toàn bộ Bát Chánh Đạo siêu thế sẽ tự động khởi lên theo chân lý **Duyên khởi**, mà trong đó Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng thuộc về Giới của bậc Thánh, trong sạch không tỳ vết.

Theo đó, Bát Chánh Đạo phân tích theo cấu trúc Giới-Định-Tuệ là nhằm thể hiện mục đích hình thành phẩm chất của hành giả qua 8 yếu tố này, trong đó:

Tuệ : Là Văn tuệ và Tư tuệ, là Tuệ suy lý, gồm có Chánh tri kiến và Chánh tư duy (Pháp học Chân đế).

Định : Là quá trình tu tập thiền Phật giáo, gồm có Chánh tinh tấn, Chánh niệm và Chánh định, được dẫn hướng bởi Văn tuệ và Tư tuệ (Pháp hành Chân đế).

Giới : Là đạo đức của đạo Phật, là nguyên tắc Từ Bi-Trí tuệ (nơi đây Trí Tuệ được xem là Văn tuệ và Tư tuệ), gồm có Chánh ngữ, Chánh nghiệp và Chánh mạng, được dẫn hướng bởi Văn tuệ và Tư tuệ (**Pháp hành Tục đế**).

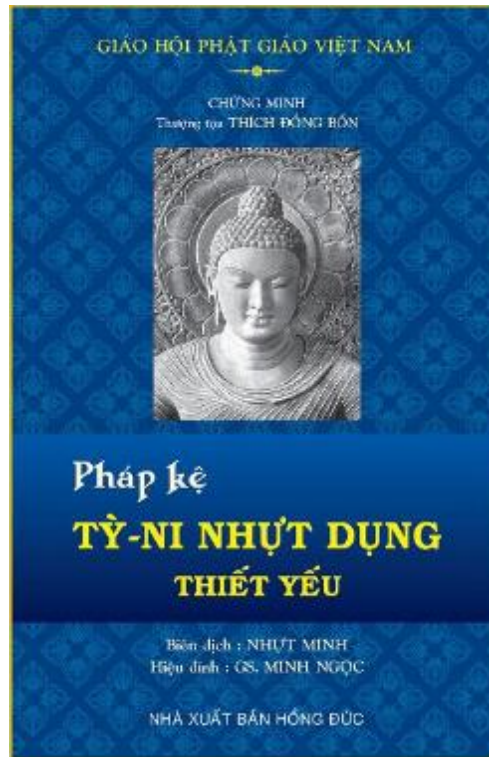
Như thế, có thể nói rằng Văn tuệ - Tư tuệ - Tu tuệ chính là lộ trình tu học trong đạo Phật, còn Giới Định Tuệ là thước đo, là kết quả 3 giá trị tu dưỡng của hành giả. Ba giá trị này luôn có tính tương tác nhau nơi hành giả trong quá trình thực hành tu học.



Bài đọc thêm

Tỳ-ni Nhật Dụng Thiết Yếu

(Chánh niệm trong từng cử chỉ)



Tổng luận về Tỳ Ni

Tỳ-ni (毘尼日用; P;S: Vinaya; E: Rules) vốn là một trong bốn bộ luật Trường hàng mà bất kỳ Tăng Ni nào thuộc truyền thống Phật giáo Bắc tông cũng biết và thuộc lòng, bởi vì đó là điều bắt buộc khi thọ giới từ Sa-di cho đến Tỳ-kheo. Tỳ-ni giúp hành giả có ý thức chánh niệm vô cùng sâu sắc. Mỗi bài kệ Tỳ-ni là một bài kinh ngắn chứa đựng một triết lý nhân sinh, một giá trị nhân văn cũng như một phương pháp tu tập rất hay mà người cư sĩ có thể tu tập theo.

Cái giá trị trước hết là tư tưởng từ bi, vị tha, được thể hiện ở câu “Nguyện cho chúng sanh”. Hầu hết các bài kệ Tỳ-ni đều có câu “Nguyện cho chúng sanh”. Có nghĩa là khi làm bất cứ việc gì, người hành trì đều nghĩ đến chúng sanh, mong muốn cho tất cả chúng sanh cũng được như mình.

Trong một ngày ta đã nói không biết bao nhiêu lần thành ngữ “nguyện cho chúng sanh”. Điều này có tác dụng tâm lý vô cùng to lớn. Ta đọc thành ngữ này như một câu thần chú. Ta đọc mỗi ngày, tháng này qua năm nọ. Và không biết từ khi nào, lòng ta

rộng mở biết bao. Tính vị kỷ nhỏ nhen, đố kỵ thù hằn biến khỏi tâm ta lúc nào không hay. Ta trở nên từ bi, lúc nào cũng nghĩ cho người khác.

Ở đây trình bày tổng quát về nguyên tắc thực hành Tỳ Ni, tác dụng của Tỳ Ni và tinh thần giáo dục của Tỳ Ni.

1. Tác dụng và nguyên tắc thực hành Tỳ Ni:

Tỳ Ni trình bày 45 bài kệ cho các hành động tiêu biểu trong ngày. Có một số việc chỉ thỉnh thoảng xảy ra như xem bệnh, cạo tóc .v.v...Các bài kệ luôn luôn hướng dẫn tâm người Sa Di đến hai trọng điểm:

- *Nuôi dưỡng tâm giải thoát khỏi tham, sân, si của tự thân*
- *Nuôi dưỡng lòng từ bi, mong cứu độ tất cả ra khỏi mọi cấu uế của tâm.*

Cách hành Tỳ Ni được thực hiện là để thay thế tập quán đầy sai lầm và vọng động của quá khứ tự thân người xuất gia, để ngưng tụ dần niệm lực và định lực, và để gây ý thức trở về nương tựa mình và nương tựa Pháp (Thiền quán vô ngã, vô thường).

Để đạt được kết quả trên, người Sa Di, dù là người yếu kém trí nhớ nhất, không phải học thuộc lòng các bài kệ và đọc lên các bài kệ ấy trong mỗi cử động, mà chỉ cần nhớ và thực hiện rằng:

Bất cứ một cử động nào của thân (hay của ý) trong ngày, đều khởi niệm mong loại bỏ tham, sân, si của tự thân và của mọi người ra khỏi cử động ấy và ra khỏi tâm.

Nói gọn và cụ thể hơn: chỉ cần nhớ khởi niệm loại bỏ tham, sân, si ra khỏi mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý trong tất cả các thời; và mong tất cả chúng sinh làm được như vậy.

Cụ thể như:

- *Khi đi máy bay thì khởi niệm: Mong tất cả đi nhanh ra khỏi tham, sân, si để sớm qua bờ giác.*
- *Khi thổi cơm thì mong tất cả đốt cháy tham, sân, si sớm thuần thực giải thoát.*
- *Khi đọc sách thì mong tất cả phát triển văn, tư, tu, thành tựu trí tuệ như thật.*

- Khi bữa cử thì mong tất cả sớm phá vỡ vô minh.
- Khi nhìn mây trôi, hoa rụng, v.v... thì mong tất cả ngộ vô thường mà đạt đạo giải thoát.
- Khi nghe thuyết giảng thì mong tất cả phân biệt rõ khổ đau và giải thoát, tỏ ngộ thật pháp.
- Khi buồn, giận, v.v..., mong tất cả giác tỉnh mọi pháp hữu vi đều không thật, không phải là ta, không phải của ta, không phải là tự ngã của ta, mà đi nhanh ra khỏi sinh tử, v.v...

Tự trung, tất cả niệm khởi đều nhắm vào giải thoát khỏi tham, sân, si của mình và người, vào tự độ và độ tha:

1. Tự độ: thường nuôi dưỡng giác tỉnh về vô ngã, vô thường và khổ đau mà xa lìa các lậu hoặc.
2. Độ tha: khởi niệm đại bi mong tất cả làm được như thế.

2. Cấp độ khác nhau trong việc hành Tỳ Ni nhật dụng:

Có thể có nhiều cấp độ cao thấp, sâu cạn khác nhau giữa những người hành Tỳ Ni, như là:

- Với căn cơ thấp, hành tỳ ni chỉ là việc huấn luyện tâm đi vào một tập quán sống mới thiện lương hơn.
- Với căn cơ bậc trung, thì hành tỳ ni là hành chú tâm, tỉnh giác và nuôi dưỡng lòng từ.
- Với căn cơ thông lợi, hành tỳ ni là hành Giới - Định - Tuệ, là hành thiền chỉ và thiền quán trong bốn oai nghi, và nuôi dưỡng Bồ tát hạnh.

Phương chi, người đời gọi cửa chùa là cửa Thiền hay cửa Từ (từ bi). Thiền định và từ bi là công hạnh chính của người tu tập giải thoát vậy.

3. Tinh thần giáo dục của Tỳ Ni:

Tỳ ni giúp người Sa Di tự huấn luyện tinh thần tự giác, tự tri, tự trách nhiệm, sự chú tâm, lòng từ ái và thái độ sống thanh thản chấp nhận đời sống đang là.

- Tinh thần tự tri tự giác:

Người Sa Di nắm vững lời khai tâm của nhà chùa, "trở về nương tựa mình và nương tựa Pháp, và hãy tự nỗ lực"; từ đó theo dõi các hành động của thân, khẩu, ý; làm chủ tâm mình hướng về sự tỉnh giác vô ngã và lòng từ vô hạn để đi dần ra khỏi khổ đau, và giúp người khác đi dần ra khỏi khổ đau.

- Tinh thần tự trách nhiệm:

Công phu hành tỳ ni là công phu theo dõi và kiểm soát tâm mình. Việc này tự thân trách nhiệm về tự thân; thầy và các huynh trưởng, các đồng phạm hạnh chỉ là trợ duyên nhắc nhở, chỉ đường. Ai khác có thể kiểm soát công phu âm thầm ấy?

Vì vậy, tỳ ni đòi hỏi người tu tự nguyện chịu trách nhiệm về tự thân trên mọi hành vi của đời sống.

- Tinh thần giáo dục năng lực chú tâm:

Theo dõi tâm qua từng cử chỉ hằng ngày là cách tu tập sự chú tâm, tập trung tư tưởng vào "con đường". Chú tâm là công phu căn bản đưa đến định và tuệ. Từ định và tuệ, người Sa Di sẽ bắt gặp các niềm hân hoan, hỷ, lạc, và giải thoát.

Khi năng lực chú tâm vào một đối tượng trở nên mạnh mẽ, ổn cố, thì đấy là định tâm. Khi tâm vững trú vào thiền quán vô ngã, thì đấy là tuệ tâm.

Năng lực chú tâm và tỉnh giác trên là linh hồn của thiền định Phật giáo cần thiết cho mọi người tu tập (gồm những Phật tử tại gia) để phát triển Giới - định - Tuệ.

- Giáo dục lòng từ ái, vị tha:

Tất cả niệm khởi mong cầu an lạc giải thoát cho chúng sinh đều là hình thức nuôi dưỡng và phát triển lòng từ ái, vị tha (hay gọi là từ bi).

Lòng từ ái, vị tha có công năng dẹp bỏ tâm sân hận, chấp ngã, vị kỷ. Đây là công phu tháo gỡ các phiền não sinh khởi từ chấp thủ, vị ngã và sân hận.

Tinh thần giáo dục đó tốt cho cả người đời

- Giáo dục thái độ sống chấp nhận thực tại, thanh thản:

Nếp sống nhà chùa rất thực, tập trung vào đương niệm, nên mọi việc đều trôi qua nhẹ nhàng mỗi ngày. Các tư duy vô bổ về quá khứ và vị lai (tiếc nuối quá khứ, mơ ước tương lai) gây sự rối loạn tâm lý sẽ không có đất đứng trong tâm lý của người tu trong hướng sống hành thuần thực tỳ ni này.

Con đường đi vào thực tại trước hết phải đi vào đương niệm; sau đó là giác tỉnh vô ngã, vô tham và vô sân. Ở đó, có mặt của vĩnh cửu, của thực tướng, khi tâm tập trung và giác tỉnh mạnh.

Cuộc sống sẽ không còn gì được giấu kín, trừ ra bị tự ngã che khuất. Bí mật của cuộc đời chỉ còn lại trong dục vọng và trong tư duy hữu ngã. Nhận thức rõ ràng về điều đó thì người tu sẽ sống an lạc mỗi ngày như mọi ngày. Đây là kết quả mà mọi cuộc phấn đấu của con người nhắm đến.

Nội dung của chương Tỳ Ni nhật dụng vừa được giới thiệu nói lên rõ nếp sống nhà chùa là nếp sống rất hiện sinh, rất người và rất an lạc, nuôi dưỡng giác tỉnh và từ bi.

Nội dung

- [Bài 1: Thức dậy sớm, mở mắt tuệ giác](#)
- [Bài 2: Tỉnh chuông tỉnh thức](#)
- [Bài 3: Nghe chuông chính niệm](#)
- [Bài 4: Đắp y, mặc áo quần](#)
- [Bài 5: Xuống giường, gieo giống từ bi](#)
- [Bài 6: Bước chân không sát hại](#)
- [Bài 7: Đi ra khỏi phòng](#)
- [Bài 8: Vào nhà vệ sinh, bỏ tham, sân, si](#)
- [Bài 9: Rửa sạch](#)
- [Bài 10: Rửa sạch nhơ bẩn](#)
- [Bài 11: Rửa tay](#)
- [Bài 12: Rửa mặt](#)
- [Bài 13: Uống nước từ bi](#)

- [Bài 14: Pháp y năm điều](#)
- [Bài 15: Pháp y bảy điều](#)
- [Bài 16: Pháp y giải thoát](#)
- [Bài 17: Trái tọa cụ, ươm tâm linh](#)
- [Bài 18: Trang nghiêm trên điện Phật](#)
- [Bài 19: Ca ngợi Phật](#)
- [Bài 20: Lễ bái Phật](#)
- [Bài 21: Cúng bình sạch](#)
- [Bài 22: Chơn ngôn uống nước](#)
- [Bài 23: Quán tưởng trước khi múc cơm](#)
- [Bài 24: Quán tưởng khi đã múc cơm](#)
- [Bài 25: Cúng cơm cho chúng sinh](#)
- [Bài 26: Cúng cơm cho chim đại bàng](#)
- [Bài 27: Cúng cơm cho quỷ thần](#)
- [Bài 28: Ăn cơm chính niệm](#)
- [Bài 29: Nâng bát cơm ngang trán](#)
- [Bài 30: Ba điều phát nguyện khi ăn cơm](#)
- [Bài 31: Năm điều quán tưởng khi đang ăn](#)
- [Bài 32: Kết thúc ăn cơm](#)
- [Bài 33: Rửa chén bát](#)
- [Bài 34: Khi mở bát cơm ăn](#)
- [Bài 35: Nhận phẩm vật cúng dâng](#)
- [Bài 36: Cầm tăm xỉa răng](#)
- [Bài 37: Xỉa răng sau khi ăn](#)
- [Bài 38: Đánh răng súc miệng](#)
- [Bài 39: Khi cầm tích trượng](#)
- [Bài 40: Trái dụng cụ ngồi thiền](#)
- [Bài 41: Tư thế ngồi thiền](#)
- [Bài 42: Chính niệm lúc ngủ](#)
- [Bài 43: Nhìn thấy nước chảy](#)

- [Bài 44: Khi gặp sông lớn](#)
 - [Bài 45: Khi thấy cầu đường](#)
 - [Bài 46: Bài kệ tắm Phật](#)
 - [Bài 47: Tán dương Phật Tổ](#)
 - [Bài 48: Kinh hành quanh tháp](#)
 - [Bài 49: Thăm viếng bệnh nhân](#)
 - [Bài 50: Cạo bỏ tóc râu](#)
 - [Bài 51: Tắm rửa thân thể](#)
 - [Bài 52: Rửa chân](#)
-

Chi tiết 45 bài thực tập

- **Bài 1: Thức dậy sớm, mở mắt tuệ giác.**

*Sớm khuya ngủ vừa tỉnh giấc,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Có được tầm nhìn tuệ giác,
Thấu soi khắp cả mười phương.*

*Ngủ nghỉ mới thức
Nên nguyện chúng sinh
Tất cả trí giác
Đến khắp mười phương"*

Hiểu và hành:

- Vừa mới choàng thức, khi còn trên giường ngủ, Sa Di khởi niệm mong cho tất cả có được trí tuệ giải thoát thấy rõ vạn pháp.
- Làm thế là cách Sa Di nuôi dưỡng từ bi chánh kiến và ý chí giải thoát.

- **Bài 2: Đánh chuông.**

*Tiếng chuông ngân vang pháp giới.
Tôi tắm núi Thiết đều nghe.*

*Nghe trần thanh tịnh viên thông.
Muôn loài hết mê, tổ ngộ.*

*Nghe tiếng chuông, phiền não nhẹ
Trí tuệ lớn, giác tâm sanh,
Rời địa ngục, ra hầm lửa
Nguyên giác ngộ, độ chúng sinh*

Hiểu và hành:

- Âm thanh thanh thoát của tiếng chuông vốn có tác dụng lắng đọng ưu phiền. Do ưu phiền lắng đọng, mà tâm định sinh; do có định, mà tuệ có. Do tuệ hay chánh kiến có mặt mà tác nhân tà kiến đưa vào địa ngục không còn.

- Nghe tiếng chuông là nghe thực tướng của pháp qua âm thanh. Nghe với trí tuệ vô ngã, với lòng đại bi mong tất cả giải thoát là cách người Sa Di nuôi dưỡng và phát triển tâm giải thoát của tự thân.

• Bài 3: **Mặc áo.**

*Khi khoác thượng y trên thân,
Cầu cho tất cả chúng sinh
Giữ gìn căn lành, cội đức
Bờ kia đến được thật nhanh.*

*Mặc quần ở chỗ [ngang lưng]
Cầu cho tất cả chúng sinh
Mặc vào căn lành, cội đức
Đầy đủ hổ thẹn, lương tâm.*

*Khi chỉnh áo, buộc giây quần
Cầu cho tất cả chúng sinh
Làm chủ căn lành, cội đức
Không để mất mát hào tơn.*

*Khi mặc áo ngoài, nên nguyện chúng sinh
Được thiện căn tốt, đến bờ bên kia".*

*Khi mặc quần, nên nguyện chúng sinh
Khoát vào các thiện căn,
Đầy đủ tâm hổ thẹn"*

*Sửa áo buộc dải, nên nguyện chúng sinh
Kiểm buộc thiện căn, không để tán mất".*

Hiếu và hành:

Khi mặc áo quần, người Sa Di không để tâm đi vào các vọng tưởng, tạp tưởng; khởi tâm mong cho tất cả không quên kiểm soát các tâm tham, sân, si và giữ gìn các tâm vô tham, vô sân, vô si; biết hổ thẹn về các tạp tưởng sai trái, phóng dật của tự thân để tiến tu giải thoát.

Tâm hổ thẹn là loại tâm lý ngăn cản đi vào các sai lầm, nuôi dưỡng các thiện tâm.

- Bài 4: **Rời chỗ nằm.**

*Từ sớm, trưa, chiều đến tối.
Mỗi loài giữ mạng sống mình.
Nếu bước chân này giẫm chết.
Cầu cho sớm được vãng sanh.
Oṃ juṣṭi rūḍhi svāhā.*

*Từ giờ dần đến tối,
Hết thầy chúng sinh hãy tự giữ mình,
lánh xa lối đi,
Nếu rủi bị mất mạng dưới chân người tu
Thì mong cho chúng sinh ấy
liền thác sinh về Tịnh độ".*

Hiếu và hành:

Từ đầu ngày, từ khi đặt chân xuống đất, Sa Di khởi niệm từ bi quan tâm đến sự an toàn tính mệnh cho chúng sinh, mong tất cả được giải thoát. Đây là hình thức người Sa Di ổn định tâm lý tự thân và nuôi dưỡng lòng bi.

- Bài 5: **Đi**

*Cất chân từng bước trong ngày,
Cầu cho tất cả mọi loài,
Sớm thoát biển sâu sinh tử,
Pháp lành công đức đủ đầy.
Om dhīri jī svāhā.*

*"Nếu cất bước chân, nên nguyện chúng sinh
Thoát biển sinh tử, có đủ thiện pháp"*

Hiểu và hành:

Hình ảnh hay sự việc đi ra khỏi giường nằm và đi ra khỏi ngôi nhà nhắc nhở Sa Di nhớ đến sứ mệnh và mục tiêu giải thoát của người xuất gia; ấy là, tự mình đi ra và giúp những người khác đi ra khỏi ngôi nhà khổ đau của Tam giới, đi ra khỏi căn nhà dục vọng của cuộc đời.

Khởi niệm mong tất cả thoát khỏi biển khổ là cách nuôi dưỡng tâm đại bi và trí tuệ giải thoát.

- **Bài 6: Ra khỏi nhà:**

*Cất chân từng bước trong ngày,
Cầu cho tất cả mọi loài,
Sớm thoát biển sâu sinh tử,
Pháp lành công đức đủ đầy.
Om dhīri jī svāhā.*

*"Khi từ nhà ra, nên nguyện chúng sinh
Vào sâu Phật trí, thoát khỏi ba cõi".*

Hiểu và hành:

Tương tự ý nghĩa của kệ số 6, kệ này nhắc lại mục tiêu giải thoát: đi ra khỏi dục ái, hữu ái và vô hữu ái để đoạn tận vô minh mà vào sâu trí giác của Phật. Khởi niệm mong tất cả đắc Phật trí là nuôi dưỡng tâm đại bi và đại trí của tự thân.

- **Bài 7: Công việc vệ sinh:**

*Khi đưa phần uế ra ngoài
Cầu cho tất cả mọi loài,*

***Bỏ tham, si mê, giận tức
Dứt sạch tội lỗi nhiều đời.
Oṃ krodhāya svāhā.***

*" Khi đi đại, đi tiểu,
Nên nguyện chúng sinh,
Trừ bỏ tham, sân, si
Khử hết tội lỗi"*

Hiểu và hành:

Khi cơ thể đưa hết chất dơ ra ngoài, người Sa Di cần giác tỉnh liền rằng đó là vật gồm nhóm cần được tống ra đúng lúc. Cũng vậy, tham, sân, si là cấu uế của tâm cần được loại bỏ gấp ra khỏi tâm; nếu không thì chúng sẽ gây nên nhiều tội lỗi tác hại.

Ý thức như thế để trở về tu tập Giới - Định - Tuệ. Giới và Định thì đối trị tham; Tuệ thì đối trị si; Từ bi thì đối trị sân.

Mong cầu tất cả chúng sinh thoát ly sinh tử (ra khỏi tham, sân, si) là nuôi dưỡng tâm đại bi và đại trí.

• **Bài 8: Rửa sạch:**

***Vệ sinh xong rồi dùng nước,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Thực tập pháp môn siêu xuất,
Cõi lành đến được thật nhanh.
Oṃ śrī vahi svāhā.***

*"Việc xong đến nước,
Nên nguyện chúng sinh,
Trong pháp xuất thế
Mau chóng mà đến".*

Hiểu và hành:

Theo sau đại, tiểu là việc dùng nước để tẩy uế. Như việc tẩy uế cần được thực hiện liền, không trì hoãn; cũng vậy, mong cầu chúng sinh cấp thiết dùng nước trí tuệ, phạm hạnh để tẩy sạch các cấu uế tham, sân, si của tâm.

- Bài 9: **Tắm rửa:**

*Rửa sạch thân hình như bản,
Cầu cho tất cả chúng sinh
Sạch sẽ, điều hòa, nhu thuận,
Không còn cấu uế trong tâm.
Om hāna mṛte svāhā.*

*"Tắm rửa thân thể,
Nên nguyện chúng sinh,
Thanh tịnh nhuần nhuyễn
Hoàn toàn hết dơ".*

Hiểu và hành:

Việc rửa sạch thân cần được làm gọn, khéo và nhuần; cũng vậy, tâm cấu uế được tẩy sạch thuần khiết. Sa Di cần hiểu điều đó, và mong cầu tất cả làm được điều đó.

- Bài 10: **Rửa tay:**

*Dùng nước rửa sạch chân tay,
Cầu cho tất cả mọi loài
Có được đôi tay trong sạch,
Giữ gìn chính pháp Như Lai.
Om sukarāya svāhā.*

*"Lấy nước rửa tay
Nên nguyện chúng sinh
Có bàn tay sạch
Nắm giữ Phật Pháp".*

Hiểu và hành:

Sa Di cần biểu hiện lòng sùng mộ Pháp qua cử chỉ tôn kính kinh điển: nắm giữ kinh điển với đôi bàn tay sạch. Nhưng mục tiêu nhắm đến là cái tâm vô cấu để đón nhận diệu pháp. Vì vậy, người xuất gia khởi đại bi tâm mong cầu tất cả làm được điều đó.

- Bài 11: **Rửa mặt:**

*Dùng nước rửa sạch mặt mày,
Cầu cho tất cả mọi loài
Thực tập pháp môn chuyển hóa,
Không còn cấu uế, khổ đau.
Oṃ Raṃ svāhā.*

*"Lấy nước rửa mặt,
Nên nguyện chúng sinh,
Được pháp thanh tịnh,
Hết hẳn dơ bẩn"*

Hiểu và hành:

Trong động tác rửa mặt, cũng như các việc làm ở trên, người Sa Di không để quên mục tiêu ở trên con đường: đó là việc tẩy sạch tham, sân, si, và mong tất cả tẩy sạch tham, sân, si.

- Bài 12: **Uống nước:**

*Phật thấy trong mỗi ly nước,
Tám vạn bốn ngàn vi trùng.
Uống nước không trì tâm chú,
Như nuốt chúng sinh vào lòng.
Oṃ vaśi pramaṇi svāhā.*

*"Phật nhìn một bát nước,
Tám vạn tư vi trùng,
Nếu không trì chú này,
Như ăn thịt chúng sinh".*

Hiểu và hành:

Qua thiên nhãn, huệ nhãn và pháp nhãn, Thế tôn thấy có vô số vi trùng trong một bát nước; và thấy ra tâm chấp tướng của người tu. Để giúp người tu đi ra khỏi mặc cảm tội lỗi về giải thoát, và để củng cố lòng từ, Thế tôn dạy bài kệ và câu chú ở mục 13.

- Bài 13: **Pháp y năm điều:**

*Lành thay chiếc y giải thoát,
Tượng trưng ruộng phước vô biên.
Nay con đem đầu tiếp nhận,
Đời đời không rời khỏi thân.
Oṃ siddhāya svāhā.*

*"Lành thay áo giải thoát
Áo ruộng phước vô thượng
Nay tôi đầu đội nhận
Đời đời không rời bỏ".*

Hiếu và hành:

Pháp y có hình ô vuông của đám ruộng tượng trưng cho ruộng phước, nơi đó người đời gieo trồng phước đức. Mang y xuất gia là tự mình làm cơ sở đem lại phước đức cho đời trong việc tự độ và độ tha. Khi đắp pháp y, người tu tự nhắc mình về trách nhiệm tự độ và độ tha đó.

• Bài 14: **Y bảy điều:**

*Lành thay chiếc y giải thoát,
Tượng trưng ruộng phước tốt cùng.
Nay con đem đầu tiếp nhận,
Đời đời thường đắp trên thân.
Oṃ dhūpa dhūpa svāhā.*

*"Lành thay áo giải thoát
Áo ruộng phước vô thượng
Nay tôi đầu đội nhận
Đời đời thường được mặc"*

(Tương tự kệ 13)

• Bài 15: **Y lớn:**

*Lành thay chiếc y giải thoát,
Tượng trưng ruộng phước tốt cùng,
Giữ gìn sinh mệnh của Phật,*

*Hóa độ muôn loại mười phương .
Om mahā bhappaṭa siddhi svāhā.*

*"Lành thay áo giải thoát
Áo rộng phước vô thượng
Vâng giữ Như Lai mạng
Hóa độ cho tất cả"*

Hiểu và hành:

Khi mang y lớn, hoặc khi thấy y lớn, người xuất gia cần giác tỉnh liền rằng tự thân đang giữ sứ mệnh giới thiệu con đường giải thoát đến với mọi người.

- Bài 16: **Dụng cụ lót nằm: (ngọa cụ)**

*Khi dùng vật trải ngồi, nằm,
Ươm mầm nuôi lớn tâm linh
Trải đường đi lên đất Thánh,
Giữ gìn sinh mệnh Như Lai.
Om dāmbha dāmbha.*

*"Ngọa cụ Ni sư đàn
Nuôi lớn tâm tánh,
Mở rộng lên thánh địa
Cung kính giữ sứ mệnh Như Lai"*

Hiểu và hành:

Ni sư đàn là từ dịch âm của Nisidanna, có nghĩa là vật để lót nằm hay ngồi.

Như tấm lót đỡ thân, giới - định - tuệ nâng đỡ tâm giải thoát. Lúc nằm, người tu quyết tâm phát triển giải thoát, không rời khỏi tâm giải thoát như không rời tấm tọa cụ, cung kính hoằng đạo lợi sinh.

- Bài 17: **Lên điện Phật:**

*Khi nhìn thấy Phật [oai nghiêm],
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Được mắt trí tuệ soi thấu,*

Thấy được các Phật hiện thân.

Om Amṛte hūṃ phaṭ.

"Được nhìn thấy Phật

Nên nguyện chúng sinh

Được mắt vô ngại

Thấy hết thấy pháp"

Hiểu và hành:

Nhìn thấy Phật không phải là dừng lại ở thân tướng của Ngài, mà là để chiêm ngưỡng trí tuệ giải thoát mà Ngài đã thành tựu. Thấy Phật, vị Sa Di liền khởi niệm đại từ mong tất cả có cái nhìn rõ suốt thế giới.

Ở đây vẫn không đi ra ngoài mục tiêu giáo dục của nhà chùa: nuôi dưỡng trí tuệ và từ bi.

• Bài 18: **Tán thán Thế Tôn:**

Pháp vương ngôi giác cao vời,

Ba cõi không người sánh ngang,

Thầy dạy Trời người khắp chốn,

Cha lành bốn loài mười phương,

Quy ngưỡng trong từng tâm niệm,

Tu tập dứt nghiệp ba đời,

Ngôn từ con dùng khen ngợi,

Muôn kiếp không thể nào xong.

"Đấng pháp vương vô thượng

Ba cõi không ai bằng

Bậc thầy của trời người,

Bậc cha lành của muôn loài,

Dù chốc lát nương tựa Ngài

Cũng trừ được vô số nghiệp.

Dù xưng tán Thế Tôn

Đến ức kiếp cũng không cùng".

Hiểu và hành:

Bài kệ tán thán Phật này thường được chư Tăng và Phật tử đọc đầu mỗi buổi lễ, xưng tán Ngài đã rốt ráo giải thoát, đã mở đường giải thoát cho tất cả do lòng thương tưởng trời, người. Nếu tin và hành giải thoát dù chốc lát cũng sẽ được phước giải thoát lớn, với đi nhiều si mê và phiền não.

Tán thán Phật là nuôi dưỡng lòng sùng mộ giải thoát, vừa huân nhiếp các đức tánh của Phật, vừa tự hưng phấn tâm tư giải thoát của người tu.

- Bài 19: **Chân ngôn đánh lễ khắp cả:**

"Án phạ nhật ra hộc"

Hiểu và hành:

Khi đánh lễ Thế Tôn, nhờ năng lực thần chú mà sự đánh lễ thể hiện đến khắp pháp giới.

Nếu sự kiện đánh lễ phổ cập đến pháp giới, thì tính chất của các pháp là có tính phổ cập đó. Đó là tính tương dung tương nhiếp, hay tính "một là tất cả, tất cả là một". Đây là ý nghĩa của "lý" về đánh lễ.

Về sự, chân ngôn ấy giúp người Sa Di khai thông được tâm chấp thủ tướng của tự thân, xóa đi tâm lý so đo. Chân ngôn ấy hộ trì người tu quen dần với thực pháp vốn vô ngại, khi tự thân chưa có đủ tuệ giải thoát và tín giải thoát.

Chân ngôn trên còn gián tiếp giúp Sa Di nuôi dưỡng và mở rộng lòng sùng mộ giải thoát đến vô cùng.

- Bài :**20. Lạy Phật:**

*Trời đất không ai bằng Phật,
Mười phương không thể sánh bằng.
Thế gian bao người con gặp,
Như Lai là bậc Tối Tôn.
Om vajra hoh.*

*"Trên trời dưới đất không ai bằng
Mười phương thế giới không sánh kịp,*

*Toàn thể thế gian con nhìn thấy
Hết thấy không có ai bằng Phật"*

Hiếu và hành:

Lời tán thán này là nội dung của lời tán thán Phật của tôn giả Xá Lợi Phất trong kinh tạng Nikàya.

Tất cả ba cõi đều đang bị vướng mắc sinh tử, hay chỉ đang ở trên đường hoặc cuối đường ra sinh tử. Thế Tôn là bậc đã hoàn toàn thoát ly sinh tử, có khả năng mở ra con đường đoạn diệt sinh tử, nên Ngài là bậc vô tỉ.

Tán thán Phật là hình thức củng cố và nuôi dưỡng niềm tin và sùng mộ giải thoát của người tu.

• Bài 21: **Cúng bình sạch (cúng nước):**

*Khi cầm bình sạch trên tay,
Cầu cho tất cả mọi loài,
Trong và ngoài thân đều sạch,
Tâm trí sáng rõ tinh anh.
Oṃ Śigruka śikṣā svāhā.
Chân ngôn rửa sạch tịnh bình:
Oṃ Raṃ svāhā.
"Tay cầm bình sạch
Nên nguyện chúng sanh
Trong ngoài không dơ
Sạch sẽ tất cả".*

Hiếu và hành:

Hình ảnh chiếc bình sạch cũng là một bài học về giải thoát của người Sa Di. Không có hiện hữu nào không là bài học giải thoát của người xuất gia cả, chiếc bình sạch nhắc người tu nhìn lại tâm thức mình, sửa soạn cho tâm sạch sẽ hết các cấu uế.

Chiếc bình sạch cũng là hình ảnh thu nhỏ (hay gợi nhớ) cõi nước Tịnh độ được diễn tả trong thời công phu chiều, thể hiện ước mơ giải thoát toàn triệt của người xuất gia. Chiếc bình

sạch cũng là trợ duyên hộ trì người tu đi vào hạnh giải thoát của tự độ và độ tha, nuôi dưỡng trí tuệ và từ bi vậy.

- Bài 22: **Chân ngôn súc bình sạch:**

(Tương tự kệ, chú 21)

- Bài 23: **Chân ngôn rót nước:**

(Tương tự kệ, chú 21)

- Bài 24: **Dùng cơm:**

*Khi nhìn thấy chén trống không,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Đạt được thân tâm thanh tịnh,
Không còn phiền não sâu đau.*

*"Nhìn thấy bát không
Nên nguyện chúng sanh
Cứu cánh thanh tịnh
Trống không phiền não".*

Hiếu và hành:

Cũng vận dụng cùng một nguyên tắc giáo dục, tỳ ni dạy người xuất gia rút ra bài học giải thoát từ hết thấy các đối tượng thấy, nghe, xúc chạm .v.v...

Hình ảnh chiếc bát không nhắc người tu hướng tâm về mục tiêu giải thoát: làm rỗng không phiền não trong tâm mình. Cứ liên tục khởi niệm giải thoát như thế hằng ngày (mọi lúc, mọi nơi) thì tâm thức sẽ huân tập giải thoát dần dần cho đến ngày sung mãn, trí tuệ sẽ bộc hiện.

Bi và Trí cần được tu tập song hành.

- Bài 25: **Cúng cơm cho chúng sinh:**

*Năng lực pháp mầu khôn tả,
Từ bi chẳng bị gì ngăn,
Bảy hạt biến cùng pháp giới,*

Ban tặng tất cả chúng sinh.

Oṃ Trhīṃ svāhā.

"Pháp lực bất tư nghĩ

Từ bi không chướng ngại,

Bảy hạt bủa mười phương,

Khắp cho cả pháp giới".

Hiếu và hành:

Tất cả các pháp, ở trong hay ngoài tâm, đều có tự tính vô ngã tính, tự tại vô ngã cả. Đó là pháp lực (năng lực bất khả tư nghĩ của pháp) ở ngoài tư duy hữu ngã. Vì vô tự tính nên vô ngại; vì vô ngại nên bảy hạt cơm có thể bủa khắp mười phương về cả hai mặt lý và sự. Thật sự, chỉ một hạt đã chính là pháp giới.

Bài kệ 25 vừa dạy Sa Di về trí tuệ vô ngã, vừa dạy mở rộng lòng từ.

- **Bài 26: Thị giả đưa thức ăn:**

Ma quỷ ở chốn hoang vu,

Mẹ con La-sát ác độc,

Cam lồ thấy đều no đủ.

Oṃ mukti svāhā.

"Chúng quỷ thần các người

Nay tôi cho đồ cúng

Đồ cúng này đến khắp

Quỷ thần cùng hưởng chung".

Hiếu và hành:

Sa Di tu tập hạnh từ bằng pháp bố thí, bố thí khắp cho chúng sinh, cho những ai cần thiết của thí và an lạc. Hành kệ 26 là cách phát khởi và nuôi dưỡng từ tâm.

- **Bài 27: Ăn cơm chánh niệm:**

Khi ăn tâm niệm 5 điều,

Tán tâm ham vui nói chuyện

Thực phẩm tín thí khó tiêu,

*Mọi người khi nghe tiếng khánh,
Chính niệm thực tập chớ quên.*

*"Phật dạy các Tỷ kheo
Khi ăn tưởng năm điều
Nếu tán tâm nói chuyện
Thì của tín thí khó tiêu.
Đại chúng nghe tiếng khánh
Tất cả giữ chánh niệm".*

Hiếu và hành:

Việc khởi tưởng năm điều khi ăn là việc làm của Tỷ kheo, nhưng ở đây dạy Sa Di tập sự, khi ăn, Sa Di cũng khởi tưởng năm điều dưới đây:

- 1. Cơm này do đâu mà có?*
- 2. Xét đức hạnh mình có xứng đáng để nhận phần cơm cúng dường của tín thí không?*
- 3. Khi ăn, giữ tâm không tham ái, không sân hận và không tà niệm.*
- 4. Xem thức ăn như là thuốc chữa bệnh đói để tồn tại mà tu tập giải thoát.*
- 5. Ăn là để sống mà hành đạo giải thoát, chứ không phải để mà thụ hưởng.*

Năm điều khởi tưởng đó là một bài học dạy người Sa Di cung cách ăn của người sống đời sống trí tuệ, vừa dạy cách nuôi dưỡng tâm rời tham ái, chế ngự các tạp niệm, vừa nhắc nhở người tu biết ơn tín thí, xã hội để sống vì sự an lạc giải thoát của mọi người.

• **Bài 27a. Chính thức ăn cơm:**

*Khi nhìn thấy bát cơm đầy,
Cầu cho tất cả mọi loài
Chứa đủ đức lành phước báu,
Tất cả thiện pháp tràn đầy.*

*Cầu cho tất cả chúng sinh
Trở thành dụng cụ Phật pháp
Xứng đáng người nhận cúng dâng.
Om kili kili vajra hūm phat.*

*"Cầm nắm vật thích ứng đựng thức ăn
(chỉ bát & muỗng)
Nên nguyện chúng sinh
Thành tựu pháp khí
Xứng nhận sự cúng dường của người và trời".*

Hiểu và hành:

Như bình bát là vật đựng thức ăn thích ứng của người xuất gia, tâm thức người tu sĩ phải là chỗ chứa đựng thích đáng các pháp giải thoát. Người tu sĩ cần khởi niệm mong cầu tất cả xứng đáng nắm giữ pháp giải thoát và có khả năng giới thiệu đạo giải thoát.

Xứng nhận sự cúng dường của người và trời nghĩa là "ứng cúng", là bậc A La Hán đoạn trừ hết lậu hoặc tham, sân, si. Mong cho tất cả chúng sinh đều đắc A La Hán, thoát ly sinh tử.

- Bài 27b: **Khởi niệm ba niệm trước khi ăn** (mỗi niệm chỉ dùng vài hạt cơm tượng trưng):

*Muỗng cơm thứ nhất [vừa ăn], nguyện cho tất cả ác nhân không còn.
Muỗng hai [xin nguyện với lòng], giúp người tu thiện tâm đồng thái hư.
Muỗng ba [thực hiện tâm từ], dắt dìu muôn loại cùng tu đạo mẫu.*

*"Nguyện loại bỏ hết thảy các điều ác,
Nguyện tu tập hết thảy các điều thiện,
Nguyện cứu giúp hết thảy chúng sinh".*

Hiểu và hành:

Bài kệ 27b nói thẳng mục tiêu giải thoát của người xuất gia mà vị Sa Di cần nhớ:

1. *Phần tự độ: bỏ ác; làm thiện, giải thoát.*
2. *Phần độ tha: giúp chúng sinh đi ra khỏi tà kiến, khổ đau, trong điều kiện có thể của người tu.*

- Bài 28: **Kết thúc bữa ăn:**

*Cầu cho tất cả chúng sinh
Trở thành dụng cụ Phật pháp
Xứng đáng người nhận cúng dâng.*

Oṃ kili kili vajra hūṃ phaṭ.

*"Gọi là bố thí tất hẳn được lợi ích
Nếu vì tâm hoan hỷ mà bố thí
Thì sau sẽ được an lạc.
Ăn xong nên cầu cho chúng sinh
Làm tròn các việc cần làm
Đầy đủ Phật - Pháp".*

Hiểu và hành:

Trong việc thọ thực của người xuất gia, ý nghĩa bố thí thể hiện qua các mặt:

1. *Người Phật tử cúng thức ăn là người thí; người tu là người nhận thí.*
2. *Người nhận thức ăn cho người thí niềm vui, công đức, nên bấy giờ là người thí; người Phật tử là người nhận thí.*
3. *Nếu cả hai, người thí và người nhận thí, đều vì tâm hoan hỷ mà hành bố thí, thì cả hai đều được phước báo an lạc trong cả hiện tại lẫn tương lai.*

Kết thúc bữa ăn, kệ 28 nhắc nhở người tu quay về với mục tiêu giải thoát: làm tròn phạm hạnh thoát ly sinh tử và mong cầu tất cả đều được kết quả như vậy.

• Bài 29: **Rửa bát:**

***Dùng nước rửa bát cơm này,
Quán như cam lồ ngọt mát,
Cúng khắp các loài quý báu,
Thấy đều no đủ như nhau.
Oṃ vahuritā svāhā.***

*"Đem nước rửa bát,
Như nước cam lồ,
Cho các quý thần
Tất cả được no đủ"*

(tương tự ý nghĩa của kệ 26 & 27)

• Bài 30: **Mở bát:**

*Dùng tay mở bát đựng cơm,
Phật dạy đo lường sức ăn,
Nguyên cùng tất cả chúng sinh,
Đạt được ba luân rộng lặng.
Om sīma maṇi svāhā.*

*" Ứng khí của Như Lai
Nay con được nắm giữ
Nguyên cùng tất cả
Thành tựu 'tam luân không tịch'"*

Hiếu và hành:

- Bình bát là vật đựng thức ăn của Như Lai.
- Tam luân không tịch: người cho, người nhận và vật cho có tự tính vốn vô ngã, thanh tịnh.
- Nắm giữ bình bát của Như Lai, việc đó nhắc nhở sự thành tựu đạo nghiệp của Như Lai, sự chứng nhập thực tướng vô ngã. Người tu từ đó khởi niệm mong cầu tất cả chúng sinh đều thành tựu sự nghiệp chứng nhập thực tại vô ngã đó.

• Bài 31: **Nhận đồ cúng dường:**

*Tại gia cúng dường phẩm vật
Xuất gia ban tặng pháp màu,
Cả hai đủ đầy chẳng khác,
Thí Ba-la-mật bằng nhau.*

*"Tài thí và pháp thí
Haipháp thí ấy
không khác biệt nhau
Thí ba la mật
Đầy đủ trọn vẹn"*

Hiếu và hành:

Tài thí là bố thí tài vật (ngoại tài) và thân mạng (nội tài). Pháp thí là bố thí pháp giải thoát (giới thiệu con đường giải thoát Giới - Định - Tuệ)

Hai pháp bố thí ấy chỉ khác nhau ở mặt sự tướng; nếu hành tài thí ba la mật và pháp thí ba la mật thì cả hai hạnh ấy không khác biệt nhau; kết quả của cả hai đều đi vào chỗ vô thủ trước Niết Bàn. Giải thoát là hành thí ba la mật mà không phân biệt tài thí hay pháp thí.

- Bài 32: **Lấy tấm xà răng:**

*Tay cầm cành dương xỉ răng,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Đều được pháp Phật thậm thâm,
Đạt được cứu cánh thanh tịnh.
Om svabhāva śuddha sarva dharma svabhāva śuddhoham.
Om raṃ svāhā.*

*"Tay cầm tấm dương
Nên nguyện chúng sanh
Đều được diệu pháp
Hoàn toàn thanh tịnh"*

Hiểu và hành:

Tấm dùng của nhà chùa thường được làm bằng cành dương nhỏ, nên gọi là tấm dương.

Thời điểm xỉ răng là thời điểm sau cùng của bữa ăn; thân vừa no đủ, sung mãn. Từ đó, người ta khởi niệm mong cầu tất cả được sung mãn giải thoát, "no đủ" diệu pháp.

- Bài 33: **Xỉ răng:**

*Khi nhai nhánh cây xỉ răng,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Tâm được điều hòa, thanh tịnh,
Cắn nát tất cả não phiền.
Om Amogha-jvale jīva-kara saṃśodhane padma-kumāra-jīva
saṃśodhāya dhāra dhāra sujvale svāhā.*

*"Nhấm tấm dương chi
Nên nguyện chúng sinh*

*Tâm tính thuần hóa
Căn nát phiền não"*

(Tương tự ý nghĩa của kệ 32)

• Bài 34: **Súc miệng:**

*Súc miệng giữ tâm trong sạch,
Nước hóng thơm mùi trăm hoa,
Nghiep thân, khẩu, ý thanh tịnh,
Tây Phương cùng Phật về nhà.
Om ham, Om haḥ svāhā
"Súc miệng lòng sạch luôn
Nước dơ lên hương hoa
Ba nghiệp hằng thanh tịnh
Cùng Phật về Phật độ".*

Hiếu và hành:

Kệ này dùng khi súc miệng sau bữa ăn, hoặc bất cứ khi nào trong ngày.

Súc miệng là giữ cho miệng sạch. Việc làm này hướng niệm người xuất gia đến việc làm sạch tâm, thanh tịnh cả thân, miệng và ý. Quan trọng là ý nghiệp. Chính tâm phân biệt có tướng dơ, tướng sạch là tâm cấu uế. Phải thấy "nước dơ lên hương hoa", nghĩa là dơ, sạch đều có cùng tự tính vô ngã. Tâm thấy ấy là tâm thanh tịnh (tâm lìa khỏi chấp thủ tướng). Khi tâm hoàn toàn thanh tịnh, thì toàn pháp giới trở nên thanh tịnh. Đó là nghĩa tâm tịnh thì độ tịnh, hay là nghĩa của câu "Cùng Phật về nước Phật".

• Bài 35: **Lấy tích trượng:**

*Khi cầm tích trượng trong tay,
Cầu cho tất cả mọi loài,
Lập nên hội bố thí lớn,
Chỉ bày đạo thật [xưa nay].
Om nṛtī nṛtī nṛtapati nṛtya-pāṇi hūṃ phat.*

*"Cầm nắm chiếc gậy
Nên nguyện chúng sinh
Mở hội đại thí
Chỉ đạo như thật".*

Hiểu và hành:

Chiếc gậy là vật chỉ đường, đưa đường. Hình ảnh đó gợi lên hình ảnh Phật pháp là nhân tố chỉ đường vào giải thoát (hội đại thí là pháp thí). Do đó, khi cầm gậy, người tu liền khởi niệm mong tất cả chúng sinh nói pháp và nghe pháp giải thoát để thấy thật đạo.

- Bài 36: **Sửa soạn đơn ngòai thiền**

*Dụng cụ ngòai thiền vừa trải,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Mở bày pháp lành lợi lạc,
Giúp người thấy tướng chân như.*

Ngòai thiền

*Thăng lưng ngòai thiền vững chải,
Cầu cho tất cả mọi loài,
Ngòai vững trên tòa giác ngộ,
Tâm không đắm nhiễm, buông thư.
Om vajra aniñja prāptāya svāhā
" Nếu soạn chỗ ngòai thiền
Nên nguyện cho tất cả
Mở bày thiện pháp
Thấy tướng chân thật"*

Hiểu và hành:

Sửa soạn chỗ ngòai thiền không phải là chỉ để ngòai, để hưởng thụ hỷ, lạc....., mà là để vào thiền quán thấy thật tướng. Chỉ và định chỉ là bước kinh qua để vào đại tuệ. Đại tuệ mới là đích đến.

Người xuất gia, vì vậy, khi chuẩn bị ngòai tịnh nên khởi niệm đại bi mong tất cả vào đại tuệ, không quên rằng đích đến của tự thân và tha nhân là đại tuệ.

- **Bài 37: Ngủ nghỉ:**

*Việc xong đến giờ nằm ngủ,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Thân không bệnh tật, mạnh khỏe,
Tâm không loạn động bình an.
Quán chữ A hăm một lần,
Trong một hơi thở ra vào.*

*"Ngủ nghỉ theo giờ
Nên nguyện chúng sanh
Thân được yên ổn
Tâm không loạn động"*

Hiếu và hành:

Giấc ngủ đem lại sự ổn định cho thân. Nhưng điểm nhắm đến của giải thoát là tâm an, không bị các triền cái, các kiết sử gây loạn.

Khi đi ngủ, người tu khởi niệm mong sự an lạc của thân và tâm đến với chúng sinh để nuôi dưỡng từ bi và trí tuệ của tự thân và của tất cả.

- **Bài 38: Lấy nước:**

*Mỗi khi nhìn thấy nước chảy,
Cầu cho tất cả mọi loài,
Có được ước muốn lợi lạc,
Đứt trừ cấu uế trần ai.
Nam-mô Hoan Hỷ Trang Nghiêm Phật.
Nam-mô Bảo Kế Như Lai.
Nam-mô Vô Lượng Thắng Vương Phật.
Oṃ vaṣī pramaṇi svāhā.*

*"Nhìn thấy nước chảy
Nên nguyện chúng sinh
Có lòng mong thiện pháp
Rửa sạch hết các sai lầm làm dơ bản tâm".*

Hiếu và hành:

Lấy nước ở đây hẳn là nước sông, nước suối (lưu thủy).

Như nước có công năng rửa sạch các dơ bẩn của thân, các thiện pháp có công năng khử trừ tham, sân, si (các cấu uế của tâm).

Nước gợi cho người tu nhớ quay về mục tiêu của đời sống giải thoát, mà khởi niệm đại bi mong tất cả vận dụng các thiện pháp vô tham, vô sân, vô si .v.v.... để tẩy sạch cấu bẩn của tâm.

- Bài 39: **Tắm Phật:**

*Con nay tắm tượng các Như Lai,
Trí tuệ trang nghiêm công đức dày,
Ngũ trước chúng sinh lia cầu nhiễm,
Pháp thân cùng chứng giống Như Lai.*

*"Nay con rưới tắm thân Như Lai,
Thân trang nghiêm của phước và trí,
Mong chúng sinh sạch cấu uế của tâm
Để được thân thanh tịnh như thân của Như Lai".*

Hiếu và hành:

Khi nhìn thân tượng tượng Như Lai, người tu liền nghĩ đến sự thành tựu của Phật trí (phước: giới và định; trí: tuệ) mà mong cầu tất cả đoạn trừ hết lậu hoặc, hầu đắc Phật quả, thể nhập pháp thân thanh tịnh, vô tướng.

- Bài 40: **Ca ngợi Phật:**

*Tán dương tướng tốt của Phật,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Đều được thân Phật trang nghiêm,
Thấu rõ các pháp vô tướng.
Oṃ munì munì saṃmunì svāhā.*

*"Ca ngợi tướng Phật đẹp đẽ,
Nên nguyện chúng sinh*

*Thành tựu thân Phật
Chứng ngộ vô ngã"*

Hiếu và hành:

Khi lên chánh điện hành lễ, hoặc bất cứ lúc nào tưởng niệm đức Phật, người xuất gia cần nghĩ đến Phật trí, mà khởi niệm mong cầu tất cả thành tựu phạm hạnh, đắc được trí tuệ giải thoát ấy.

• Bài 41: **Đi quanh tháp:**

*Nhiều tháp theo chiều tay phải,
Cầu cho tất cả mọi loài,
Việc làm đều không trái đạo,
Thành tựu tuệ giác Như Lai.
Namo samanta-buddhāṇaṃ
Oṃ dhūpa dhūpa svāhā.
"Nhiều tháp theo chiều phải
Nên nguyện chúng sinh
Việc làm không trái đạo
Được nhất thiết trí"*

Hiếu và hành:

Thân bệnh là khổ. Nỗi khổ đích thực là tâm bệnh. Căn bản của tâm bệnh là chấp thủ ngã tướng. Do chấp thủ ngã tướng mà rơi vào tham, sân, si (chính chấp thủ ngã là si, hay vô minh). Do vậy, khi thấy tướng bệnh khổ, người tu liền khởi niệm đại bi mong tất cả thấy rõ tất cả (nội và ngoại thân) là vô ngã tướng; giác tỉnh vô ngã mà rời xa các căn bản phiền não và tùy phiền não.

• Bài 42: **Cạo tóc:**

*Cạo bỏ râu tóc trên thân,
Cầu cho tất cả chúng sinh,
Xa lìa các loại phiền não,*

Đạt được niết-bàn bình an.

Oṃ siddhyantu mantra-padāya svāhā

"Cạo bỏ râu tóc

Nên nguyện chúng sinh

Thân tâm hết dơ

Trong ngoài sáng sửa".

Hiểu và hành:

Tương tự các kệ trên, khi tắm rửa thân thể, người tu hướng tâm về giải thoát cho mình và người mà khởi đại bi niệm mong tất cả được sạch sẽ thân và tâm, hoàn toàn thanh tịnh.

• **Bài 44: Rửa chân:**

Mỗi khi dùng nước rửa chân,

Cầu cho tất cả chúng sinh,

Có được phép mau thân tức,

Chỗ đi hành động thông dong.

Oṃ Raṃ svāhā.

"Khi rửa chân

Nên nguyện chúng sinh

Đủ sức thần thông

Đi lại không ngại".

Hiểu và hành:

Như đôi chân là phương tiện di chuyển của thân, thần thông, thiền định là phương tiện hoạt dụng của tâm, của trí tuệ giải thoát.

Khi rửa chân, người tu liền tác ý đến sức mạnh thiền định của tâm, sửa soạn tu tập tâm hầu để đi lại tự tại trong tam giới, và khởi niệm mong tất cả được như thế.



Hoan nghênh các bạn góp ý trao đổi!
