

Phật giáo, một phương pháp luyện Tâm

ISSN: 2734-9195 15:05 24/11/2025

Tất cả mọi cố gắng để mô tả Niết Bàn hẳn không thể chính xác được vì Niết Bàn không những nằm ngoài ngôn ngữ khả diễn mà còn vượt khỏi tưởng niệm. Muốn biết Niết Bàn chỉ còn có cách là theo đuổi con đường **BÁT CHÁNH ĐẠO** cho đến tận cùng

Tác giả: **Leonard A. BULLEN**
Phạm Kim Khánh dịch (1969)

LỜI GIỚI THIỆU

Cuốn "THE BUDDHISM, A METHOD OF MIND-TRAINING" là một cuốn sách nhỏ thuộc loại "Bodhi Leaves" của Hội Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, do ông LEONARD A. BULLEN viết. Ông LEONARD A. BULLEN đã nổi danh nhờ những cuốn sách viết về Phật giáo dưới hình thức Triết học và Khoa học.

"PHẬT GIÁO, MỘT PHƯƠNG PHÁP LUYỆN TÂM" tuy là một cuốn sách nhỏ hay đúng hơn là một bài Tiểu luận nhưng đã thể hiện được nhiều khía cạnh trọng yếu trong tinh thần Phật giáo. Tuy chỉ là vài nét phác họa đại cương nhưng không kém phần sâu xa và sống động.

Nhân mùa VESAK 2513, tôi xin hân hạnh giới thiệu cùng Quý vị cuốn sách nhỏ này để chúng ta cùng nhau chiêm nghiệm những lời vàng ngọc của Đức Từ Phụ Thích Ca Mâu Ni.

Tỳ kheo VIÊN MINH
Kỳ Viên Tự, mùa Vesak 2513

Khi đọc một vài điều gì về Phật giáo trong các nhật báo, bạn thường liên tưởng đến Phật giáo như là bối cảnh của những pho thần tượng khổng lồ và bóng dáng của những vị Sư y vàng với bầu không khí đầy khói hương nghi ngút. Có lẽ bạn không bao giờ cảm thấy trong đó có cái gì cho chính bạn, ngoại trừ một hình ảnh xa lạ.

Nhưng tất cả những điều đó có trong **Phật giáo** không? Các phóng viên nhiếp ảnh đã chụp đúng hình ảnh của Phật giáo chưa? và các tạp chí hoa màu có chỉ cho bạn thấy điều căn bản nào không hay chỉ là cái vẽ bề ngoài thôi.

Nào, chúng ta hãy xem Phật giáo thật sự là gì? Phật giáo Nguyên thủy được giảng dạy như thế nào? và có phải Phật giáo chỉ còn tồn tại dưới hình thức những đồ trang sức, điểm tô bên ngoài hay không?

Mặc dầu thường được coi như là một Tôn giáo, **Phật giáo** vẫn là một phương pháp căn bản để luyện tâm. Với truyền thống trong tu viện và sự đặt nặng trên các yếu tố đạo đức, Phật giáo đúng là đã có nhiều tính chất ngoại diện thường được người Tây phương liệt vào hàng Tôn giáo. Nhưng, dầu thế, Phật giáo không hề tin có Thượng Đế mà quả quyết rằng vạn vật bị chi phối bởi những luật tự nhiên, chứ không phải do một Đấng Sáng Tạo nào, Phật giáo chẳng ích gì cho những người chỉ biết cầu nguyện, vì đức Phật là một vị thầy hướng đạo hơn là một Đấng Thượng Đế, và Phật giáo xem việc tụng Kinh không phải là một quy điều có tính cách Tôn giáo mà chỉ là phương tiện để tỏ lòng tri ân đối với bậc đã chỉ đường cho mình và cũng là phương tiện để tự phát triển lấy mình. Từ quan điểm này xem ra Phật giáo chẳng có gì là một Tôn giáo cả.

Có điều nữa là Phật giáo hiểu đức tin chỉ trong ý nghĩa tín nhiệm đường lối mà đức Phật đã vạch ra. Một người Phật tử không buộc phải có lòng tin hay tin theo bất cứ điều gì chỉ vì do đức Phật giảng dạy hay vì đã được ghi chép trong các kinh điển xưa, vì điều đó được lưu lại theo truyền thống hay vì đã được nhiều người tin tưởng. Dĩ nhiên người Phật tử tự ý lấy Giáo lý đức Phật làm phương châm để hành động hay đặt tín nhiệm trên Giáo lý ấy nhưng họ không buộc phải chấp nhận điều gì khi lý trí chưa chấp nhận.

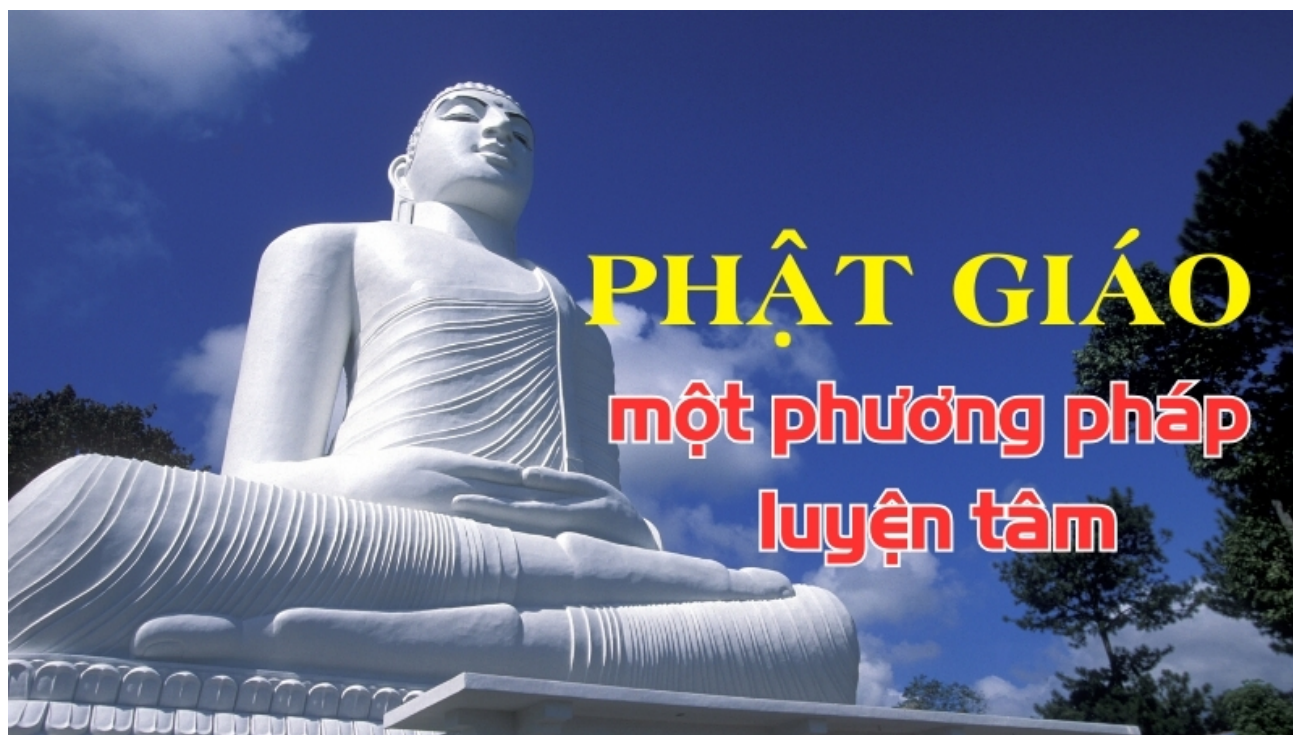
Điều này không có nghĩa là bất cứ điều gì cũng có thể được chứng minh một cách hợp lý, vì có những điều nằm ngoài phạm vi óc phán đoán và chỉ có những trình độ trí thức cao mới có thể nhận được. Nhưng sự thực vẫn không cần một sự chấp nhận mù quáng vào về một điều gì trong đức Phật.

Phật giáo là một lối sống đặt căn bản trên sự rèn luyện tinh thần. Mục đích tối hậu của Phật giáo là chỉ lối đi vào sự giải thoát hoàn toàn ra khỏi khổ đau bằng Quả Vị Niết Bàn, một trạng thái vượt ra ngoài phạm vi lý trí thông thường chưa được rèn luyện. Phật giáo cũng có một mục đích cấp thời là làm thế nào để tránh khổ đau trong cuộc sống hàng ngày.

Tất cả mọi sinh hoạt của con người hoặc trực tiếp hoặc gián tiếp, đều hướng đến mục đích làm sao cho có được hạnh phúc dưới hình thức này hay hình thức khác; hoặc bằng những từ ngữ tiêu cực ta có thể diễn tả ý nghĩa trên là "mọi

sinh hoạt con người đều hướng đến sự thoát ly ra khỏi một vài hình thức nào đó của sự bất mãn hay không vừa ý". Vì thế, "không vừa ý" có thể được coi là khởi điểm của sinh hoạt con người, mà hạnh phúc là mục đích tối hậu.

Sự không vừa ý là khởi điểm của sinh hoạt con người, cũng là khởi điểm trong Phật giáo và khởi điểm này được diễn tả dưới hình thức **Tứ Diệu Đế**: Chân lý về sự không vừa ý, nguyên nhân, dập tắt và phương pháp dập tắt sự không vừa ý.



Diệu Đế thứ nhất được phát biểu như vậy:

SỰ KHÔNG VỪA Ý KHÔNG THỂ TRÁNH ĐƯỢC TRONG ĐỜI SỐNG TỰ NGÃ

Theo nguyên nghĩa của nó, chữ mà ở đây được gọi là "Không vừa ý" và thường được dịch là "đau khổ"(dukkha), không phải chỉ bao hàm ý nghĩa đau đớn, phiền muộn và bất hạnh mà còn hàm xúc tất cả những gì đưa đến sự bất bình: từ cơn đau đớn dữ dội của thể xác và mối ưu phiền trầm trọng của tâm hồn đến sự mệt mỏi, chán chường không đâu hay niềm thất vọng tầm thường.

Đôi khi từ ngữ này có nghĩa là "Không vừa ý" hay "bất mãn", trong một vài đoạn văn có lẽ dịch như thế chính xác hơn, trong khi lắm lúc chữ "đau khổ" hàm xúc ý nghĩa hơn. Vì lý do đó chúng ta sẽ dùng cả hai chữ "đau khổ" và "Không vừa ý" hay "bất mãn" trong bài này.

Trong một vài bản dịch của các nguyên tác phát biểu rằng: Sinh là khổ, Bệnh là khổ, Già là khổ và THÚ VUI LÀ KHỔ (Pleasure is suffering). Trong Anh ngữ, điều sau cùng này không có nghĩa gì cả, nhưng nếu ta phát biểu lại như thế này: "THÚ VUI KHÔNG BAO GIỜ ĐƯỢC THỎA MÃN" (Pleasure is unsatisfactory) thì

xem ra có vẻ dễ hiểu hơn nhiều, vì mọi thứ vui đều không bền lâu và thường được nối tiếp bởi một hình thức trái ngược, mà theo đó ít nhất cũng là một sự không vừa ý.

Trong đoạn đức Phật dạy rằng sự không vừa ý hay đau khổ không thể tránh được trong đời sống tự ngã, chúng ta thấy từ ngữ "Đời sống tự ngã" cần phải được giải thích. Một cách vắn tắt, giáo lý ấy dạy rằng: Cái bản ngã mà người ta thường coi là một linh hồn vĩnh cửu, bất biến và cố định là hoàn toàn không đúng sự thật.

Trung tâm của mỗi chúng sanh không phải là một linh hồn bất biến mà là một GIÒNG TIẾN SINH (Life current), một dòng năng lực luôn luôn biến chuyển không bao giờ tồn tại trong hai sát-na liên tiếp.

Vì vậy bản ngã mà người ta coi như một linh hồn vĩnh cửu chỉ là ảo tưởng, và khi nhìn từ quan điểm tối hậu trên ta thấy bản ngã không thực có, và chính trong sự chấp ngã ấy đau khổ đã hiện hữu. Cuối cùng khi đã vượt qua ngã chấp ta sẽ chứng đạt được MINH TUỆ, một thực thể tuyệt đối nằm ngoài tầm thế giới tương đối này. Trong trạng thái tuyệt đối, Niết bàn, đó mọi đau khổ đều bị dập tắt, nhưng cho đến lúc một yếu tố ngã chấp nào còn tồn tại, mặc dầu chỉ là ảo tưởng thì đau khổ vẫn còn tiềm ẩn bên trong.

Do đó chúng ta phải hiểu rằng Diệu Đế thứ nhất không có nghĩa là khổ đau không thể tránh được mà chỉ không tránh được trong đời sống tự ngã, hay nói một cách dễ hiểu là khi kiến chấp về bản ngã còn, thì đau khổ còn.

Bây giờ chúng ta hãy đi sang Diệu Đế thứ hai:

NGUỒN GỐC CỦA SỰ KHÔNG VỪA Ý LÀ LÒNG ÁI DỤC

Nếu bạn bị ngã trên một sàn nhà trơn và bị thương tích, bạn cho rằng nguyên nhân làm bạn đau đớn là cái sàn nhà trơn ấy. Đứng trên phương diện cấp thời mà nói, dĩ nhiên là bạn có lý, và nếu nói nguyên nhân làm bạn bị thương là lòng tham ái thì thật là vô nghĩa.

Nhưng chân lý thứ hai này không phải chỉ đề cập đến lý do riêng nào hay nguyên nhân tức thì nào. Nó có nghĩa là hợp lực giữa giòng Tiến Sinh chính là lòng ái dục. Vì chính giòng Tiến Sinh này tự nó chứa đựng mầm mống đau khổ, trong khi cái sàn nhà trơn chỉ là một lý do thôi.

Đối với tự nhiên tính của thế giới mà trong đó chúng ta đang sống, thì việc cứu chữa khổ đau bằng cách xóa bỏ tất cả những nguyên nhân gây ra đau khổ rõ ràng là không thể được. Trái lại, Phật giáo cho rằng có thể trừ các nguyên nhân

đến tận gốc rễ. Vì thế Diệụ Đế thứ ba dạy rằng:

QUẢ VỊ GIẢI THOÁT CÓ THỂ ĐẠT ĐƯỢC BẰNG CÁCH HỦY DIỆT LÒNG ÁI DỤC

Chính lòng ái dục tập trung những năng lực khả dĩ giữ đường giòng tiến sinh giòng hiện hữu mà ta gọi là bản ngã, và chỉ với ngã chấp, sự bất mãn hay đau khổ mới có thể tồn tại được. Nếu ta tiêu diệt những năng lực chứa chấp vọng kiến về ngã thì nguyên nhân gây nên đau khổ cũng bị hủy diệt theo.

Bởi thế mục đích tối hậu của sự tu tập trong nhà Phật là diệt ngã. Nhiều người đã hiểu lầm điều này, dĩ nhiên là như vậy; nhưng một khi nhận ra rằng diệt ngã tức là diệt vọng chấp thì hiểu lầm kia không còn lý do tồn tại. Khi vọng chấp đã được tẩy trừ thì chân lý phát hiện. Chừng nào còn bị ngã chấp che lấp, sự thật khó có thể phơi bày.

Nhưng chân lý phát hiện sau khi vọng chấp được diệt trừ là gì? Chân lý rất ráo rẩy chính là Niết Bàn, còn được gọi là vô sanh, vô thủy (không có khởi đầu), vô cấu (không có tạo nên) và vô vi (không có hợp thành). Chúng ta có thể mô tả một cách nôm na là trạng thái sáng suốt, hay tạm cho nó một tính cách tuyệt đỉnh hạnh phúc và hoàn toàn giải thoát ra khỏi khổ đau, nhưng dầu sao nó vẫn khác hẳn với cuộc sống thông thường đến nỗi không lời nào diễn tả được một cách trung thực. Đến độ chỉ có thể giải thích bằng cách không giải thích gì cả, vì nó vượt ra ngoài ngôn ngữ và luôn cả tư tưởng thông thường.

Quả vị Niết Bàn là mục đích sau cùng của tất cả mọi sự tu tập trong nhà Phật cũng như sự giải thoát hoàn toàn ra khỏi bất bình hay đau khổ. Điều này đưa ta đến Diệụ đế thứ tư:

CON ĐƯỜNG GIẢI THOÁT LÀ BÁT CHÁNH ĐẠO

Tám yếu tố của chánh đạo là:

1. CHÁNH KIẾN (Sammàditthi): Kiến thức chân chánh về bản chất của vạn hữu.

2. CHÁNH TƯ DUY (Sammāsankappa): Tư tưởng không bị ràng buộc bởi dục vọng, ác tâm và hung dữ.

3. CHÁNH NGŨ (Sammā vācā):

- Không nói dối.
- Không nói lời vô ích.
- Không nói lời thô lỗ.

- Không ngồi lê đôi mách.

4. CHÁNH NGHIỆP (Sammà kammanto):

- Không sát sanh.
- Không trộm cắp.
- Không tà dâm.

5. CHÁNH MẠNG (Sammà àjiva): - Không nuôi mạng bằng cách làm hại chúng sanh khác.

6. CHÁNH TINH TẤN (Sammà vàyàmo): Cố gắng diệt trừ những điều ô nhiễm trong tâm.

7. CHÁNH NIỆM (Sammà sati): Sự hoàn hảo của khả năng ghi nhớ.

8. CHÁNH ĐỊNH (Sammà samàdhi): Sự trau dồi những Tịnh quang tâm sở (Sobhana cetasika) [1] với mục đích trực nhận được Niết Bàn, chân lý rốt ráo vượt ngoài thế giới tương đối.

Đến đây bạn hẳn đã thấy rằng trong **BÁT CHÁNH ĐẠO** không có gì thuộc về yếu tính Tôn giáo cả; mà đúng hơn là một hình thức tâm lý đạo đức.

Những người Đông phương cũng như người Tây phương thường đòi hỏi một vài hình thức ngoại diện, vì ít nhất ở cái vẻ bề ngoài ấy những điều không cần thiết đã khoác lấy vai trò quan trọng hơn những điều cốt yếu.

Nên trong khi một vài hình thức bề ngoài của sự tu tập trong Phật giáo có thể được thay đổi tùy theo hoàn cảnh, những yếu điểm, và đặc tính không thay đổi có thể tóm kết trong một vài nét đại cương sau đây về **BÁT CHÁNH ĐẠO**, con đường trung đạo giữa hai thái cực: khổ hạnh và lợi dưỡng, mà đức Phật đã dạy.

Mặc dầu ví tám phương diện khác nhau của **BÁT CHÁNH ĐẠO** là tám nấc thang thì thật là tiện, nhưng phải nhớ rằng chúng không thể được coi là tám bậc thang riêng biệt phải đi từ bậc này đến bậc khác, trái lại ta phải thực hành cùng một lượt và có lẽ tốt hơn ta nên xem chúng như là tám đường song song trong một con đường lớn, chứ không phải tám bậc kế tiếp.

Nấc thang thứ nhất của con đường này, **CHÁNH KIẾN**, là điều kiện để nhìn thấy sự vật đúng với bản chất của nó, hay ít nhất cũng là một sự cố gắng không tự dối, không trốn tránh sự thật.

Trong một nghĩa khác, **CHÁNH KIẾN** khởi đầu bằng một sự phê phán của lý trí về bản chất của hiện hữu, và bởi thế óc phán đoán được xem như là khởi điểm

của CHÁNH KIẾN. Khi CHÁNH KIẾN được theo đuổi đến tận cùng, chính óc phán đoán này được thay thế bởi một nhận thức sáng suốt về chân lý tuyệt đối hay Niết Bàn nằm ngoài thế giới tương đối.

CHÁNH KIẾN được xem là hoàn hảo trong Phật giáo khi nó đặt căn bản trên nhận thức về ba yếu tính của thế giới tương đối là tính chất về thời gian, hình thức và thể chất. Ba yếu tính này có thể được trình bày một cách vắn tắt như sau:

1. VÔ THƯỜNG (Aniccatà): Vạn hữu trong thế giới tương đối luôn luôn thay đổi.
2. KHỔ NÃO (Dukkhatà): Ở một mức độ nào đó, khổ đau hay không vừa ý cố hữu trong đời sống tự ngã hoặc trong vòng thế giới tương đối và kinh nghiệm bản thân,
3. VÔ NGÃ (Anattatà): Không chúng sanh nào có một bản ngã hay linh hồn vĩnh cửu, bất biến và cố định, dù là người hoặc bất cứ sinh vật nào khác.

Thay vào đó, mỗi chúng sanh chỉ có một giòng năng lực biến chuyển: Một sự thăng trầm của thể chất và những hiện tượng tâm linh như một dòng sông luôn trôi chảy không bao giờ dừng nghỉ dù chỉ trong một giây phút.

Bản ngã không phải là một tĩnh thể (Acalavatthuniyàma) mà là một sự biến - chuyển không ngừng (động thể), khái niệm động về hiện hữu này là tiêu biểu cho tư tưởng sâu xa của Phật giáo, không có cái gì ở trạng thái tĩnh trong đời sống, và vì nó luôn luôn biến dịch bạn phải biết cách biến dịch theo.

Một khía cạnh khác của CHÁNH KIẾN là thừa nhận rằng vạn hữu biến đổi căn cứ trên sự kế tiếp chính xác của NHÂN và QUẢ, hay tác động và phản ứng (nghiệp và nghiệp quả): Một sự kế tiếp chính xác và không thay đổi trong tâm linh - hay trong địa hạt tinh thần - và trong thể xác.

Theo luật tác động và phản ứng này tất cả những tác ý thiện hay trong sạch hiển nhiên đem lại an vui cho tác nhân, trong khi những tác ý ác hay bất tịnh sẽ đem lại đau khổ cho người hành động.

Ảnh hưởng của tác ý THIỆN và BẤT THIỆN, nghĩa là quả vui và quả khổ, không nhất thiết cho quả ngay sau đó mà có sự chậm trễ đáng kể, vì quả vui và khổ chỉ có thể phát khởi khi có điều kiện thích đáng. Cho nên những kết quả có thể không xuất hiện trong kiếp sống hiện tại.

Như vậy lúc lâm chung thường còn lại "CÔNG" chưa đem lại quả vui, đồng thời còn có "TỘI" chưa trả quả. Khổ là kết quả không thể tránh được.

Sau khi chết, dĩ nhiên là xác thân tan rã như giòng tiến sinh vẫn tiếp tục, không phải dưới hình thức một linh hồn bất biến mà dưới hình thức một dòng năng lực biến chuyển. Ngay sau khi chết một chúng sanh mới bắt đầu đời sống bằng cách tiếp tục giòng tiến sinh này. Nhưng chúng sanh mới không buộc phải là một con người và sự tái sinh lập tức đó có thể xảy ra ở một cảnh giới [2] khác. Dù sao đời sống mới này cũng chịu ảnh hưởng trực tiếp đối với đời sống trước.

Do đó đời sống mới trở nên một sự tiếp nối liên tục của đời sống cũ và giòng tiến sinh không bị gián đoạn. Đời sống mới này hưởng công mà đời sống trước đã tạo, công ấy tất nhiên sẽ đem lại quả vui trong một tương lai nào đó. Đồng thời đời sống mới cũng phải gánh chịu tội mà đời sống trước đây gây nên, tội này hiển nhiên cũng mang đến quả khổ vào một lúc nào đó trong tương lai.

Thực ra, với ý nghĩa của sự tiếp nối, đời sống mới giống với đời sống cũ. Theo đó, một ông lão giống như thời thanh niên của ông ta, người thanh niên giống như thừa thiếu thời của cậu và người thiếu niên kia cũng giống như lúc còn là một đứa bé trong nôi. Nhưng sự giống nhau của ông lão, người thanh niên, cậu thiếu niên và đứa bé chỉ trong ý nghĩa liên tục, ngoài ra không có sự giống nhau nào khác.

Vạn vật trong thế giới này thay đổi từng ngày, từng giờ, từng phút, nên những gì hiện hữu trong giây phút này đã có phần khác với sự có mặt của nó trong giây phút trước. Chỉ có một sự giống nhau là liên tục tính, cũng thế chúng sanh tái sinh khác với chúng sanh vừa mới chết, nhưng sự giống nhau về liên tục tính vẫn còn.

Những lời giáo huấn này rất căn bản đối với giáo lý đức Phật - tính chất huyền ngã, luật tác động và phản ứng (nhân quả) trong địa hạt đạo đức và sự tái sinh của những năng lực sống nhưng dầu thế vẫn không cần ai phải chấp nhận điều gì không hợp với lý trí của mình.

Việc chấp nhận một vài lời giáo huấn đặc biệt nào đó không mấy gì cần thiết, điều quan trọng là sự cố gắng không ngừng để nhận chân thật tướng của sự vật, không tự dối, không lẫn tránh.

Với đầu đề là CHÁNH KIẾN thiết tưởng tự nó cũng đã phác họa ý nghĩa một cách đầy đủ lắm rồi. Đến nấc thang thứ hai, CHÁNH TƯ DUY là trí năng khi đã được giải phóng ra khỏi những yếu tố tình cảm như dục vọng, ác ý và hung dữ để nó có thể phán đoán một cách công bình và sáng suốt.

CHÁNH NGŨ, CHÁNH NGHIỆP, CHÁNH MẠNG, hợp thành phần đạo đức trong con đường Bát Chánh. Nhiệm vụ của nó là kiểm chế những ô nhiễm trong tâm và

ngăn không cho chúng biểu lộ ra ngoài. Nhưng dầu sao một mình phần đạo đức này khó có thể trừ tuyệt những ô nhiễm trong tâm một cách hoàn toàn được, mà những yếu tố khác trong bát chánh đạo đều phải được áp dụng để giữ cho tâm ta không bị hoen ố.

Trong nấc thang kế tiếp là CHÁNH TINH TẤN, chúng ta đi vào phạm vi tâm lý thực dụng, vì CHÁNH TINH TẤN ở đây có nghĩa là một sự cố gắng của ý chí. Nói một cách khác, nấc thang thứ sáu của bát chánh đạo là tự đặt mình vào trong kỷ luật, rèn luyện ý chí để ngăn giữ và vượt qua những tâm sở (Cetasika) [3] làm chậm trễ sự phát triển cũng như đánh thức và rèn luyện những tâm sở giúp tinh thần tiến bộ.

Nấc thang thứ bảy của bát chánh đạo cũng là một hình thức tâm lý thực dụng; CHÁNH NIỆM bao gồm một sự phát triển khả túc của trình độ chú ý thường - tức là mở rộng (quảng độ) và tăng cường (cường độ) tri thức - để cuối cùng lý trí có đủ khả năng nhận thức chân lý rốt ráo bên kia hiện tượng giới hay hình thức giới.

Nhiệm vụ đầu tiên của CHÁNH NIỆM là tăng cường nhận thức về huyễn ngã. Nhưng dầu sao nó vẫn giữ vai trò cải thiện khả năng ghi nhớ để chuẩn bị cho lý trí sắc bén hơn khi gặp phải những vấn đề hay những áp lực trong đời sống hàng ngày.

Theo đức Phật, CHÁNH NIỆM khai triển trình độ chú ý để biết rõ tất cả những tư tưởng, lời nói và hành động hầu giữ cho chúng không chấp ngã, không thành kiến và không vụ lợi.

CHÁNH NIỆM cũng có nhiều công dụng trong phạm vi sinh hoạt hàng ngày, ví dụ, nó có thể được dùng để đào tạo nhận thức sắc bén, tri kiến minh bạch về các động lực của những sinh hoạt đó, vì tri kiến về động lực này vô cùng quan trọng.

Trong CHÁNH ĐỊNH, nấc thang cuối cùng của BÁT CHÁNH ĐẠO đảm đương công việc rèn luyện các Tịnh Quang Tâm Sở -- tâm sở cao siêu hơn khả năng thường của tâm thức -- và những TỊNH QUANG TÂM SỞ này dùng để hợp nhất, tinh luyện và tăng cường nhận thức cho đến lúc đạt được trí tuệ vô ngại.

Trong chiến thắng cuối cùng này hành giả đã chứng đạt quả vi Niết Bàn và trong trạng thái siêu việt đó sự vĩnh cửu vượt khỏi thời gian, vô hạn tính vượt khỏi hình thức giới và tính cách tuyệt đối vượt khỏi tất cả hiện tượng tương đối. Đồng thời vọng chấp về bản ngã cũng như ái dục và đau khổ đều bị dập tắt.

Trí tuệ sáng suốt là mục đích tối hậu của mọi việc tu tập trong Phật Giáo và chính nhờ nó ta trực nhận được thực chất của cuộc sống.

Khi Niết Bàn có nghĩa là diệt ngã, nó không ám chỉ phi thực tại phi thực tại (hư vô) hay tịch diệt, và diệt ngã không có nghĩa gì lạ mà chỉ là diệt vọng chấp.

Tất cả mọi cố gắng để mô tả Niết Bàn hẳn không thể chính xác được vì Niết Bàn không những nằm ngoài ngôn ngữ khả diễn mà còn vượt khỏi tưởng niệm. Muốn biết Niết Bàn chỉ còn có cách là theo đuổi con đường BÁT CHÁNH ĐẠO cho đến tận cùng.

Đó chính là Phật giáo nguyên thủy giáo lý về Bát chánh đạo, về con đường dẫn từ tình trạng nô lệ bản ngã đến trí tuệ vô ngại thể nhập chân lý.

Dịch xong tại Sài Gòn, ngày 22-04-1969

Phạm Kim Khánh

-ooOoo-

Ghi chú:

[1]. Có 25 tịnh quang tâm sở như Tín (satthà) Niệm (Sati), Hổ thẹn tội lỗi (Hiri), Ghê sợ tội lỗi (Attappam) Vô tham Alobha) Vô sân (Alosa)...

[2]. Chúng sanh luân hồi trong sáu cảnh giới khác nhau gọi là Lục Đạo: Trời, người, a-tu-la, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh.

[3]. Những đơn vị hay những phần tử phức tạp tùy lúc kết hợp với nhau để tạo thành tâm thức khác biệt. Ví dụ : Xúc (Phassa). Thọ (Vedanà), Tưởng (Sannà), Tư (Cetanà), Chú ý (Ekaggatà), Mạng căn (Jìvitindriya), Tác ý (Manasikàra) kết hợp để tạo thành nhãn thức hay nhĩ thức v.v...

- Như thứ hoa tươi đẹp mà chẳng có hương thơm,
người nói điều lành mà không làm điều lành chẳng đem lại ích lợi.

- Như thứ hoa tươi đẹp lại có hương thơm,
người nói điều lành và làm được điều lành sẽ đem lại kết quả tốt.

(PHÁP CÚ KINH)

Nguồn link bài: <https://www.budsas.org/uni/u-ngan/luientam.htm>