

THIỆN PHÚC

CĂN-CẢNH-  
THỨC

FACULTIES-VIEWS-  
CONSCIOUSNESSES

*Copyright © 2020 by Ngoc Tran. All rights reserved.*

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

## **Mục Lục**

### **Table of Content**

<i>Mục Lục—Table of Content</i>	3
<i>Lời Đầu Sách—Preface</i>	5
<i>Phần Một—Part One: Tổng Quan Về Nhân Sinh Phật Giáo—An Overview on Buddhist Point of View on Human Life</i>	9
<i>Chương Một—Chapter One: Vũ Trụ Quan Phật Giáo—Buddhist Cosmology</i>	11
<i>Chương Hai—Chapter Two: Nhân Sinh Quan Của Đạo Phật—Buddhist Outlook on Life</i>	17
<i>Chương Ba—Chapter Three: Cõi Ta Bà—The Worldly World</i>	29
<i>Phần Hai—Part Two: Chúng Sanh Con Người—Human Beings</i>	33
<i>Chương Bốn—Chapter Four: Chúng Sanh Con Người—Human Beings</i>	35
<i>Chương Năm—Chapter Five: Đạo Nhân Theo Nho Giáo Trong Xã Hội Việt Nam—Man’s Virtue in Confucianism in Vietnamese Society</i>	41
<i>Chương Sáu—Chapter Six: Vị Trí Của Con Người Trong Tôn Giáo—Man’s Place in Religions</i>	45
<i>Chương Bảy—Chapter Seven: Thành Phần Vật Chất Tạo Nên Một Chúng Sanh Con Người—Material Components of a Human Being</i>	51
<i>Chương Tám—Chapter Eight: Các Thành Phần Tâm Linh của Con Người—Spiritual Elements of a Human Being</i>	53
<i>Chương Chín—Chapter Nine: Kiếp Nhân Sinh—Human’s Life</i>	63
<i>Chương Mười—Chapter Ten: Sanh Làm Người Là Khó—It’s Difficult to Be Reborn as a Human Being</i>	71
<i>Chương Mười Một—Chapter Eleven: Bốn Loại Người—Four Types of People</i>	75
<i>Chương Mười Hai—Chapter Twelve: Những Chúng Sanh Có Tâm Trí—Living Beings Have Developed Minds</i>	83
<i>Phần Ba—Part Three: Căn—Faculties</i>	91
<i>Chương Mười Ba—Chapter Thirteen: Tổng Quan Về Căn—An Overview of Organs</i>	93
<i>Chương Mười Bốn—Chapter Fourteen: Ngũ Căn—Five Sense Organs</i>	97
<i>Chương Mười Lăm—Chapter Fifteen: Lục Căn—Six Sense Organs</i>	103
<i>Chương Mười Sáu—Chapter Sixteen: Sáu Căn Với Sáu Đường Xâm Nhập—Six Sense Organs with Six Entrances</i>	107
<i>Chương Mười Bảy—Chapter Seventeen: Trụ Xứ Của Sáu Căn—Abiding Places of the Six Sense Organs</i>	115
<i>Chương Mười Tám—Chapter Eighteen: Thu Thúc Lục Căn Trong Cuộc Sống Hằng Ngày—Sense Restraint in Daily Activities</i>	123
<i>Chương Mười Chín—Chapter Nineteen: “Nhãn Căn” Theo Quan Điểm Phật Giáo—“Eyes Organ” In Buddhist Points of View</i>	133
<i>Phần Bốn—Part Four: Cảnh—External States</i>	141

<i>Chương Hai Mươi—Chapter Twenty: Tổng Quan Về Cảnh—An Overview of Objects</i>	143
<i>Chương Hai Mươi Một—Chapter Twenty-One: Nội Cảnh—Internal Realms</i>	147
<i>Chương Hai Mươi Hai—Chapter Twenty-Two: Ngoại Cảnh—External States or Objects</i>	155
<i>Chương Hai Mươi Ba—Chapter Twenty-Three: Phân Biệt Ma Cảnh—Distinguishing of Demonic Realms</i>	163
<i>Chương Hai Mươi Bốn—Chapter Twenty-Four: Cảnh Giới—Spheres</i>	171
<i>Chương Hai Mươi Lăm—Chapter Twenty-Five: Mười Tám Cảnh Giới—Eighteen Realms</i>	177
<i>Chương Hai Mươi Sáu—Chapter Twenty-Six: Khổ Đau và Nghịch Cảnh—Sufferings and Adverse Circumstances</i>	189
<i>Phần Năm—Part Five: Thức—Consciousness</i>	191
<i>Chương Hai Mươi Bảy—Chapter Twenty-Seven: Tổng Quan Về Thức—An Overview of Consciousnesses</i>	193
<i>Chương Hai Mươi Tám—Chapter Twenty-Eight: Bát Thức—Eight Consciousnesses</i>	195
<i>Chương Hai Mươi Chín—Chapter Twenty-Nine: A Lại Da Thức—Alaya Consciousness</i>	213
<i>Chương Ba Mươi—Chapter Thirty: Như Lai Tạng—Tathagata-Garbha</i>	221
<i>Chương Ba Mươi Một—Chapter Thirty-One: Thức Tái Sanh—Rebirth Consciousness</i>	225
<i>Chương Ba Mươi Hai—Chapter Thirty-Two: Tu Tập Tâm Thức—To Cultivate the Consciousnesses</i>	229
<i>Chương Ba Mươi Ba—Chapter Thirty-Three: Hành Giả Và Vô Thức—Practitioners and the Unconscious</i>	233
<i>Phần Sáu—Part Six: Ảnh Hưởng Của Căn-Cảnh-Thức—Impacts of Organs-States-Consciousnesses</i>	237
<i>Chương Ba Mươi Bốn—Chapter Thirty-Four: Bốn Cảnh Làm Thay Đổi Cuộc Đời Đức Phật—Four Sights Which Changed the Buddha's Life</i>	239
<i>Chương Ba Mươi Lăm—Chapter Thirty-Five: Căn-Cảnh-Thức Ảnh Hưởng Trên Thất Tình Lục Dục—Organs-States-Consciousnesses Impact on Seven Emotions and Six Desires</i>	245
<i>Chương Ba Mươi Sáu—Chapter Thirty-Six: Ngũ Uẩn Và Căn-Cảnh-Thức—The Five Skandhas and Sense Organs-External States-Consciousnesses</i>	255
<i>Tài Liệu Tham Khảo—References</i>	275

## *Lời Đầu Sách*

Theo Phật giáo, căn là giác quan; căn là năng lực của giác quan; căn là năng lực của tâm linh; căn cũng là năng lực của thân và tâm. Trong khoa học tự nhiên, căn là rễ cây, có sức sanh trưởng, mọc ra các thứ cành, như nhãn căn của mắt có sức mạnh có thể sinh ra nhãn thức, tín căn có thể sinh ra những việc thiện, nhân tính có tác dụng sanh ra thiện ác nghiệp. Lục căn bao gồm mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Trong Phật giáo, chữ "cảnh" có nhiều nghĩa, như quang cảnh, môi trường, lãnh vực, phạm vi, đối tượng, hay kiến thức, vân vân. Thiền Phật giáo dường như có cách dùng chữ "cảnh" rất đặc biệt; thí dụ như "cảnh bất sinh" có nghĩa là một kinh nghiệm đặc biệt của Thiền chưa được khởi dậy trong người đệ tử. Như vậy, "cảnh" có nghĩa là cái kinh nghiệm hay kiến giải đặc biệt trong tâm, mà dĩ nhiên có thể được xem như là một "đối tượng" được tâm quán tưởng hay lãnh hội. Theo giáo lý nhà Phật, nơi tâm vin vào đó mà chạy theo gọi là cảnh, như pháp là nơi ý thức vin vào gọi là pháp cảnh, sắc là nhãn thức vin vào đó gọi là sắc cảnh, thanh là nơi nhĩ thức vin vào gọi là thanh cảnh, vân vân. Thức có nghĩa là sự nhận thức, sự phân biệt, ý thức, nhưng mỗi từ này đều không bao gồm hết ý nghĩa chứa đựng trong vijnana. Thức là cái trí hay cái biết tương đối. Từ này lắm khi được dùng theo nghĩa đối lập với Jnana trong ý nghĩa tri thức đơn thuần. Jnana là cái trí siêu việt thuộc các chủ đề như sự bất tử, sự phi tương đối, cái bất khả đắc, vân vân, trong khi Vijnana bị ràng buộc với tánh nhị biên của các sự vật. Thức và các Tâm sở tương quan, tùy thuộc và đồng thời tồn tại với nhau. Nhiệm vụ của rất đa dạng, nó có các Căn và Trần Cảnh của nó; tất cả mọi cảm nhận của chúng ta đều được cảm nhận qua sự tiếp xúc giữa các căn với thế giới bên ngoài. Ý thức xảy ra khi giác quan tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Khi duyên sắc, thức khởi lên và an trú, thức ấy lấy sắc làm cảnh, lấy sắc làm sở y, lấy sắc làm căn cứ thọ hưởng; được tăng trưởng, tăng thịnh, và tăng quảng. Khi duyên thọ, thức khởi lên và an trú, thức lấy thọ làm cảnh, lấy thọ làm sở y, lấy thọ làm căn cứ thọ hưởng; được tăng trưởng, tăng thịnh, và tăng quảng. Khi duyên tưởng, thức khởi lên và an trú, thức lấy tướng làm cảnh, lấy tướng làm sở y, lấy tướng làm căn cứ thọ hưởng; được tăng trưởng, tăng thịnh, và tăng quảng. Khi duyên hành, thức khởi lên và an trú,

thức lấy hành làm cảnh, lấy hành làm sở y, lấy hành làm căn cứ thọ hưởng; được tăng trưởng, tăng thịnh, và tăng quảng.

Quyển sách nhỏ có tựa đề “Căn-Cảnh-Thức” này không phải là một nghiên cứu thâm sâu về Phật giáo, mà nó chỉ đơn thuần vạch ra những lời dạy quý báu của đức Phật. Chúng ta hãy thử cố gắng tu tập những lời Phật dạy về “Căn-Cảnh-Thức” rồi chúng ta sẽ thấy rằng trải nghiệm được việc thoát ly khổ đau phiền não để có được sự yên bình, tỉnh thức, và hạnh phúc không có nghĩa là chúng ta phải đi vào một nơi thâm sâu cùng cốc, nơi không có sự hiện diện của rắc rối hay không có những công việc nặng nhọc. Kỳ thật, nếu chúng ta hiểu được năng lực của các giác quan, hiểu rằng "cảnh" có nghĩa là cái kinh nghiệm hay kiến giải đặc biệt trong tâm, và tất cả mọi cảm nhận của chúng ta đều được cảm nhận qua sự tiếp xúc giữa các căn với thế giới bên ngoài. Ngay lúc đó sự yên bình thật sự hiện diện giữa những thứ vừa kể trên mà chúng ta vẫn có sự yên tĩnh nơi nội tâm mình. Cuộc hành trình từ người lên Phật đòi hỏi nhiều cố gắng và hiểu biết liên tục. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn tập sách “Căn-Cảnh-Thức” song ngữ Việt Anh nhằm phổ biến giáo lý nhà Phật cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi nầy sẽ mang lại lợi lạc cho những ai mong cầu có được cuộc sống an lạc, tỉnh thức, và hạnh phúc.

Thiện Phúc

## *Preface*

According to Buddhism, Faculty or Indriya means organs of sense; Indriya means faculty of sense; Indriya also means bodily and mental power. Spiritual faculties or power of the spirituality. In natural science, indriya means root, or source which is capable of producing or growing, as the eye is able to produce knowledge, as faith is able to bring forth good works, as human nature is able to produce good or evil karma. The six senses comprise of eyes, ears, nose, tongue, body, and mind. In Buddhism, the word "object" has many meanings, such as scene, environment, domain, sphere, object, understanding, etc. Zen Buddhists seemed to have a special usage of this word; for instance, a realm has not yet arisen (ching pu sheng) means a certain specific experience of Zen which has not yet arisen in the disciple. Thus "realm" means the specific experience or understanding within one's mind, which, of course, can be referentially treated as an "object" visualized or comprehended by the mind. According to Buddhist teachings, where the mind bases on to follow is called scenes, surroundings, views, circumstances, or environments, i.e., the sphere of mind for environments and conditions; the sphere of form for the eye; the sphere of sound for the ear, etc. "Vijnana" also means cognition, discrimination, consciousness, but as any one of these does not cover the whole sense contained in Vijnana. "Vijnana" also means relative knowledge. This term is usually used as contrasted to Jnana in purely intellectual sense. Jnana is transcendental knowledge dealing with such subjects as immortality, non-relativity, the unattained, etc., whereas Vijnana is attached to duality of things. Consciousness and the factors are interrelated, inter-dependent, and co-existent. The function of aggregate of consciousness is varied; it has its basis and objects; and all our feelings are experienced through the contact of sense faculties with the external world. Consciousness refers to the perception or discernment which occurs when our sense organs make contact with their respective objects. When phenomenal consciousness gains a footing in relation to materiality, with materiality as object and basis, as a place of enjoyment; and there it grows, increases, and flourishes. When consciousness of receptivity gains a footing in relation to feelings, with feelings as object and basis, as a place of enjoyment.

When consciousness of cognition gains a footing in relation to perceptions, with perceptions as object and basis, as a place of enjoyment. When consciousness of reaction gains a footing in relation to mental formations, with mental formations as object and basis, as a place of enjoyment.

This little book titled “Faculties-Views-Consciousnesses” is not a profound philosophical study of Buddhism, but a book that simply points out the Buddha's precious teachings. Let's try to practice the Buddha's teachings on “Faculties-Views-Consciousnesses”, then we will see that to experience the escape of sufferings and afflictions in order to have peace, mindfulness and happiness does not mean that we have to go to remote forests or mountains, where there exists no trouble, or no hard work. As a matter of fact, if we understand the powers of our bodily faculties, and "environment" means the specific experience or understanding within one's mind, and all our feelings are experienced through the contact of sense faculties with the external world. That very moment, peace is really to be in the midst of those things and still be calm in our heart. The journey from man to Buddha demands continuous efforts with right understanding and practice. Presently even with so many books available on Buddhism, I venture to compose this booklet titled “Faculties-Views-Consciousnesses” in Vietnamese and English to spread basic things in Buddhism to all Vietnamese Buddhist followers, especially Buddhist beginners, hoping this little contribution will help Buddhists in different levels to understand on how to achieve and lead a life of peace, mindfulness, and happiness.

Thiền Phúc



*Phần Một*  
*Part One*

*Tổng Quan Về Nhân Sinh Phật Giáo*  
*An Overview on Buddhist Point of*  
*View on Human Life*



## *Chương Một* *Chapter One*

### *Vũ Trụ Quan Phật Giáo*

Theo quan điểm Phật giáo thì vũ trụ là vô cùng vô tận. Tuy nhiên, nếu chúng ta nói về sự thành hình của hệ thống thế giới mà chúng ta đang ở, chúng ta có thể nói về sự thành hình của nó như sau: “Nói về các yếu tố cấu thành vũ trụ, yếu tố ban đầu là “gió”, có nền tảng từ hư không. Rồi gió chuyển động, và dựa vào đó mà hơi nóng xuất hiện, rồi có hơi nước, rồi có chất cứng tức là đất.” Vũ Trụ Luận của Phật Giáo không phải chỉ bàn đến sự hiện hữu của vô số hệ thống thế giới tập hợp thành những nhóm mà ta vẫn gọi là các thiên hà, mà nó còn đề cập đến những khái niệm rộng rãi về thời gian của vũ trụ. Đức Phật tuyên bố rằng trên mức độ hiểu biết cao nhất thì toàn thể vũ trụ là bản tâm thanh tịnh. Tuy nhiên, trên mức độ hiểu biết thông thường thì Ngài vẽ nên một thứ vũ trụ với vô số những hệ thống thế giới với vô số những hành tinh nơi mà mọi chủng loại chúng sanh đang sanh sống. Vì vậy, hệ thống thế giới của chúng ta không phải là một hệ thống thế giới duy nhất trong vũ trụ. Những thế giới khác cũng có chư Phật giảng dạy về giác ngộ đạo. Những bản kinh Phật cổ xưa nhất nói đến các thành kiếp và hoại kiếp với những khoảng thời gian lớn lao của những thiên hà ấy, chúng dần dần hình thành như thế nào và sau một thời kỳ tương đối ổn định và có đời sống trong các thế giới của chính chúng đã tồn tại rồi tất nhiên phải suy tàn và hủy diệt như thế nào. Tất cả đều là sự vận hành của những quá trình, biến cố này dẫn đến biến cố khác một cách hoàn toàn tự nhiên. Như bạn đã biết mặc dù Đức Phật đã khám phá ra sự hiện hữu của nhiều Thượng đế trong vũ trụ, Ngài không bao giờ cố ý đánh giá thấp quyền uy của đấng Thượng đế được dân chúng Ấn Độ thờ phượng thời bấy giờ. Ngài chỉ thuyết giảng chân lý. Và chân lý đó không gây ảnh hưởng gì đến quyền lực của đấng Thượng đế. Tương tự, sự kiện vũ trụ có nhiều mặt trời không làm giảm thiểu sự quan trọng của mặt trời trong thái dương hệ của chúng ta, vì mặt trời của chúng ta vẫn tiếp tục cho chúng ta ánh sáng mỗi ngày. Đối với một số tôn giáo khác, Thượng đế rất có quyền năng so với loài người, nhưng theo Phật giáo, các ngài chưa giải thoát được sự khổ đau

phiền não, và có thể các ngài vẫn còn sân hận. Thọ mạng của các ngài rất dài, nhưng không trường cửu như một số tôn giáo vẫn tin tưởng.

Các vấn đề thường được các học giả nói đến về Phật Giáo là Nhân sinh quan và Vũ trụ quan Phật giáo. Sự khảo sát nguồn gốc nhân sinh quan và vũ trụ quan là công việc của lãnh vực của các nhà chuyên môn trong lãnh vực Siêu Hình Học và vấn đề này đã được khảo sát từ buổi ban sơ của các nền văn minh Hy Lạp, Ấn Độ và Trung Hoa. Ở đây chỉ nói đại cương về Nhân sinh quan và Vũ trụ quan Phật giáo mà thôi. Vũ Trụ Luận của Phật Giáo không phải chỉ bàn đến sự hiện hữu của vô số hệ thống thế giới tập hợp thành những nhóm mà ta vẫn gọi là các thiên hà, mà nó còn đề cập đến những khái niệm rộng rãi về thời gian của vũ trụ. Theo vũ trụ luận Phật giáo, trái đất trải qua những chu kỳ; trong một vài chu kỳ này, trái đất tốt đẹp hơn, nhưng trong những chu kỳ khác, nó sa đọa. Tuổi trung bình của con người là dấu hiệu chỉ tính chất thời đại mà người ấy sống. Tuổi có thể thay đổi từ 20 đến hàng trăm triệu năm. Vào thời Đức Phật Thích Ca, mức độ trung bình của đời sống là 100 năm. Sau thời của Ngài, thế gian hư hỏng, cuộc sống con người rút ngắn đi. Đáy sâu của tội lỗi và bất hạnh sẽ hiện ra khi tuổi thọ trung bình của con người hạ xuống còn 10 tuổi. Lúc đó Diệu Pháp của Đức Phật sẽ hoàn toàn bị bỏ quên. Nhưng sau đó thì một cuộc đột khởi mới lại bắt đầu. Khi nào đời sống con người lên tới 80.000 năm thì Phật Di Lặc ở cung trời Đâu Suất sẽ hiện ra trên trái đất. Ngoài ra, những bản kinh Phật cổ xưa nhất nói đến các thành kiếp và hoại kiếp với những khoảng thời gian lớn lao của những thiên hà ấy, chúng dần dần hình thành như thế nào và sau một thời kỳ tương đối ổn định và có đời sống trong các thế giới của chính chúng đã tồn tại rồi tất nhiên phải suy tàn và hủy diệt như thế nào. Tất cả đều là sự vận hành của những quá trình, biến cố này dẫn đến biến cố khác một cách hoàn toàn tự nhiên. Đức Phật là vị Thầy khám phá ra bản chất thực sự của luật vũ trụ và khuyên chúng ta nên sống phù hợp với định luật này. Ngài đã khẳng định rằng không ai trong chúng ta có thể thoát khỏi được định luật vũ trụ bằng cách cầu nguyện một đấng thần linh tối thượng, bởi lẽ định luật vũ trụ vô tư với mọi người. Tuy nhiên, Đức Phật dạy rằng chúng ta có thể ngăn chặn việc làm xấu ác bằng cách gia tăng hành vi thiện lành, và rèn luyện tâm trí loại bỏ những tư tưởng xấu. Theo Đức Phật, con người có thể trở thành một thượng đế nếu con người ấy sống đúng đắn và chánh đáng bất kể người ấy thuộc tôn giáo

nào. Nghĩa là một ngày nào đó người ấy có thể đạt được an lạc, tỉnh thức, trí tuệ và giải thoát nếu người ấy sẵn sàng tu tập toàn thiện chính mình. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni chính là người đã chứng ngộ chân lý, Ngài xem tất cả những câu hỏi về siêu hình là trống rỗng. Chính vì thế mà Đức Phật thường giữ thái độ im lặng hay không trả lời những câu hỏi liên quan đến siêu hình vì Ngài cho rằng những câu hỏi này không phải là hướng nhắm đến của Phật tử, hướng nhắm đến của Phật tử là sự giải thoát rốt ráo. Theo Đức Phật, làm sao con người có thể biết được sự thật của vũ trụ khi con người không thể biết được sự thật của chính mình? Thế nên Ngài dạy: “Điều thực tiễn cho con người là quay trở về với chính mình để biết mình là ai, đang ở đâu và đang làm gì để loại trừ hết thảy các thứ ngăn che mình khỏi sự thật của vạn hữu. Nghĩa là con người phải tự mình tu tập để thanh lọc cả thân lẫn tâm.” Về vấn đề vũ trụ, Đức Phật cho rằng thế giới vật chất do tứ đại hình thành như nhiều nhà tư tưởng Ấn Độ trước thời Đức Phật đã tuyên bố. Đó là đất, nước, lửa và gió. Các yếu tố này luôn vận hành và vô thường, thế nên vạn hữu do chúng làm cũng vô thường. Vấn đề thắc mắc về nguồn gốc của Tứ Đại sẽ trở nên hoàn toàn vô nghĩa đối với chân lý về giáo thuyết Duyên Khởi mà Đức Phật đã phát hiện và giảng dạy.

### ***Buddhist Cosmology***

According to the Buddhist view on the universe, the universe is infinite. However, if we speak about the formation of our world system, we can speak about the formation process as follows: “In terms of elements that form the universe, wind is the first one. Its basis is space. Then the wind moves, and in dependence on the moving of the wind, heat occurs; then moisture, then solidity or earth.” Buddhist cosmology not only takes into account the existence of innumerable systems of worlds grouped into what we should call galaxies, but has equally vast conceptions of cosmic time. The Buddha proclaimed that on the highest level of understanding the entire cosmos is the original pure mind. However, on the ordinary level of understanding he painted a picture of a cosmos filled with countless worlds systems where countless of living beings of every sort reside. Thus, our world system is not the only unique or the only one world system in the universe.

Other world systems also have their Buddhas who also teach the path of enlightenment. The most ancient Buddhist texts speak of the various phases in the evolution and devolution over enormous time-periods of these galaxies, how they gradually formed and how after a period of relative stability during which life may be found on their worlds, how, inevitably having come into existence, they must in due course decline and go to destruction. All this is the working of processes, one vent leading quite naturally to another. As you know that although the Buddha discovered the presence of numerous Gods throughout the universe, he never tried to diminish the importance of the God worshipped by the people of his time. He simply preached the truth and that truth does not affect the importance of any Gods. Similarly, the fact that there are numerous suns in the universe does not diminish the importance of the sun of our solar system, for our sun continues to provide us with light every day. To some other religions, Gods can be very powerful compared to human beings, but to Buddhism, they are still not free from sufferings and afflictions, and they can still be very angry. The life of Gods may be very long, but not eternal as many other religions believe.

Outlook on life and universe has been discussed by a lot of famous scholars in the world. Examination of the origin or nature of life and universe is the task of the metaphysic experts. This problem has a very important position in philosophy. It was examined from the beginning of the Egyptian, Indian and Chinese civilizations. This book is designed to give you only an overview of the Buddhist cosmology. Buddhist cosmology not only takes into account the existence of innumerable systems of worlds grouped into what we should call galaxies, but has equally vast conceptions of cosmic time. According to Buddhist cosmology, the earth goes through periodic cycles. In some of the cycles it improves, in others it degenerates. The average age of a man is an index of the quality of the period in which the person lives. It may vary between 10 years and many hundreds of thousands of years. At the time of Sakyamuni Buddha, the average life-span was 100 years. After him, the world becomes more depraved, and the life of man shortens. The peak of sin and misery will be reached when the average life has fallen to 10 years. The Dharma of Sakyamuni Buddha will then be completely forgotten. But after that the upward swing begins again.

When the life of man reaches 80,000 years, Maitreya Buddha from the Tusita Heaven will appear on the earth. Besides, the most ancient Buddhist texts speak of the various phases in the evolution and devolution over enormous time-periods of these galaxies, how they gradually formed and how after a period of relative stability during which life may be found on their worlds, how, inevitably having come into existence, they must in due course decline and go to destruction. All this is the working of processes, one vent leading quite naturally to another. The Buddha was the Teacher who discovered the real nature of the universal cosmic law and advised us to live in accordance with this law. The Buddha confirmed that it is impossible for anyone to escape from such cosmic laws by praying to an almighty god, because this universal law is unbiased. However, the Buddha has taught us how to stop bad practices by increasing good deeds, and training the mind to eradicate evil thoughts. According to the Buddha, a man can even become a god if he leads a decent and righteous way of life regardless of his religious belief. It is to say a man someday can obtain peace, mindfulness, wisdom and liberation if he is willing to cultivate to perfect himself. The Buddha Sakyamuni himself realized the Noble Truths, considered all metaphysical questions are empty. He often kept silent and gave no answers to such metaphysical questions, because for Him, those questions do not realistically relate to the purpose of Buddhists, the purpose of all Buddhists is the final freedom. According to the Buddha, how can a man know what the universe really is when he cannot understand who he really is? Therefore, the Buddha taught: "The practical way for a man is turning back to himself and seeing where and who he is and what he is doing so that he can overcome the destruction of all hindrances to the truth of all things. That is to say, he has to cultivate to purify his body and mind." For the universe, the Buddha declared that the material world is formed by the Four Great Elements as many Indian thinkers before Him did. These are Earth element, Water element, Fire element and Air element. These elements are dynamic and impermanent, therefore, all existing things compounded by them must be impermanent too. The problem about the origin of the four elements becomes completely senseless to the truth of Dependent Origination which was discovered and taught by the Buddha.





*Chương Hai*  
*Chapter Two*

*Nhân Sinh Quan Của Đạo Phật*

Thật là sai lầm khi nghĩ rằng nhân sinh quan và vũ trụ quan của đạo Phật là một quan niệm bi quan, rằng con người luôn sống trong tình thân bi quan yếm thế. Ngược lại, người con Phật mỉm cười khi họ đi suốt cuộc đời. Người nào hiểu được bản chất thật của cuộc sống, người ấy hạnh phúc nhất, vì họ không bị điên đảo bởi tính chất hư ảo, vô thường của vạn vật. Người ấy thấy đúng thật tướng của vạn pháp, chứ không thấy như cái chúng dường như. Những xung đột phát sanh trong con người khi họ đối đầu với những sự thật của cuộc đời như sanh, lão, bệnh, tử, vân vân, nhưng sự điên đảo và thất vọng này không làm cho người Phật tử nao núng khi họ sẵn sàng đối diện với chúng bằng lòng can đảm. Quan niệm sống như vậy không bi quan, cũng không lạc quan, mà nó là quan niệm thực tiễn. Người không biết đến nguyên tắc hằng chuyển trong vạn pháp, không biết đến bản chất nội tại của khổ đau, sẽ bị điên đảo khi đương đầu với những thăng trầm của cuộc sống, vì họ không khéo tu tập tâm để thấy các pháp đúng theo thực tướng của chúng. Việc xem những lạc thú là bền vững, là dài lâu của con người, dẫn đến biết bao nhiêu nỗi lo toan, khi mọi chuyện xảy ra hoàn toàn trái ngược với sự mong đợi của họ. Do đó, việc trau dồi, tu tập một thái độ xả ly đối với cuộc sống, với những gì liên quan đến cuộc sống thật là cần thiết. Thái độ xả ly hay thân nhiên vô chấp này không thể tạo ra những bất mãn, thất vọng và những xung đột nội tâm, bởi vì nó không chấp trước vào thứ này hay thứ khác, mà nó giúp chúng ta buông bỏ. Điều này quả là không dễ, nhưng nó là phương thuốc hữu hiệu nhất nhằm chế ngự, nếu không muốn nói là loại trừ những bất toại nguyện hay khổ đau. Đức Phật thấy khổ là khổ, hạnh phúc là hạnh phúc, và Ngài giải thích rằng mọi lạc thú thế gian, giống như các pháp hữu vi khác, đều phù du và hư ảo. Ngài cảnh tỉnh mọi người không nên quan tâm quá đáng đến lạc thú phù du ấy, vì không sớm thì muộn cũng dẫn đến khổ đau phiền não. Xả là phương thuốc giải độc hữu hiệu nhất cho cả hai thái độ bi quan và lạc quan. Xả là trạng thái quân bình của Tâm, không phải là trạng thái lãnh đạm thờ ơ. Xả là kết quả của một cái tâm đã được an định. Thật ra, giữa

thái độ bình thản khi xúc chạm với những thăng trầm của cuộc sống là điều rất khó, thế nhưng đối với người thường xuyên trau dồi tâm xả sẽ không đến nỗi bị nó làm cho điên đảo, Hạnh phúc tuyệt đối không thể phát sinh nơi những gì do điều kiện và sự kết hợp tạo thành (các pháp hữu vi). Những gì chúng ta áp ủ với bao nỗi hân hoan vào giây phút này, sẽ biến thành đau khổ vào giây phút kế. Lạc thú bao giờ cũng thoáng qua và không bền vững. Sự thỏa mãn đơn thuần của giác quan mà chúng ta gọi là lạc, là thích thú, nhưng trong ý nghĩa tuyệt đối của nó thì sự thỏa mãn như vậy không phải là điều đáng mừng. Vui cũng là khổ, là bất toại nguyện, vì nó phải chịu sự chi phối của luật vô thường. Nếu có cái nhìn đầy trí tuệ như vậy, chúng ta sẽ thấy được các pháp đúng theo tính chất của nó, trong ánh sáng chân thật của nó, có thể chúng ta sẽ nhận ra rằng thế gian này chẳng qua chỉ là tuồng ảo hóa, nó dẫn những ai dính mắc vào nó đi lầm đường lạc lối. Tất cả những thứ gọi là lạc thú đều là phù du, là sự mở màn cho đau khổ mà thôi. Chúng chỉ nhất thời xoa dịu những vết lở lói thảm hại của cuộc đời. Đây chính là những gì thường được hiểu là khổ trong đạo Phật. Do biến hoại, chúng ta thấy rằng khổ không bao giờ ngừng tác động, nó vận hành dưới dạng thức này hay dạng thức khác.

Về chúng sanh nói chung, đạo Phật xem tất cả chúng hữu tình kể cả vương quốc thảo mộc (những chúng sanh vô tình) là chúng sanh; tuy nhiên, từ “sattva” giới hạn nghĩa trong những chúng sanh có lý lẽ, tâm thức, cảm thọ. Những chúng sanh có tri giác, nhạy cảm, sức sống, và lý trí. Về cái gọi là Tự Ngã, theo Phật giáo, chỉ là sự tích tụ của những yếu tố tinh thần, kinh nghiệm và ý niệm. Thực chất không có cái ngã nào ngoài kinh nghiệm. Nói như vậy không có nghĩa là con người không quan trọng. Kỳ thật, Phật giáo là giáo pháp được Đức Phật truyền giảng là một nền giáo lý hoàn toàn xây dựng trên trí tuệ của con người. Đức Phật dạy: “Bạn hãy là ngọn đuốc và là nơi tối thượng cho chính bạn, chứ đừng nên tìm nơi nương tựa vào bất cứ người nào khác.” Rồi Đức Phật lại dạy thêm: “Ta là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành.” Với Phật giáo, tất cả những gì thực hiện được đều hoàn toàn do nỗ lực và trí tuệ rút từ những kinh nghiệm của con người. Phật dạy con người làm chủ vận mệnh của mình. Con người có thể làm cho đời mình tốt hơn hoặc xấu hơn, và con người cũng có thể thành Phật nếu nỗ lực tu y theo Phật.

Về quan niệm Nhân Thừa và Thiên thừa, theo Đại Thừa: Tái sanh vào nhân gian hay cõi người nhờ tu trì ngũ giới (hữu tình quan Phật Giáo lấy loài người làm trọng tâm. Con người có thể làm lành mà cũng có thể làm ác, làm ác thì bị sa đọa trong ba đường dữ như địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh; làm lành thì được sanh lên các đường lành như nhơn và thiên, A La Hán, Bích Chi Phật, vân vân). Tuy nhiên, có nhiều dị biệt về số phận con người. Tỷ như có kẻ thấp người cao, có kẻ chết yếu có người sống lâu, có kẻ tàn tật bệnh hoạn, có người lại tráng kiện mạnh khỏe, có người giàu sang phú quý mà cũng có kẻ nghèo khổ lâm than, có người khôn ngoan lại có kẻ ngu đần, vân vân. Theo nhân sinh quan Phật giáo, tất cả những kết quả vừa kể trên đây không phải là sự ngẫu nhiên. Chính khoa học ngày nay cũng chống lại thuyết “ngẫu nhiên,” các Phật tử lại cũng như vậy. Người con Phật chơn thuần không tin rằng những chênh lệch trên thế giới là do cái gọi là đấng Sáng Tạo hay Thượng Đế nào đó tạo ra. Người con Phật không tin rằng hạnh phúc hay khổ đau mà mình phải kinh qua đều do sự sáng tạo của một đấng Sáng Tạo Tối Thượng. Theo nhân sinh quan Phật giáo, những dị biệt vừa kể trên là do nơi sự di truyền về môi sinh, mà phần lớn là do nguyên nhân hay nghiệp, không chỉ ngay bây giờ mà còn do nơi quá khứ gần hay xa. Chính con người phải chịu trách nhiệm về hạnh phúc hay khổ sở của chính mình. Con người tạo thiên đường hay địa ngục cho chính mình. Con người là chủ thể định mệnh của mình, con người là kết quả của quá khứ và là nguồn gốc của tương lai. Về quan niệm Thiên Thừa, đây chỉ là một trong ngũ thừa, có công năng đưa những người tu tập thiện nghiệp đến một trong sáu cõi trời dục giới, cũng như đưa những người tu tập thiền định đến những cảnh trời sắc giới hay vô sắc giới cao hơn. Chúng sanh được tái sanh vào cõi trời nhờ tu trì thập thiện.

Về quan niệm Thân và Tâm, đạo Phật nói về giáo thuyết thân tâm vô thường. Có người cho rằng luận thuyết “Thân Tâm Vô Thường” của đạo Phật phải chăng vô tình gieo vào lòng mọi người quan niệm chán đời, thối chí. Nếu thân và tâm cũng như sự vật đều vô thường như vậy thì chẳng nên làm gì cả, vì nếu có làm thành sự nghiệp lớn lao cũng không đi đến đâu. Mới nghe tưởng chừng như phần nào có lý, kỳ thật nó không có lý chút nào. Khi thuyết giảng về thuyết này, Đức Phật không muốn làm nản chí một ai, mà Ngài chỉ muốn cảnh tỉnh đệ tử của Ngài về một chân lý. Phật tử chơn thuần khi hiểu được lẽ vô thường sẽ

giữ bình tĩnh, tâm không loạn động trước cảnh đổi thay đột ngột. Biết được lẽ vô thường mới giữ được tâm an, mới cố gắng làm những điều lành và mạnh bạo gạt bỏ những điều ác, cương quyết làm, dám hy sinh tài sản, dám tận tụy đóng góp vào việc công ích cho hạnh phúc của mình và của người. Vạn sự vạn vật không ngừng thay đổi, chứ không bao giờ chịu ở yên một chỗ. Cuộc đời nay còn mai mất, biến chuyển không ngừng nghỉ. Thân con người cũng vậy, nó cũng là vô thường, nó cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại Không.” Thân ta phút trước không phải là thân ta phút sau. Khoa học đã chứng minh rằng trong thân thể chúng ta, các tế bào luôn luôn thay đổi và cứ mỗi thời kỳ bảy năm là các tế bào cũ hoàn toàn đổi mới. Sự thay đổi làm cho chúng ta mau lớn, mau già và mau chết. Càng muốn sống bao nhiêu chúng ta lại càng sợ chết bấy nhiêu. Từ tóc xanh đến tóc bạc, đời người như một giấc mơ. Thế nhưng có nhiều người không chịu nhận biết ra điều này, nên họ cứ lao đầu vào cái thòng lọng tham ái; để rồi khổ vì tham dục, còn khổ hơn nữa vì tham lam ôm ấp bám víu mãi vào sự vật, đôi khi đến chết mà vẫn chưa chịu buông bỏ. Đến khi biết sắp trút hơi thở cuối cùng mà vẫn còn luyến tiếc tìm cách nắm lại một cách tuyệt vọng. Thân ta vô thường, tâm ta cũng vô thường. Tâm vô thường còn mau lẹ hơn cả thân. Tâm chúng ta thay đổi từng giây, từng phút theo với ngoại cảnh, vui đó rồi buồn đó, cười đó rồi khóc đó, hạnh phúc đó rồi khổ đau đó.

Theo Kinh Duy Ma Cát, khi Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát vâng mệnh của Đức Phật đi thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cát, nên mới có cuộc đối đáp về “thân”. Văn Thù hỏi cư sĩ Duy Ma Cát: “Phàm Bồ Tát an ủi Bồ Tát có bệnh như thế nào?” Duy Ma Cát đáp: “Nói thân vô thường, nhưng không bao giờ nhầm chán thân này. Nói thân có khổ, nhưng không bao giờ nói về sự vui ở Niết Bàn. Nói thân vô ngã mà khuyên dạy dắt dìu chúng sanh. Nói thân không tịch, chứ không nói là rốt ráo tịch diệt. Nói ăn năn tội trước, chứ không nói vào nơi quá khứ. Lấy bệnh mình mà thương bệnh người. Phải biết cái khổ vô số kiếp trước, phải nghĩ đến sự lợi ích cho tất cả chúng sanh, nhớ đến việc làm phước, tưởng đến sự sống trong sạch, chớ nên sanh tâm buồn rầu, phải thường khởi lòng tinh tấn, nguyện sẽ làm vị y vương điều trị tất cả bệnh của chúng sanh. Bồ Tát phải an ủi Bồ Tát có bệnh như thế để cho được hoan hỷ.” Ngài Văn Thù Sư Lợi! Bồ Tát có bệnh đấy phải quán sát được các pháp như thế. Lại nữa, quán thân vô thường, khổ, không, vô ngã, đó là huệ. Dù

thân có bệnh vẫn ở trong sanh tử làm lợi ích cho chúng sanh không nhằm mỗi, đó là phương tiện. Lại nữa, ngài Văn Thù Sư Lợi! Quán thân, thân không rời bệnh, bệnh chẳng rời thân, bệnh này, thân này, không phải mới, không phải cũ, đó là huệ. Dù thân có bệnh mà không nhằm chán trọn diệt độ, đó là phương tiện.

Về quan niệm “Thân Tâm Bất Tịnh” hay không tinh sạch. Bất tịnh có nghĩa là không tinh sạch, không thánh thiện, không đẹp đẽ. Đứng về cả hai phương diện sinh lý và tâm lý, con người là bất tịnh. Đây không phải là một cái nhìn tiêu cực hay bi quan, mà chỉ là cái nhìn khách quan về con người. Thấy được sự cấu tạo của cơ thể, từ tóc trên đỉnh đầu, cho đến máu, mủ, đàm, phân, nước tiểu, những vi khuẩn ẩn náo trong ruột và những bệnh tật cứ chực sẵn để phát sinh, ta thấy phần sinh lý của ta quả là bất tịnh. Phần sinh lý đó cũng là động lực thúc đẩy ta đi tìm sự thỏa mãn dục lạc, do đó nên kinh gọi thân thể là nơi tích tụ của tội lỗi. Còn phần tâm lý? Vì không thấy được sự thật về vô thường, khổ không và vô ngã của sự vật cho nên tâm ta thường trở thành nạn nhân của tham vọng thù ghét; do tham vọng và thù ghét mà chúng ta tạo ra biết bao tội lỗi, cho nên kinh nói “tâm là nguồn suối phát sinh điều ác.”

Thêm một nhân sinh quan khác về Thân của Đạo Phật là “Thân Người Khó Được” Trong các trân bảo, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gầy dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng khi sanh ra đã không mang theo một đồng, nên khi chết rồi cũng không cầm theo một chữ, suốt đời làm lưng khổ thân tích chứa của cải, rốt cuộc vô ích cho bản thân mình trước cái sanh lão bệnh tử. Sau khi chết đi, của cải ấy liền trở qua tay người khác một cách phũ phàng. Lúc ấy không có một chút phước lành nào để cho thân thức nương cây về kiếp sau, cho nên phải đọa vào tam đồ ác đạo. Cổ đức có dạy: “Thiên niên thiết mộc khai hoa dị, nhất thất nhưn thân vạn kiếp nan.” Nghĩa là cây sắt ngàn năm mà nay nở hoa cũng chưa lấy làm kinh dị, chớ thân người một khi đã mất đi thì muôn kiếp cũng khó mà tái hồi. Vì thế, Phật tử chơn thuần nên luôn

nhớ những gì Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp, mà ta nỗ lực cho thời gian luống qua vô ích, quả là uổng cho một kiếp người.”

### *Buddhist Outlook on Life*

It is wrong to imagine that the Buddhist outlook on life and the world is a gloomy one, and that the Buddhist is in low spirit. Far from it, a Buddhist smiles as he walks through life. He who understands the true nature of life is the happiest individual, for he is not upset by the evanescent (extremely small) nature of things. He tries to see things as they are, and not as they seem to be. Conflicts arise in man when he is confronted with the facts of life such as aging, illness, death and so forth, but frustration and disappointment do not vex him when he is ready to face them with a brave heart. This view of life is neither pessimistic nor optimistic, but the realistic view. The man who ignores the principle of unrest in things, the intrinsic nature of suffering, is upset when confronted with the vicissitudes of life. Man's recognition of pleasures as lasting, leads to much vexation, when things occur quite contrary to his expectations. It is therefore necessary to cultivate a detached outlook towards life and things pertaining to life. Detachment can not bring about frustration, disappointment and mental torment, because there is no clinging to one thing and another, but letting go. This indeed is not easy, but it is the sure remedy for controlling, if not eradicating, unsatisfactoriness. The Buddha sees suffering as suffering, and happiness as happiness, and explains that all cosmic pleasure, like all other conditioned attachments, is evanescent, is a passing show. He warns man against attaching too much importance to fleeting pleasures, for they sooner or later beget discontent. Equanimity is the best antidote for both pessimism and optimism. Equanimity is evenness of mind and not sullen indifference. It is the result of a calm, concentrated mind. It is hard, indeed, to be undisturbed when touched by the realities of life, but the man who cultivates truth is not upset. Absolute happiness can not be derived from things conditioned and compounded. What we hug in great glee this moment, turns into a source of dissatisfaction the next moment. Pleasures are short-lived, and never lasting. The mere gratification of the sense faculties we call pleasure

and enjoyment, but in the absolute sense of the world such gratification is not happy. Joy too is suffering, unsatisfactory; for it is transient. If we with our inner eye try to see things in their proper perspective, in their true light, we will be able to realize that the world is but an illusion that leads astray the beings who cling to it. All the so-called mundane pleasures are fleeting, and only an introduction to pain. They give temporary relief from life's miserable ulcers. This is what is known as suffering produced by change. Thus, we see that suffering never ceases to work, it functions in some form or other and is always at work.

Regarding all beings in general, Buddhism considers all the living, which includes the vegetable kingdom; however, the term "sattva" limits the meaning to those endowed with reason, consciousness, and feeling. Those who are sentient, sensible, animate, and rational (sentient beings which possess magical and spiritual powers). According to Buddhism, what we call the self is simply the collection of mental facts, experiences, ideas and so forth which would normally be said to belong to self but there is no self over and above the experiences. So mentioned does not mean that people are not important. In fact, Buddhism which preached by the Buddha is totally built on human wisdom. The Buddha taught: "Be your own torch, your own refuge. Do not seek refuge in any other person." The Buddha added: "I am the Buddha fully realized, sentient beings will become Buddha." To Buddhism, all realizations come from effort and intelligence that derive from one's own experience. The Buddha asked his disciples to be the master of their destiny, since they can make their lives better or worse. They can even become Buddha if they study and practice his teachings.

Regarding the point of view on Human Beings and Deva Vehicle, according to the Mahayana, rebirth among men conveyed by observing the five commandments (Panca-veramani). However, there are many differences on human destinies in the world. For example, one is inferior and another superior, one perishes in infancy and another lives much longer, one is sick and infirm and another strong and healthy, one is brought up in luxury and another in misery, one is born a millionaire and another in poverty, one is a genius and another an idiot, etc. According to the Buddhist point of view on human life, all of the above mentioned results are not the results of a "chance." Science nowadays

is indeed against the theory of “chance.” All scientists agree on the Law of Cause and Effect, so do Buddhists. Sincere and devoted Buddhists never believe that the unevenness of the world is due to a so-called Creator and/or God. Buddhists never believe that happiness or pain or neutral feeling the person experiences are due to the creation of a Supreme Creator. According to the Buddhist point of view on human life, the above mentioned unevenness that exists in the world are due to the heredity and environment, and to a greater extent, to a cause or causes which are not only present but proximate or remotely past. Man himself is responsible for his own happiness and misery. He creates his own heaven and hell. He is the master of his own destiny. He is his own child of his past and his own parents of his future. Regarding the point of view on Deva, this is only one of the five vehicles, the deva vehicle or Divine Vehicle. It transports observers of the ten good qualities (thập thiện) to one of the six deva realms of desire, and those who observe dhyana meditation to the higher heavens of form and non-form. Sentient beings are to be reborn among the deva by observing the ten forms of good actions or Ten Commandments (Dasa-kusala).

Regarding the point of view on the Kaya and Citta, Buddhism talks about the theory of impermanence of the body and mind. Some people wonder why Buddhism always emphasizes the Theory of Impermanence? Does it want to spread in the human mind the seed of disheartenment, and discourage? In their view, if things are changeable, we do not need to do anything, because if we attain a great achievement, we cannot keep it. This type of reasoning, a first, appears partly logical, but in reality, it is not at all. When the Buddha preached about impermanence, He did not want to discourage anyone, but warning his disciples about the truth. A true Buddhist has to work hard for his own well being and also for the society's. Although he knows that he is facing the changing reality, he always keeps himself calm. He must refrain from harming others, in contrast, strive to perform good deeds for the benefit and happiness of others. All things have changed and will never cease to change. The human body is changeable, thus governed by the law of impermanence. Our body is different from the minute before to that of the minute after. Biological researches have proved that the cells in our body are in constant



change, and in every seven years all the old cells have been totally renewed. These changes help us quickly grow up, age and die. The longer we want to live, the more we fear death. From childhood to aging, human life is exactly like a dream, but there are many people who do not realize; therefore, they continue to launch into the noose of desire; as a result, they suffer from greed and will suffer more if they become attached to their possessions. Sometimes at time of death they still don't want to let go anything. There are some who know that they will die soon, but they still strive desperately to keep what they cherish most. Not only our body is changeable, but also our mind. It changes more rapidly than the body, it changes every second, every minute according to the environment. We are cheerful a few minutes before and sad a few minutes later, laughing then crying, happiness then sorrow.

According to the Vimalakirti Sutra, Manjusri Bodhisattva obeyed the Buddha's command to call on Upasaka Vimalakirti to enquire after his health, there was a conversation about the "body". Manjusri asked Vimalakirti: "What should a Bodhisattva say when comforting another Bodhisattva who falls ill?" Vimalakirti replied: "He should speak of the impermanence of the body but never of the abhorrence and relinquishment of the body. He should speak of the suffering body but never of the joy in nirvana. He should speak of egolessness in the body while teaching and guiding all living beings (in spite of the fact that they are fundamentally non-existent in the absolute state). He should speak of the voidness of the body but should never cling to the ultimate nirvana. He should speak of repentance of past sins but should avoid slipping into the past. Because of his own illness he should take pity on all those who are sick. Knowing that he has suffered during countless past aeons he should think of the welfare of all living beings. He should think of his past practice of good virtues to uphold (his determination for) right livelihood. Instead of worrying about troubles (klesa) he should give rise to zeal and devotion (in his practice of the Dharma). He should act like a king physician to cure others' illnesses. Thus a Bodhisattva should comfort another sick Bodhisattva to make him happy." Manjusri, a sick Bodhisattva should look into all things in this way. He should further meditate on his body which is impermanent, is subject to suffering and is non-existent and egoless; this is called

wisdom. Although his body is sick he remains in (the realm of) birth and death for the benefit of all (living beings) without complaint; this is called expedient method (upaya). Manjusri! He should further meditate on the body which is inseparable from illness and on illness which is inherent in the body because sickness and the body are neither new nor old; this is called wisdom. The body, though ill, is not to be annihilated; this is the expedient method (for remaining in the world to work for salvation).

Regarding the point of view on the impurity of the Kaya and the Citta. Impurity is the nature of our bodies and minds. Impurity means the absence of an immaculate state of being, one that is neither holy nor beautiful. From the psychological and physiological standpoint, human beings are impure. This is not negative or pessimistic, but an objective perspective on human beings. If we examine the constituents of our bodies from the hair on our head to the blood, pus, phlegm, excrement, urine, the many bacteria dwelling in the intestines, and the many diseases present waiting for the opportunity to develop, we can see clearly that our bodies are quite impure and subject to decay. Our bodies also create the motivation to pursue the satisfaction of our desires and passions. That is why the sutra regards the body as the place where misleads gather. Let us now consider our psychological state. Since we are unable to see the truth of impermanence, suffering, and the selfless nature of all things, our minds often become the victims of greed and hatred, and we act wrongly. So the sutra says, “The mind is the source of all confusion.”

Here is another point of view of the Buddhism on the Kaya is “It is difficult to be reborn as a human being”. Of all precious jewels, life is the greatest; if there is life, it is the priceless jewel. Thus, if you are able to maintain your livelihood, someday you will be able to rebuild your life. However, everything in life, if it has form characteristics, then, inevitably, one day it will be destroyed. A human life is the same way, if there is life, there must be death. Even though we say a hundred years, it passes by in a flash, like lightning streaking across the sky, like a flower’s blossom, like the image of the moon at the bottom of a lake, like a short breath, what is really eternal? Sincere Buddhists should always remember when a person is born, not a single dime is brought along; therefore, when death arrives, not a word will

be taken either. A lifetime of work, putting the body through pain and torture in order to accumulate wealth and possessions, in the end everything is worthless and futile in the midst of birth, old age, sickness, and death. After death, all possessions are given to others in a most senseless and pitiful manner. At such time, there are not even a few good merits for the soul to rely and lean on for the next life. Therefore, such an individual will be condemned into the three evil paths immediately. Ancient sages taught: "A steel tree of a thousand years once again blossom, such a thing is still not bewildering; but once a human body has been lost, ten thousand reincarnations may not return." Sincere Buddhists should always remember what the Buddha taught: "It is difficult to be reborn as a human being, it is difficult to encounter (meet or learn) the Buddha-dharma; now we have been reborn as a human being and encountered the Buddha-dharma, if we let the time passes by in vain we waste our scarce lifespan."



**Chương Ba**  
**Chapter Three**

**Cõi Ta Bà**

Cõi Ta Bà còn được gọi là Nam Thiệm Bộ Châu. Châu này được đặt tên Diêm Phù Đề có thể là vì trên châu này mọc nhiều cây Diêm Phù, hoặc giả từ trên cây Diêm Phù khổng lồ trên núi Tu Di có thể nhìn thấy toàn châu. Ta Bà có nghĩa là khổ não, lại cũng có nghĩa là phiền lụy hay trôi buộc, chẳng được ung dung tự tại. Thế giới mà chúng ta đang sống hay cõi Diêm Phù đề chỉ là một phần nhỏ của thế giới Ta Bà, nằm về phía nam của núi Tu Di, theo vũ trụ học cổ Ấn Độ, đây là nơi sinh sống của con người, là thế giới Ta Bà của Đức Phật Thích Ca. Thế giới Ta Bà, nơi đầy đầy những mâu thuẫn, hận thù và bạo động. Nơi mà chúng ta đang sống là một thế giới bất tịnh, và Phật Thích Ca đã bắt đầu thanh tịnh nó. Con người sống trong thế giới này chịu phải vô vàn khổ hải vì tam độc tham, sân, si cũng như những dục vọng trần tục. Cõi Ta Bà này đầy đầy những đất, đá, gai chông, hầm hố, gò nổng, thường có những mối khổ về đói khát, lạnh, nóng. Chúng sanh trong cõi Ta Bà phần nhiều tham đắm nơi phi pháp, tà pháp, chớ chẳng chịu tin chánh pháp, thọ số của họ ngắn ngủi, nhiều kẻ gian trá. Nói về vua quan, đâu có nước để cai trị, họ chẳng hề biết đủ, mà ngược lại sanh lòng tham lam, kéo binh đánh chiếm nước khác, khiến cho nhiều người vô tội chết oan; lại thêm nhiều thiên tai như hạn hán, bão lụt, mất mùa, đói khát, vân vân nên chúng sanh trong cõi này phải chịu vô lượng khổ sở. Nơi cõi Ta Bà này, sự thuận duyên cùng an vui tu tập thì ít, mà nghịch duyên phiền não thì nhiều. Hầu hết người tu hành đều dễ bị thối thất tâm Bồ Đề đã phát lúc ban đầu. Theo Đức Phật, quả đất mà chúng ta đang ở đây có tên là Nam Thiệm Bộ Châu, nằm về hướng nam của núi Tu Di, vốn là một phần nhỏ nhất trong hệ thống Đại Thiên Thế Giới do Đức Phật Thích Ca Mâu Ni làm giáo chủ.

Ta Bà có nghĩa là khổ não, lại cũng có nghĩa là phiền lụy hay trôi buộc, chẳng được ung dung tự tại. Thế giới Ta Bà, nơi đầy đầy những mâu thuẫn, hận thù và bạo động. Nơi mà chúng ta đang sống là một thế giới bất tịnh, và Phật Thích Ca đã bắt đầu thanh tịnh nó. Con người sống trong thế giới này chịu phải vô vàn khổ hải vì tam độc tham, sân, si cũng như những dục vọng trần tục. Cõi Ta Bà này đầy đầy những

đất, đá, gai chông, hầm hố, gò nổng, thường có những mối khổ về đói khát, lạnh, nóng. Chúng sanh trong cõi Ta Bà phần nhiều tham đắm nơi phi pháp, tà pháp, chớ chẳng chịu tin chánh pháp, thọ số của họ ngăn ngại, nhiều kẻ gian trá. Nói về vua quan, dầu có nước để cai trị, họ chẳng hề biết đủ, mà ngược lại sanh lòng tham lam, kéo binh đánh chiếm nước khác, khiến cho nhiều người vô tội chết oan; lại thêm nhiều thiên tai như hạn hán, bão lụt, mất mùa, đói khát, vân vân nên chúng sanh trong cõi này phải chịu vô lượng khổ sở. Nơi cõi Ta Bà này, sự thuận duyên cùng an vui tu tập thì ít, mà nghịch duyên phiền não thì nhiều. Hầu hết người tu hành đều dễ bị thối thất tâm Bồ Đề đã phát lúc ban đầu. Theo Đức Phật, quả đất mà chúng ta đang ở đây có tên là Nam Thiệm Bộ Châu, nằm về hướng nam của núi Tu Di, vốn là một phần nhỏ nhất trong hệ thống Đại Thiên Thế Giới do Đức Phật Thích Ca Mâu Ni làm giáo chủ. Chính vì vậy mà “Saha” còn được gọi là Sa Ha Lâu Đà, hay Sách Ha, nghĩa là chịu đựng hay nhẫn độ; nơi có đầy đủ thiện ác, cũng là nơi mà chúng sanh luôn chịu cảnh luân hồi sanh tử, được chia làm tam giới. Thế giới Ta Bà, thế giới chịu đựng để chỉ thế giới của chúng ta, nơi có đầy những khổ đau phiền não; tuy thế chúng sanh trong đó vẫn hân hoan hưởng thụ và chịu đựng. Theo Phật giáo, Ta Bà là cõi của thế giới mà chúng ta đang ở. Diêm Phù Đề là một phần nhỏ của thế giới Ta Bà, thế giới của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Cõi này nằm về miền cực Nam trong bốn châu theo truyền thống Vũ Trụ Học Phật giáo. người ta nói cõi này được đặt tên theo cây “Jambu” là loại cây mọc nhiều trên cõi này. Cõi này đo được 2.000 na do tha ở ba chiều, còn chiều thứ tư chỉ dài có 3 na do tha rưỡi mà thôi. Nam Thiệm Bộ Châu, một trong tứ đại châu, tọa lạc phía nam núi Tu Di, bao gồm thế giới được biết đến bởi người Ấn Độ thời cổ sơ. Theo Eitel trong Trung Anh Phật Học Từ Điển, Nam Thiệm Bộ Châu bao gồm những vùng quanh hồ Anavatapta và núi Tuyết (tức là cõi chúng ta đang ở, trung tâm châu này có cây diêm phù. Chính ở cõi này, Đức Phật đã thị hiện, và ở cõi này có nhiều nhà tu hành hơn hết). Phía Bắc gồm Hung, Mông, Thổ; phía Đông gồm Trung Quốc-Đại Hàn-Nhật; phía Nam gồm các vùng Bắc Ấn (hai mươi bảy vương quốc), Đông Ấn (mười vương quốc), Nam Ấn (mười lăm vương quốc), Trung Ấn (ba mươi vương quốc), và Tây Ấn (ba mươi bốn vương quốc).

### *The Worldly World*

The worldly world or the Saha World is also called the Jambudvīpa. It is so named either from the Jambu trees abounding in it, or from an enormous Jambud tree on Mount Meru visible like a standard to the whole continent. Saha means sufferings and afflictions; it also means worries, binding, unable to be free and liberated. The worldly world is full of storm, conflict, hatred and violence. Jambudvīpa is a small part of Saha World, the continent south of Mount Sumeru on which, according to ancient Indian cosmology, human beings live. In Buddhism, it is the realm of Sakyamuni Buddha. The world in which we live is an impure field, and Sakyamuni is the Buddha who has initiated its purification. People in this world endure many sufferings stemming from three poisons of greed, anger and delusion as well as earthly desires. The Saha World is filled with dirt, rocks, thorns, holes, canyons, hills, cliffs. There are various sufferings regarding thirst, famine, hot, and cold. The people in the Saha World like wicked doctrines and false dharma; and do not have faith in the proper dharma. Their lives are short and many are fraudulent. Kings and mandarins, although already have had lands to govern and rule, are not satisfied; as they become greedy, they bring forces to conquer other countries causing innocent people to die in vain. In addition, there are other infinite calamities such as droughts, floods, loss of harvest, thirst, famine, epidemics, etc. As for this Saha World, the favorable circumstances to cultivate in peace and contentment are few, but the unfavorable conditions of afflictions destroying path that are rather losing Bodhi Mind they developed in the beginning. Moreover, it is very difficult to encounter a highly virtuous and knowledgeable advisor. According to the Buddha, the planet in which we are currently living is called Virtuous Southern Continent. It is situated to the south of Mount Sumeru and is just a tiniest part of the Great World System of the Saha World in which Sakyamuni Buddha is the ruler.

Saha means sufferings and afflictions; it also means worries, binding, unable to be free and liberated. The worldly world is full of storm, conflict, hatred and violence. The world in which we live is an impure field, and Sakyamuni is the Buddha who has initiated its purification. People in this world endure many sufferings stemming

from three poisons of greed, anger and delusion as well as earthly desires. The Saha World is filled with dirt, rocks, thorns, holes, canyons, hills, cliffs. There are various sufferings regarding thirst, famine, hot, and cold. The people in the Saha World like wicked doctrines and false dharma; and do not have faith in the proper dharma. Their lives are short and many are fraudulent. Kings and mandarins, although already have had lands to govern and rule, are not satisfied; as they become greedy, they bring forces to conquer other countries causing innocent people to die in vain. In addition, there are other infinite calamities such as droughts, floods, loss of harvest, thirst, famine, epidemics, etc. As for this Saha World, the favorable circumstances to cultivate in peace and contentment are few, but the unfavorable conditions of afflictions destroying path that are rather losing Bodhi Mind they developed in the beginning. Moreover, it is very difficult to encounter a highly virtuous and knowledgeable advisor. According to the Buddha, the planet in which we are currently living is called Virtuous Southern Continent. It is situated to the south of Mount Sumeru and is just a tiniest part of the Great World System of the Saha World in which Sakyamuni Buddha is the ruler. Thus, "Saha" also called the place that which bears, the earth, interpreted as bearing, enduring; the place of good and evil; a universe, or great chiliocosm, where all are subject to transmigration and which a Buddha transforms; it is divided into three regions and Mahabrahma Sahampati is its lord. World of endurance refers to our world which is filled with sufferings and affections, yet gladly enjoyed and endured by its inhabitants. According to Buddhism, Jambudvipa is the human world, the world in which we are living. Jambudvipa is a small part of Saha World, the realm of Sakyamuni Buddha. The southernmost of the four great land masses (catur-dvipa) of traditional Buddhist cosmology. It is said to be named after the Jambu tree that grows there. It measures 2,000 yojanas on three sides, and its fourth side is only three-and-a-half yojanas long. The Southern Continent, one of the four continents that situated south of Mount Meru, comprising the world known to the early Indian. According to Eitel in The Dictionary of Chinese-English Buddhist Terms, Jambudvipa includes the following countries around the Anavatapta Lake and the Himalayas. The North region includes Huns-Mongolians-Turks; the East region includes China-Korea-Japan; the South region includes Northern India (twenty-seven kingdoms), Eastern India (ten kingdoms), Southern India (fifteen kingdoms), Central India (thirty kingdoms, and Western Indian (thirty-four kingdoms).



*Phần Hai*  
*Part Two*

*Chúng Sinh Con Người*  
*Human Beings*



***Chương Bốn***  
***Chapter Four***

***Chúng Sanh Con Người***

Theo quan điểm Phật giáo, về mặt vật thể thì nguồn gốc của vũ trụ chính là năng lượng, còn xét về các sinh vật sống trong đó thì nguồn gốc tạo ra đời sống của mỗi chúng sanh chính là nghiệp lực của những hành vi mà chúng sanh ấy đã tạo ra. Nghiệp lực là nguyên nhân khiến chúng sanh phải tái sanh theo một hình thức nào đó. Nếu một chúng sanh con người giữ tròn năm giới thì chúng sanh ấy sẽ được tiếp tục tái sanh làm con người. Dù con người không toàn thiện hay toàn ác, nhưng bản tánh con người vốn ôn hòa, có thể hòa hợp được với người khác. Nếu hoàn toàn tốt thì chúng sanh ấy đã sanh lên cõi trời, ngược lại nếu hoàn toàn ác thì người ấy đã sanh làm súc sanh, ngựa quỳ hay địa ngục rồi. Thường thì chúng sanh con người có phước báu mà cũng có tội lỗi. Có khi thì công nhiều, tội ít; có khi thì tội nhiều công ít. Khi có công nhiều tội ít thì chúng sanh con người được sanh vào gia đình giàu sang phú quý. Nếu công ít tội nhiều thì sanh vào gia đình khốn khổ bần cùng. Nói chung, Phật giáo cho rằng việc sanh ra trong cõi người là một trong những hình thức đời sống lý tưởng nhất vì rất thuận lợi cho việc tu tập. So với con người thì thần linh phải được xem là ở hình thức thấp hơn, tuy thần linh có thể có những khả năng mà con người không có, như một số năng lực siêu nhiên. Thật ra, thần linh cũng chỉ là một phần của thế giới mà loài người đang sống và hình thức đời sống của họ kém hiệu quả hơn con người trong việc tu tập.

Con người là những chúng sanh có tâm trí đã nâng cao hay phát triển, biết phân biệt đâu là hợp và không hợp với luân lý đạo đức hơn những chúng sanh khác. Cảnh giới trong đó hạnh phúc và khổ đau lẫn lộn. Chư vị Bồ Tát thường chọn tái sanh vào cảnh này vì ở đây có nhiều hoàn cảnh thuận lợi để hành những pháp cần thiết nhằm thành tựu quả vị Phật. Kiếp sống cuối cùng của các vị Bồ Tát thường ở cảnh người. Nhân đạo là một trong sáu đường trong vòng luân hồi trong đó chúng sanh có thể được sanh vào. Chúng sanh con người có suy tưởng trong dục giới, những nghiệp trong quá khứ ảnh hưởng đến hoàn cảnh hiện tại. Con người chiếm một vị trí rất quan trọng trong vũ trụ của

Phật giáo, vì con người có quyền năng quyết định cho chính họ. Đời sống con người là sự hỗn hợp của hạnh phúc và đắng cay.

Chúng sanh con người có suy tưởng trong dục giới, những nghiệp trong quá khứ ảnh hưởng đến hoàn cảnh hiện tại. Con người chiếm một vị trí rất quan trọng trong vũ trụ của Phật giáo, vì con người có quyền năng quyết định cho chính họ. Đời sống con người là sự hỗn hợp của hạnh phúc và đắng cay. Theo Đức Phật, con người có thể quyết định dành cuộc đời cho những mục tiêu ích kỷ, bất thiện, một hiện hữu suông rỗng, hay quyết định dành đời mình cho việc thực hiện các việc thiện làm cho người khác được hạnh phúc. Trong nhiều trường hợp, con người cũng có thể có những quyết định sinh động để uốn nắn đời mình theo cách này hay cách khác; con người có cơ hội nghĩ đến đạo và giáo lý của Ngài hầu hết là nhằm cho con người, vì con người có khả năng hiểu biết, thực hành và đi đến chứng ngộ giáo lý. Chính con người, nếu muốn, họ có thể chứng nghiệm giác ngộ tối thượng và trở thành Phật, đây là hạnh phúc lớn không phải chỉ chứng đắc sự an tịnh và giải thoát cho mình, mà còn khai thị đạo cho nhiều người khác do lòng từ bi. Cơ hội được tái sinh làm con người rất ư là hãn hữu, chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Được sinh ra làm người là điều vô cùng quý báu, một cơ hội lớn lao không nên để uổng phí. Giả tỷ có một người ném vào đại dương một mảnh ván, trên mảnh ván có một lỗ hổng, mảnh ván trôi dạt do nhiều luồng gió và nhiều dòng nước xô đẩy trên đại dương. Trong đại dương có một con rùa chột mắt, một trăm năm mới ngoi lên mặt biển một lần để thở. Dù cho mất cả một đại kiếp, con rùa cũng khó mà trôi lên mặt nước và chui vào lỗ hổng của mảnh ván ấy. Cũng thế, nếu một khi người ta đã bị đọa xuống ba cảnh giới đầy thống khổ hay hạ tam đồ, thì việc được tái sinh làm người cũng thật là hiếm hoi.”

Theo Phật giáo Đại Thừa Tây Tạng, có bốn trạng thái trải qua trong một đời người: trạng thái được sanh ra, là một trạng thái rất ngắn ngủi, chỉ ngay trong khoảnh khắc của sự thụ thai; khoảnh khắc kế tiếp mới là sự khởi đầu của trạng thái có thời gian đầu tiên, kéo dài cho đến khi thân thô thiển bắt đầu hình thành cho đến khi chết; rồi trong suốt trạng thái chết, ngay cả khi diễn ra trong thân xác già nua, mối quan hệ của lực nâng đỡ cho thức và cái mà thức nâng đỡ ở trong thân rất là dữ dội; vào đúng thời điểm chết, mối quan hệ của thức được nâng đỡ bởi nền tảng vật chất chỉ còn được diễn ra ở mức độ vi tế

nhất. Vào thời điểm này, tâm thức cá nhân được nối kết với nguồn lực vi tế nhất, hay còn gọi là “khí”. Với người sẽ trải qua trạng thái thân trung ấm, ngay khi trạng thái chết chấm dứt thì trạng thái thân trung ấm liền bắt đầu. Trong trạng thái thân trung ấm, dù chúng sanh không có một thân vật lý thô, nhưng họ cũng có một sắc thể do sự tương tác giữa luồng khí nội lực và thần thức. Nó thô trọng hơn so với thân vật chất thông thường mà chúng ta nhìn thấy. Nó sẽ mang hình dáng của loài chúng sanh mà nó sẽ tái sanh.

### *Human Beings*

In terms of matter, the Buddhist view of the origin of the universe is energy. In terms of the sentient beings, the force that produces them is that of the actions they have accumulated, which cause them to be reborn in that way. If a human being keeps the five basic precepts, he or she will continue to be reborn in the human path. People are neither completely good nor completely bad, but human beings are harmonious by nature and can get along with other people. If they were completely good, they would ascend to the heavens. If they were completely bad, they would become either animals, or hungry ghosts, or even fall into the hells. Human beings have both merits and offenses. Either their merit exceeds their offenses, or their offenses exceed their merit. When a person's merit is greater than his offenses, he will be born in a rich and respectable family; but with little merit and many offenses he will be born into a poor and miserable family. Generally speaking, Buddhism believes that birth as a human being is one of the most ideal forms of existence because it is conducive to cultivation. So compared to human beings, gods would in fact be considered inferior, even though gods may have some abilities that human beings do not have, such as some supernatural powers. In fact, the realm of gods is still a part of this world where human beings also live, but that form of existence is less effective for cultivation of the Buddha-dharma.

Human beings are living beings in this realm have sharp or developed minds, capable of weighty moral and immoral action than any other living beings. The human realm is a mixture of both pain and pleasure, suffering and happiness. Bodhisattvas always choose this realm as their last existence because it offers opportunity for attaining

Buddhahood. The human realm is one of the six destinies (gati) within cyclic existence (samsara) into which beings may be born. The sentient thinking being in the desire realm, whose past deeds affect his present condition. Man occupies a very important place in the Buddhist cosmos because he has the power of decision. Human life is a mixture of the happy with a good dash of the bitter.

The sentient thinking being in the desire realm, whose past deeds affect his present condition. Man occupies a very important place in the Buddhist cosmos because he has the power of decision. Human life is a mixture of the happy with a good dash of the bitter. According to the Buddha, a man can decide to devote himself to selfish, unskilful ends, a mere existence, or to give purpose to his life by the practice of skilful deeds which will make others and himself happy. Still, in many cases, man can make the vital decision to shape his life in this way or that; a man can think about the Way, and it was to man that the Buddha gave most of his important teachings, for men could understand, practice and realize the Way. It is man who can experience, if he wishes, Enlightenment and become as the Buddha and the Arahants, this is the greatest blessing, for not only the secure tranquillity of one person's salvation is gained but out of compassion the Way is shown in many others. The opportunity to be reborn as a human being is so rare; thus the Buddha taught: "Supposing a man threw into the ocean a piece of wood with a hole in it and it was then blown about by the various winds and currents over the waters. In the ocean lived a one-eyed turtle which had to surface once in a hundred years to breathe. Even in one Great Aeon it would be most unlikely in surfacing, to put its head into the hole in that piece of wood. Such is the rarity of gaining birth among human beings if once one has sunk into the three woeful levels or three lower realms."

According to the Tibetan Mahayan Buddhism, there are four states of a human being's life: the birth state is said to be momentary, just at the point of conception; the next moment is the beginning of the prior time state, ranging from when the coarse body starts to form until death; then during the death state, even though it is taking place within the old body, the relationship of support and supporter of consciousness abiding in the body has been severed; At the point of death, the relationship of consciousness supported by a physical base takes place

only on the subtlest level. At this point, individual consciousness is conjoined with the subtlest inner energy or “air”. For one who is going to pass through the intermediate states, as soon as the death state stops, the intermediate state begins. In the intermediate states, although one does not have a gross physical body, one does have a form achieved through the interaction of inner air and consciousness. It is grosser than the most subtle body, but more subtle than the usual physical one we see. It will have the shape of the being which one will be reborn.





**Chương Năm**  
**Chapter Five**

**Đạo Nhân Theo Nho Giáo**  
**Trong Xã Hội Việt Nam**

Đức hạnh của nhân đạo là không đi ngược lại những gì hợp lý và đúng đắn. Bất luận làm việc gì, bạn nên xem xét bốn phạm của mình là giúp đỡ người khác. Về phương diện lợi ích, thời gian, văn hóa hay trí huệ, hoặc tất cả mọi sự, nếu mình làm trở ngại người khác, không làm lợi ích cho ai cả, tức là mình đã đi ngược lại với đạo đức. Vì thế mà nhất cử nhất động, nhất ngôn nhất hạnh mình không nên đi ngược lại với đạo đức căn bản. Nếu muốn tu tập Phật đạo, trước tiên nên tu dưỡng đạo đức nhân đạo, không có đức hạnh nhân đạo thì không thể tu Phật đạo được. Có người muốn tu đạo thì ma chướng tới tìm, bởi vì người này chẳng có đức hạnh. Vì thế người ta nói “Đạo đức là gốc, tiền tài là ngọn.” Đạo đức giống như mặt trời mặt trăng, giống như trời và đất, và cũng giống như tánh mạng con người vậy. Không có đạo đức thì mình không có tánh mạng, không có mặt trời mặt trăng, và cũng chẳng có trời đất. Như vậy, đạo đức nghĩa là gì? Đạo đức là lấy việc làm lợi ích cho người khác làm chủ, không làm chướng ngại người khác làm tông chỉ, trong tâm lúc nào cũng đầy đủ *Nhân, Nghĩa, Lễ, trí, Tín, Liêm, Sĩ, Trung, Hiếu, Đễ*. Theo Khổng giáo, “*Nhân*” là thương người thương vật; nhân là tâm nhân ái không muốn sát sanh hại vật. “*Nghĩa*” là ở phải với mọi người, khi thấy điều gì có nghĩa thì phải dũng cảm mà làm. Khi thấy ai gặp nạn tai thì phải tận lực giúp đỡ. Với bạn bè mình phải có đạo nghĩa, khi giúp ai không cần có điều kiện gì cả, không mang tâm mưu đồ, mong được đền ơn đáp nghĩa. Nghĩa là lòng nhận thức biết làm chuyện phải và làm hết sức đúng đắn, đúng với trung đạo, không thái quá, cũng không thiếu sót, không nghiêng về bên phải cũng không lệch qua bên trái, lúc nào cũng trung đạo. Hiếu biết nghĩa lý thì không trộm cắp. Người có lễ nghĩa không bao giờ trộm cắp vật gì của ai. “*Lễ*” tức là lễ phép, biết kẻ lớn người nhỏ. Đối với mọi người mình phải lễ phép, phải hết sức khiêm nhường. Nếu không có lễ thì mình có khác gì loài súc sanh? Lễ phép tối thiểu của một con người là phải biết chào hỏi đối với các bậc trưởng thượng. Nếu mình

có lễ mạo thì mình sẽ không bao giờ phạm chuyện gian dâm. Ăn cắp và tà dâm đều là những thứ không hợp với lễ nghĩa, đi ngược lại với luân thường. Đối với người thường thì *Trí* có nghĩa là lương trí. Người có trí huệ thì không bao giờ uống rượu, hay xử dụng xì ke ma túy, những thứ độc dược. Người ngu si thì mới làm những thứ điên đảo này. *Tín* tức là biết giữ sự tin cậy, tín nhiệm. Đối với bạn bè phải có tín nhiệm, hứa chuyện gì là phải làm chuyện đó, chứ không thất tín hay sai hẹn. Hơn nữa, người có chữ tín không bao giờ nói dối. *Liêm* tức là liêm khiết. Người liêm khiết gặp bất luận hoàn cảnh nào cũng không tham cầu, chẳng muốn thọ hưởng tiện nghi. Hơn nữa, người con Phật phải biết quên mình mà làm chuyện lợi lạc cho người khác. *Sĩ* tức là biết hổ thẹn. Gặp chuyện gì không hợp với đạo lý, hay đi ngược lại với lương tâm của mình, thì tuyệt đối không làm. *Trung* tức là trung thành. Một người công dân tốt phải trung thành với đất nước của mình. *Hiếu* có nghĩa là thảo với các bậc cha mẹ là bốn phận căn bản của con cái. Hiếu thảo là báo đáp công ơn dưỡng dục của cha mẹ, và hiếu thảo cũng là biết vâng lời dạy bảo của cha mẹ. *Đễ* có nghĩa là kính trọng người lớn hơn mình.

### ***Man's Virtue in Confucianism In Vietnamese Society***

Virtuous conduct in Man's Virtues means conduct that is not going against what is proper and right. In whatever you do, you should make it your obligation to help others. If you hinder others and cannot benefit them in terms of profit, time, culture, wisdom, or any other aspect, you are acting contrary to morality. Therefore, in every move and action, every word and deed, we should always make "not going against morality" our basic rule. If you want to cultivate the Buddhist Way, you must first foster virtuous conduct of Man's Virtues. Without virtuous conduct of Man's virtues, you cannot cultivate the Buddhist Way. Some people who want to cultivate will encounter demonic obstacles as soon as they start. That is due to a lack of virtuous conduct. So it is said, "Virtue is fundamental Wealth is incidental." Morality is equivalent to the sun and moon, to Heaven and Earth, and to our very life. Lacking morality is equivalent to being without life, without the sun and moon, and without Heaven and Earth. What is morality? Morality means to

take benefiting others as most important, and to take not hindering others as our principle. It is fill our minds with *Humaneness, Righteousness, Propriety, Wisdom, Trustworthiness, Incorruptibility, Shame, Loyalty, Filiality, and Fraternal Respect*. According to Confucianism, “*Humaneness*” means having a heart of humane benevolence, you will not kill. “*Righteousness*” means to be righteous in spirit and courageously do what should be done. When people are in difficulty, do our best to help them resolve their problems. Treat our friends with a sense of right and honor. Help them unconditionally, without any motives. “*Righteousness*” also means endowed with common sense, everything you do will be just right, exactly in accord with the Middle Way, neither too much nor too little, and neither too far to the left nor too far to the right. All affairs will be carried out in accord with the Middle Way. If you understand what is right, you will not steal. People who value righteousness will not steal what belongs to others. “*Civility*” or “*Propriety*” refers to etiquette. We should treat people with courtesy. If we are discourteous, then we are no better than a savage. A minimum propriety for us is to be able to greet our elders. Propriety is a kind of courtesy and etiquette. If you honor the rules of etiquette, you will not be lewd. Stealing and lewdness are phenomena which occur because one is not in accord with righteousness and propriety, and because one is acting contrary to the rules of proper conduct. To ordinary people, wisdom means good knowledge. *Wise* people will not recklessly drink or take drugs. Only stupid people will do all sorts of upside-down things. *Trustworthy* means faith or sincerity. When we are with our friends, we should be trustworthy up to our words. Our actions should be sincere and respectful, and we should not cause others to lose faith in us. Furthermore, trustworthy people will not tell lies. *Incorruptibility* refers to being pure and honest. No matter what they see, incorruptible people are never greedy or opportunistic. Rather, they are public-spirited and unselfish. *Shame* means a sense of shame. Never do anything that goes against reason and conscience. *Loyalty* means to be loyal. A good man should be loyal to our own country. *Filiality* means to be pious to parents. Filiality is the basic duty of any children. By being filial, we are repaying our parents’ kindness for raising us.

*Fraternal Respect* means to pay respect to the elderly. Younger people should be respectful to their elder siblings and elders.

*Chương Sáu*  
*Chapter Six*

*Vị Trí Của Con Người Trong Tôn Giáo*

Hầu hết ai trong chúng ta đều cũng phải đồng ý rằng trong tất cả các loài sinh vật, con người là những sinh vật độc nhất trong hoàn vũ có thể hiểu được chúng ta đang làm cái gì và sẽ làm cái gì. So sánh với các loài khác thì con người có phần thù thắng và hoàn hảo hơn chẳng những về mặt tinh thần, tư tưởng, mà còn về phương diện khả năng tổ chức xã hội và đời sống nữa. Đời sống của con người không thể nào bị thay thế, lập lại hay quyết định bởi bất cứ một ai. Một khi chúng ta được sanh ra trong thế giới này, chúng ta phải sống một cuộc sống của chính mình sao cho thật có ý nghĩa và đáng sống. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Con người là một sinh vật tối linh” hay con người được xếp vào hàng ưu tú hơn các loài khác. Và Đức Phật dạy trong kinh Ưu Bà Tắc: “Trong mọi loài, con người có những căn và trí tuệ cần thiết. Ngoài ra, điều kiện hoàn cảnh của con người không quá khổ sở như những chúng sanh trong địa ngục, không quá vui sướng như những chúng sanh trong cõi trời. Và trên hết, con người không ngu si như loài súc sanh.” Như vậy con người được xếp vào loại chúng sanh có nhiều ưu điểm. Con người có khả năng xây dựng và cải tiến cho mình một cuộc sống toàn thiện toàn mỹ. Phật giáo xem con người là một chúng sanh rất nhỏ, không chỉ về sức mạnh mà còn về tuổi thọ. Con người không hơn gì các sinh vật khác trong vũ trụ này ngoại trừ khả năng hiểu biết. Con người được coi như là một sinh vật có văn hóa, biết hòa hợp với sinh vật khác mà không hủy hoại chúng. Tôn giáo được con người đặt ra cũng với mục đích ấy. Mọi sinh vật sống đều chia sẻ cùng lực sống truyền cho con người. Con người và những sinh vật khác là một phần của sinh lực vũ trụ mang nhiều dạng thức khác nhau trong những kiếp tái sanh vô tận, chuyển từ người thành vật tới những hình thái siêu phàm và rồi trở lại trong một chu kỳ bất tận. Theo vũ trụ luận Phật giáo, con người chỉ đơn giản là một cư dân trên một trong những cảnh giới hiện hữu mà các chúng sanh khác cũng có thể đến sau khi chết. Thế giới con người là sự pha trộn vừa phải giữa hạnh phúc và khổ đau, con người ở trong một vị trí thuận lợi để tạo hay không tạo nghiệp mới, và như vậy con người có thể uốn nắn định mệnh của chính

mình. Con người quả thực là người Sáng Tạo và người Cứu Tinh của chính mình. Nhiều người tin rằng tôn giáo từ trời đi xuống, nhưng người Phật tử biết rằng Phật giáo khởi thủy từ trái đất và tiến dần lên trời, lên Phật. Sự khó khăn về việc được sanh làm người nó khó như việc con rùa biển một mắt, từ đáy biển trôi lên trong một bọng cây, thấy được vầng nhứt nguyệt, rồi theo lượn sóng mà tấp vào bờ. Rùa mù gặp khúc gỗ trôi giữa biển đã là khó, ví với sanh làm người và gặp được Phật Pháp lại càng khó hơn (ý này ví với một con rùa mù giữa biển khơi mà vớ được khúc gỗ nổi. Theo Kinh Tạp A Hàm, trong biển cả có một con rùa mù, sống lâu vô lượng kiếp, cả trăm năm mới trôi đầu một lần. Có một khúc cây, trên có một lỗ lủng, đang trôi dạt dờ trên mặt nước, rùa ta khi trôi lên đến mặt nước cũng vừa chạm vào bọng cây. Kẻ phàm phu lăn trôi trong biển đời sanh tử, muốn trở lại được thân người quả là khó hơn thế ấy).

Đạo Phật coi thân người như cái túi da ô ướ. Phật tử chơn thuần chớ nên quá trân quý thân này. Kỳ thật, nó chỉ là cái túi da hôi thúi. Phải lia ý nghĩ đó chúng ta mới có thể dụng công tu hành được. Nếu không lia được nó, chúng ta sẽ biến thành nô lệ của nó và từ sáng sớm đến chiều tối chúng ta sẽ chỉ một bề phục vụ cho nó mà thôi. Người con Phật chơn thuần phải coi thân này như một cái túi da hôi thúi, nghĩa là tránh sự coi trọng nó. Coi nó là quan trọng là chướng ngại lớn trên bước đường tu tập của chúng ta. Chúng ta phải mượn cái giả để tu lấy cái thật, tức là chỉ xem thân này như một phương tiện mà thôi. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 26, Thiên thần dâng cho Đức Phật một ngọc nữ với ý đồ phá hoại tâm ý của Phật. Phật bảo: “Túi da ô ướ, người đến đây làm gì? Đi đi, ta không dùng đâu.” Thiên thần càng thêm kính trọng, do đó mà hỏi về ý của Đạo. Đức Phật vì ông mà giảng pháp. Ông nghe xong đắc quả Tu-Đà-Hoàn.” Tuy nhiên, cũng theo đạo Phật, thì “nhân đạo” là con đường lý tưởng cho chúng sanh tu tập và đạt thành Phật quả, vì họ không phải thường xuyên chịu đựng khổ đau như các chúng sanh trong ba đường dữ (địa ngục, ngạ quỷ và súc sanh), họ cũng không có những đời sống quá sung sướng của chư thiên để xao lãng việc tu tập. Ngược lại, họ chịu khổ đau vừa đủ để thấy được thực tánh của vạn hữu (vô thường, khổ và vô ngã). Vì vậy mà Đức Phật dạy, “con người có thể quyết định dành cuộc đời cho những mục tiêu ích kỷ, bất thiện, một hiện hữu suông rỗng, hay quyết định dành đời mình cho việc thực hiện các việc thiện làm cho người

khác được hạnh phúc.” Trong nhiều trường hợp, con người cũng có thể có những quyết định sinh động để uốn nắn đời mình theo cách này hay cách khác; con người có cơ hội nghĩ đến đạo và giáo lý của Ngài hầu hết là nhằm cho con người, vì con người có khả năng hiểu biết, thực hành và đi đến chứng ngộ giáo lý. Chính con người, nếu muốn, họ có thể chứng nghiệm giác ngộ tối thượng và trở thành Phật, đây là hạnh phúc lớn không phải chỉ chứng đắc sự an tịnh và giải thoát cho mình, mà còn khai thị đạo cho nhiều người khác do lòng từ bi. Cơ hội được tái sinh làm con người rất ư là hãn hữu, chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Được sinh ra làm người là điều vô cùng quý báu, một cơ hội lớn lao không nên để uổng phí. Giả tỷ có một người ném vào đại dương một mảnh ván, trên mảnh ván có một lỗ hổng, mảnh ván trôi dạt do nhiều luồng gió và nhiều dòng nước xô đẩy trên đại dương. Trong đại dương có một con rùa chột mắt, một trăm năm mới ngoi lên mặt biển một lần để thở. Dù cho mất cả một đại kiếp, con rùa cũng khó mà trôi lên mặt nước và chui vào lỗ hổng của mảnh ván ấy. Cũng thế, nếu một khi người ta đã bị đọa xuống ba cảnh giới đầy thống khổ hay hạ tam đồ, thì việc được tái sinh làm người cũng thật là hiếm hoi. Cũng theo Phật giáo, con người khác với con vật vì chỉ có con người mới có khả năng phát triển trí tuệ và hiểu biết phản ánh được lý luận của mình mà thôi. Con người có nghĩa là một chúng sanh có khả năng hay có cái tâm để suy nghĩ. Mục đích chân chánh và thành thực của tôn giáo là giúp cho con người ấy suy nghĩ đúng để nâng con người ấy lên trên tầm của con vật và giúp con người đạt được hạnh phúc tối thượng.”

### *Man's Place in Religions*

Most of us are agreed to the fact that among all living beings, human beings are unique beings who can understand what we are and what we should be. Compared to other beings, man is most complete and superior not only in the mentality and thinking, but also in the ability of organization of social life. Human beings' life cannot be substituted nor repeated nor determined by someone else. Once we are born in this world, we have to live our own life, a meaningful and worth living life. Thus the ancient said: “Man is the most sacred and superior animal.” And the Buddha taught in the Upasaka Sutra: “In all beings, man is endowed with all necessary faculties, intelligence.

Besides man's conditions are not too miserable as those beings in hell, not too much pleasure as those beings in heaven. And above all, man's mind is not so ignorant as that of the animals." So man has the ability to build and improve his own life to the degree of perfection. Buddhism views man as a tiny being not only in strength but also in life span. Man is no more than just another creature but with intelligence that inhabit universe. Man is regarded as a cultured living being because he can harmonize with other creatures without destroying them. Religion was founded by men only for this purpose. Every creature that lives share the same life force which energizes man. Man and other creatures are part of the same cosmic energy which takes various forms during endless rebirths, passing from human to animal, to divine form and back again, motivated by the powerful craving for existence which takes them from birth to death and rebirth again in a never-ending cycle. In Buddhist cosmology, man is simply the inhabitant of one of the existing planes that other sentient beings can go after death. Human world is a good, well-balanced mixture of pleasure and pain. Man is in a favorable position to create or not to create fresh karma, and thus is able to shape his own destiny. Man is in effect his own Creator and Savior. Many others believe that religion has come down from heaven but Buddhists know that Buddhism started on the earth and reached heaven, or Buddha. The difficulty of being born as a man is just the same as the situation of a sea turtle which has only one eye, and that underneath, entered a hollow in a floating log; the log, tossed by the waves, happen to roll over, whereupon the turtle momentarily saw the sun and moon. It is as easy for a blind turtle to find a floating log as it is for a man to be reborn as a man, or to meet with a Buddha and his teaching (The rareness of meeting a Buddha is compared with the difficulty of a blind sea-turtle finding a log to float on, or a one-eyed tortoise finding a log with a spy-hole through it).

Buddhism considers human body as a defiled skin bag. Sincere Buddhists should not care too much for this body, should not treat their skin-bag of a body as a treasure. Only people who are free of this idea can apply effort in cultivating the Way. If we treat our body as a precious thing, then we will become its slave and serve its whims all day long. Therefore, sincere Buddhists should treat the body as a 'stinking bag of skin' and do not prize it highly. Valuing the body too



high is an obstacle to cultivation. We should merely 'borrow the false to cultivate what is true,' and see it as just an expedient means. According to the Sutra in Forty-Two Sections, Chapter 26, the heavenly spirits, desiring to destroy the Buddha's resolve, offered Jade women to him. The Buddha said: "Skin-bags full of filth." What are you doing here? Go away, I am not interested." Then, the heavenly spirits asked most respectfully about the meaning of the Way. The Buddha explained it for them and they immediately obtained the fruition of Srotaapanna." However, also according to Buddhism, Manuṣya is considered to be ideal destiny for the attainment of Buddhahood, because humans are not plagued by the constant sufferings of beings of the lower three destinies (hell beings, hungry ghosts and animals), and they also do not have happy lives of gods to be lax in cultivation. In the contrary, they experience enough suffering to become aware of the real nature of things (impermanence, suffering, and non-self). Thus, the Buddha taught, "a man can decide to devote himself to selfish, unskilful ends, a mere existence, or to give purpose to his life by the practice of skilful deeds which will make others and himself happy." Still, in many cases, man can make the vital decision to shape his life in this way or that; a man can think about the Way, and it was to man that the Buddha gave most of his important teachings, for men could understand, practice and realize the Way. It is man who can experience, if he wishes, Enlightenment and become as the Buddha and the Arahants, this is the greatest blessing, for not only the secure tranquillity of one person's salvation is gained but out of compassion the Way is shown in many others. The opportunity to be reborn as a human being is so rare; thus the Buddha taught: "Supposing a man threw into the ocean a piece of wood with a hole in it and it was then blown about by the various winds and currents over the waters. In the ocean lived a one-eyed turtle which had to surface once in a hundred years to breathe. Even in one Great Aeon it would be most unlikely in surfacing, to put its head into the hole in that piece of wood. Such is the rarity of gaining birth among human beings if once one has sunk into the three woeful levels or three lower realms. Also according to Buddhism, man is different from animals because only man alone has developed his intelligence and understanding to reflect his reasoning. Man means a sentient being or one who has the ability or the mind to

think. The real and sincere purpose of religion is to help man to think correctly in order to raise him above the level of the animal, to help him reach his ultimate goal of supreme happiness.”

**Chương Bảy**  
**Chapter Seven**

**Thành Phần Vật Chất**  
**Tạo Nên Một Chúng Sanh Con Người**

Thành phần vật chất tạo nên con người chính là Tứ Đại. Bốn yếu tố lớn cấu tạo nên vạn hữu. Bốn thành phần này không tách rời nhau mà liên quan chặt chẽ lẫn nhau. Tuy nhiên, thành phần này có thể có ưu thế hơn thành phần kia. Chúng luôn thay đổi chứ không bao giờ đứng yên một chỗ trong hai khoảnh khắc liên tiếp. Theo Phật giáo thì vật chất chỉ tồn tại được trong khoảng thời gian của 17刹那 tư tưởng, trong khi các khoa học gia thì cho rằng vật chất chỉ chịu đựng được 10 phần 27 của một giây. Nói gì thì nói, thân thể của chúng ta chỉ là tạm bợ, chỉ do nơi tứ đại hòa hợp giả tạm lại mà hành, nên một khi chết đi rồi thì thân tan về cát bụi, các chất nước thì từ từ khô cạn để trả về cho thủy đại, hơi nóng tắt mất, và hơi thở hoàn lại cho gió. Chừng đó thì thân thức sẽ phải theo các nghiệp lực đã gây tạo lúc còn sanh tiền mà chuyển vào trong sáu nẻo, cải hình, đổi xác, tiếp tục luân hồi không dứt. *Địa Đại* tức là phần Đất (tóc, răng, móng, da, thịt, xương, thận, tim, gan, bụng, lá lách, phổi, bao tử, ruột, phần, và những chất cứng khác). *Địa Đại* là thành phần vật chất mở rộng hay thể nền của vật chất. Không có nó vật thể không có hình tướng và không thể choán khoảng không. Tính chất cứng và mềm là hai điều kiện của thành phần này. Sau khi chúng ta chết đi rồi thì những thứ này lần lượt tan rã ra thành cát bụi, nên nó thuộc về *Địa Đại*. *Thủy Đại* hay Nước (đàm, mủ, máu, mồ hôi, nước tiểu, nước mắt, nước trong máu, mũi dãi, tất cả các chất nước trong người nói chung): Không giống như *địa đại*, nó không thể nắm được. *Thủy đại* giúp cho các nguyên tử vật chất kết hợp lại với nhau. Sau khi ta chết đi rồi thì những chất nước này chảy đều cạn khô không còn nữa, nói cách khác chúng hoàn trả về cho nước. *Hỏa Đại* hay Lửa (những món gây ra sức nóng để làm ấm thân và làm tiêu hóa những thứ ta ăn uống vào): *Hỏa đại* bao gồm cả hơi nóng lạnh, và chúng có sức mạnh làm xác thân tăng trưởng, chúng là năng lượng sinh khí. Sự bảo tồn và phân hủy là do thành phần này. Sau khi ta chết, chất lửa trong người tắt mất, vì thế nên thân xác dần dần lạnh. *Phong Đại*

hay Gió (những chất hơi thường lay chuyển, hơi trong bao tử, hơi trong ruột, hơi trong phổi): Gió là thành phần chuyển động trong thân thể. Sau khi ta chết rồi thì hơi thở dứt bặt, thân thể cứng đờ vì phong đại đã ngừng không còn lưu hành trong cơ thể nữa.

### *Material Components of a Human Being*

Material components which man is made are the four tanmatra. Four great elements of which all things are made (produce and maintain life). These four elements are interrelated and inseparable. However, one element may preponderate over another. They constantly change, not remaining the same even for two consecutive moments. According to Buddhism, matter endures only for 17 thought-moments, while scientists tell us that matter endures only for 10/27<sup>th</sup> of a second. No matter what we say, a human body is temporary; it is created artificially through the accumulation of the four elements. Once death arrives, the body deteriorates to return to the soil, water-based substances will gradually dry up and return to the great water, the element of fire is lost and the body becomes cold, and the great wind no longer works within the body. At that time, the spirit must follow the karma each person has created while living to change lives and be reincarnated into the six realms, altering image, exchange body, etc in the cycle of births and deaths. *Solid matter or Earth*: Prithin means the element of extension, the substratum of matter. Without it objects have no form, nor can they occupy space. The qualities of hardness and softness are two conditions of this element. After death, these parts will decay and deteriorate to become soil. For this reason, they belong to the Great Soil. *Water, fluidity, or liquid*: Unlike the earth element it is intangible. It is the element which enables the scattered atoms of matter to cohere together. After death, these water-based substances will dry up. In other words, they have returned to water. *Fire or heat*: Fire element includes both heat and cold, and fire element possesses the power of maturing bodies, they are vitalizing energy. Preservation and decay are due to this element. After death, the element of fire is lost and the body gradually becomes cold. *Air, wind, motion, or energy of motion*: Air element is the element of motion in the body. After death, breathing ceases, body functions become catatonic or completely rigid because the great wind no longer works within the body.

**Chương Tám**  
**Chapter Eight**

**Các Thành Phần Tâm Linh Của Con Người**

Khi nói đến thành phần tâm linh của chúng sanh con người, người ta nghĩ ngay đến Tâm vì tâm là gốc của muôn pháp. Kỳ thật, thành phần tâm linh của con người được thành lập trên ba chân: Tâm, Ý Thức và Tàng Thức. Ba chân trên đây lại mãi mãi lồng chéo vào nhau khiến người ta tưởng chừng như chúng chỉ là một. Trong Tâm Địa Quán Kinh, Đức Phật dạy: “Trong Phật pháp, lấy tâm làm chủ. Tất cả các pháp đều do tâm sanh.” Tâm tạo ra chư Phật, tâm tạo thiên đường, tâm tạo địa ngục. Tâm là động lực chính làm cho ta sung sướng hay đau khổ, vui hay buồn, trầm luân hay giải thoát. Tâm cũng là Tạng nghiệp nơi tồn trữ nghiệp, thiện hay bất thiện. Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là ‘karma’ có nghĩa là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ ‘nghiệp’ luôn được hiểu theo nghĩa tạt xấu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những quả báo tương ứng trong tương lai. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo.

**Tâm:** Trong giáo thuyết Phật giáo, tâm kết hợp chặt chẽ với thân đến độ các trạng thái tinh thần ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe và sự an vui của thân. Một số bác sĩ khẳng quyết rằng không có một chứng

bệnh nào được xem thuận tụy là thân bệnh cả. Do đó, trừ khi trạng thái tinh thần xấu này là do ác nghiệp do kiếp trước gây ra quá nặng, khó có thể thay đổi được trong một sớm một chiều, còn thì người ta có thể chuyển đổi những trạng thái xấu để tạo ra sự lành mạnh về tinh thần, và từ đó thân sẽ được an lạc. Tâm con người ảnh hưởng đến thân một cách sâu xa, nếu cứ để cho tâm hoạt động một cách bừa bãi và nuôi dưỡng những tư duy bất thiện, tâm có thể gây ra những tai hại khó lường được, thậm chí có thể gây ra sát nhân. Tuy nhiên, tâm cũng có thể chữa lành một cái thân bệnh hoạn. Khi tâm được tập trung vào những tư duy chân chánh với tinh tấn và sự hiểu biết chân chánh thì hiệu quả mà nó tạo ra cũng vô cùng tốt đẹp. Một cái tâm với những tư duy trong sáng và thiện lành thật sự sẽ dẫn đến một cuộc sống lành mạnh và thư thái. Tâm cũng là một tên khác của A Lại Da Thức (vì nó tích tập hạt giống của chư pháp hoặc huân tập các hạt giống từ chủng tử chủng pháp mà nó huân tập). Không giống như xác thân vật chất, cái tâm là phi vật chất. Chúng ta nhận thức được những tư tưởng và cảm nghĩ của chúng ta cùng nhiều điều khác bằng trực giác, và chúng ta kết luận sự hiện hữu của chúng bằng phép loại suy. Theo Phật giáo, tâm hay yếu tố tinh thần được định nghĩa là sự sáng suốt và hiểu biết. Nó không có hình tướng, không ai nhìn thấy nó; tuy nhiên, tâm tạo tác mọi hành động khiến chúng ta đau khổ và lăn trôi trong luân hồi sanh tử. Tất cả mọi hoạt động vật chất, lời nói hay tinh thần đều tùy thuộc tâm ta. Phạm sự của tâm là nhận biết được đối tượng. Nó phân biệt giữa hình thức, phẩm chất, vân vân. Tâm bao gồm trạng thái tính thoảng qua luôn luôn trôi lên rồi mất đi nhanh như tia chớp. “Vì sinh ra để thành nguồn của nó và chết đi để trở thành lối vào của nó, nó bền vững tràn trề như con sông nhận nước từ các suối nguồn bồi thêm vào dòng chảy của nó.” Mỗi thức nhất thời của dòng đời không ngừng thay đổi, khi chết đi thì truyền lại cho thức kế thừa toàn bộ năng lượng của nó, tất cả những cảm tưởng đã ghi không bao giờ phai nhạt. Cho nên mỗi thức mới gồm có tiềm lực của thức cũ và những điều mới. Tất cả những cảm nghĩ không phai nhạt được ghi vào cái tâm không ngừng thay đổi, và tất cả được truyền thừa từ đời này sang đời kia bất chấp sự phân hủy vật chất tạm thời nơi thân. Vì thế cho nên sự nhớ lại những lần sanh hay những biến cố trong quá khứ trở thành một khả năng có thể xảy ra. Tâm là con dao hai lưỡi, có thể xử dụng cho cả thiện lẫn ác. Một tư tưởng nổi lên từ một cái tâm vô hình có thể cứu hay phá

hoại cả thế giới. Một tư tưởng như vậy có thể làm tăng trưởng hay giảm đi dân cư của một nước. Tâm tạo Thiên đàng và địa ngục cho chính mình. Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức là phần tinh thần cốt lõi của kiếp nhân sinh. Tất cả những kinh nghiệm tâm lý như đau đớn hay sung sướng, buồn hay vui, thiện hay ác, sống hay chết, đều không do một nguyên lý bên ngoài nào, mà chỉ là kết quả của những tư tưởng của chúng ta và những hành động do những tư tưởng ấy đưa đến mà thôi. Tâm thật sự ảnh hưởng đến thân thể con người trong từng giây từng phút trong đời sống. Nếu chúng ta để mặc cho những tư tưởng hèn học dày xéo, những trò tiêu khiển không lành mạnh thao túng, thì tâm này có thể gây nên thảm họa, thậm chí có thể giết chết sinh mạng khác. Tuy nhiên, chính tâm này lại có thể cứu được một thân xác bệnh hoạn. Khi tâm được tập trung vào những tư tưởng chính đáng, với những nỗ lực chân thành, và những hiểu biết xác đáng thì nó có thể mang lại một kết quả thù thắng. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Không một kẻ thù nào có thể hại được mình hơn tâm niệm khát ái, sân hận và đố kỵ của chính mình.” Tâm với những niệm tưởng thanh tịnh và thiện lành thực sự sẽ mang lại cuộc sống an lành và thanh thản.

**Mạt Na Thức:** Còn gọi là thức thứ bảy trong bát thức. Phạm ngữ chỉ “tri giác.” Trong Phật giáo người ta gọi nó là “Ý Căn” vì nó có khả năng làm cho con người trở thành một sinh vật có trí khôn và đạo đức. Mạt Na thường được nghĩ tương đương với “tâm” hay “thức.” Nó được rút ra từ gốc chữ Phạn “Man” có nghĩa là “suy nghĩ hay tưởng tượng,” và nó liên hệ tới sinh hoạt tri thức của “thức.” Mạt Na hoạt động như một trạm đầu tập tất cả những hoạt động của sáu thức kia (nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, và ý thức). Mạt Na chính là thức thứ bảy trong tám thức, có nghĩa là “Tư Lưỡng.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thổi vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù này đây trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, đục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt này nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạt na (manas); thực ra, chính là khi mạt na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức-vastu-prativikalpa-vijnana). Chức

năng của Mạt na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều này được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạt na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác-prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạt na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác gia. Mạt na thức cũng được phát hiện từ A Lại Da Thức. Nó là một thứ trực giác, trực giác về sự có mặt của một bản ngã tồn tại và độc lập với thế giới vạn hữu. Trực giác này có tính cách tập quán và mê muội. Tính mê vọng của nó được cầu thành bởi liễu biệt cảnh thức, nhưng nó lại trở thành căn bản cho liễu biệt cảnh thức. Đối tượng của loại tuệ giác này là một mảnh vụn biến hình của A lại da mà nó cho là cái ta, trong đó có linh hồn và thân xác. Đối tượng của nó không bao giờ là tánh cảnh mà chỉ là đối chất cảnh. Vừa là nhận thức về ngã, mạt na được xem như là chương ngại căn bản cho sự thể nhập thực tại. Chỉ có công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mạt na.

**A Lại Da Tàng Thức:** Còn gọi là đệ bát thức. Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thân. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thu thập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo. Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng



xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó.

### *Spiritual Elements of a Human Being*

When talking about the spiritual elements of human beings, immediately people think about the Mind, for the mind is the root of all dharmas. In fact, the spiritual elements of human beings are formed by three prongs: Mind, Mana, and the Storehouse Vijnana. These above three prongs are interweaving together and this causes people think that they are just only one. In Contemplation of the Mind Sutra, the Buddha taught: “All my tenets are based on the mind that is the source of all dharmas.” The mind has brought about the Buddhas, the Heaven, or the Hell. It is the main driving force that makes us happy or sorrowful, cheerful or sad, liberated or doomed. Mind is also the storehouse of karma, wholesome or unwholesome. Karma is one of the fundamental doctrines of Buddhism. Everything that we encounter in this life, good or bad, sweet or bitter, is a result of what we did in the past or from what we have done recently in this life. Good karma produces happiness; bad karma produces pain and suffering. So, what is karma? Karma is a Sanskrit word, literally means a deed or an action and a reaction, the continuing process of cause and effect. Moral or any good or bad action (however, the word ‘karma’ is usually used in the sense of evil bent or mind resulting from past wrongful actions) taken while living which causes corresponding future retribution, either good

or evil transmigration (action and reaction, the continuing process of cause and effect). Our present life is formed and created through our actions and thoughts in our previous lives. Our present life and circumstances are the product of our past thoughts and actions, and in the same way our deeds in this life will fashion our future mode of existence. A karma can be created by body, speech, or mind. There are good karma, evil karma, and indifferent karma. All kinds of karma are accumulated by the Alayavijnana and Manas. Karma can be cultivated through religious practice (good), and uncultivated. For sentient being has lived through innumerable reincarnations, each has boundless karma. Whatever kind of karma is, a result would be followed accordingly, sooner or later. No one can escape the result of his own karma.

**Mind:** The mind is so closely linked with the body that mental states affect the body's health and well-being. Some doctors even confirm that there is no such thing as a purely physical disease. Unless these bad mental states are caused by previous evil acts, and they are unalterable, it is possible so to change them as to cause mental health and physical well-being to follow thereafter. Man's mind influences his body profoundly. If allowed to function viciously and entertain unwholesome thoughts, mind can cause disaster, can even kill a being; but it can also cure a sick body. When mind is concentrated on right thoughts with right effort and understanding, the effect it can produce is immense. A mind with pure and wholesome thoughts really does lead to a healthy and relaxed life. "Mind" is another name for Alaya-vijnana. Unlike the material body, immaterial mind is invisible. We are aware of our thoughts and feelings and so forth by direct sensation, and we infer their existence in others by analogy. According to Buddhism, mind or heart, as the seat of thought or intelligence or mental factors, is defined as core spiritual element for clarity and knowing. It is formless which no one can see it; however, it is our mind which has created the actions which cause us to experience suffering and to be born in cyclic existence or samsara. All our physical, verbal and mental actions depend on our mind. The function of the mind is to perceive, to apprehend and to know its objects. It discerns and discriminates between forms, qualities, aspects and so forth. Mind consists of fleeting mental states which constantly arise and perish with lightning rapidity.

“With birth for its source and death for its mouth, it persistently flows on like a river receiving from the tributary streams of sense constant accretions to its flood.” Each momentary consciousness of this everchanging lifestream, on passing away, transmits its whole energy, all the indelibly recorded impressions, to its successor. Every fresh consciousness therefore consists of the potentialities of its predecessors and something more. As all impressions are indelibly recorded in this everchanging palimpsest-like mind, and as all potentialities are transmitted from life to life, irrespective of temporary physical disintegrations, reminiscence of past births or past incidents become a possibility. Mind is like a double-edged weapon that can equally be used either for good or evil. One single thought that arises in this invisible mind can even save or destroy the world. One such thought can either populate or depopulate a whole country. It is mind that creates one’s paradise and one’s hell. According to the Buddhist point of view, the mind or consciousness is the core of our existence. All our psychological experiences, such as pain and pleasure, sorrow and happiness, good and evil, life and death, are not attributed to any external agency. They are only the result of our own thoughts and their resultant actions. Mind actually influences the body in every minute of life. If we allow it to function with the vicious and unwholesome thoughts, mind can cause disaster; it can even kill another being. However, when the mind is concentrated on right thoughts with right effort and understanding, it can produce an excellent effect. Thus, the Buddha taught: “No enemy can harm one so much as one’s own thoughts of craving, thoughts of hate, thoughts of jealousy, and so on.” A mind with pure and wholesome thoughts really lead to a peaceful and relaxed life.

***Manas Vijnana:*** The seventh vijñana, intellection, reasoning. A Sanskrit term for “sentience.” In Buddhism, it is called “mental faculty” for it constitutes man as an intelligent and moral being. It is commonly thought to be equated with the terms “citta” or “consciousness.” It is derived from the Sanskrit root “Man,” which means “to think” or “to imagine” and is associated with intellectual activity of consciousness. This acts like the collection station for the first six consciousnesses. The seventh of the eight consciousnesses, which means thinking and measuring, or calculating. It is the active mind, or activity of mind, but

is also used for the mind itself. The waves will be seen ruffling the surface of the ocean of Alayavijnana when the principle of individuation known as Vishaya blows over it like the wind. The waves thus started are this world of particulars where the intellect discriminates, the affection clings, and passions and desires struggle for existence and supremacy. This particularizing agency sits within the system of Vijnanas and is known as Manas; in fact it is when Manas begins to operate that a system of the Vijnanas manifests itself. They are thus called “object-discriminating-vijnana” (vastu-prativikalpa-vijnana). The function of Manas is essentially to reflect upon the Alaya and to create and to discriminate subject and object from the pure oceans of the Alaya. The memory accumulated (ciyate) in the latter is now divided into dualities of all forms and all kinds. This is compared to the manifoldness of waves that stir up the ocean of Alaya. Manas is an evil spirit in one sense and a good one in another, for discrimination in itself is not evil, is not necessarily always false judgment (abhuta-parikalpa) or wrong reasoning (prapanca-daushtulya). But it grows to be the source of great calamity when it creates desires based upon its wrong judgments, such as when it believes in the reality of an ego-substance and becomes attached to it as the ultimate truth. For manas is not only a discriminating intelligence, but a willing agency, and consequently an actor. Manyana is a kind of intuition, the sense that there is a separate self which can exist independently of the rest of the world. This intuition is produced by habit and ignorance. Its illusory nature has been constructed by vijnapti, and it, in turn, becomes a basis for vijnapti. The object of this intuition is a distorted fragment of alaya which it considers to be a self, comprised of a body and a soul. It of course is never reality in itself, but just a representation of reality. In its role as a self as well as consciousness of the self, manyana is regarded as the basic obstacle to penetrating reality. Only contemplation performed by vijnapti can remove the erroneous perceptions brought about by manyana.

*Alaya Vijnana:* Alaya means the preconsciousness, or the eighth consciousness, or the store-consciousness. It is the central or universal consciousness which is the womb or store consciousness (the storehouse consciousness where all karmic seeds enter and cause all thought activities). All karma created in the present and previous

lifetime is stored in the Alaya Consciousness. This is like a storage space receiving all information collected in the Mana consciousness. When a sentient being dies, the first seven consciousnesses die with it, but the Alaya-Consciousness carries on. It is the supreme ruler of one existence which ultimately determines where one will gain rebirth in the six realms of existence. The function of Alayavijnana is to look into itself where all the memory (vasana) of the beginningless past is preserved in a way beyond consciousness (acintya) and ready for further evolution (parinama); but it has no active energy in itself; it never acts, it simply perceives, it is in this exactly like a mirror; it is again like the ocean, perfectly smooth with no waves disturbing its tranquillity; and it is pure and undefiled, which means that it is free from the dualism of subject and object. For it is the pure act of perceiving, with no differentiation yet of the knowing one and the known. In the Lankavatara Sutra, the Buddha told Mahamati: "Oh Mahamati! The Tathagata-garbha contains in itself causes alike good and not-good, and from which are generated all paths of existence. It is like an actor playing different characters without harboring any thought of 'me and mine.'" The ideation-store itself is an existence of causal combination, and in it the pure and tainted elements are causally combined or intermingled. When the ideation-store begins to move and descend to the everyday world, then we have the manifold existence that is only an imagined world. The ideation-store, which is the seed-consciousness, is the conscious center and the world manifested by ideation is its environment.



## *Chương Chín* *Chapter Nine*

### *Kiếp Nhân Sinh*

Kiếp sống hiện tại do Ái và Thủ (Tanha-Upadana) của kiếp quá khứ tạo thành. Ái và Thủ những hành động có chủ ý trong kiếp hiện tại sẽ tạo thành sự tái sinh trong tương lai. Theo Phật giáo thì chính hành nghiệp này đã phân loại chúng sanh thành cao thượng và thấp hèn. Các chúng sanh là kẻ thừa tự của nghiệp, là chủ nhân của nghiệp. Nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, là điểm tựa, nghiệp phân chia các loài hữu tình; nghĩa là có liệt có ưu (Dhammapada 135). Theo sinh học hiện đại, đời sống mới của con người bắt đầu ngay trong khoảnh khắc kỳ diệu. Khi một tế bào tinh trùng của người cha kết hợp với tế bào hay noãn bào của người mẹ. Đây là khoảnh khắc tái sinh. Khoa học chỉ đề cập đến hai yếu tố vật lý thông thường. Tuy nhiên, Phật giáo nói đến yếu tố thứ ba được xem là thuần túy tinh thần. Theo Kinh Mahatanhasamkhaya trong Trung Bộ Kinh, do sự kết hợp của 3 yếu tố mà sự thụ thai xảy ra. Nếu người mẹ và cha giao hợp với nhau, nhưng không đúng thời kỳ thụ thai của người mẹ, và chúng sanh sẽ tái sinh không hiện diện, thì một mầm sống không được gieo vào, nghĩa là bào thai không thành hình. Nếu cha mẹ giao hợp đúng thời kỳ thụ thai của người mẹ, nhưng không có sự hiện diện của chúng sanh sẽ tái sinh, lúc đó cũng không có sự thụ thai. Nếu cha mẹ giao hợp với nhau đúng thời kỳ thụ thai của người mẹ và có sự hiện diện của chúng sanh sẽ tái sinh, lúc ấy mầm sống đã được gieo vào bào thai thành hình. Yếu tố thứ ba chỉ là một thuật ngữ cho thức tái sinh. Cũng cần phải hiểu rằng thức tái sinh này không phải là một “tự ngã” hay “linh hồn” hoặc một thực thể cảm thọ quả báo tốt xấu của nghiệp thiện ác. Thức cũng phát sanh do các duyên. Ngoài duyên không thể có thức sanh khởi.

Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa”, cuộc đời, theo đạo Phật là biển khổ. Cái khổ thống trị mọi kiếp sống. Nó chính là vấn đề căn bản của cuộc sống. Thế gian đầy khổ đau và phiền não, không ai thoát khỏi sự trói buộc của nỗi bất hạnh này, và đây là một sự thật chung mà không một người sáng suốt nào có thể phủ nhận. Tuy nhiên, việc nhìn nhận sự kiện phổ quát này không có

nghĩa là phủ nhận hoàn toàn mọi lạc thú hay hạnh phúc ở đời. Đức Phật, bậc thuyết Khổ, chưa bao giờ phủ nhận hạnh phúc cuộc sống khi Ngài đề cập đến tính chất phổ quát của Khổ. Cơ cấu tâm-vật lý này chịu sự thay đổi không ngừng, nó tạo ra các tiến trình tâm-vật lý mới trong từng sát na và như vậy bảo tồn được tiềm năng cho các tiến trình cơ cấu trong tương lai, không để lại khe hở nào giữa một sát na với sát na kế. Chúng ta sống và chết trong từng sát na của đời mình. Cuộc sống chẳng qua chỉ là sự trở thành và hoại diệt, một sự sanh và diệt (udaya-vaya) liên tục, tựa như những lượn sóng trên đại dương vậy. Tiến trình tâm-vật lý biến đổi liên tục này rõ ràng đã cho chúng ta thấy, cuộc sống này không dừng lại vào lúc chết mà sẽ tiếp tục mãi mãi. Chính dòng tâm năng động mà chúng ta thường gọi là ý chí, khát ái, ước muốn hay tham ái đã tạo thành nghiệp lực. Nghiệp lực mạnh mẽ này, ý chí muốn sinh tồn này, đã duy trì cuộc sống. Theo Phật giáo, không chỉ có cuộc sống con người mà cả thế gian hữu tình này đều bị lôi kéo bởi sức mạnh vĩ đại này, đó là tâm và các tâm sở, thiện hoặc bất thiện của nó.

“Mạng sống mong manh, Cái chết là chắc chắn”. Đây là một câu nói nổi tiếng trong Phật Giáo. Nếu chúng ta luôn biết rằng cái chết là chắc chắn và là một hiện tượng tự nhiên mà mọi người rồi sẽ phải kinh qua, thì chúng ta sẽ không còn sợ hãi trước cái chết. Tuy nhiên, tất cả chúng ta ai cũng sợ chết vì chúng ta không nghĩ về sự tất yếu của nó. Trái lại, chúng ta thích chấp thủ vào đời sống và từ đó phát sinh ra đủ thứ tham chấp. Theo Tăng sĩ người Đức Nyanatiloka kể lại lời của Visuddhi-Magga như sau: “Các thực thể chỉ có một khoảnh khắc rất ngắn để sống, ngang với thời gian của một tia chớp. Khi thời gian đó kết thúc thì thực thể ấy tiêu tan. Thế là thực thể của quá khứ đã chết, không còn đang sống và cũng không sống lại được trong hiện tại hay tương lai. Thực thể trong hiện tại không sống trong quá khứ, nó đang sống trong khoảnh khắc hiện tại, nhưng cũng không sống trong tương lai không sống trong quá khứ hay hiện tại, nó chỉ sống về sau này. Một thực thể trong tương lai. Thật vậy, cuộc đời là một giấc mơ dài. Ngay cả sau giấc ngủ, khi chúng ta thức dậy, có cái gì khác nhau giữa giấc mơ mình có đêm qua và những tháng ngày thơ ấu của mình đâu? Chúng ta có cảm giác thấy rằng chúng ta đang tái sinh mỗi buổi sáng sau giấc ngủ hay có cảm giác đang tái sinh trong từng khoảnh khắc sau hơi thở. Như vậy không có một cái “Ta” thật sự nào trong những cái tái



sinh mà mình có ấy không? Chắc chắn là không! Kỳ thật, chúng ta đang biến đổi vô tận. Và chúng ta biết chúng ta là các niệm đang được hiển lộ, thế thôi!

Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 38, Đức Phật hỏi một vị Sa Môn: “Sinh mạng của con người tồn tại bao lâu?” Vị Sa Môn đáp: “Bạch Thế tôn, trong vài ngày.” Phật nói: “Ông chưa hiểu Đạo.” Đức Phật hỏi một Sa môn khác: “Sinh mạng con người tồn tại bao lâu?” Vị kia đáp: “Bạch Thế Tôn, khoảng một bữa ăn.” Phật nói: “Ông chưa hiểu Đạo.” Đức Phật lại hỏi một vị khác: “Sinh mạng con người tồn tại bao lâu?” Vị kia đáp: “Bạch Thế Tôn, khoảng một hơi thở.” Phật khen: “Hay lắm! Ông là người hiểu Đạo.” Đức Phật đã nhiều lần dạy: “Mạng sống con người trong hơi thở, thở ra mà không thở vào là đã mạng một và bước sang kiếp khác”. Thật vậy, cuộc sống của chúng ta khác nào hơi thở ra thở vào, giống như lá sinh ra trên cành rồi rụng xuống. Ngày xưa tại các chùa, những chú tiểu phải cùng nhau quét lá ở lối đi và sân chùa. Quét xong đàng này, đàng kia lá đã tràn ngập, quét đến cuối đường thì đầu đường lá đã phủ đầy những chỗ họ vừa quét xong. Khi hiểu được bài học lá rụng, chúng ta có thể quét sạch lối đi hằng ngày và gạt hái hạnh phúc lớn lao trong cuộc sống phù du biến đổi này.

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Được sinh làm người là khó, được sống còn là khó, được nghe Chánh pháp là khó, được gặp Phật ra đời là khó (182). “Mùa mưa ta ở đây, đông hạ ta cũng ở đây,” đấy là tâm tưởng của hạng người ngu si, không tự giác những gì nguy hiểm (286). Người đắm yêu con cái và súc vật thì tâm thường mê hoặc, nên bị tử thần bắt đi như xóm làng đang say ngủ bị cơn nước lũ lôi cuốn mà không hay (287). Một khi tử thần đã đến, chẳng có thân thuộc nào có thể thế thay, dù cha con thân thích chẳng làm sao cứu hộ (288).” Vì vậy, Đức Phật dạy tiếp: “Sống trăm tuổi mà phá giới và buông lung, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà trì giới, tu thiền định (110). Sống trăm tuổi mà thiếu trí huệ, không tu thiền, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà đủ trí, tu thiền định (111). Sống trăm tuổi mà giải đãi không tinh tấn, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà hăng hái tinh cần (112). Sống trăm tuổi mà không thấy pháp vô thường sinh diệt, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp sinh diệt vô thường (113). Sống trăm tuổi mà không thấy đạo tịch tịnh vô vi, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy đạo tịch tịnh vô vi (114). Sống trăm tuổi mà không

thấy pháp tối thượng, chẳng bằng sống chỉ một ngày mà được thấy pháp tối thượng (115).”

### *Human's Life*

The present birth is brought about by the craving and clinging karma-volition (tanha-upadana) of past births, and the craving and clinging acts of will of the present birth bring about future rebirth. According to Buddhism, it is this karma-volition that divides beings into high and low. According to the Dhammapada (135), beings are heirs of their deeds; bearers of their deeds, and their deeds are the womb out of which they spring, and through their deeds alone they must change for the better, remark themselves, and win liberation from ill. According to modern biology, a new human life begins in that miraculous instant when a sperm cell from the father merges with an egg cell or ovum within the mother. This is the moment of birth. Science speaks of only these two physical common factors. Buddhism, however, speaks of a third factor which is purely mental. According to the Mahatanhasamkhaya-sutta in Majjhima Nikaya, by the conjunction of three factors does conception take place. If mother and father come together, but it is not the mother's proper season, and the being to be reborn (gandhabba) does not present itself, a germ of life is not planted. If the parents come together, and it is the mother's proper season, but the being to be reborn is not present, then there is no conception. If the mother and father come together, and it is the mother's proper season and the being to be reborn is also present, then a germ of life is planted there. The third factor is simply a term for the rebirth consciousness (patisandhi-vinnana). It should be clearly understood that this rebirth consciousness is not a "self" or a "soul" or an "ego-entity" that experiences the fruits of good and evil deeds. Consciousness is also generated by conditions. Apart from condition there is no arising of consciousness.

According to Most Venerable Piyadassi in "The Buddha's Ancient Path", life according to Buddhism is suffering; suffering dominates all life. It is the fundamental problem of life. The world is suffering and afflicted, no being is free from this bond of misery and this is a universal truth that no sensible man who sees things in their proper

perspective can deny. The recognition of this universal fact, however, is not totally denial of pleasure or happiness. The Buddha, the Lord over suffering, never denied happiness in life when he spoke of the universality of suffering. The psycho-physical organism of the body undergoes incessant change, creates new psycho-physical processes every instant and thus preserves the potentiality for future organic processes, and leaves the gap between one moment and the next. We live and die every moment of our lives. It is merely a coming into being and passing away, a rise and fall (udaya-vaya), like the waves of the sea. This change of continuity, the psycho-physical process, which is patent to us this life does not cease at death but continues incessantly. It is the dynamic mind-flux that is known as will, thirst, desire, or craving which constitutes karmic energy. This mighty force, this will to live, keeps life going. According to Buddhism, it is not only human life, but the entire sentient world that is drawn by this tremendous force, this mind with its mental factors, good or bad.

“Life is uncertain, death is certain.” This is a well-know saying in Buddhism. Knowing fully well that death is certain and is the natural phenomenon that everyone has to face, we should not be afraid of death. Yet all of us fear death because we do not think of its inevitability. We like to cling to our life and body and develop too much craving and attachment. A German monk named Nyanatiloka, reiterated the momentariness of existence from Visuddhi-Magga as follows: “All beings have only a very short instant to live, only so long as a moment of a slash of a lightning. When this is extinguished, the being is also extinguished. The beings of the last moment is now no longer living, and does not live now or will not live again later. The being of the present moment did not live previously, lives just now, but later will not live any more. The being of the future has not lived yet in the past, does not yet lived now, and will only live later.” In fact, this life is a long dream. Even when we wake up after our night sleep, is there any difference among the dreams we had last night and the years of our childhood? We feel that we are reincarnating every morning after the sleep or we feel that we are reincarnating every moment after the breath. Thus, is there any real us in this process of reincarnation? Surely, not at all! As a matter of fact, we have been changing

endlessly. And we know we are the thoughts being manifested. That's all!

According to the Sutra in Forty-Two Sections, Chapter 38, the Buddha asked a Sramana: "How long is the human lifespan?" He replied: "A few days." The Buddha said: "You have not yet understood the Way." The Buddha asked another Sramana: "How long is the human lifespan?" The other replied: "The space of a meal." The Buddha said: "You still have not yet understood the Way." The Buddha then asked another Sramana: "How long is the human lifespan?" The last one replied: "The length of a single breath." The Buddha said: "Excellent! You understand the Way." The Buddha taught on many occasions: "Human life is only as long as one breath, for breathing out (exhaling) without breathing (inhaling) means we have already died and stepped over into a new lifetime." In fact, our lives are like the breath, or like the growing and falling leaves. In the old days, at temples, the novices always must sweep falling leaves together on the open grounds and walkways of the monasteries. The leaves fall, the novices sweep, and yet, even while the sweeping continues and the near end of a long path is being clear, the novices can look back to the far end they have already swept and see a new scattering of leaves already starting to cover their work. When we can really understand about falling leaves, we can sweep the paths every day and have great happiness in our lives on this changing earth.

In the Dharmapada Sutra, the Buddha taught: "It is difficult to obtain birth as a human being; it is difficult to have a life of mortals; it is difficult to hear the Correct Law; it is even rare to meet the Buddha (Dharmapada 182). Here I shall live in the rainy season, here in the winter and the summer. These are the words of the fool. He fails to realize the danger (of his final destination) (Dharmapada 286). Death descends and carries away that man of drowsy mind greedy for children and cattle, just like flood sweeps away a sleeping village (Dharmapada 287). Nothing can be saved, nor sons, nor a father, nor even relatives; there is no help from kinsmen can save a man from death (Dharmapada 288)." Thus, the Buddha continued to teach: "To live a hundred years, immoral and uncontrolled, is no better than a single-day life of being moral and meditative (Dharmapada 110). To live a hundred years without wisdom and control, is no better than a

single-day life of being wise and meditative (Dharmapada 111). To live a hundred years, idle and inactive, is no better than a single-day life of intense effort (Dharmapada 112). To live a hundred years without comprehending how all things rise and pass away, is no better than a single-day life of seeing beginning and end of all things (Dharmapada 113). To live a hundred years without seeing the immortal state, is no better than a single-day life of one who sees the deathless state (nirvana) (Dharmapada 114). To live a hundred years without seeing the Supreme Truth, is no better than a single-day life of someone who see the highest law (Dharmapada 115).”



*Chương Mười*  
*Chapter Ten*

*Sanh Làm Người Là Khó*

Cơ hội được tái sanh làm con người rất ư là hãn hữu, chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Được sinh ra làm người là điều vô cùng quý báu, một cơ hội lớn lao không nên để uổng phí. Giả tỷ có một người ném vào đại dương một mảnh ván, trên mảnh ván có một lỗ hổng, mảnh ván trôi dạt do nhiều luồng gió và nhiều dòng nước xô đẩy trên đại dương. Trong đại dương có một con rùa chột mắt, một trăm năm mới ngoi lên mặt biển một lần để thở. Dù cho mất cả một đại kiếp, con rùa cũng khó mà trôi lên mặt nước và chui vào lỗ hổng của mảnh ván ấy. Cũng thế, nếu một khi người ta đã bị đọa xuống ba cảnh giới đây thống khổ hay hạ tam đồ, thì việc được tái sanh làm người cũng thật là hiếm hoi.” Cõi người sướng khổ lẫn lộn, nên dễ tiến tu để đạt thành quả vị Phật; trong khi các cõi khác như cõi trời thì quá sướng nên không màng tu tập, cõi súc sanh, ngạ quỷ và địa ngục thì khổ sở ngu tối, như nhớp, ăn uống lẫn nhau nên cũng không tu được. Trong các trần bảo, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gầy dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng khi sanh ra đã không mang theo một đồng, nên khi chết rồi cũng không cầm theo một chữ, suốt đời làm lụng khổ thân tích chứa của cải, rốt cuộc vô ích cho bản thân mình trước cái sanh lão bệnh tử. Sau khi chết đi, của cải ấy liền trở qua tay người khác một cách phủ phàng. Lúc ấy không có một chút phước lành nào để cho thần thức nương cậy về kiếp sau, cho nên phải đọa vào tam đồ ác đạo. Cổ đức có dạy: “Thiên niên thiết mộc khai hoa dị, nhất thất nhưn thân vạn kiếp nan.” Nghĩa là cây sắt ngàn năm mà nay nở hoa cũng chưa lấy làm kinh dị, chớ thân người một khi đã mất đi thì muôn kiếp cũng khó mà tái hồi. Vì thế, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ những gì Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp,

mà ta nỗ để cho thời gian luống qua vô ích, quả là uổng cho một kiếp người.”

### *It's Difficult to Be Reborn as a Human Being*

The opportunity to be reborn as a human being is so rare; thus the Buddha taught: “Supposing a man threw into the ocean a piece of wood with a hole in it and it was then blown about by the various winds and currents over the waters. In the ocean lived a one-eyed turtle which had to surface once in a hundred years to breathe. Even in one Great Aeon it would be most unlikely in surfacing, to put its head into the hole in that piece of wood. Such is the rarity of gaining birth among human beings if once one has sunk into the three woeful levels or three lower realms.” Human beings have both pleasure and suffering, thus it's easy for them to advance in cultivation and to attain Buddhahood; whereas the beings in the Deva realm enjoy all kinds of joy and spend no time for cultivation; beings in the realms of animals, hungry ghosts and hells are stupid, living in filth and killing one another for food. They are so miserable with all kinds of sufferings that no way they can cultivate. Of all precious jewels, life is the greatest; if there is life, it is the priceless jewel. Thus, if you are able to maintain your livelihood, someday you will be able to rebuild your life. However, everything in life, if it has form characteristics, then, inevitably, one day it will be destroyed. A human life is the same way, if there is life, there must be death. Even though we say a hundred years, it passes by in a flash, like lightning streaking across the sky, like a flower's blossom, like the image of the moon at the bottom of a lake, like a short breath, what is really eternal? Sincere Buddhists should always remember when a person is born, not a single dime is brought along; therefore, when death arrives, not a word will be taken either. A lifetime of work, putting the body through pain and torture in order to accumulate wealth and possessions, in the end everything is worthless and futile in the midst of birth, old age, sickness, and death. After death, all possessions are given to others in a most senseless and pitiful manner. At such time, there are not even a few good merits for the soul to rely and lean on for the next life. Therefore, such an individual will be condemned into the three evil paths immediately. Ancient sages taught: “A steel



tree of a thousand years once again blossom, such a thing is still not bewildering; but once a human body has been lost, ten thousand reincarnations may not return.” Sincere Buddhists should always remember what the Buddha taught: “It is difficult to be reborn as a human being, it is difficult to encounter (meet or learn) the Buddha-dharma; now we have been reborn as a human being and encountered the Buddha-dharma, if we let the time pass by in vain we waste our scarce lifespan.”



## **Chương Mười Một** **Chapter Eleven**

### **Bốn Loại Người**

Theo đạo Phật, có nhiều loại người. Người Lành (kiết nhưn, thiện nhưn). *Người lành thuộc hàng thượng phẩm*; hạng người này từ khi mới sanh ra cho đến khi khôn lớn, già chết, không cần ai dạy bảo cả mà người ấy vẫn luôn làm lành; đây là những bậc Thánh Nhân. *Người lành thuộc hàng trung phẩm*; hạng người này, trước cần được người nuôi dạy rồi sau đó mới biết làm lành; hạng người này gọi là bậc Hiền Nhân. *Người thuộc hàng hạ phẩm*; hạng người này, tuy là có được người dạy dỗ cẩn thận, mà cũng chẳng chịu làm việc thiện lành; đây là hạng Ác Ngu. Hạng người học rộng nghe nhiều, mà lại không bao giờ biết y theo các điều đã nghe học đó mà tu sửa và thực hành. Nếu người học rộng nghe nhiều mà trong tâm không có đạo, tất nhiên kiến văn quảng bác do đó mà sanh khởi ra tánh tự cao, xem thường những kẻ khác có sự hiểu biết chẳng bằng mình. Dần dần kết thành cái tội khinh mạn, và đưa đến việc bài bác tất cả mọi lý luận trái ngược với sở kiến của mình. Chính vì thế mà sanh ra tâm “Tăng Thượng Mạn,” nghĩa là mình không hay mà cho rằng mình hay, không giỏi mà cứ cho là giỏi, không chứng mà cho là chứng; từ đó không chịu tu sửa gì cả. Hơn nữa, nếu chỉ muốn nghiên cứu Phật pháp với mục đích biết để chơi hay biết để đem sự hiểu biết của mình đi chất vấn Thầy bạn, làm cho người chưa học tới cảm thấy lúng túng, không thể trả lời được, để từ đó cảm thấy tự mãn rồi cười chê, nhạo báng và tự cho mình là tài giỏi thì chẳng nên. Nếu người có kiến thức rộng rãi về Phật pháp, lại tiếp tục nghiên cứu giáo lý của đạo Phật với mục đích học hỏi để hưởng thượng và hồi tâm tu hành theo Phật, nguyện có ngày xa lìa được bể khổ sông mê, để bước lên bờ giác, thí quý hóa vô cùng, vì trong tương lai chúng ta sẽ có thêm một vị Phật. Hạng người ngu dốt tối tăm, nhưng luôn xét mình là một kẻ phạm phu đầy tham sân si, cùng với vô số tội lỗi chất chồng trong quá khứ, hiện tại và vị lai, từ đó sanh lòng tầm quý, rồi phát nguyện tu tâm sửa tánh, sám hối, ăn năn, y theo lời Phật Tổ đã dạy mà hành trì, tu tập, như là tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền, vân vân, cầu cho nghiệp chướng chóng được tiêu trừ, mau bước lên bờ giác trong một tương lai rất gần.

*Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bốn loại người:*

Loại người tự mình làm khổ mình và siêng năng làm khổ mình. Loại người làm khổ người khác và siêng năng làm khổ người khác. Loại người làm khổ mình, siêng năng làm khổ mình; làm khổ người, và siêng năng làm khổ người. Loại người không làm khổ mình, không siêng năng làm khổ mình; không làm khổ người, không siêng năng làm khổ người. Nên ngay cuộc sống hiện tại, vị này sống ly dục, tịch tịnh, thanh lương, an lạc thánh thiện.

Con người có nhiều loại bản tánh khác nhau; tuy nhiên, theo Phật giáo, có bốn loại. *Thứ nhất* là hạng người tự làm khổ lấy mình vì mù quáng thực hành tà đạo khổ hạnh. *Thứ nhì* là hạng người vì sự tàn bạo, bằng trộm cắp, hay bằng giết chóc làm khổ người khác. *Thứ ba* là hạng người làm khổ mình khổ người. *Thứ tư* là hạng chẳng những không làm khổ mình khổ người, mà ngược lại còn giúp người thoát khổ. Những người này do nhờ y nương theo Phật pháp tu tập, nên không tham sân si, không sát sanh trộm cắp; ngược lại họ có cuộc sống an lành tử tế với đủ đầy trí tuệ.

Lại có bốn loại người khác: *Thứ nhất*, loại người hành tự lợi, không hành tha lợi: Đây là loại người chỉ phấn đấu loại bỏ tham, sân si cho chính mình, mà không khuyến khích người khác loại bỏ tham sân si, cũng không làm gì phúc lợi cho người khác. *Thứ nhì*, loại người hành tha lợi, không hành tự lợi: Đây là loại người chỉ khuyến khích người khác loại bỏ nhược điểm và phục vụ họ, nhưng không tự đấu tranh để loại bỏ nhược điểm của chính mình (năng thuyết bất năng hành). *Thứ ba*, loại người không hành tự lợi, mà cũng không hành tha lợi: Đây là loại người không đấu tranh để loại bỏ nhược điểm của chính mình, cũng chẳng khuyến khích người khác loại bỏ nhược điểm, cũng không phục vụ người khác. *Thứ tư*, loại người hành tự lợi và hành tha lợi: Đây là loại người phấn đấu loại bỏ những tư tưởng xấu trong tâm mình, đồng thời giúp người khác làm điều thiện.

Lại còn bốn hạng người khác nữa: *Thứ nhất*, loại sống trong bóng tối và hưởng đến bóng tối. *Thứ nhì*, loại sống trong bóng tối, nhưng hưởng đến ánh sáng. *Thứ ba*, loại người sống trong ánh sáng, nhưng hưởng đến bóng tối. *Thứ tư*, loại sống trong ánh sáng và hưởng đến ánh sáng. Lại còn bốn hạng người khác nữa: *Thứ nhất*, hạng người không ai hỏi về cái tốt của mình mà cứ nói, huống hồ chi là có hỏi! Đây là lỗi tự khoe khoang mình, rất là tổn đức, chỉ có kẻ tiểu nhân mới

làm như vậy, chứ bậc đại trượng phu quân tử được khen cũng không cần ai công bố ra. *Thứ nhì*, hạng người có ai hỏi đến cái tốt của người khác, thì chỉ ngập ngừng, bập bẹ như con nít mới học nói, huống hồ chi là không hỏi! Đây là lỗi đim che điều tốt của người, để cho thấy mình tốt, lỗi này rất là tổn phước, chỉ có kẻ tiểu nhân mới làm như vậy. *Thứ ba*, hạng người không ai hỏi đến cái xấu của kẻ khác, mà cứ nói, huống chi là có hỏi! Đây là lỗi giết hại người mà không dùng đao kiếm, rất là tổn hại, chỉ có kẻ âm hiểm ác độc mới làm như vậy. *Thứ tư*, hạng người có ai hỏi đến cái xấu của mình thì che dấu, huống là không hỏi! Đây là lỗi dối trá, xảo quyệt, lừa gạt cho người ta tưởng mình là bậc Thánh. Hạng người này được gọi là người không biết tầm quý.

Theo Kinh Thi Ca La Việt, Đức Phật nhắc nhở về bốn hạng người mà Phật tử không nên xem là bạn: “*Thứ nhất*, người mà vật gì cũng lấy phải được xem không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình. Này gia chủ tử, có bốn trường hợp người vật gì cũng lấy phải được xem như không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình: người gắp bất cứ vật gì cũng lấy; người cho ít mà xin nhiều; người vì sợ mà làm; và người làm vì mưu lợi cho mình. *Thứ nhì*, người chỉ biết nói giỏi phải được xem không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình. Này gia chủ tử, có bốn trường hợp người chỉ biết nói giỏi phải được xem như không phải là bạn: tỏ lộ thân tình việc đã qua; tỏ lộ thân tình việc chưa đến; mua chuộc cảm tình bằng sáo ngữ; nhưng khi có công việc, tự tỏ sự bất lực của mình. *Thứ ba*, người khéo nịnh hót phải được xem không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình. Này gia chủ tử, có bốn trường hợp kẻ nịnh hót phải được xem như không phải là bạn: đồng ý các việc ác; không đồng ý các việc thiện; trước mặt tán thán; sau lưng chỉ trích. *Thứ tư*, người tiêu pha xa xỉ phải được xem không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình. Này gia chủ tử, có bốn trường hợp người tiêu pha xa xỉ phải được xem như không phải là bạn, dầu họ tự cho là bạn của mình: là bạn khi mình đam mê các loại rượu; là bạn khi mình du hành đường phố phi thời; là bạn khi mình la cà đình đám hý viện; là bạn khi mình đam mê cờ bạc.”

Cũng theo Kinh Thi Ca La Việt, Đức Phật nhắc nhở về bốn hạng người mà Phật tử nên xem là bạn trung kiên: “*Thứ nhất*, người bạn giúp đỡ phải được xem là bạn chân thật. Này gia chủ tử, có bốn trường hợp, người bạn giúp đỡ phải được xem là bạn chân thật: che chở cho

bạn khi bạn vô ý phóng dật; che chở của cải cho bạn khi bạn vô ý phóng dật; là chỗ nương tựa cho bạn khi bạn sợ hãi; khi bạn có công việc sẽ giúp đỡ của cải cho bạn gấp hai lần những gì bạn thiếu. *Thứ nhì*, người bạn chung thủy trong khổ cũng như vui phải được xem là bạn chân thật. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp người bạn chung thủy trong khổ cũng như vui phải được xem là người bạn chân thật: nói cho bạn biết điều bí mật của mình; giữ gìn kín điều bí mật của bạn; không bỏ bạn khi bạn gặp khó khăn; dám hy sinh thân mạng vì bạn. *Thứ ba*, người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là bạn chân thật. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp, người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là bạn: ngăn chặn bạn không cho làm điều ác; khuyến khích bạn làm điều thiện; cho bạn nghe điều bạn chưa nghe; cho bạn biết con đường lên cõi chư Thiên. *Thứ tư*, người bạn có lòng thương tưởng phải được xem là bạn chân thật. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp, người bạn thương tưởng phải được xem là người bạn chân thật: không hoan hỷ khi bạn gặp hoạn nạn; hoan hỷ khi bạn gặp may mắn; ngăn chặn những ai nói xấu bạn; khuyến khích những ai tán thán bạn.”

### ***Four Types of People***

According to Buddhism, there are many groups of good and evil people: *Good people who are at the highest level (virtuous, kind, wholesome)*: The people at this level, from the time of their birth until the time they are mature, and old age and death, do not need anyone to teach them, yet they always know instinctively to practice goodness; these people are Saintly Beings. *Good people who are at the intermediate level*: The people in this level, first need to be taught to live wholesomely before they know how to live a life of goodness and virtues; these people are Good Beings. *People who are at the lowest level*: The people in this level, despite having being taught carefully, yet refuse to practice goodness, unable to love an ethical life. These people are Wicked and Ignorant Beings. Those who have high education, but they are never willing to practice and cultivate the knowledge they gained. If those who have a broad education and vast knowledge, and who are well-read, but their minds lack faith in religion, naturally, this will often give rise to conceit, looking down on others as not being their equal in knowledge and understanding.

Gradually, this becomes the offense of “arrogance,” which leads them to reject any other thoughts and philosophies that oppose what they believe. This then gives rise to the mind of “Highest Egotism,” meaning they are talented, not cultivating for change but claim to others they cultivate for change, not attaining enlightenment, but claim to have attained, etc. Furthermore, if you are interested only in examining the Buddhist teachings with the intention of knowing it for fun, or use that knowledge and understanding to cause harm to others, causing people who have not well-learned to feel confused, unable to answer questions you raise to them in order for you to laugh and ridicule with arrogance, assuming you are a man of great knowledge, then please do not do this. If those who have vast knowledge, and continue to study and examine the philosophical teachings of Buddhism with the intention of learning to strive for the highest peak and to gather their mind to cultivate the Buddha Dharma, and vow one day to escape the sea of suffering and the river of ignorance to cross over to the shore of enlightenment, then that would be excellent because in the future, we will have another “Future Buddha.” Ordinary people who always examine themselves and realize they are just unenlightened mortal filled with greed, hatred and ignorance, as well as an accumulation of infinite other transgressions in the past, present and future. From realizing this, they develop a sense of shame and then vow to change their way, be remorseful, repent, and give their best to cultivate with vigor such as chanting sutra, reciting the Buddha’s name, or sitting meditation, seeking to quickly end karmic obstructions and to attain enlightenment in a very near future.

*According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are four types of persons:* A certain man who torments himself or is given to self-tormenting. A certain man who torments others or is given to torment others. A certain man who torments himself, is given to self-tormenting; torments others, is given to torment others. A certain man who torments neither himself nor others. Thereby he dwells in this life without craving, released, cool, enjoying bliss, becomes as Brahma.

There are various kinds of human-nature; however, according to Buddhism, there are four basic kinds of human-nature. *First*, those who suffer themselves due to blindly practicing of wrong teachings and

austerities. *Second*, those, by their cruelty, by stealing, by killing, or by other unwholesome acts, cause others to suffer. *Third*, those who cause other people suffer along with themselves. *Fourth*, those who do not suffer themselves and cause other to suffer. On the contrary, they save others from suffering. These people abide by the Buddha teachings and practice dharma, they do not give way to greed, anger, ignorance, killing or stealing. On the contrary, they lead peaceful life with wisdom.

There are four more types of persons: *First*, here a man's life benefits himself, but not others (who works for his own good, but not for the good of others). It is he who strives for the abolition of greed, hatred and delusion in himself, but does not encourage others to abolish greed, hatred and delusion, nor does he do anything for the welfare of others. *Second*, here a man's life benefits others, but not himself (who works for the good of others, but not for his own good). It is he who encourages others to abolish human weaknesses and do some services to them, but does not strive for the abolition of his own. *Third*, here a man's life benefits neither himself nor others (who works neither for his own good nor for the good of others). It is he who neither strives for the abolition of his own weaknesses, nor does he encourage others to abolish others weaknesses, nor does he do any service to others. *Fourth*, here a man's life benefits both himself and others (who works for his own good as well as for the good of others). It is he who strives for the abolition of evil thoughts from mind and at the same time help others to be good.

There are four other more types of persons: *First*, here a man who lives in darkness and bounds for darkness. *Second*, here a man who lives in darkness, but bounds for the light. *Third*, here a man who lives in the light, but bounds for darkness. *Fourth*, here a man who lives in the light and bounds for the light.

There are still four more types of people: *First*, those who are not asked by anyone of their wholesome deeds, and yet they speak of them voluntarily, let alone if someone did ask. This represents those who are constantly bragging and boasting himself or herself. Only a petty person would do such a thing because true greatness will be praised without having necessary to announce it to the world. *Second*, those who when asked of others' wholesome deeds, will speak incompletely,



sometimes incoherently much like a child who had just learned to speak, let alone if they were not asked! This condition represents people who hide other people's wholesome deeds, so they would look good in the process. It is an act of a petty person. *Third*, those who are not asked of others' unwholesome deeds but speak of them anyway, let alone if they were asked. These are people who kill without weapons. This is to expose other people's mistakes and transgressions, or to ridicule others to make one's self look good. Such an act is a sign of wickedness and evil. *Fourth*, those who keep their unwholesome deeds hidden, lying about it when anyone asks about them, let alone if these deeds were not asked, then certainly their wickedness would never be revealed. This condition represents people who are pretenders, those who tricked others into believing they are saints. They are people of no shame in self or before others.

According to the Sigalaka Sutra, the Buddha reminds about four types of people who can be seen as foes in disguise: "*First*, the man who takes everything. The man who takes everything, can be seen to be a false friend for four reasons: he takes everything; he wants a lot for very little; what he must do, he does out of fear; he seeks his own ends. *Second*, the great talker. The great talker can be seen to be a false friend for four reasons: he talks of favours in the past; he talks of favours in the future; he mouths empty phrases of goodwill; but when something needs to be done in the present, he pleads inability owing to some disaster. *Third*, the flatterer. The flatterer can be seen to be a false friend for four reasons: he assents to bad actions; he dissents from good actions; he praises you to your face; he disparages you behind your back. *Fourth*, the fellow-spendthrift. The fellow-spendthrift can be seen to be a false friend for four reasons: he is a companion when you indulge in strong drink; he is a companion when you haunt the streets at unfitting times; he is a companion when you frequent fairs; he is a companion when you indulge in gambling."

Also according to the Sigalaka Sutra, the Buddha reminds about four types of people who can be seen to be loyal friends: "*First*, the friend who is a helper. The helpful friend can be seen to be a loyal friend in four ways: he looks after you when you are inattentive; he looks after your possessions when you are inattentive; he is a refuge when you are afraid; when some business is to be done he lets you

have twice what you ask for. *Second*, the friend who is the same in happy and unhappy times. The friend who is the same in happy and unhappy times can be seen to be a loyal friend in four ways: he tells you his secrets; he guards your secrets; he does not let you down in misfortune; he would even sacrifice his life for you. *Third*, the friend who points out what is good for you. The friend who points out what is good for you can be seen to be a loyal friend in four ways: he keeps you from wrongdoing; he supports you in doing good; he informs you of what you did not know; he points out the path to Heaven. *Fourth*, the friend who is sympathetic. The sympathetic friend can be seen to be a loyal friend in four ways: he does not rejoice at your misfortune; he rejoices at your good fortune; he stops others who speak against you; he commends others who speak in praise of you.”

***Chương Mười Hai***  
***Chapter Twelve***

***Những Chúng Sanh Có Tâm Trí***

Con người là những chúng sanh có tâm trí đã nâng cao hay phát triển, biết phân biệt đâu là hợp và không hợp với luân lý đạo đức hơn những chúng sanh khác. Cảnh giới trong đó hạnh phúc và khổ đau lẫn lộn. Chư vị Bồ Tát thường chọn tái sanh vào cảnh này vì ở đây có nhiều hoàn cảnh thuận lợi để hành những pháp cần thiết nhằm thành tựu quả vị Phật. Kiếp sống cuối cùng của các vị Bồ Tát thường ở cảnh người. Nhân đạo là một trong sáu đường trong vòng luân hồi trong đó chúng sanh có thể được sanh vào. Chúng sanh con người có suy tưởng trong đục giới, những nghiệp trong quá khứ ảnh hưởng đến hoàn cảnh hiện tại. Con người chiếm một vị trí rất quan trọng trong vũ trụ của Phật giáo, vì con người có quyền năng quyết định cho chính họ. Đời sống con người là sự hỗn hợp của hạnh phúc và đắng cay. Ngày nay con người đang làm việc không ngừng trên mọi phương diện nhằm cải thiện thế gian. Các nhà khoa học đang theo đuổi những công trình nghiên cứu và thí nghiệm của họ với sự quyết tâm và lòng nhiệt thành không mệt mỏi. Những khám phá hiện đại và các phương tiện truyền thông liên lạc đã tạo những kết quả đáng kinh ngạc. Tất cả những sự cải thiện này, dù có những lợi ích của nó và đáng trân trọng, nhưng vẫn hoàn toàn thuộc về lãnh vực vật chất và nằm ở bên ngoài. Trong cái hợp thể của thân và tâm của con người còn có những điều kỳ diệu chưa từng được thăm dò, mà dù cho các nhà khoa học có bỏ ra hàng nhiều năm nghiên cứu cũng chưa chắc đã thấy được. Thật tình mà nói, cái thế gian mà các nhà khoa học đang cố gắng cải thiện này, theo quan điểm của đạo Phật, đang phải chịu rất nhiều biến đổi trên mọi lãnh vực của nó, và rằng không ai có khả năng làm cho nó hết khổ. Cuộc sống của chúng ta vô cùng bi quan với tuổi già, bao phủ với sự chết, gắn bó với vô thường. Đó là những tính chất cố hữu của cuộc sống, cũng như màu xanh là tính chất cố hữu của cây vậy. Những phép mầu và sức mạnh của khoa học dù toàn hảo đến đâu cũng không thể thay đổi được tính chất cố hữu này. Sự huy hoàng và bất tử của những tia nắng vĩnh hằng đang chờ, chỉ những ai có thể dùng ánh sáng của trí tuệ và giới hạnh để chiếu sáng và giữ gìn đạo lộ mà họ phải vượt qua

con đường hăm tằm tối, bất hạnh của cuộc đời. Con người của thế gian ngày nay hẳn đã nhận ra bản chất biến đổi vô thường của cuộc sống. Mặc dù thấy được như vậy, họ vẫn không ghi nhớ trong tâm và ứng xử với sự sáng suốt, vô tư. Sự đổi thay, vô thường lúc nào cũng nhắc nhở con người và làm cho họ khổ đau, nhưng họ vẫn theo đuổi cái sự nghiệp điên rồ của mình và tiếp tục lăn trôi trong vòng sanh tử luân hồi, để bị giằng xé giữa những cơn gió độc của khổ đau phiền não.

Theo Phật giáo, chu trình cuộc sống bắt đầu từ khi thần thức nhập thai, hay lúc bắt đầu cuộc sống của một sinh vật khác. Cổ nhân Đông phương có dạy: “Nhân ư vạn vật tối linh,” tuy nhiên, đối với Phật giáo, bất cứ sinh mạng nào cũng đều quý và có giá trị như nhau. Nghĩa là không sinh mạng nào quý hơn sinh mạng nào. Theo kinh Ưu Bà Tắc, Phật giáo đồng ý trong mọi loài thì con người có được các căn và trí tuệ cần thiết. Phật giáo cũng đồng ý rằng điều kiện của con người không quá cực khổ như những chúng sanh ở địa ngục hay ngạ quỷ. Với Phật giáo, sanh ra làm người là chuyện khó. Nếu chúng ta sanh ra làm người, với nhiều phẩm chất cao đẹp, khó có trong đời. Vì vậy chúng ta phải cố gắng làm cho kiếp sống này trở nên có ý nghĩa hơn. Ngoài ra, con người có trí thông minh. Phẩm chất quý báu này giúp chúng ta có thể tìm hiểu được ý nghĩa đích thực của cuộc sống và tu tập giác ngộ. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng kiếp sống kế tiếp của chúng ta như thế nào là tùy vào những hành động và những thói quen mà chúng ta thành lập trong hiện tại. Vì vậy mục đích của chúng ta ngay trong kiếp này hoặc là giải thoát khỏi luân hồi sanh tử, hoặc là trở thành một bậc chánh đẳng chánh giác. Và hơn hết, là chúng ta biến cuộc sống quý báu này thành một đời sống viên mãn nhất trong từng phút từng giây. Muốn được như vậy, khi làm việc gì mình phải ý thức được mình đang làm việc ấy, chứ không vọng động. Theo quan điểm Phật giáo, chúng ta đang có kiếp sống của con người với nhiều phẩm chất cao đẹp khó có trong đời. Vì vậy mà chúng ta nên làm cho kiếp sống này có ý nghĩa hơn. Thông thường chúng ta cứ nghĩ rằng kiếp con người mà mình đang có là chuyện đương nhiên và vì vậy mà chúng ta hay vương vấn níu kéo những cái mà chúng ta ưa thích và sắp xếp mong cầu cho được theo ý mình, trong khi sự việc vận hành biến chuyển theo quy luật riêng của chúng. Suy nghĩ như vậy là không thực tế và khiến chúng ta phải phiền muộn. Tuy nhiên, nếu chúng ta ý thức rằng chúng ta đang có những phẩm chất cao quý và ý thức rằng mọi việc trong

cuộc sống của chúng ta đang diễn ra một cách tốt đẹp thì chúng ta sẽ có một cái nhìn tích cực và một cuộc sống an vui hơn. Một trong những phẩm chất cao quý mà chúng ta đang có là trí thông minh của con người. Phẩm chất quý báu này khiến chúng ta có thể hiểu được ý nghĩa đích thực của cuộc sống và cho phép chúng ta tiến tu trên đường đi đến giác ngộ. Nếu tất cả các giác quan của chúng ta như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, vân vân còn nguyên vẹn thì chúng ta có thể nghe chánh pháp, đọc sách về chánh pháp và suy tư theo chánh pháp. Chúng ta thật may mắn được sanh ra trong thời đại lịch sử mà Đức Phật đã thị hiện và giảng dạy Chánh pháp. Từ thời Đức Phật đến nay, chánh pháp thuần khiết này đã được truyền thừa qua nhiều thế hệ. Chúng ta cũng có cơ may có nhiều vị đạo sư có phẩm hạnh dạy dỗ, và những giáo đoàn xuất gia với những cộng đồng pháp lữ chia sẻ lợi lạc và khuyến tấn chúng ta trên bước đường tu tập. Những ai trong chúng ta có may mắn sống trong các xứ sở áp ủ bảo vệ tự do tôn giáo nên việc tu tập không bị giới hạn. Hơn nữa, hiện nay hầu hết chúng ta đều có cuộc sống không quá nghèo khổ, thức ăn đồ mặc đầy đủ và chỗ ở yên ổn, đó là cơ sở để chúng ta tiến tu mà không phải lo lắng về những nhu cầu vật chất. Tâm thức chúng ta không bị các tà kiến hay định kiến che chắn quá nặng nề, chúng ta có tiềm năng để làm những việc lớn lao trong cơ hội hiện tại, chúng ta phải trân trọng, phải khai triển cái nhìn dài hạn cho cuộc tu tập này vì kiếp sống hiện tại của chúng ta rất ngắn ngủi. Phật tử thuần thành phải luôn nhớ rằng tâm thức chúng ta không dừng lại khi chúng ta rũ bỏ xác thân tứ đại này. Tâm thức chúng ta không có hình dạng hay màu sắc, nhưng khi chúng rời thân hiện tại vào lúc chúng ta chết, chúng sẽ tái sanh vào những thân khác. Chúng ta tái sanh làm cái gì là tùy thuộc vào những hành động trong hiện tại của chúng ta. Vì vậy mà một trong những mục đích của kiếp mà chúng ta đang sống là chuẩn bị cho sự chết và những kiếp tương lai. Bằng cách đó, chúng ta có thể chết một cách thanh thản với ý thức rằng tâm thức chúng ta sẽ tái sinh vào cảnh giới tốt đẹp. Một mục đích khác mà chúng ta có thể hướng tới trong việc sử dụng kiếp sống này là đạt đến sự giải thoát hay giác ngộ. Chúng ta có thể chứng quả vị A La Hán, giải thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử; hoặc chúng ta có thể tiếp tục tu tập để trở thành vị Phật Chánh đẳng Chánh giác, có khả năng làm lợi lạc cho mọi người một cách có hiệu quả nhất. Đạt đến sự giải thoát, dòng tâm thức của chúng ta sẽ được hoàn toàn thanh tịnh và không còn

những tâm thái nhiễu loạn. Chúng ta sẽ không còn sân hận, ganh tỵ hay cao ngạo nữa; chúng ta cũng sẽ không còn cảm thấy tội lỗi, lo lắng hay phiền muộn nữa, và tất cả những thói hư tật xấu đều tan biến hết. Hơn thế nữa, nếu có chí nguyện đạt đến sự giác ngộ vì lợi ích cho tha nhân thì lúc ấy chúng ta sẽ phát khởi lòng từ ái đối với chúng sanh muôn loài, và biết làm những việc cụ thể để giúp đỡ họ một cách thích hợp nhất. Cũng còn một cách khác nhằm lợi dụng cái thân quý báu này là phải sống một đời sống viên mãn nhất trong từng giây từng phút. Có nhiều cách để làm được như vậy, nhưng đặc biệt nhất là chúng ta phải luôn sống trong chánh niệm trong từng giây từng phút, tức là hiện hữu trọn vẹn ở đây và ngay bây giờ trong từng hành động. Khi chúng ta ăn chúng ta tập trung trong việc ăn, cảm nhận được mùi vị và độ nhu nhuyễn của thức ăn; khi bước đi chúng ta đặt tâm ý trong những cử động liên quan đến việc di chuyển, không để cho tâm thức chúng ta lỏng lẻo với những tạp niệm. Khi chúng ta lên lầu, chúng ta có thể suy nghĩ, “Ta nguyện giúp cho mọi người được sinh vào cảnh giới tốt đẹp, được thăng hoa, được giải thoát và giác ngộ.” Khi chúng ta rửa chén hay giặt đồ, chúng ta có thể tâm niệm, “Ta nguyện giúp cho mọi người có được tâm thức thanh tịnh, không còn những tâm thái nhiễu loạn và u mê.” Khi trao vật gì cho ai, chúng ta có thể tâm niệm, “Nguyện rằng ta có khả năng đáp ứng mọi nhu cầu của chúng sanh.” Chúng ta có thể chuyển hóa một cách sinh động trong từng hành động với mong ước mang lại hạnh phúc cho người khác.

### ***Living Beings Have Developed Minds***

Living beings in this realm have sharp or developed minds, capable of weighty moral and immoral action than any other living beings. The human realm is a mixture of both pain and pleasure, suffering and happiness. Bodhisattvas always choose this realm as their last existence because it offers opportunity for attaining Buddhahood. The human realm is one of the six destinies (gati) within cyclic existence (samsara) into which beings may be born. The sentient thinking being in the desire realm, whose past deeds affect his present condition. Man occupies a very important place in the Buddhist cosmos because he has the power of decision. Human life is a mixture of the happy with a good dash of the bitter. Today there is ceaseless work going on in all

directions to improve the world. Scientists are pursuing their methods and experiments with undiminished vigor and determination. Modern discoveries and methods of communication and contact have produced startling results. All these improvements, though they have their advantages and rewards, are entirely material and external. Within this conflux of mind and body of man, however, there are unexplored marvels to occupy men of science for many years. Really, the world, which the scientists are trying to improve, is, according to the ideas of Buddhism, subject to so much change at all points on its circumference and radii, that it is not capable of being made sorrowfree. Our life is so dark with aging, so smothered with death, so bound with change, and these qualities are so inherent in it, even as greenness is to grass, and bitterness to quinine, that not all the magic and power of science can ever transform it. The immortal splendor of an eternal sunlight awaits only those who can use the light of understanding and the culture of conduct to illuminate and guard their path through life's tunnel of darkness and dismay. The people of the world today mark the changing nature of life. Although they see it, they do not keep it in mind and act with dispassionate discernment. Though change again and again speaks to them and makes them unhappy, they pursue their mad career of whirling round the wheel of existence and are twisted and torn between the spokes of agony.

According to Buddhist tenets, the life cycle of a sentient being begins when the consciousness enters the womb, and traditionally this has been considered the moment of conception, another life cycle begins. The Eastern ancient said: "Man is the most sacred and superior being," however, to Buddhism, any living being's life is precious and of the same value. That is to say no being's life is more precious than the other's. According to the Upasaka Sutra, Buddhism agrees that in all living beings, man is endowed with all necessary faculties, intelligence. Buddhism also agrees that conditions of human beings are not too miserable as those beings in the hell or the hungry ghosts. To Buddhism, human life is difficult to obtain. If we are born as human beings with many qualities, difficult to attain. We should try to make our lives meaningful ones. Besides, human beings have intelligence. This precious quality enables us to investigate the true meaning of life and to practice the path to enlightenment. Devout Buddhists should

always remember that what rebirth we will take depends on our present actions and habits. Thus, our purpose in this very life is to attain liberation or enlightenment, either becoming liberated from cyclic existence (Arhats), or becoming fully enlightened Buddhas. Most of all, we should be able to take advantage of our precious human lives to live to the fullest, moment by moment. To achieve this, we must be mindful of each moment, not being in the here-and-now when we act. According to Buddhist point of view, we have precious human lives, endowed with many qualities to attain. Because of this, we can make our lives highly meaningful. We often take our lives for granted and dwell on the things that aren't going the way we would like them to. Thinking this way is unrealistic and makes us depressed. However, if we think about the qualities we do have and everything that is going well, we'll have a different and more joyful perspective on life. One of our greatest endowments is our human intelligence. This precious quality enables us to investigate the meaning of life and to practice to advance on the path to enlightenment. If all of our senses, eyes, ears, mental... are intact, we are able to hear the Dharma, read books on it, and think about its meaning. We're so lucky to be born in an historical era when the Buddha has appeared and taught the Dharma. These teachings have been transmitted in a pure form from teacher to student in lineages stemming back to the Buddha. We have the opportunity to have qualified spiritual masters who can teach us, and there are communities of ordained people and Dharma friends who share our interest and encourage us on the path. Those of us who are fortunate to live in countries that cherish religious freedom aren't restricted from learning and practicing the path. In addition, most of us don't live in desperate poverty and thus have enough food, clothing and shelter to engage in spiritual practice without worrying about basic material needs. Our minds aren't heavily obscured with wrong views and we are interested in self-development. We have the potential to do great things with our present opportunity. But to appreciate this, we must develop a long-term vision for our cultivation because our present lives are only a short one. Devout Buddhists should always remember that our mindstreams don't cease when our physical bodies die. Our minds are formless entities, but when they leave our present bodies at the time of death, they will be reborn in other bodies. What rebirth we'll take



depends on our present actions. Therefore, one purpose of our lives can be to prepare for death and future lives. In that way, we can die peacefully, knowing our minds will be propelled towards good rebirths. The other way that we can utilize our lives is to attain liberation or enlightenment. We can become arhats, beings liberated from cyclic existence, or we can go on to become fully enlightened Buddhas, able to benefit others most effectively. Attaining liberation, our minds will be completely cleansed of all disturbing attitudes. Thus we'll never become angry, jealous or proud again. We no longer feel guilty, anxious or depressed, and all our bad habits will be gone. In addition, if we aspire to attain enlightenment for the benefit of everyone, we'll have spontaneous affection for all beings, and will know the most appropriate ways to help them. Also another way to take advantage of our precious human lives is to live life to the fullest, moment by moment. There are several ways to do this, but the most special one is to be mindful of each moment, being in the here-and-now as we act. When we eat, we can concentrate on eating, noting the taste and texture of the food. When we walk, we concentrate on the movements involved in walking, without letting our minds wander to any other thoughts. When we go upstairs, we can think, "May I lead all beings to fortunate rebirths, liberation and enlightenment." While washing dishes or clothes, we think, "May I help all beings cleanse their minds of disturbing attitudes and obscurations." When we hand something to another person, we think, "May I be able to satisfy the needs of all beings." We can creatively transform each action by generating the wish to bring happiness to others.



*Phần Ba*  
*Part Three*

*Căn*  
*Faculties*



*Chương Mười Ba*  
*Chapter Thirteen*

*Tổng Quan Về Căn*

Phạn ngữ Indriya có nghĩa là căn hay giác quan; căn là năng lực của giác quan; căn là năng lực của tâm linh; căn cũng là năng lực của thân và tâm. Trong khoa học tự nhiên, căn là rễ cây, có sức sanh trưởng, mọc ra các thứ cành, như nhãn căn của mắt có sức mạnh có thể sinh ra nhãn thức, tín căn có thể sinh ra những việc thiện, nhân tính có tác dụng sanh ra thiện ác nghiệp. Lục căn bao gồm mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Hành giả phải luôn xem lục Căn như những đối tượng của Thiền Tập. Theo Tỳ Kheo Bồ Đề trong Vi Diệu Pháp, trong phần đại cương của những phân loại linh tinh, có sáu căn: tham, sân, si, vô tham, vô sân, và vô si. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy: i) Mắt đang tiếp xúc với sắc. ii) Tai đang tiếp xúc với thanh. iii) Mũi đang tiếp xúc với mùi. iv) Lưỡi đang tiếp xúc với vị. v) Thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm. vi) Ý đang tiếp xúc với vạn pháp.

Lý do khiến con người đọa địa ngục, làm ngựa quỳ, hoặc súc sanh, vượn vượn, không ngoài sự chi phối của lục căn. Con người sở dĩ sanh làm a tu la, sanh lên cõi trời hay sanh vào cõi người cũng không ngoài tác dụng của sáu căn này. Đồng ý lục căn giúp chúng ta sinh hoạt trong cuộc sống hằng ngày, nhưng chúng lại là tác nhân chính rước khổ đau phiền não vào thân tâm của chúng ta. Chúng chính là những nhân tố chính khiến chúng ta gây tội tạo nghiệp, để rồi cuối cùng phải bị đọa vào các đường dữ cũng vì chúng. Chúng ta đừng cho rằng mắt là vật tốt, giúp mình nhìn thấy, bởi vì chính do sự giúp đỡ của mắt mà sanh ra đủ thứ phiền não, như khi mắt nhìn thấy sắc đẹp thì mình sanh lòng tham sắc đẹp, tham tới mức dầu đạt hay không đạt được cái sắc ấy mình vẫn bị phiền não chế ngự. Ngay cả tai, mũi, lưỡi, thân, và ý cũng đều như vậy. Chúng khiến mình phát sanh đủ thứ phiền não. Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử của Ngài như thế này: “Các con phải tu làm sao cho trên không biết có trời, giữa không biết

có người, dưới không biết có đất.” Tu như thế nào mà trời, đất và người không còn ảnh hưởng đến lục căn, đông tây nam bắc cũng không còn ảnh hưởng đến lục căn, ấy chính là lúc chúng ta giải thoát khỏi mọi chướng ngại.

### *An Overview of Organs*

The Sanskrit term Indriya means organs of sense; Indriya means faculty of sense; Indriya also means bodily and mental power. Spiritual faculties or power of the spirituality. In natural science, indriya means root, or source which is capable of producing or growing, as the eye is able to produce knowledge, as faith is able to bring forth good works, as human nature is able to produce good or evil karma. The six senses comprise of eyes, ears, nose, tongue, body, and mind. Practitioners should always consider the six senses as objects of meditation practices. According to Bhikkhu Bodhi in Abhidhamma, in the compendium of mixed categories there are six roots: greed, hatred, delusion, non-greed, non-hatred, and non-delusion. According to Bikkhu Piyananda in The Gems of Buddhism Wisdom, you must always be aware of the sense organs such as eye, ear, nose, tongue and body and the contact they are having with the outside world. You must be aware of the feelings that are arising as a result of this contact: i) Eye is now in contact with forms (rupa). ii) Ear is now in contact with sound. iii) Nose is now in contact with smell. iv) Tongue is now in contact with taste. v) Body is now in contact with touching. vi) Mind is now in contact with all things (dharma).

The six faculties are the main reasons that cause human beings to fall into hells, to be reborn in the realm of the hungry ghosts, or animals, asuras, devas, or human beings, etc. It is agreeable that the six faculties that help us maintain our daily activities, but they are also the main factors that bring sufferings and afflictions to our body and mind. They are the main agents that cause us to create unwholesome karma, and eventually we will fall into evil ways because of them. Do not think that the eyes are that great, just because they help us see things. It is exactly because of their help that we give rise to all kinds of sufferings and afflictions. For instance, when we see an attractive person of the opposite sex, we become greedy for sex. If we do not get

what we want, we will be afflicted; and if we get what we want, we will also be afflicted. The other faculties, ear, nose, tongue, body and mind are the same way. They make one give rise to many sufferings and afflictions. Therefore, the Buddha advised his disciples thus: “You should cultivate until you are unaware of heaven above, people in between, and earth below.” If we cultivate until the time heaven, earth, people, east, west, south, north, etc., can no longer impact our six faculties, then at that point we are liberated from all hindrances.





## **Chương Mười Bốn** **Chapter Fourteen**

### **Ngũ Căn**

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm căn. *Thứ nhất là Mắt*: Còn gọi là Thị giác. Đây là một trong sáu giác quan hay sáu chỗ để nhận biết. *Thứ nhì là Tai*: Còn gọi là Thính giác. Theo đạo Phật, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần, tai phải hòa hợp với âm thanh nghe. *Thứ ba là Mũi*: Còn gọi là Khứu giác. Mũi phải hòa hợp với mùi ngửi, một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. *Thứ tư là Lưỡi*: Còn gọi là Vị giác. Lưỡi phải hòa hợp với vị được nếm, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. *Thứ năm là Thân*: Còn gọi là Xúc giác. Thân phải hòa hợp với vật tiếp xúc, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Có bốn nguyên nhân khởi dậy nhãn căn. Các căn khác lại cũng bị khởi dậy cùng cách này. Lại có năm căn khác: lạc căn, khổ căn, hỷ căn, ưu căn, và xả căn. Ngũ căn có thể là những cửa ngõ đi vào địa ngục, đồng thời chúng cũng là những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì từ đó mà chúng ta gây tội tạo nghiệp, nhưng cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hành trì chánh đạo.

Lại có năm căn khác. *Thứ nhất là “Tín Căn”*: Tín là tin tưởng vững chắc nơi Tam Bảo và Tứ Diệu Đế. *Thứ nhì là “Tấn Căn”*: Tấn là tinh tấn tu tập thiện pháp. *Thứ ba là Niệm Căn*: Niệm căn có nghĩa là nhớ tới chánh niệm. Niệm căn chỉ cái tâm luôn luôn hội tụ vào Đức Phật. Nói một cách thực tiễn, dĩ nhiên, chúng ta không thể hoàn toàn quên Đức Phật dù chỉ trong giây lát. Khi một học sinh chuyên chú học tập hay khi một người lớn miệt mài trong công việc, họ phải tập trung vào một đối tượng. Thực hành Phật pháp cũng như thế. Trong khi chuyên chú vào đối tượng riêng biệt, chúng ta suy nghĩ: “Ta được Đức Phật Thích Ca cho sống.” Khi chúng ta hoàn thành một công việc khó khăn và cảm thấy thanh thản, chúng ta cảm ơn Đức Phật, “Con thật quá may mắn, con được Đức Phật hộ trì.” Khi một ý nghĩ xấu lóe lên trong đầu hay khi bỗng dưng chúng ta cảm thấy nóng giận, chúng ta liền tự xét mình mà nghĩ: “Đây có phải là con đường đưa đến Phật quả chăng?” Cái tâm mọi lúc đều giữ lấy Đức Phật bên trong là “niệm căn.” Chánh niệm nhận diện và chấp nhận sự có mặt của cơn giận. Chánh niệm

cũng như người anh cả, không bức chế hay đàn áp đứa em đau khổ. Chánh niệm chỉ nói: “Em thân yêu, có anh đây sẵn sàng giúp đỡ em.” Bạn ôm ấp đứa em của bạn vào lòng và an ủi vỗ về. Đây chính là sự thực tập của chúng ta. Chánh niệm không bao giờ đánh phá sân hận hay tuyệt vọng. Chánh niệm chỉ có mặt để nhận diện. Chánh niệm về một cái gì là nhận diện sự có mặt của cái đó trong hiện tại. Chánh niệm là khả năng biết được những gì đang xảy ra trong hiện tại. Theo Hòa Thượng Thích Nhất Hạnh trong tác phẩm “Giận,” cách tốt nhất để tỉnh thức về sân hận là “khi thở vào tôi biết sân hận phát khởi trong tôi; thở ra tôi mỉm cười với sân hận của tôi.” Đây không phải là bức chế hay đánh phá sân hận. Đây chỉ là nhận diện. Một khi chúng ta nhận diện được sân hận, chúng ta có thể chăm sóc một cách tử tế hay ôm ấp nó với sự tỉnh thức của chính mình. *Thứ tư là Định Căn:* Định căn là định tâm lại một chỗ hay chuyên chú tâm vào một chỗ. Định căn là một cái tâm xác định. Một khi ta có lòng tin tôn giáo, chúng ta không bao giờ bị xao động vì bất cứ điều gì, dù thế nào đi nữa. Ta kiên nhẫn chịu đựng mọi sự ngược đãi và dụ dỗ, và ta vẫn mãi tin vào chỉ một tôn giáo mà thôi. Ta phải duy trì mãi sự quả quyết vững chắc như thế mà không bao giờ nản chí. Nếu chúng ta không có một thái độ tâm thức như thế thì chúng ta không thể được gọi là những con người với niềm tin tôn giáo. *Thứ năm là Tuệ Căn:* Tuệ căn là trí huệ sáng suốt không vọng tưởng hay sự hiểu biết hay suy nghĩ chân lý. Tuệ căn nghĩa là trí tuệ mà người có tôn giáo phải duy trì. Đây không phải là cái trí tuệ tự kỷ mà là cái trí tuệ thực sự mà chúng ta đạt được khi chúng ta hoàn toàn thoát khỏi cái ngã và ảo tưởng. Hễ chừng nào chúng ta có trí tuệ này thì chúng ta sẽ không đi lạc đường. Chúng ta cũng có thể nói như thế về niềm tin của chúng ta đối với chính tôn giáo, không kể đến cuộc sống hằng ngày. Nếu chúng ta bị ràng buộc vào một ham muốn ích kỷ, nhỏ nhặt, chúng ta có thể đi lạc vào một tôn giáo sai lầm. Tuy rằng chúng ta có thể tin sâu vào tôn giáo ấy, hết lòng tu tập theo tôn giáo ấy, giữ gìn nó trong tâm và tận tụy đối với nó, chúng ta cũng không được cứu độ vì giáo lý của nó căn bản là sai, và chúng ta càng lúc càng bị chìm sâu hơn vào thế giới của ảo tưởng. Quanh chúng ta có nhiều trường hợp về những người đi vào con đường như thế. Dù “tuệ căn” được nêu lên cuối cùng trong năm quan năng đưa đến thiện hạnh, nó cũng nên được kể là thứ tự đầu tiên khi ta bước vào cuộc sống tôn giáo.

### *Five Sense Organs*

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five roots or faculties (indriyani), or five organs of the senses or five spiritual faculties. *The first organ is the Eyes:* This is one of the six senses on which one relies or from which knowledge is received. *The second organ is the Ears:* According to Buddhism, this is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses, the ears is in union with sound heard. *The third organ is the Nose:* Nose is in union with the smell smelt, this is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses. *The fourth organ is the Tongue:* Tongue is in union with the taste tasted, this is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses. *The fifth organ is the Body:* Body is in union with the thing touched, this is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses. There are four causes that cause the eye-sense to be awakened. Other sense organs are also awakened in the same manner. There are still five more faculties: Pleasant bodily feeling (Sukha (p), Pain (Dukkha (p), Gladness (Somanassa (p), Sadness (Domanassa (p), and Indifferent feeling (Upekha (p). The five sense-organs can be entrances to the hells; at the same time, they can be some of the most important entrances to the great enlightenment; for with them, we create karmas and sins, but also with them, we can practise the right way.

There are still five more faculties. The first faculty is the faith or virtue of belief (Sraddhendriya or Saddha p). Sense of belief in the Triple Gem and the Four Noble Truths. The second faculty is the energy (vigor) or virtue of active vigor (Viryendriya). Sense of endeavor or vigor to cultivate good deeds. The third faculty is the sense of memory means right memory or mindfulness. The mind that always focuses upon the Buddha. Practically speaking, of course, it is impossible for us to completely forget the Buddha for even a moment. When a student devotes himself to his studies or when an adult is entirely absorbed in his work, he must concentrate on one object. Doing so accords with the way to Buddhahood. While devoting ourselves to a particular object, we reflect, "I am caused to live by the

Buddha.” When we complete a difficult task we feel relieved, we thank the Buddha, saying, “How lucky I am! I am protected by the Buddha.” When an evil thought flashes across our mind or we suddenly feel angry, we instantly examine ourselves, thinking, “Is this the way to Buddhahood?” The mind that thus keeps the Buddha in mind at all times is “sense of memory.” Mindfulness recognizes, is aware of its presence, accepts and allows it to be there. Mindfulness is like a big brother who does not suppress his younger brother’s suffering. He simply says: “Dear brother, I’m here for you.” You take your younger brother in your arms and you comfort him. This is exactly our practice. Mindfulness does not fight anger or despair. Mindfulness is there in order to recognize. To be mindful of something is to recognize that something is the capacity of being aware of what is going on in the present moment. According to Most Venerable Thích Nhất Hạnh in “Anger,” the best way to to be mindful of anger is “when breathing in I know that anger has manifested in me; breathing out I smile towards my anger.” This is not an act of suppression or of fighting. It is an act of recognizing. Once we recognize our anger, we are able to take good care of it or to embrace it with a lot of awareness, a lot of tenderness. The fourth faculty is the visionary meditation. Visionary meditation means samadhi, or virtue of concentration. The sense of meditation implies a determined mind. Once we have faith in a religion, we are never agitated by anything, whatever may happen. We bear patiently all persecution and temptation, and we continue to believe only in one religion. We must constantly maintain such firm determination, never becoming discouraged. We cannot be said to be real people with a religious faith unless we have such a mental attitude. The fifth faculty is the virtue of wisdom or awareness (Prajñendriya). Sense of wisdom or thinking of the truth. The wisdom that people of religion must maintain. This is not a self-centered wisdom but the true wisdom that we obtain when we perfectly free ourselves from ego and illusion. So long as we have this wisdom, we will not take the wrong way. We can say the same thing of our belief in religion itself, not to mention in our daily lives. If we are attached to a selfish, small desire, we are apt to stray toward a mistaken religion. However, earnestly we may believe in it, endeavoring to practice its teaching, keeping it in mind, and devoting ourselves to it, we cannot be saved because of its basically

wrong teaching, and we sink farther and farther into the world of illusion. There are many instances around us of people following such a course. Although “sense of wisdom” is mentioned as the last of the five organs leading man to good conduct, it should be the first in the order in which we enter a religious life.



*Chương Mười Lăm*  
*Chapter Fifteen*

*Lục Căn*

Sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý. Hành giả nên luôn nhớ rằng thức ăn cho sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý. Thức ăn cho nhãn căn là ngủ; cho nhĩ căn là âm thanh; cho tỷ căn là mùi hương; cho thiệt căn là hương vị; cho thân căn là sự xúc chạm êm dịu; và cho ý căn là chư pháp. Hành giả nên luôn nhớ rằng lục căn hay lục chúng sanh giống như những con thú hoang bị nhốt và lúc nào cũng muốn thoát ra. Chỉ khi nào chúng được thuần hóa thì chúng mới được hạnh phúc. Cũng như thế chỉ khi nào sáu căn được thuần lương bởi chân lý Phật, thì chừng đó con người mới thật sự có hạnh phúc. Một trong những mục đích quan trọng nhất của hành giả tu Phật là luôn giữ cho sáu căn được thanh tịnh. Sáu căn thanh tịnh nghĩa là tiêu trừ tội cấu từ vô thủy để phát triển sức mạnh vô hạn (như trường hợp Đức Phật). Sự phát triển tròn đầy này làm cho mắt có thể thấy được vạn vật trong Tam thiên Đại thiên thế giới, từ cảnh trời cao nhất xuống cõi địa ngục thấp nhất, thấy tất cả chúng sanh trong đó từ quá khứ, hiện tại, vị lai, cũng như nghiệp lực của từng cá nhân. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy: mắt đang tiếp xúc với sắc, tai đang tiếp xúc với âm thanh, mũi đang tiếp xúc với mùi, lưỡi đang tiếp xúc với vị, thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm, và ý đang tiếp xúc với những vạn pháp.

Hành giả nên luôn nhớ rằng lý do khiến con người đọa địa ngục, làm ngã quỵ, hoặc súc sanh, vân vân, không ngoài sự chi phối của lục căn. Con người sở dĩ sanh làm a tu la, sanh lên cõi trời hay sanh vào cõi người cũng không ngoài tác dụng của sáu căn này. Đồng ý lục căn giúp chúng ta sinh hoạt trong cuộc sống hằng ngày, nhưng chúng lại là tác nhân chính rước khổ đau phiền não vào thân tâm của chúng ta. Chúng chính là những nhân tố chính khiến chúng ta gây tội tạo nghiệp, để rồi cuối cùng phải bị đọa vào các đường dữ cũng vì chúng. Chúng ta đừng cho rằng mắt là vật tốt, giúp mình nhìn thấy, bởi vì chính do sự

giúp đỡ của mắt mà sanh ra đủ thứ phiền não, như khi mắt nhìn thấy sắc đẹp thì mình sanh lòng tham sắc đẹp, tham tới mức dầu đạt hay không đạt được cái sắc ấy mình vẫn bị phiền não chế ngự. Ngay cả tai, mũi, lưỡi, thân, và ý cũng đều như vậy. Chúng khiến mình phát sanh đủ thứ phiền não. Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử của Ngài như thế này: “Các con phải tu làm sao cho trên không biết có trời, giữa không biết có người, dưới không biết có đất.” Tu như thế nào mà trời, đất và người không còn ảnh hưởng đến lục căn, đông tây nam bắc cũng không còn ảnh hưởng đến lục căn, ấy chính là lúc chúng ta giải thoát khỏi mọi chướng ngại.

Theo Kinh Sa Môn Quả trong Trường Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy về một vị Tỳ Kheo Hộ Trì Các Căn: “Thế nào là vị Tỳ Kheo hộ trì các căn? Khi mắt thấy sắc, Tỳ Kheo không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, khiến nhãn căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện khởi lên, Tỳ Kheo tự chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, thân cảm xúc, ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nguyên nhân gì khiến ý căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện pháp khởi lên, Tỳ Kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì ý căn, thực hành sự hộ trì ý căn. Vị ấy nhờ sự hộ trì cao quý các căn ấy, nên hưởng lạc thọ nội tâm, không vẫn đục.

### *Six Organs of Sense*

Six bases of mental activities: eye, ear, nose, tongue, body and mind. Practitioners should always remember that food for six bases of mental activities: eye, ear, nose, tongue, body and mind. Food for the eyes is the sleep; for the ears is the sound; for the nose is the smell; for the tongue is the taste; for the body is the smooth touch; and for the mind is the dharma. Practitioners should always remember that the six senses or six organs of sense are likened to six wild creatures in confinement and always struggling to escape. Only when they are domesticated will they be happy. So is it with the six senses and the taming power of Buddha-truth. So is it with the six senses and the taming power of Buddha-truth. One of the most important purposes of practitioners is to keep the six sense organs pure. The six organs and



their purification in order to develop their unlimited power and interchange (in the case of Buddha). This full development enables the eye to see everything in a great chiliocosm from its highest heaven down to its lowest hells and all the beings past, present, and future with all the karma of each. According to Bikkhu Piyananda in *The Gems Of Buddhism Wisdom*, you must always be aware of the sense organs such as eye, ear, nose, tongue and body and the contact they are having with the outside world. You must be aware of the feelings that are arising as a result of this contact: eye is now in contact with forms (rupa), ear is now in contact with sound, nose is now in contact with smell, tongue is now in contact with taste, body is now in contact with touching, and mind is now in contact with all things (dharma).

Practitioners should always remember that the six faculties are the main reasons that cause human beings to fall into hells, to be reborn in the realm of the hungry ghosts, or animals, asuras, devas, or human beings, etc. It is agreeable that the six faculties that help us maintain our daily activities, but they are also the main factors that bring sufferings and afflictions to our body and mind. They are the main agents that cause us to create unwholesome karma, and eventually we will fall into evil ways because of them. Do not think that the eyes are that great, just because they help us see things. It is exactly because of their help that we give rise to all kinds of sufferings and afflictions. For instance, when we see an attractive person of the opposite sex, we become greedy for sex. If we do not get what we want, we will be afflicted; and if we get what we want, we will also be afflicted. The other faculties, ear, nose, tongue, body and mind are the same way. They make one give rise to many sufferings and afflictions. Therefore, the Buddha advised his disciples thus: “You should cultivate until you are unaware of heaven above, people in between, and earth below.” If we cultivate until the time heaven, earth, people, east, west, south, north, etc., can no longer impact our six faculties, then at that point we are liberated from all hindrances.

According to the *Samannaphala Sutta* in the *Long Discourses of the Buddha*, the Buddha taught about “a guardian of the sense-door.” How does a monk become a guardian of the sense-door? Here a monk, on seeing a visible object with the eye, does not grasp at its major signs or secondary characteristics. Because greed and sorrow, evil unskilled

states, would overwhelm him if he dwelt leaving this eye-faculty unguarded, so he practises guarding it, he protects the eye-faculty, develops restraint of the eye-faculty. On hearing a sound with the ear...; on smelling an odour with the nose...; on tasting a flavour with the tongue...; on feeling an object with the body...; on thinking a thought with the mind, he does not grasp at its major signs or secondary characteristics, he develops restraint of the mind-faculty. He experiences within himself the blameless bliss that comes from maintaining this Ariyan guarding of the faculties.

**Chương Mười Sáu**  
**Chapter Sixteen**

**Sáu Căn Với Sáu Đường Xâm Nhập**

Đường Xâm Nhập là một trong những mắc xích trong thập nhị môn duyên. Lục nhập là sáu chỗ xâm nhập hay căn nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Ba, Đức Phật đã nhắc ngài A Nan về Lục Nhập như sau: “Ông A Nan! Vì sao bản tính của Lục Nhập là Như Lai Tạng?” **Thứ nhất là Nhãn Căn với Nhãn Nhập:** Ông A Nan! Tôi đã từng nói, con mắt bị mệt mỏi trông thấy các hoa đốm lăng xăng. Mắt lành thấy rõ hư không không có hoa. Hoa đốm nháy nhót ở hư không là do mắt bệnh. Hoa đốm và bệnh, đều trong phạm vi của hư không và mắt lành. Vậy có thể nói, con mắt và trần cảnh của chúng sanh đều ở trong phạm vi của Bồ Đề. Nhân hai vọng trần tối và sáng, phát ra cái thấy nơi bề trong, để thu nạp các trần tượng đó, gọi là tính thấy. Rồi hai cái trần sáng tối kia, tính thấy đó không có thể. Đúng thế ông A Nan, tính thấy đó không từ nơi sáng hay nơi tối đến, không ở mắt ra, cũng chẳng ở hư không sinh. Vì sao? Nếu từ sáng tới, khi tối liền theo sáng diệt, đáng lẽ không thấy tối. Nếu từ tối tới, khi sáng liền theo tối diệt, đáng lẽ không thấy sáng. Nếu từ con mắt sinh ra, hẳn không có sáng tối, như thế cái thấy vốn không có tự tính. Nếu do hư không mà ra, nhìn phía trước thấy các vật, quay trở lại đáng lẽ thấy con mắt. Vả lại nếu hư không tự thấy, còn có liên lạc gì với cái nhập của ông? Vậy nên biết rằng nhãn nhập hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên. **Thứ nhì là Nhĩ Căn với Nhĩ Nhập:** Ông A Nan! Ví dụ có người lấy hai ngón tay bịt chặt lỗ tai, nghe tiếng trong đầu ù-ù. Tai và tiếng đó đều ở trong phạm vi của Bồ Đề. Nhân hai vọng trần động và yên tĩnh phát ra cái nghe nơi bề trong, để thu nạp các trần tượng ấy, gọi là tính nghe. Rồi hai cái trần động tĩnh kia, tính nghe đó không thể có. Đúng thế ông A Nan, tính nghe đó không từ nơi động tĩnh đến, không phải từ tai ra, chẳng ở hư không sinh. Vì sao? Nếu từ tĩnh lại, khi động liền theo tĩnh diệt, đáng lẽ không biết động. Nếu từ động tới, khi tĩnh liền theo động diệt, đáng lẽ không biết tĩnh. Nếu từ lỗ tai sinh ra, hẳn không có động, tĩnh, như thế cái nghe vốn không có tự tính. Nếu do hư không mà ra, thì hư không đã thành tính nghe, tức không phải là hư không. Vả lại, nếu hư không

nghe được, còn có liên lạc gì với cái nhập của ông? Vậy nên biết rằng nhĩ nhập hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên. **Thứ ba là Tỷ Căn với Tỷ Nhập:** Ông A Nan! Ví như có người bịt chặt hai lỗ mũi. Bịt lâu mũi nhọc và cảm thấy lạnh. Nhân cảm xúc phân biệt thông, nghẹt, trống, đặc, cho đến các mùi thơm thúi. Mũi và cái nhọc ấy đều ở trong phạm vi của Bồ Đề. Nhân hai vọng trần thông và tắc phát ra cái gửi nơi bề trong, để thu nạp các trần tượng, gọi là tính gửi. Rồi hai cái trần thông, tắc kia, tính gửi đó không thể có. Tính gửi đó không từ nơi thông, hay tắc lại, không phải từ mũi ra, cũng chẳng ở hư không sinh. Vì sao? Nếu từ thông lại, khi tắc tính gửi phải diệt mất, đáng lẽ không biết tắc. Nếu nhân cái tắc mà có, khi thông không thể gửi được, sao lại biết mùi thơm thúi? Nếu từ lỗ mũi sinh ra, hẳn không có thông tắc, như thế cái gửi vốn không có tự tính. Nếu do hư không mà ra, đáng lẽ cái gửi ấy quay lại gửi được mũi ông. Cái hư không có tính gửi thì còn có liên lạc gì với cái nhập của ông? Vậy ông nên biết rằng tỷ nhập hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên. **Thứ tư là Thiệt Căn với Thiệt Nhập:** Ông A Nan! Ví như có người lấy lưỡi liếm mép, liếm mãi thành mỗi mệt. Người ốm thấy đắng, người khỏe thấy ngọt. Do vị ngọt và vị đắng, mới rõ có thiệt căn. Lúc bình thường chỉ thấy vị nhạt. Lưỡi và cái mỗi mệt ấy đều ở trong phạm vi của Bồ Đề. Nhân hai cái vọng trần ngọt và nhạt phát ra cái nếm nơi bề trong, để thu nạp các trần tượng ấy, gọi là tính nếm. Rồi hai cái trần ngọt và nhạt kia, tính nếm đó không thể có. Đúng thế, ông A Nan, tính nếm đó không từ nơi ngọt đắng lại, không từ lưỡi ra, cũng chẳng sinh từ hư không. Vì sao? Nếu từ ngọt đắng lại, khi nhạt tính nếm phải diệt, đáng lẽ không biết nhạt. Nếu từ nhạt ra, khi ngọt tính nếm phải mất, sao lại biết ngọt đắng? Nếu từ lưỡi sinh ra, hẳn không có ngọt, nhạt và đắng, như thế tính nếm vốn không có tự tính. Nếu do hư không mà ra, thì hư không có tính nếm, chứ không phải miệng ông. Hư không mà biết nếm, thì còn có liên lạc gì với cái nhập của ông? Vậy nên biết thiệt nhập hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên. **Thứ năm là Thân Căn với Thân Nhập:** Ông A nan! Ví như có người lấy một bàn tay lạnh úp vào bàn tay nóng. Nếu lạnh nhiều thì nóng theo thành lạnh. Nếu nóng nhiều thì lạnh trở lại thành nóng. Biết nóng lạnh khi chạm tay, thì cái biết đó vẫn có từ khi chưa chạm tay. Thân và cái cảm giác đó, đều ở trong phạm vi của Bồ Đề. Nhân hai vọng trần ly và hợp phát ra cái cảm giác nơi bề trong, để

thu nạp các trần tượng ấy, gọi là tính biết khi sờ mó. Rồi hai cái trần ly hợp, thích và không thích kia, tính biết đó không thể có. Đúng thế, ông A Nan, tính biết đó không từ ly, hợp mà lại, chẳng phải từ thích, không thích mà có, không từ thân ra, cũng chẳng ở hư không sinh. Vì sao? Nếu từ hợp mà có, khi ly tính biết phải diệt, đáng lẽ không biết khi ly hay chưa tiếp xúc. Đối với thích và không thích, cũng như vậy. Nếu từ thân mà ra, hẳn không có ly hợp, thích và không thích. Như thế tính biết nhờ sờ mó, vốn không có tự tính. Nếu do hư không mà ra, thì hư không có tính biết, còn có liên lạc gì với cái nhập của ông? Vậy nên biết rằng thân nhập hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên. **Thứ sáu là Ý Căn với Ý Nhập:** Ông A Nan! Ví như có người mệt mỗi ngủ thiếp đi, ngủ đã thức dậy, thấy trần cảnh thì nhớ, khi không nhớ gọi là quên. Các thứ diên đảo, sinh, trụ, dị, diệt, tập quen thu nạp vào bề trong, không lẫn lộn nhau, gọi là ý tri căn. Ý và cái mỗi mệt đó, đều ở trong phạm vi của Bồ Đề. Nhân hai cái vọng trần sinh và diệt, tập khởi cái biết bên trong, để thu nạp các nội trần. Các cái thấy, nghe đi ngược vào trong mà không đến nơi, gọi là tính hay biết. Rồi hai cái trần thức ngủ, sinh diệt kia, tính hay biết đó không thể có. Đúng thế ông A Nan, tính hay biết đó không từ thức ngủ tới, không từ sinh diệt mà có, không ở ý căn ra, cũng chẳng ở hư không sinh. Vì sao? Nếu từ thức mà có, khi ngủ liền diệt theo, lấy cái gì gọi là ngủ. Như chắc khi sinh là có, khi diệt tức là không, còn chi mà biết là diệt. Như nhân cái diệt mà có, khi sinh tức không có diệt nữa, lấy gì mà biết là sinh. Nếu từ ý căn mà ra, thì hai tướng thức ngủ theo nhau mà khai, mà hợp trong thân. Rồi hai cái thể đó, tính biết kia giống như hoa đốm giữa hư không, không có tự tính. Nếu do hư không mà sinh, thì hư không có tính biết, còn có liên lạc gì với cái nhập của ông? Vậy nên biết rằng ý nhập hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có sáu nội xứ: nhãn xứ, nhĩ xứ, tỷ xứ, thiệt xứ, thân xứ và ý xứ. Hành giả nên luôn cố giữ cho sáu nội xứ này được thanh tịnh. Nghĩa là họ luôn cố giữ cho sáu căn thanh tịnh nghĩa là tiêu trừ tội cấu từ vô thủy để phát triển sức mạnh vô hạn (như trường hợp Đức Phật). Sự phát triển tròn đầy này làm cho mắt có thể thấy được vạn vật trong Tam thiên Đại thiên thế giới, từ cảnh trời cao nhất xuống cõi địa ngục thấp nhất, thấy tất cả chúng sanh trong đó từ quá khứ, hiện tại, vị lai, cũng như nghiệp lực

của từng cá nhân. Đây là trạng thái lục căn thanh tịnh mà tông Thiên Thai đã định nghĩa trong Thập Tín Vị của Biệt Giáo hay Tương Tự Tức của Viên Giáo.

### *Six Sense Organs with Six Entrances*

“Entrance” is one of the links in the chain of causation. The six entrances or locations, both the organ and the sensation (eye, ear, nose, tongue, body, mind; sight, hearing, smell, taste, touch, and perception). The six entrances or locations, both the organ and the sensation (eye, ear, nose, tongue, body, mind; sight, hearing, smell, taste, touch, and perception). One of the links in the chain of causation. According to the Surangama Sutra, book Three, the Buddha reminded Ananda about the six entrances as follows: “Ananda! Why do I say the six entrances have their origin in the wonderful nature of true suchness, the treasury of the Thus Come One?” ***The first entrance is the The Organ of Sight with Eye-Entrance:*** Ananda! Although the eye’s staring causes fatigue, the eye and the fatigue originate in Bodhi. Staring gives rise to the characteristic of fatigue. Because a sense of seeing is stimulated in the midst of the two false, defiling objects of light and dark, defiling appearances are taken in; this is called the nature of seeing. Apart from the two defiling objects of light and dark, this seeing is ultimately without substance. Thus, Ananda, you should know that seeing does not come from light or dark, nor does it come forth from the sense organ, nor is it produced from emptiness. Why? If it came from light, then it would be extinguished when it is dark, and you would not see darkness. If it came from darkness, then it would be extinguished when it is light, and you would not see light. Suppose it came from the sense organ, which is obviously devoid of light and dark, a nature of seeing such as this would have no self-nature. Suppose it came forth from emptiness. When it looks in front of you, it sees the shapes of the defiling dust; turning around, it would see your sense-organ. Moreover, if it were emptiness itself which sees, what connection would that have with your entrance? Therefore, you should know that the eye entrance is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence nor is spontaneous in nature. ***The second entrance is the Organ of Hearing with Ear-Entrance:*** Ananda! Consider, for example,

a person who suddenly stops up his ears with two fingers. Because the sense-organ of hearing has become fatigued, a sound is heard in his head. However, both the ears and the fatigue originate in Bodhi. Because a sense of hearing is stimulated in the midst of the two false, defiling objects of movement and stillness, defiling appearances are taken; this is called the nature of hearing. Apart from the two defiling objects of movement and stillness, this hearing is ultimately without substance. Thus, Ananda, you know that hearing does not come from movement and stillness; nor does it come from the sense-organ, nor is it produced from emptiness. Why? If it came from stillness, it would be extinguished when there is movement, and you would not hear movement. If it came from movement, then it would be extinguished when there is stillness, and you would not be aware of this stillness. Suppose it came from the sense-organ, which is obviously devoid of movement and stillness: a nature of hearing such as this would have no self-nature. Suppose it came from emptiness; emptiness would then become hearing and would no longer be emptiness. Moreover, would it have with your entrance? Therefore, you should know that the ear-entrance is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence, nor is spontaneous in nature. ***The third entrance is the Organ of Smell with Nose-Entrance:*** Ananda! Consider, for example, a person who inhales deeply through his nose. After he has inhaled for a long time it becomes fatigued, and then there is a sensation of cold in the nose. Because of that sensation, there are the distinctions of penetration and obstruction, of emptiness and actuality, and so forth, including all fragrant and stinking vapors. However, both the nose and the fatigue originate in Bodhi. Because a sense of smelling is stimulated in the midst of the two false, defiling objects of penetration and obstruction, defiling appearances are taken in; this is called the nature of smelling. Apart from the two defiling objects of penetration and obstruction, this smelling is ultimately without substance. You should know that smelling does not come from penetration and obstruction, nor does it come forth from the sense-organ, nor is it produced from emptiness. Why? If it came from penetration, the smelling would be extinguished when there is obstruction, and then how could it experience obstruction? If it existed because of obstruction, then where there is penetration there would be

no smelling; in that case, how would the awareness of fragrance, stench, and other such sensations come into being? Suppose it came from the sense organ, which is obviously devoid of penetration and obstruction. A nature of smelling such as this would have no self-nature. Suppose it came from emptiness; smelling itself would turn around and smell your own nose. Moreover, if it were emptiness itself which smelled, what connection would it have with your entrance? Therefore, you should know that the nose-entrance is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence nor is spontaneous in nature. ***The fourth entrance is the Organ of Taste with Tongue-Entrance:*** Ananda! Consider, for example, a person who licks his lips with his tongue. His excessive licking causes fatigue. If the person is sick, there will be a bitter flavor; a person who is not sick will have a subtle sweet sensation. Sweetness and bitterness demonstrate the tongue's sense of taste. When the organ is inactive, a sense of tastelessness prevails. However, both the tongue and the fatigue originate in Bodhi. Because of the two defiling objects of sweetness and bitterness, as well as tastelessness, stimulate a recognition of taste which in turn draws in these defiling sensations, it becomes what is known as a sense of taste. Apart from the two defiling objects of sweetness and bitterness and apart from tastelessness, the sense of taste is originally without a substance. Thus, Ananda, you should know that the perception of sweetness, bitterness, and tastelessness does not come from sweetness or bitterness, nor does it exist because of tastelessness, nor does it arise from the sense organ, nor is it produced from emptiness. Why? If it came from sweetness and bitterness, it would cease to exist when tastelessness was experienced, so how could it recognize tastelessness? If it arose from tastelessness, it would vanish when the flavor of sweetness was tasted, so how could it perceive the two flavors, sweet and bitter? Suppose it came from the tongue which is obviously devoid of defiling objects sweetness and bitterness and of tastelessness. An essence of tasting such as this would have no self-nature. Suppose it came from emptiness; the sense of taste would be experienced by emptiness instead of by the mouth. Suppose, moreover, that it was emptiness itself which tasted, what connection would that have with your entrance? Therefore, you should know that the tongue entrance is empty and false, since it neither



depends upon causes and conditions for existence, nor is it spontaneous in nature. ***The fifth entrance is the Organ of Touch with Body-Entrance:*** Ananda! Consider, for example, a person who touches his warm hand with his cold hand. If the cold is in excess of warmth, the warm hand will become cold; if the warmth is in excess of the cold, his cold hand will become warm. So the sensation of warmth and cold is felt through the contact and separation of the two hands. Fatiguing contact results in the interpenetration of warmth and cold. However, both the body and the fatigue originate in Bodhi. Because a physical sensation is stimulated in the midst of the two defiling objects of separation and union, defiling appearances are taken in; this is called the awareness of sensation. Apart from the two sets of defiling objects of separation and union, and pleasantness and unpleasantness, the awareness of sensation is originally without a substance. Thus, Ananda, you should know that this sensation does not come from separation and union, nor does it exist because of pleasantness and unpleasantness, nor does it arise from the sense organ, nor is it produced from emptiness. Why? If it arose when there was union, it would disappear when there was separation, so how could it sense the separation? The two characteristics of pleasantness and unpleasantness are the same way. Suppose it came from the sense organ, which is obviously devoid of the four characteristics of union, separation, pleasantness, and unpleasantness; an awareness of physical sensation such as this would have no self-nature. Suppose it came from emptiness; the awareness of sensations would be experienced by emptiness itself, what connection would that have with your entrance? Therefore, you should know that the body-entrance is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence, nor is spontaneous in nature. ***The sixth entrance is the Organ of Mind with Mind-Entrance:*** Ananda! Consider, for example, a person who becomes so fatigued that he goes to sleep. Having slept soundly, he awakens and tries to recollect what he experienced while asleep. He recalls some things and forgets others. Thus, his upsidedownness goes through production, dwelling, change, and extinction, which are taken in and returned to a center habitually, each following the next without ever being over taken. This is known as the mind organ or intellect. The mind and fatigue are both Bodhi. The two defiling objects of production

and extinction stimulate a sense of knowing which in turn grasps these inner sense data, reversing the flow of seeing and hearing. Before the flow reaches the ground it is known as the faculty of intellect. Apart from the two sets of dwelling objects of waking and sleeping and of production and extinction, the faculty of intellect is originally without substance. Thus, Ananda, you should know that the faculty of intellect does not come from waking, sleeping, production, or extinction, nor does it arise from the sense organ, nor is it produced from emptiness. Why? If it came from waking, it would disappear at the time of sleeping, so how could it experience sleep? If it came from production, it would cease to exist at the time of extinction, so how could it undergo extinction? If it came from extinction it would disappear at the time of production, so how could it know about production? Suppose it came from the sense-organ; waking and sleeping cause only a physical opening and closing respectively. Apart from these two movements, the faculty of intellect is as unsubstantial as flowers in space, because it is fundamentally without a self-nature. Suppose it came from emptiness; the sense of intellect would be experienced by emptiness instead of by the mind. Then what connection would that have with your entrance? Therefore, you should know that the mind entrance is empty and false, since it neither depends upon causes and conditions for existence, nor is spontaneous in nature.

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are six internal sense-spheres: Eye-sense-sphere, Ear-sense-sphere, Nose-sense-sphere, Tongue-sense-sphere, Body-sense-sphere, and Mind-sense-sphere. Practitioners should always try keep these six internal sense-spheres pure places. That is to say, they try to keep the six organs and their purification in order to develop their unlimited power and interchange (in the case of Buddha). This full development enables the eye to see everything in a great chiliocosm from its highest heaven down to its lowest hells and all the beings past, present, and future with all the karma of each. This is the state of the organs thus purified is defined by T'ien-T'ai as the semblance stage in the Perfect teaching.

**Chương Mười Bảy**  
**Chapter Seventeen**

**Trụ Xứ Của Sáu Căn**

Theo lẽ thường mà nói, trụ xứ của sáu căn là sáu trần; nhưng trên thực tế, sáu căn phối hợp với sáu trần làm thành mười hai thứ can thiệp vào nhau. Có nghĩa là sáu căn nhập với sáu trần làm thành mười hai chỗ xâm nhập. Lục căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) và lục cảnh (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp). Nhãn nhập với sắc, gọi là nhãn nhập, sắc nhập với nhãn kêu là sắc nhập, hai thứ nhập lại gọi là thấy; nhĩ nhập với thanh gọi là nhĩ nhập, thanh nhập với nhĩ gọi là thanh nhập, hai thứ nhập lại gọi là nghe; vân vân. Sáu căn nhập với sáu trần gọi là thập nhị nhập. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Ba, Đức Phật giải thích cho ông A Nan biết tại sao bản tánh của Thập Nhị Xứ là Như Lai Tạng Diệu Chân Như tính. **Thứ nhất là Nhãn Sắc Xứ:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông xem rừng Kỳ Đà và các suối ao. Ý ông nghĩ sao? Vì là sắc tướng sinh ra mắt thấy, hay là mắt sinh ra sắc tướng? Ông A Nan! Nếu nhãn căn sinh các sắc tướng, vậy khi nhìn hư không, không phải là sắc tướng, cái tính sinh sắc tướng phải tiêu diệt, tiêu rồi thì rõ ràng là hết thấy các sắc tướng đều không. Sắc tướng đều không, lấy gì so sánh mà biết hư không? Đối với hư không, lại cũng như vậy. Lại nếu sắc trần sinh ra cái thấy. Khi nhìn hư không, không phải là sắc, cái thấy phải tiêu mất. Cái thấy đã mất thì mọi thứ đều không, lấy chi mà rõ là không hay là sắc? Vậy ông nên biết, cái thấy với sắc không, đều không có xứ sở. Hai xứ ‘thấy và sắc’ đều là hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” **Thứ nhì là Nhĩ Thanh Xứ:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông lại nghe trong vườn Kỳ Đà, lúc thức ăn dọn rồi thì đánh trống, lúc nhóm chúng thì đánh chuông. Tiếng chuông, tiếng trống trước sau nối nhau. Ý ông nghĩ sao? Như thế là tiếng đến bên tai, hay tai đến chỗ tiếng? Ông A Nan! Nếu là tiếng đến bên tai, ví dụ tôi đi khất thực trong thành Thất La Phiệt, ở rừng Kỳ Đà chắc là không có tôi nữa; tiếng đã đến tai ông A Nan, lẽ ra ông Mục Liên, ông Ca Diếp không thể cùng nghe một lần, huống chi trong này có đến một nghìn hai trăm năm mươi vị Sa Môn đều nghe tiếng chuông cùng một lúc, cùng đến chỗ ăn cơm. Nếu là tai đến bên tiếng, ví dụ tôi đã trở về trong rừng Kỳ Đà rồi, ở thành Thất La Phiệt không có tôi nữa; nay ông

nghe tiếng trống, tai ông đã đi đến chỗ đánh trống, thì khi tiếng chuông phát ra, lỗ ra ông không thể cùng nghe một lần. Thế mà ông lại nghe được bao tiếng khác trong rừng này, nào các tiếng voi, ngựa, trâu, dê. Còn như nếu không đi qua đi lại, sẽ không có sự nghe. Vậy ông nên biết, cái nghe cùng cái tiếng, đều không có xứ sở. Hai xứ ‘nghe và tiếng’ đều hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” **Thứ ba là Tỷ Hương Xứ:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông lại nghĩ hương Chiên đàn trong lỗ này. Hương đó chỉ đốt một ít, cả thành Thất La Phiệt trong vòng bốn mươi dặm đều ngửi thấy. Ý ông nghĩ sao? Mùi thơm đó ở gỗ chiên đàn ra, ở mũi ông ra, hay ở lỗ hương ra? Ông A Nan! Nếu ở mũi ông ra, gọi là mũi sinh mùi, thì mùi phải từ mũi ra. Song mũi không phải là Chiên đàn, vì sao trong mũi lại có mùi chiên đàn? Đã gọi là ngửi mùi, mùi thơm phải từ ngoài vào mũi, chứ ở trong mũi bay ra mùi thơm, không gọi là ngửi. Nếu ở hư không ra, tính hư không có mãi, mùi thơm cũng phải có mãi, sao lại phải đốt gỗ chiên đàn khô trong lỗ mới có? Nếu ở gỗ ra, mùi thơm do gỗ đốt thành khói, khói bay tới mũi mới ngửi thấy. Sao khói kia bay lên hư không chưa được bao xa mà trong vòng bốn mươi dặm đã ngửi thấy cả? Vậy ông nên biết, ngửi và mùi hương, đều không có xứ sở. Hai xứ ‘ngửi và mùi hương’ đều hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” **Thứ tư là Thiệt Vị Xứ:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông thường hai buổi ở trong chúng cầm bình bát đi khát thực, có khi gặp món ăn ngon. Ông nghĩ sao? Vị đó sinh từ hư không, từ lưỡi, hay từ món ăn? Ông A Nan! Nếu vị đó sinh từ lưỡi ông, trong miệng ông chỉ có một lưỡi, lưỡi đã thành vị ngon rồi, gặp món hắc thạch mật, lỗ ra không đời đời được. Nếu không đời đời, không gọi là biết vị. Còn nếu đời đời được, lưỡi không phải có nhiều như thế, làm sao lại biết nhiều vị? Nếu sinh từ món ăn, món ăn không có tính biết, sao biết vị mình. Nếu tự biết, cũng như người khác ăn, có quan hệ gì tới ông mà nói rằng ông biết vị? Nếu sinh từ hư không, ông thử nếm hư không, xem là vị gì? Nếu là vị mặn, hư không đã làm mặn lưỡi ông, cũng làm mặn mặt ông, vậy người ở thế gian này giống như cá biển, quen với mặn, không biết nhạt. Nếu không biết nhạt, lại cũng không biết mặn. Như thế là không biết gì, sao gọi là vị? Vậy ông nên biết, nếm và vị đều không có xứ sở. Hai xứ ‘nếm và vị’ đều hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.” **Thứ năm là Thân Xúc Xứ:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông thường buổi sáng lấy tay xoa đầu. Ý ông nghĩ

sao? Cái biết có xoa như vậy, ở đâu ra? Ở tay hay ở đầu? Nếu ở tay, chắc đầu không biết, sao lại thành ra xúc? Nếu ở đầu, chắc tay không cần đến, sao gọi là xúc? Nếu ở cả hai nơi, chắc ông A Nan phải có hai thân. Nếu một xúc sinh ra cái biết ở đầu và ở tay, hai thứ đó phải cùng một thể. Nếu cùng một thể, cái nghĩa xúc lại không còn. Nếu là hai thể, cái xúc ở bên nào? Ở bên năng không có sở, ở bên sở không có năng. Chẳng lẽ hư không làm xúc cho ông? Vậy ông nên biết, cái biết khi sờ mó, đụng chạm và thân, đều không có xứ sở. Hai xứ ‘xúc và thân’ đều hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

**Thứ sáu là Ý Pháp Xúc:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông thường trong ý duyên với ba tính thiện, ác, và vô ký, sinh ra các phép tắc. Các phép đó do tâm sinh ra, hay là đời tâm, riêng có nơi chỗ? Ông A Nan! Nếu do tâm, các pháp không phải là trần, không phải là cái sở duyên của tâm, sao thành xứ được? Nếu rời tâm, riêng có nơi chỗ, thì cái tự tính của pháp là có biết hay không biết? Nếu có biết phải gọi là tâm. Nếu nó khác với ông, và không phải là trần, thì nó đồng với tâm lượng của người khác. Nếu nó tức là ông và cũng tức là tâm, sao ở ông lại có hai tâm? Còn nếu không biết, thì cái pháp trần ấy đã chẳng phải là sắc, thanh, hương, vị, ly, hợp, lạnh và nóng, và tướng hư không, vậy nó ở đâu? Nay nơi sắc không kia, đều không thể chỉ cái gì là pháp trần, không lẽ ở nhân gian lại có những cái ngoài vòng hư không. Nếu nó chẳng phải là cái sở duyên của tâm, từ đâu lập ra có xứ? Vậy nên biết pháp và tâm đều không có xứ sở. Hai xứ ‘ý và pháp’ đều hư vọng, vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

### ***Abiding Places of the Six Sense Organs***

Ordinarily speaking, the abiding places of the six sense organs are the six objects; but in reality, the six sense organs work with six objects to make the twelve entrances. It is to say, the twelve entrances are twelve entries or places, which include six sense-organs (eye, ear, nose, tongue, body, and mind) and six objects which are corresponding to the six senses (forms, sounds, scents, tastes, textures, and mental objects). According to the Surangama Sutra, book Three, the Buddha explained to Ananda why he said that the twelve places were basically the wonderful nature of true suchness, the treasury of the Thus Come One. **First, the Place of the Eye and Form:** The Buddha taught:

“Ananda! Look again at the trees in the Jeta Grove and the fountains and pools. What do you think? Do these things come into being because the forms are produced and thus the eyes see, or because the eyes produce the characteristics of form? Ananda! If the organ of sight were to produce the characteristics of form, then the nature of form would be obliterated when you see emptiness, which is not form. Once it was obliterated, everything that is manifest would disappear. Since the characteristics of form would then be absent, who would be able to understand the nature of emptiness. The same is true of emptiness. If, moreover, the defiling objects of form were to produce the eye’s seeing, then seeing would perish upon looking at emptiness, which is not form, and once it perished, everything would disappear. Then who would be able to understand emptiness and form? Therefore, you should know that neither seeing nor form nor emptiness has a location, and thus the two places of ‘form and seeing’ are empty and false. Their origin is not in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously.” *Second, the Place of the Ear and Sound:* The Buddha taught: “Ananda! Listen again to the drum being beaten in the Jeta grove when the food is ready. The assembly gathers as the bell is struck. The sounds of the bell and the drum follow one another in succession. What do you think? Do these things come into existence because the sound comes to the region of the ear, or because the ear goes to the place of the sound? Again, Ananda, suppose that the sound comes to the region of the ear. Similarly, when I go to beg for food in the city of Shravasti, I am no longer in the Jeta Grove. If the sound definitely goes to the region of Ananda’s ear, then neither Maudgalyayana nor Kasyapa would hear it, and even less the twelve hundred and fifty Sramanas who, upon hearing the sound of the bell, come to the dining hall at the same time. Again, suppose that the ear goes to the region of the sound. Similarly, when I return to the Jeta grove, I am no longer in the city of Sravasti. When you hear the sound of the drum, your ear will already have gone to the place where the drum is beaten. Thus, when the bell peals, you will not hear the sound, even the less that of the elephants, horses, cows, sheep, and all the other various sounds around you. If there is no coming or going, there will be no hearing either. Therefore, you should know that neither hearing nor sound a location, and thus the two places of ‘hearing and

sound' are empty and false. Their origin is not in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously." **Third, the Place of Nose and Smell:** The Buddha taught: "Moreover, Ananda, you smell the chandana in this censer. You sniff the burning incense burning. When one particle of this incense is lit, it can be smelled simultaneously through forty miles around the city of Sravasti. What do you think? Is this fragrance produced from the chandana wood? Is it produced in your nose? Or does it arise within emptiness? Again, Ananda! Suppose this fragrance is produced from your nose. What is said to be produced from the nose should come forth from the nose. Your nose is not chandana, so how can the nose have the fragrance of chandana? When you say you smell fragrance, it should enter your nose. For the nose to emit fragrance is not the meaning of smelling. Suppose it is produced from within emptiness. The nature of emptiness is everlasting and unchanging, and so the fragrance should be eternally present. What need should there be to rely on burning the dry wood in the censer? Suppose it is produced from the wood. Noe, the nature of this incense is such that it gives off smoke when it is burned. If the nose smells it, it should be filled with smoke. The smoke rises into the air, and before it has reached the distance, how is it that the fragrance is already being smelled at a distance of forty miles? Therefore, you should know that neither the fragrance nor the nose's smelling has a location, and so the two places of smelling and fragrance are empty and false. Their origin is not in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously." **Fourth, the Place of the Tongue and Taste:** The Buddha taught: "Ananda! Twice everyday you take your bowl along with the rest of the assembly, and among what you receive may be things of supreme flavor, such as curds, butter milk, and clarified butter. What do you think? Are these flavors produced from emptiness, do they come forth from the tongue, or are they produced from the food? Again, Ananda, suppose that the flavors came from your tongue; now there is only one tongue in your mouth. When that tongue had already become the flavor of curds, then it would not change if it encountered some dark rock-candy. Suppose it did not change, that would not be what is called knowing tastes. Suppose it did change, the tongue is not many substances, and how could one tongue know so many tastes? Suppose it were produced from the food. The food does

not have consciousness; how could it know tastes? Moreover, if the food itself were to recognize them that would be the same as someone else eating. Then what connection would that have with what is called your recognition of tastes? Suppose it were produced in emptiness. When you eat emptiness, what flavor does it have? Suppose that emptiness had the flavor salt. Then since your tongue was salty, your face would also be salty, and likewise everyone in the world would be like fish in the sea. Since you would be constantly influenced by salt, you would never know tastelessness. If you did not recognize tastelessness, you would not know anything at all. How could that be what is called taste? Therefore, you should know that neither flavors nor the tongue's tasting has a location; and, so the two places of tasting and flavor are empty and false. Their origin is not in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously." ***Fifth, the Place of the Body and Touches:*** The Buddha taught: "Ananda! Early every morning you rub your head with your hand. What do you think? When there is a sensation of the rubbing, where does the ability in the hands or is it in the head? If it were in the hands, then the head would have no knowledge of it, and how could that be what is called touch? If it were in the head, then the hands would be useless, and how could that be what is called touch? If each had it, then you, Ananda, would have two bodies. If they were two substances, to which would the touch belong? The one which was capable of touch would not be the one that was touched. The one that was touched would not be the one that was capable of touch. Nor should it be that the touch came into being between you and emptiness. Therefore, you should know that neither the sensation of touch nor the body has a location, and so the two places of the body and touch are empty and false. Their origin is not in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously." ***Sixth, the Place of Mind and Dharmas:*** The Buddha taught: "Ananda! Your mind is always conditioned by three qualities, good, bad, and indeterminate, which produce patterns of dharmas. Ananda! Are these dharmas produced by the mind, or do they have a special place apart from the mind? Ananda! If they were the mind, the dharmas would not be its defiling objects. Since they would not be conditions of the mind, how could you say that they had a location? Suppose they were to have a special place apart from the mind, then would the dharmas



themselves be able to know? If they were to have a sense of knowing, they would be called a mind. If they were something other than you, they would be someone else's mind, since they are not defiling objects. If they were the same as you, they would be your own mind. But how could your mind stand apart from you? Suppose they were to have no sense of knowing; yet these defiling objects are not forms, sounds, smells, or tastes; they are neither cold nor warmth, nor the characteristic of emptiness. Where would they be located? We have established that they are represented in neither form nor emptiness; nor is it likely that they exist somewhere in the human realm beyond emptiness, for if they did the mind could not be aware of them. Whence, then, would they arise? Therefore, you should know that neither dharmas nor the mind has a location, and, so the two places of mind and dharmas are empty and false. Their origin is not in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously."



*Chương Mười Tám*  
*Chapter Eighteen*

*Thu Thúc Lục Căn*  
*Trong Cuộc Sống Hằng Ngày*

Lối sống thế tục có tính cách hưởng ngoại, buông lung. Lối sống của một Phật tử thuần thành thì bình dị và tiết chế. Phật tử thuần thành có lối sống khác hẳn người thế tục, từ bỏ thói quen, ăn ngủ và nói ít lại. Nếu làm biếng, phải tinh tấn thêm; nếu cảm thấy khó kham nhẫn, chúng ta phải kiên nhẫn thêm; nếu cảm thấy yếu chuộng và dính mắc vào thân xác, phải nhìn những khía cạnh bất tịnh của cơ thể mình. Giới luật và thiền định hỗ trợ tích cực cho việc luyện tâm, giúp cho tâm an tịnh và thu thúc. Nhưng bề ngoài thu thúc chỉ là sự chế định, một dụng cụ giúp cho tâm an tịnh. Bởi vì dù chúng ta có cúi đầu nhìn xuống đất đi nữa, tâm chúng ta vẫn có thể bị chi phối bởi những vật ở trong tầm mắt chúng ta. Có thể chúng ta cảm thấy cuộc sống này đầy khó khăn và chúng ta không thể làm gì được. Nhưng càng hiểu rõ chân lý của sự vật, chúng ta càng được khích lệ hơn. Phải giữ tâm chánh niệm thật sắc bén. Trong khi làm công việc phải làm với sự chú ý. Phải biết mình đang làm gì, đang có cảm giác gì trong khi làm. Phải biết rằng khi tâm quá dính mắc vào ý niệm thiện ác của nghiệp là tự mang vào mình gánh nặng nghi ngờ và bất an vì luôn lo sợ không biết mình hành động có sai lầm hay không, có tạo nên ác nghiệp hay không? Đó là sự dính mắc cần tránh. Chúng ta phải biết tri túc trong vật dụng như thức ăn, y phục, chỗ ở, và thuốc men. Chẳng cần phải mặc y thật tốt, y chỉ để đủ che thân. Chẳng cần phải có thức ăn ngon. Thực phẩm chỉ để nuôi mạng sống. Đi trên đường đạo là đối kháng lại với mọi phiền não và ham muốn thông thường.

Đức Phật dạy về Tự Chế trong Kinh Pháp Cú: “Người nào nghiêm giữ thân tâm, chế ngự khắc phục ráo riết, thường tu phạm hạnh, không dùng đao gậy gia hại sanh linh, thì chính người ấy là một Thánh Bà la môn, là Sa môn, là Tỳ khưu vậ (142). Biết lấy điều hổ thẹn để tự cấm ngăn mình, thế gian ít người làm được. Người đã làm được, họ khéo tránh hổ nhục như ngựa hay khéo tránh roi da (143). Các người hãy nỗ lực sám hối như ngựa đã hay còn thêm roi, hãy ghi nhớ lấy chánh tín,

tĩnh giới, tĩnh tiến, tam-ma-địa (thiền định) trí phân biệt Chánh pháp, và minh hành tức để tiêu diệt vô lượng thống khổ (144). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm tên lo uốn tên, thợ mộc lo nẩy mực cửa cây, người làm lành thì tự lo chế ngự (145). Việc đáng làm không làm, việc không đáng lại làm, những người phóng túng ngạo mạn, lậu tập mãi tăng thêm (292). Thường quan sát tự thân, không làm việc không đáng, việc đáng gắng chuyên làm, thì khổ đau lậu tập dần tiêu tan (293). Voi xuất trận nhẫn chịu cung tên như thế nào, ta đây thường nhẫn chịu mọi điều phỉ báng như thế ấy. Thật vậy, đời rất lắm người phá giới thường ghét kẻ tu hành (320). Luyện được voi để đem dự hội, luyện được voi để cho vua cỡi là giỏi, nhưng nếu luyện được lòng ẩn nhẫn trước sự chê bai, mới là người có tài điều luyện hơn cả mọi người (321). Con la thuần tánh là con vật lành tốt, con tuấn mã tìn độ là con vật lành tốt, nhưng kẻ đã tự điều luyện được mình lại càng lành tốt hơn (322). Chẳng phải nhờ xe hay ngựa mà đến được cảnh giới Niết bàn, chỉ có người đã điều luyện lấy mình mới đến được Niết bàn (323). Chế phục được mắt, lành thay; chế phục được tai, lành thay; chế phục được mũi, lành thay; chế phục được lưỡi, lành thay (360). Chế phục được thân, lành thay; chế phục được lời nói, lành thay; chế phục được tâm ý, lành thay; chế phục được hết thấy, lành thay. Tỳ kheo nào chế phục được hết thấy thì giải thoát hết thấy khổ (362). Gìn giữ tay chân và ngôn ngữ, gìn giữ cái đầu cao, tâm mến thích thiền định, riêng ở một mình, thanh tịnh và tự biết đầy đủ, ấy là bậc Tỳ kheo (362). Các người hãy tự kính sách, các người hãy tự phản tỉnh! Tự hộ vệ và chánh niệm theo Chánh pháp mới là Tỳ kheo an trụ trong an lạc (379). Chính các nước là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình (380). Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất (103). Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục (104). Dù là thiên thần, Càn thất bà, dù là Ma vương, hay Phạm thiên, không một ai chẳng thất bại trước người đã tự thắng (105).”

Hành giả thu thúc các căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của

mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Bên cạnh đó, tu tập thiền định có mục đích hiểu tánh thuần khiết và khách quan trong khi quan sát và cố tránh những cảm giác vui, buồn, thương, ghét, thiện, ác, ham muốn, hận thù, v.v. Hành giả nên luôn quán chiếu về lục căn là những lý do khiến con người đọa địa ngục, làm ngã quý, hoặc súc sanh, vân vân, không ngoài sự chi phối của lục căn. Con người sở dĩ sanh làm a tu la, sanh lên cõi trời hay sanh vào cõi người cũng không ngoài tác dụng của sáu căn này. Đồng ý lục căn giúp chúng ta sinh hoạt trong cuộc sống hằng ngày, nhưng chúng lại là tác nhân chính rước khổ đau phiền não vào thân tâm của chúng ta. Chúng chính là những nhân tố chính khiến chúng ta gây tội tạo nghiệp, để rồi cuối cùng phải bị đọa vào các đường dữ cũng vì chúng. Chúng ta đừng cho rằng mắt là vật tốt, giúp mình nhìn thấy, bởi vì chính do sự giúp đỡ của mắt mà sanh ra đủ thứ phiền não, như khi mắt nhìn thấy sắc đẹp thì mình sanh lòng tham sắc đẹp, tham tới mức dầu đạt hay không đạt được cái sắc ấy mình vẫn bị phiền não chế ngự. Ngay cả tai, mũi, lưỡi, thân, và ý cũng đều như vậy. Chúng khiến mình phát sanh đủ thứ phiền não. Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng đệ tử của Ngài như thế này: “Các con phải tu làm sao cho trên không biết có trời, giữa không biết có người, dưới không biết có đất.” Tu như thế nào mà trời, đất và người không còn ảnh hưởng đến lục căn, đông tây nam bắc cũng không còn ảnh hưởng đến lục căn, ấy chính là lúc chúng ta giải thoát khỏi mọi chướng ngại.

Lục Căn có thể là những cửa ngõ đi vào địa ngục, đồng thời chúng cũng là những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì từ đó mà chúng ta gây tội tạo nghiệp, nhưng cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hành trì chánh đạo. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm căn: Mắt là một trong sáu giác quan hay sáu chỗ để nhận biết. Tai là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần, tai phải hòa hợp với âm thanh nghe. Mũi phải hòa hợp với mùi ngửi, một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Lưỡi phải hòa hợp với vị được nếm, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Thân phải hòa

hợp với vật tiếp xúc, đây là một trong sáu sự hòa hợp giữa sáu căn với sáu trần. Và Ý phải hòa hợp với pháp được nghĩ đến.

Đức Phật dạy: “Tự các ông tạo nghiệp thì cũng chính các ông chuyển hóa nếu các ông muốn nghiệp tiêu trừ. Không ai có thể khiến nghiệp tiêu trừ dùm các ông được. Ta có nhiều loại thuốc, nhưng Ta không thể uống dùm cho các ông được.” Như vậy, thu thúc lục căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức, ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Hiển nhiên là trong khi thiền tập, sáu căn luôn thanh tịnh, nghĩa là tiêu trừ tội cấu từ vô thủy để phát triển sức mạnh vô hạn (như trường hợp Đức Phật). Sự phát triển tròn đầy này làm cho mắt có thể thấy được vạn vật trong Tam thiên Đại thiên thế giới, từ cảnh trời cao nhất xuống cõi địa ngục thấp nhất, thấy tất cả chúng sanh trong đó từ quá khứ, hiện tại, vị lai, cũng như nghiệp lực của từng cá nhân.

Trong Lục Căn thì Ý căn có sự nhận thức của tư duy hay tâm suy nghĩ (cảnh sở đối của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân là do sắc pháp tứ đại đất, nước, lửa, gió hình thành; trong khi cảnh sở đối với ý căn là tâm pháp nghĩa là đối với pháp cảnh thì nảy sinh ra ý thức). Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” ý căn nhận thức các pháp trần, chúng ta biết không phải là thứ gì có thể sờ mó hay nhận thấy được như năm căn khác nhận thức năm trần, con mắt nhận thức thế giới của màu sắc, hay những sắc trần; lỗ tai có thể nghe được các âm thanh, vân vân. Tuy nhiên, tâm nhận thức thế giới của những ý niệm và tư tưởng. Căn (Indriya) theo nghĩa đen là “thủ lãnh” hay “Ông chủ”. Các sắc chỉ có thể được thấy bằng nhãn căn, chứ không phải bằng tai, nghe cũng vậy, phải có nhĩ căn, vân vân. Khi nói đến thế giới của những ý niệm và tư tưởng thì tâm căn là ông chủ cai quản lãnh vực tinh thần này. Con mắt không thể nghĩ ra các tư tưởng và tập trung các ý niệm lại, nhưng nó là công cụ để thấy các sắc, thế giới của màu sắc.

Hành giả luôn thu thúc các căn và theo dõi cảm giác của mình là một sự thực tập tốt đẹp. Lúc nào chúng ta cũng phải chú tâm tỉnh thức,

ghi nhận mọi cảm giác đến với mình, nhưng đừng thái quá. Hãy đi, đứng, nằm, ngồi một cách tự nhiên. Đừng quá thúc ép việc hành thiền của mình, cũng đừng quá bó buộc chính mình vào trong một khuôn khổ định sẵn nào đó. Quá thúc ép cũng là một hình thức của tham ái. Hãy kiên nhẫn, kiên nhẫn chịu đựng là điều kiện cần thiết của hành giả. Nếu chúng ta hành động một cách tự nhiên và chú tâm tỉnh thức thì trí tuệ sẽ đến với chúng ta một cách tự nhiên. Bên cạnh đó, tu tập thiền định có mục đích hiểu tánh thuần khiết và khách quan trong khi quan sát và cố tránh những cảm giác vui, buồn, thương, ghét, thiện, ác, ham muốn, hận thù, v.v. Hành giả tu Thiền luôn coi Lục Căn là những đối tượng của Thiền Tập. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy. Mắt đang tiếp xúc với sắc. Tai đang tiếp xúc với thanh. Mũi đang tiếp xúc với mùi. Lưỡi đang tiếp xúc với vị. Thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm. Ý đang tiếp xúc với vạn pháp. Theo Kinh Sa Môn Quả trong Trường Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy về một vị Tỳ Kheo Hộ Trì Các Căn: “Thế nào là vị Tỳ Kheo hộ trì các căn? Khi mắt thấy sắc, Tỳ Kheo không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, khiến nhãn căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện khởi lên, Tỳ Kheo tự chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, thân cảm xúc, ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nguyên nhân gì khiến ý căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác, bất thiện pháp khởi lên, Tỳ Kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì ý căn, thực hành sự hộ trì ý căn. Vị ấy nhờ sự hộ trì cao quý các căn ấy, nên hưởng lạc thọ nội tâm, không vẩn đục.

### *Sense Restraint in Daily Activities*

The worldly way is outgoing exuberant; the way of the devoted Buddhist's life is restrained and controlled. Constantly work against the grain, against the old habits; eat, speak, and sleep little. If we are lazy, raise energy. If we feel we can not endure, raise patience. If we like the body and feel attached to it, learn to see it as unclean. Virtue or

following precepts, and concentration or meditation are aids to the practice. They make the mind calm and restrained. But outward restraint is only a convention, a tool to help gain inner coolness. We may keep our eyes cast down, but still our mind may be distracted by whatever enters our field of vision. Perhaps we feel that this life is too difficult, that we just can not do it. But the more clearly we understand the truth of things, the more incentive we will have. Keep our mindfulness sharp. In daily activity, the important point is intention. ; know what we are doing and know how we feel about it. Learn to know the mind that clings to ideas of purity and bad karma, burdens itself with doubt and excessive fear of wrongdoing. This, too, is attachment. We must know moderation in our daily needs. Robes need not be of fine material, they are merely to protect the body. Food is merely to sustain us. The Path constantly opposes defilements and habitual desires.

The Buddha taught about “Restraining oneself” in the Dharmapada Sutra. “He who strictly adorned, lived in peace, subdued all passions, controlled all senses, ceased to injure other beings, is indeed a holy Brahmin, an ascetic, a bhikshu (Dharmapada 142). Rarely found in this world anyone who restrained by modesty, avoids reproach, as a well-trained horse avoids the whip (Dharmapada 143). Like a well-trained horse, touch by the whip, even so be strenuous and zealous. By faith, by virtue, by effort, by concentration, by investigation of the Truth, by being endowed with knowledge and conduct, and being mindful, get rid of this great suffering (Dharmapada 144). Irregators guide the water to their fields; fletchers bend the arrow; carpenters bend the wood, the virtuous people control themselves (Dharmapada 145). What should have been done is left undone; what should not have been done is done. This is the way the arrogant and wicked people increase their grief (Dharmapada 292). Those who always earnestly practice controlling of the body, follow not what should not be done, and constantly do what should be done. This is the way the mindful and wise people end all their sufferings and impurities (Dharmapada 293). As an elephant in the battlefield endures the arrows shot from a bow, I shall withstand abuse in the same manner. Truly, most common people are undisciplined (who are jealous of the disciplined) (Dharmapada 320). To lead a tamed elephant in battle is good. To tame an elephant



for the king to ride it better. He who tames himself to endure harsh words patiently is the best among men (Dharmapada 321). Tamed mules are excellent; Sindhu horses of good breeding are excellent too. But far better is he who has trained himself (Dharmapada 322). Never by those vehicles, nor by horses would one go to Nirvana. Only self-tamers who can reach Nirvana (Dharmapada 323). It is good to have control of the eye; it is good to have control of the ear; it is good to have control of the nose; it is good to have control of the tongue (Dharmapada 360). It is good to have control of the body; it is good to have control of speech; it is good to have control of everything. A monk who is able to control everything, is free from all suffering (Dharmapada 362). He who controls his hands and legs; he who controls his speech; and in the highest, he who delights in meditation; he who is alone, serene and contented with himself. He is truly called a Bhikhshu (Dharmapada 362). Censure or control yourself. Examine yourself. Be self-guarded and mindful. You will live happily (Dharmapada 379). You are your own protector. You are your own refuge. Try to control yourself as a merchant controls a noble steed (Dharmapada 380). One who conquers himself is greater than one who is able to conquer a thousand men in the battlefield (Dharmapada 103). Self-conquest is, indeed, better than the conquest of all other people. To conquer oneself, one must be always self-controlled and disciplined one's action (Dharmapada 104). Neither the god, nor demigod, nor Mara, nor Brahma can win back the victory of a man who is self-subdued and ever lives in restraint (Dharmapada 105)."

Practitioners' practicing of sense restraint is proper practice. We should be mindful of it throughout the day. But do not overdo it. Walk, eat, and act naturally, and then develop natural mindfulness of what is going on within ourselves. To force our meditation or force ourselves into awkward patterns is another form of craving. Patience and endurance are necessary. If we act naturally and are mindful, wisdom will come naturally. Besides, practicing meditation can lead to pure and objective observation and is intended to prevent emotions such as joy, sadness, love, jealousy, sympathy, antipathy, desire, hatred, etc. Practitioners should always contemplate on the six faculties are the main reasons that cause human beings to fall into hells, to be reborn in the realm of the hungry ghosts, or animals, asuras, devas, or human

beings, etc. It is agreeable that the six faculties that help us maintain our daily activities, but they are also the main factors that bring sufferings and afflictions to our body and mind. They are the main agents that cause us to create unwholesome karma, and eventually we will fall into evil ways because of them. Do not think that the eyes are that great, just because they help us see things. It is exactly because of their help that we give rise to all kinds of sufferings and afflictions. For instance, when we see an attractive person of the opposite sex, we become greedy for sex. If we do not get what we want, we will be afflicted; and if we get what we want, we will also be afflicted. The other faculties, ear, nose, tongue, body and mind are the same way. They make one give rise to many sufferings and afflictions. Therefore, the Buddha advised his disciples thus: “You should cultivate until you are unaware of heaven above, people in between, and earth below.” If we cultivate until the time heaven, earth, people, east, west, south, north, etc., can no longer impact our six faculties, then at that point we are liberated from all hindrances.

The six sense-organs can be entrances to the hells; at the same time, they can be some of the most important entrances to the great enlightenment; for with them, we create karmas and sins, but also with them, we can practise the right way. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five roots or faculties (indriyani): Eye is one of the six senses on which one relies or from which knowledge is received. Ear is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses, the ears is in union with sound heard. Nose is in union with the smell smelt, this is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses. Tongue is in union with the taste tasted, this is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses. Body is in union with the thing touched, this is one of the six unions of the six sense organs with the six objects of the senses. And the mind is in union with the dharma thought about.

The Buddha said: “Karma that you have made for yourself can only disappear if you want it to. No one can make you want it to disappear. I have many kinds of medicine, but I can’t take it for you.” Therefore, we should be mindful of it throughout the day. But do not overdo it. Walk, eat, and act naturally, and then develop natural

mindfulness of what is going on within ourselves. To force our meditation or force ourselves into awkward patterns is another form of craving. Patience and endurance are necessary. If we act naturally and are mindful, wisdom will come naturally. It is obvious that during meditation, the six organs are closed and purified in order to develop their unlimited power and interchange (in the case of Buddha). This full development enables the eye to see everything in a great chiliocosm from its highest heaven down to its lowest hells and all the beings past, present, and future with all the karma of each.

In the six sense-organs, thought, the mind-sense, the sixth of the senses, the perception of thinking or faculty of thinking or the thinking mind. According to Most Venerable Piyadassi in “The Buddha’s Ancient Path,” faculty of mind recognizes mental objects, we know, is not something tangible and perceptible like the other five faculties, which recognizes the external world. The eye cognizes the world of colors (vanna) or visible objects, the ear audible sounds, and so forth. The mind, however, cognizes the world of ideas and thoughts. Faculty of mind literally means “chief” or “lord”. Forms can only be seen by the faculty of the eye and not by the ear, hearing by the faculty of the ear, and so on. When it comes to the world of thoughts and ideas the faculty of the mind lord over the mental realm. The eye can not think thoughts, and collect ideas, but it is instrumental in seeing visible forms, the world of colors.

Practitioners’s sense restraint is proper practice. We should be mindful of it throughout the day. But do not overdo it. Walk, eat, and act naturally, and then develop natural mindfulness of what is going on within ourselves. To force our meditation or force ourselves into awkward patterns is another form of craving. Patience and endurance are necessary. If we act naturally and are mindful, wisdom will come naturally. Besides, practicing meditation can lead to pure and objective observation and is intended to prevent emotions such as joy, sadness, love, jealousy, sympathy, antipathy, desire, hatred, etc. Zen Practitioners always consider the six senses are objects of meditation practices. According to Bikkhu Piyananda in *The Gems of Buddhism Wisdom*, you must always be aware of the sense organs such as eye, ear, nose, tongue and body and the contact they are having with the outside world. You must be aware of the feelings that are arising as a

result of this contact. Eye is now in contact with forms (rupa). Ear is now in contact with sound. Nose is now in contact with smell. Tongue is now in contact with taste. Body is now in contact with touching. Mind is now in contact with all things (dharma). According to the Samannaphala Sutta in the Long Discourses of the Buddha, the Buddha taught about “a guardian of the sense-door.” How does a monk become a guardian of the sense-door? Here a monk, on seeing a visible object with the eye, does not grasp at its major signs or secondary characteristics. Because greed and sorrow, evil unskilled states, would overwhelm him if he dwelt leaving this eye-faculty unguarded, so he practises guarding it, he protects the eye-faculty, develops restraint of the eye-faculty. On hearing a sound with the ear...; on smelling an odour with the nose...; on tasting a flavour with the tongue...; on feeling an object with the body...; on thinking a thought with the mind, he does not grasp at its major signs or secondary characteristics, he develops restraint of the mind-faculty. He experiences within himself the blameless bliss that comes from maintaining this Ariyan guarding of the faculties.

**Chương Mười Chín**  
**Chapter Nineteen**

**“Nhãn Căn” Theo Quan Điểm Phật Giáo**

Theo Phật giáo, mắt được xem như một trong sáu tên giác cướp. Sáu căn được ví với sáu tên mối lái cho giác cướp, cướp đoạt hết công năng pháp tài hay thiện pháp. Sáu tên giác kia mà đến thì lục căn sung sướng vui mừng. Cách đề phòng duy nhất là đừng a tòng với chúng. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ: “Mắt đừng nhìn sắc đẹp. Tai đừng nghe tiếng du dương. Mũi đừng ngửi mùi thơm. Lưỡi đừng nếm vị ngon. Thân đừng xúc chạm êm ái. Ý nên kèm giữ tư tưởng.” Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, nhãn là một trong sáu xúc thân (Nhãn Xúc, Nhĩ Xúc, Tỷ Xúc, Thiệt Xúc, Thân Xúc, và Ý Xúc). Cũng theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, nhãn là một trong mười hai chỗ nhập (Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân, Ý, Sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp).

Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật đã nhắc Mahamati về bốn nguyên nhân khơi dậy nhãn căn. *Thứ nhất* là chấp vào thế giới sở kiến, không biết rằng đây là do tâm tạo nên. *Thứ nhì* là bám chặt vào các hình sắc do bởi tập khí của những suy luận không vững chắc và những kiến giải sai lầm từ vô thủy. *Thứ ba* là tự tính của chính cái thức. *Thứ tư* là quá ham muốn cái phức tạp của các hình sắc và tướng trạng. Do đó Đức Phật nói: “Này Mahamati! Do bởi bốn nguyên nhân khơi dậy nhãn căn này mà các con sóng của các thức phát sinh được vận động ở trong A Lại Da tuôn chảy như những dòng nước giữa biển. Này Mahamati, cũng như trường hợp nhãn căn, các căn khác cũng vậy, sự nhận thức về thế giới đối tượng xảy ra đồng thời và đều đặn trong tất cả các căn, các nguyên tử, và các lỗ chân lông; cũng như tấm gương phản chiếu hình ảnh, và này Mahamati, giống như gió làm biển động, biển tâm xao động bởi gió của cảnh giới và những con sóng lông lên không dứt. Nguyên nhân và sự biểu hiện về hoạt động của nó không tách rời nhau, và vì khía cạnh nghiệp của thức được nối kết chặt chẽ với khía cạnh bốn nguyên nên tự tính về hình sắc hay một thế giới đối tượng không được xác quyết đúng đắn, và này Mahamati, do đó mà hệ thống năm thức phát sanh. Này Mahamati, khi kết hợp năm thức này, thế giới đối tượng được xem như là lý do của sự sai biệt và các đối tượng được

nêu định rõ ràng thì bấy giờ chúng ta có Mạt Na Thức. Do đó mà có sự sinh ra của thân thể hay hệ thống các thức. Tuy nhiên, các thức ấy không nghĩ rằng chúng phụ thuộc vào nhau mà gắn chặt vào thế giới sở kiến hay thế giới sinh khởi từ chính cái tâm của người ta hay tự tâm sở hiện, và được cái tâm ấy phân biệt. Các thức và Mạt Na Thức sinh khởi đồng thời, phụ thuộc vào nhau, và không bị phá vỡ, mà mỗi thứ tự nhận lấy môi trường thể hiện riêng.

Theo truyền thống Phật giáo, có năm thứ nhãn (năm loại mắt hay thị giác). *Thứ nhất* là phàm nhãn, tức là mắt thịt của nhục thân, có tầm nhìn giới hạn. *Thứ nhì* là thiên nhãn, là mắt của chư Thiên ở cõi trời sắc giới, nhưng người phàm tu thiền định vẫn đạt được loại mắt này (với thiên nhãn thì chẳng luận xa gần, trong ngoài, sáng tối, đều thấy được hết). *Thứ ba* là huệ nhãn, là mắt của các bậc Thanh Văn, Duyên Giác và A La Hán, hay là trí huệ soi rõ lý chân không vô tướng. *Thứ tư* là như thị nhãn hay pháp nhãn, là mắt trí huệ của chư Bồ Tát hay pháp nhãn nhìn thấu suốt sự vật để cứu độ chúng sanh. *Thứ năm* là Phật nhãn hay thực nhãn, là mắt của bậc giác ngộ thấu suốt mọi vật (Đức Phật có đủ mắt Phật và bốn mắt trên).

Theo Kinh Diệu Pháp Liên Hoa, có năm cách nhìn (ngũ nhãn). *Thứ nhất là Nhục Nhãn*: Nhục nhãn là cách nhìn sự vật của một người bình thường, chỉ có thể nhận thức các tướng trạng và hình thái. Một người như thế thường chỉ có cái nhìn sự vật một cách sai lầm và phiến diện. Người ấy nhầm lẫn dầu với nước, cá voi với cá thường. *Thứ nhì là Thiên Nhãn*: Thiên nhãn là quan điểm từ đó chúng ta nghiên cứu các vấn đề một cách lý thuyết và nhận rõ các tính chất thiết yếu của chúng. Đây là lối nhìn sự vật dưới lăng kính của khoa học. Khi chúng ta theo lối nhìn này, chúng ta hiểu rằng nước được thành hình bằng một tập hợp của oxy và hydro. Từ quan điểm như thế chúng ta có thể biết trước khi nào có một sự giao hội ánh sáng giữa hai vì sao tính được tới năm, tháng, ngày, giờ, phút và giây. Đồng thời chúng ta có thể định lượng chính xác có bao nhiêu triệu tấn dầu ngầm dưới đất. Một người như thế, người có khả năng thấy sự vật mà một người bình thường không thể thấy được, được gọi là một nhà tiên tri. *Thứ ba là Tuệ Nhãn*: Tuệ nhãn là nhận rõ thực tính của các sự vật cũng như tướng trạng thật sự của chúng. Theo một ý nghĩa riêng, đây là một lối nhìn có tính cách triết học về các sự vật. Một người có tuệ nhãn có thể quan sát các sự vật mà một người thường không thể nhìn thấy được và có thể nhận

thức những vấn đề vượt ngoài trí tưởng tượng. Người ấy hiểu rằng mọi sự trên đời này luôn luôn biến đổi và không có một cái gì hiện hữu trong một hình thái cố định. Điều này có nghĩa là hết thấy mọi sự vật đều vô thường, không có sự vật nào hiện hữu một cách riêng lẻ trong vũ trụ mà không có liên quan với các sự vật khác; mọi sự vật hiện hữu trong mối liên hệ với mọi sự vật khác giống như những mắt lưới, không có cái gì có một tự ngã. *Thứ tư là Pháp Nhãn*: Pháp nhãn là lối nhìn có tính cách nghệ thuật về các sự vật. Đối với một người bình thường, núi đúng là núi, mây chỉ là mây. Nhưng một thi sĩ nhận thấy rằng ngọn núi nói chuyện với ông và đám mây chỉ dạy ông về cái gì đó. Ông cảm thấy một bông hoa xinh đẹp, một cội cây sừng sững và một dòng nước nhỏ nhỏ nói chuyện với ông, mỗi thứ đều có một ngôn ngữ riêng của nó. Không như một người bình thường, một nghệ sĩ ưu việt có thể tiếp xúc trực tiếp với đời sống của những hiện tượng thiên nhiên như thế. Trong trường hợp chính con người và đời người, một nghệ sĩ như thế có thể nhận biết những chân lý mà một người bình thường không thể nào nhận biết được. *Thứ năm là Phật Nhãn*: Phật nhãn là lối nhìn cao nhất trong mọi lối nhìn. Một người có được cái nhìn này không những chỉ có thể nhận thức được thực tướng của hết thấy mọi sự vật, mà còn có thể quán sát nó với lòng từ bi. Vị ấy thâm nhập vào thực tướng của hết thấy mọi sự vật với ý muốn làm cho mọi sự vật phát triển đến viên mãn khả năng của chúng, mỗi thứ theo nguyên tính của nó. Nói cách khác, vị ấy có cái nhìn thánh thiện của chư thiên, con mắt trí tuệ và con mắt Pháp trong khi đồng thời sở hữu cái tâm đại bi; đây là vị ấy dùng cái nhìn tôn giáo mà nhìn mọi vật theo ý nghĩa thật sự của chúng. Nếu chúng ta nhìn mọi sự vật bằng con mắt của Đức Phật, tự nhiên chúng ta sẽ nhận rõ cái phương cách thích hợp nhất để dẫn dắt từng người. Đức Phật có thể làm được như thế một cách toàn hảo. Vẫn biết chúng ta vẫn còn là những phàm nhân chưa có được những tâm thái như thế, chúng ta cũng có thể tiến dần đến trạng thái ấy nhờ tích lũy công hạnh trên đường đi đến Phật quả. Là người con Phật chơn thuần, chúng ta phải luôn luôn cố gắng nhìn mọi sự mọi vật bằng cái thái độ tâm thức được đặc căn bản trên tâm từ bi của Đức Phật.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, chư đại Bồ Tát có mười mắt. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được đại trí huệ nhãn vô thượng của Như Lai. *Thứ nhất* là nhục nhãn, vì thấy tất cả hình sắc. Đây là mắt thịt hay mắt của phàm phu, một trong ngũ nhãn. *Thứ nhì* là thiên

nhãn, vì thấy tất cả tâm niệm của tất cả chúng sanh. Đây là mắt của chư Thiên ở cõi trời sắc giới, nhưng người phàm tu thiền định vẫn đạt được loại mắt này (với thiên nhãn thì chẳng luận xa gần, trong ngoài, sáng tối, đều thấy được hết). *Thứ ba* là huệ nhãn, vì thấy tất cả những căn cảnh giới của tất cả chúng sanh. Đây là mắt của các bậc Thanh Văn, Duyên Giác và A La Hán, hay là trí huệ soi rõ lý chân không vô tướng. *Thứ tư* là pháp nhãn, vì thấy tướng như thật của tất cả pháp. Loại nhãn này có thể thấu suốt vạn hữu, có thể thấy rõ sự thật. *Thứ năm* là Phật nhãn, vì thấy thập lực của Như Lai. Phật nhãn là mắt của bậc giác ngộ nhìn thấu rõ thực tướng của chư pháp. *Thứ sáu* là trí nhãn, vì thấy biết các pháp. Trí nhãn thấy biết các pháp, không phải mắt thịt. Trí là mắt nhìn để đạt tới chân lý, hay là trí huệ soi rõ lý chân không vô tướng. *Thứ bảy* là quang minh nhãn, vì thấy quang minh của Đức Phật. *Thứ tám* là xuất sanh tử nhãn, vì thấy Niết Bàn. *Thứ chín* là vô ngại nhãn, vì chỗ thấy không chướng ngại. *Thứ mười* là nhứt thiết trí nhãn, vì thấy phổ môn pháp giới.

### ***“Eyes Organ” In Buddhist Points of View***

According to Buddhism, “Eye” is considered as one of the six cauras or robbers, such as the six senses, the six sense organs are the match-makers, or medial agents of the six robbers. The six robbers are also likened to the six pleasures of the six sense organs. The only way to prevent them is by not acting with them. Sincere Buddhists should always remember: “The eye should always avoid beauty; the ear should always avoid melodious sound; the nose should always avoid fragrant scent; the tongue should always avoid tasty flavour; the body should always avoid seductions; and the mind should always control thoughts.” According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, “Eye” is one of the six groups of contacts (Eye-contact, Ear-contact, Nose-contact, Tongue-contact, Body-contact, and Mind-contact). Also according to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, “Eye” is one of the twelve entrances (Eye, Ear, Nose, Tongue, Body, Mind, forms, sounds, scents, tastes, textures, and mental objects).

In the Lankavatara Sutra, the Buddha reminded Mahamati about the four causes that cause the eye-sense to be awakened. *First*, being



attached to the visible world, not knowing it is mind-made. *Second*, the tenaciously clinging to forms due to the habit-energy of unwarranted speculations and erroneous views from beginningless time. *Third*, the self-nature of the Vijnana itself. *Fourth*, an eager desire for the multitudinousness of forms and appearances. The Buddha reminded Mahamati: “Oh, Mahamati! Owing to the four causes, the waves of the evolving Vijnanas are set in motion in the Alaya which flows like the water in the midst of the ocean. Oh Mahamati, as with the eye-sense, so with the other senses, the perception of the objective world takes place simultaneously and regularly in all the sense-organs, atoms, and pores; it is like the mirror reflecting images, and oh Mahamati, like the wind-tossed ocean, the ocean of mind is disturbed by the wind of objectivity and the Vijnana-waves rage without ceasing. The cause and the manifestation of its action are not separated the one from the other; and on account of the karma-aspect of the Vijnana being closely united with the original-aspect, the self-nature of form or an objective world is not accurately ascertained, and, o Mahamati, thus evolves the system of the five Vijnanas. When together, oh Mahamati, with these five Vijnanas, the objective world is regarded as the reason of the differentiation and appearances are definitely prescribed, we have the Manovijnana. Caused by this is the birth of the body or the system of the Vijnanas. They do not, however, reflect thus: ‘we, mutually dependent, come to get attached to the visible world which grows out of one’s own mind and is discriminated by it.’ The Vijnanas and Manovijnana rise simultaneously, mutually conditioning, and not broken up, but each taking in its own field of representations.

According to the Buddhist tradition, there are five kinds of eyes or vision. *The first* kind of eyes is the human eye (physical eye), the flesh eye, or eye of the body. This kind of eyes has limited vision. *The second* kind of eyes is the celestial (god or deva) eye or heavenly eye. This kind of eyes has unlimited vision, usually attainable by men in dhyana. *The third* kind of eyes is the eye of wisdom or Hinayana wisdom. This kind of eyes sees all things as unreal. *The fourth* kind of eyes is the objective eye or the eyes of Bodhisattva that can see truth. This is the Dharma Eye that penetrates all things, to see the truth that releases men from reincarnation. *The fifth* kind of eyes is the Buddha

eye or Buddha vision. This is the Eye of the Enlightened One who see all and are omniscient.

According to the Lotus Sutra, there are five kinds of eyes. *The first kind of eyes is the Eye of a Material Body:* This means the way of viewing things of an ordinary person, who can perceive only material shapes and forms. Such a person often has a wrong or partial view of things. He mistakes oil for water and a whale for a fish. *The second kind of eyes is the Eye of Celestial Beings:* This means the viewpoint from which we investigate matters theoretically and discern their essential qualities. This is the scientific way of looking at things. When we take this view, we realize that water is formed by the combination of oxygen and hydrogen. From such a point of view, we can foretell when there will be a conjunction of light between two stars down to the year, month, day, hour, minute, and second. At the same time, we can estimate exactly how many millions of tons of petroleum are buried underground. Such a person, who has the ability of seeing things that an ordinary man cannot see, was called a clairvoyant in ancient times. *The third kind of eyes is the Eye of Wisdom:* This means to discern the entity of things and their real state. This, in a sense, a philosophical way of looking at things. A person with the eye of wisdom can observe things that are invisible to the average person and can perceive matters that are beyond imagination. He realizes that all things in this world are always changing and there is nothing existing in a fixed form. That is to say all things are impermanent, nothing in the universe is an isolated existence, having no relation to other things; everything exists in relationship with everything else like the meshes of a net, nothing has an ego. *The fourth kind of eyes is the Eye of the Law:* This means the artistic way of looking at things. To the average man, a mountain is just a mountain and a cloud is merely a cloud. But a poet feels that the mountain speaks to him and the cloud teaches him something. He feels that a beautiful flower, a dignified tree, and a little stream talk to him, each in its own special language. Unlike the average person, an outstanding artist can directly touch the lives of such natural phenomena. In the case of man himself and his human life, such an artist can also perceive truths that the ordinary person cannot. *The fifth kind of eyes is the Eye of the Buddha:* This means the highest of all viewpoints. A person with this kind of insight not only can perceive the

real state of all things but can also observe it with compassion. He penetrates the real state of all things with the desire to make all of them develop to the full extent of their potential, each according to its own original nature. In other words, he is endowed with the divine eye of celestial beings, the eye of wisdom, the eye of the Law while also possessing the mind of great compassion; it is he who takes a religious view of things in the true sense. If we view all living beings with the eye of the Buddha, we can naturally discern the means most suitable to guide each one. The Buddha can do this perfectly. Granted that we as ordinary people cannot possibly attain such mental state, we can approach it step by step through our accumulation of practice in the way to Buddhahood. As true Buddhists, we must always try to view everything with a mental attitude based on the compassionate mind of the Buddha.

According to the Flower Adornment Sutra, there are ten kinds of eye of Great Enlightening Beings. Enlightening Beings who abide by these attain the eye of supreme knowledge of Buddhas. *First*, the flesh eye, seeing all forms. This is the physical eye or eye of flesh (human eye), one of the five kinds of eye. *Second*, the celestial eye, seeing the minds of all sentient beings. This is the unlimited vision, attainable by men in dhyana. *Third*, the wisdom-eye, seeing the ranges of the faculties of all sentient beings. This is the eye of Hinayana wisdom, which sees all things as unreal. *Fourth*, the reality-eye, seeing the true characters of all things. The Dharma-eye, the eye of truth that perceives reality. The perception of Bodhisattvas and Buddhas. To see clearly or purely the truth: The (Bodhisattva) Dharma-eye which is able to penetrate all things. *Fifth*, the Buddha-eye, seeing the ten powers of the enlightened. The Buddha eye or the eye of the enlightened one who sees all and is omniscient. *Sixth*, the eye of knowledge, knowing and seeing all things. The eye of wisdom, or the eye of knowledge, knowing and seeing all things, not the flesh eye. Wisdom as an eye to attain the truth. Eye that sees all things as unreal. *Seventh*, the eye of light, seeing the light of Buddha. *Eighth*, the eye of leaving birth-and-death, seeing nirvana. *Ninth*, the unobstructed eye, its vision without hindrance. *Tenth*, the eye of omniscience, seeing the realm of reality in its universal aspect.



*Phần Bốn*  
*Part Four*

*Cảnh*  
*External States*



*Chương Hai Mươi*  
*Chapter Twenty*

*Tổng Quan Về Cảnh*

Cảnh là nơi tâm vin vào đó mà chạy theo gọi là cảnh, như pháp là nơi ý thức vin vào gọi là pháp cảnh, sắc là nhãn thức vin vào đó gọi là sắc cảnh, thanh là nơi nhĩ thức vin vào gọi là thanh cảnh, vân vân. Trong Phật giáo, chữ "cảnh" có nhiều nghĩa, như quang cảnh, môi trường, lãnh vực, phạm vi, đối tượng, hay kiến thức, vân vân. Thiền Phật giáo dường như có cách dùng chữ "cảnh" rất đặc biệt; thí dụ như "cảnh bất sinh" có nghĩa là một kinh nghiệm đặc biệt của Thiền chưa được khởi dậy trong người đệ tử. Như vậy, "cảnh" có nghĩa là cái kinh nghiệm hay kiến giải đặc biệt trong tâm, mà, dĩ nhiên có thể được xem như là một "đối tượng" được tâm quán tưởng hay lãnh hội. Hành giả nên luôn nhớ rằng cảnh duyên huyền giả tạm hợp rồi tan như ánh chớp, như ảo tưởng, như ma. Hành giả nên nhớ rằng ngoại cảnh giới là cảnh không phải do nội tâm hiện ra, mà từ bên ngoài đến. Chính vì vậy mà một khi không bị ngoại cảnh chi phối, đó chính là có tu. Ngược lại, nếu bị ngoại cảnh chuyển, ấy là đọa lạc. Ngoại cảnh còn là điều kiện hay hoàn cảnh bên ngoài khiến cho người ta làm việc ác. Tất cả những trở ngại và bất toàn không do những điều kiện bên ngoài, mà là do tâm tạo. Nếu chúng ta không có sự tĩnh lặng nội tâm, không có thứ gì bên ngoài có thể mang lại hạnh phúc cho chúng ta. Có những cảnh giới riêng biệt khác nhau, cũng là biệt cảnh tâm sở (tâm sở của những cảnh riêng biệt).

Theo Duy Thức Học, biệt cảnh là những ý tưởng hay trạng thái tâm thức khởi lên khi tâm được hưởng về những đối tượng hay điều kiện khác nhau. Theo Pháp Tướng Tông, biệt cảnh là những yếu tố của tâm sở bao gồm năm thứ: dục, thắng giải, niệm, định và huệ. Cảnh giới nghĩa đen là "phạm vi cho súc vật" hay "đồng cỏ cho súc vật," là một phạm vi cho hành động và đối tượng của giác quan. Trong Kinh Lăng Già, cảnh giới có nghĩa là một thái độ tâm linh chung mà người ta có đối với thế giới bên ngoài, hay đúng hơn là một khung cảnh tâm linh mà sự hiện hữu của con người được bao bọc trong đó. Trong tu tập, hành giả không nên "cảnh lý cầu hình", nghĩa là cố tìm vật sau gương (xem thấy bóng dáng sự vật trong gương rồi đưa tay ra phía sau gương

để nắm bắt vật đó), ý nói lấy giả làm thật (lộng giả thành chơn), chỉ uổng công vô ích mà thôi. Như trên đã đề cập, ngoại cảnh giới là cảnh không phải do nội tâm hiện ra, mà từ bên ngoài đến. Tuy nhiên, cảnh như gió hay làm tâm động. Trong nhà Thiền thì Phướn Động, Gió Động Hay Tâm Động? Lục tổ Huệ Năng đã khẳng định với các vị sư đang cãi cọ trước tu viện Pháp Tâm rằng: “Chẳng phải phướn động, cũng chẳng phải gió động, mà là tâm của mấy ông động.”

### *An Overview of Objects*

A prospect, region, territory, surroundings, views, circumstances, environment, area, field, sphere, environments and conditions, i.e., the sphere of mind, the sphere of form for the eye, of sound for the ear, etc. In Buddhism, the word "object" has many meanings, such as scene, environment, domain, sphere, object, understanding, etc. Zen Buddhists seemed to have a special usage of this word; for instance, a realm has not yet arisen (ching pu sheng) means a certain specific experience of Zen which has not yet arisen in the disciple. Thus "realm" means the specific experience or understanding within one's mind, which, of course, can be referentially treated as an "object" visualized or comprehended by the mind. Practitioners should always remember that all things and conditions come together and disintegrate like a lightning, an illusion or a phantom. Practitioners should remember that external states or external realms are realms which are not created by the mind, but come from the outside. For this reason, if you can remain unperturbed by external states, then you are currently cultivating. On the contrary, if you are turned by external states, then you will fall. External states are also external conditions or circumstances which stir or tempt one to do evil. Problems and dissatisfaction do not develop because of external conditions, but from our own mind. If we don't have internal peace, nothing from outside can bring us happiness. There are different kinds of regions, states or conditions.

According to the Mind-Only theories, different realms mean the ideas, or mental states which arise according to the various objects or conditions toward which the mind is directed. According to the Fa-Hsiang School, this group of elements falls under the general category of "mental function" which has five elements: desire, verification,



recollection, meditation, and wisdom. Gocara means experience, mental attitude. Gocara literally means “a range for cattle,” or “a pasturage,” is a field for action and an object of sense. In the Lankavatara Sutra, it means a general attitude one assumes toward the external world, or a better spiritual atmosphere in which one’s being is enveloped. In cultivation, practitioners should not try to find things behind the mirror, this indicates someone who fulfils what was promised in jest, only wastes the time without any result. As mentioned above, external states or external realms are realms which are not created by the mind, but come from the outside. However, the wind moving usually causes our minds moving. In Zen, the question for Zen practitioners is that the flag moving, the wind moving, or our minds moving? Several monks was arguing back and forth about the flag and the wind without reaching the truth in front of the Fa Hsin monastery in Kuang Chou. The sixth patriarch, Hui-Neng, said to them: “It is not the wind moving, neither the flag moving. It is your own minds that are moving.”



***Chương Hai Mươi Một***  
***Chapter Twenty-One***

***Nội Cảnh***

Nội cảnh giới cũng gọi là tự tâm cảnh giới, vì cảnh giới này không phải từ bên ngoài vào, mà chính do nơi công dụng trong tâm phát hiện. Những người không hiểu rõ lý “Vạn pháp duy tâm” cho rằng tất cả cảnh giới đều từ bên ngoài đến, là lối nhận định sai lầm. Bởi khi hành giả dụng công đến mức tương ứng, dứt tuyệt ngoại duyên, thì chủng tử của các pháp tiềm tàng trong tạng thức liền phát ra hiện hạnh. Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, trên đường tu không tinh tấn thì thôi, nếu dụng công tinh tấn, nhất định có cảnh giới, những cảnh này hoặc đến từ bên ngoài, hoặc đến từ bên trong. Với người niệm Phật trì chú, thì công năng của Phật hiệu và mật cú đi sâu vào nội tâm, tất gặp sự phản ứng của hạt giống thiện ác trong tạng thức, cảnh giới phát hiện rất là phức tạp. Các cảnh ấy thường hiện ra trong giấc mơ, hoặc ngay trong khi tỉnh thức lúc đang dụng công niệm Phật. Nhà Phật gọi trạng thái này là “A Lại Da Biến Tướng.” Trong giấc mơ, nếu do chủng tử ác phát hiện, hành giả hoặc thấy các loài sâu trong mình bò ra, hoặc thấy nơi thân có loại nhiều chân giống như bò cạp, rết, mỗi đêm mình gở ra năm bảy con; hoặc thấy các loài thú ma quái, cảnh tượng rất nhiều không tả xiết được! Đại khái người nhiều nghiệp tham nhiễm, bỗ xén, hiểm độc, thường thấy tướng nam nữ, rắn rết, hoặc dị loại sắc trắng. Người nhiều nghiệp sân hận, thường thấy cạp beo, hoặc dị loại sắc đỏ. Người nhiều nghiệp si mê, thường thấy loài súc vật, sò ốc, hoặc dị loại sắc đen. Tuy nhiên, đây chỉ là ước lược, không phải tất cả đều nhất định như thế. Nếu do chủng tử lành phát hiện, hành giả thấy cây cao hoa lạ, thặng cảnh tươi tốt trang nghiêm, màn lưới châu ngọc; hoặc thấy mình ăn các thứ thơm ngon, mặc đồ trân phục, ở cung điện báu, hay nhẹ nhàng bay lướt trên hư không. Tóm lại, trong tâm của chúng sanh có đủ chủng tử mười pháp giới; chủng tử lành hiện thì thấy cảnh Phật, Bồ Tát, Nhơn, Thiên; chủng tử ác hiện thì thấy cảnh tam đồ tội khổ. Như người kiếp trước có tu theo ngoại đạo, thường thấy mình phóng ra luồng điện, hoặc xuất hồn đi dạo chơi, tiếp xúc với các phần âm nói về chuyện thanh suy, quốc sự. Hoặc có khi tâm thanh tịnh, trong giấc mơ thấy rõ việc xảy ra

đôi ba ngày sau, hay năm bảy tháng sẽ đến. Đại khái người đời trước có tu, khi niệm Phật liền thấy cảnh giới lành. Còn kẻ nghiệp nhiều kém phước đức, khi mới niệm Phật thường thấy cảnh giới dữ; trì niệm lâu ngày ác tướng mới tiêu tan, lần lượt sẽ thấy điềm tốt lành. Về cảnh trong khi thức, nếu hành giả dụng công đến mức thuần thực, có lúc vọng tình thoát nhiên tạm ngưng, thân ý tự tại. Có lúc niệm Phật đến bốn năm giờ, nhưng tự thấy thời gian rất ngắn như khoảng chừng đôi ba phút. Có lúc đang trì niệm, các tướng tốt lạ hiện ra. Có lúc vô ý, tinh thần bỗng nhiên được đại khoái lạc. Có lúc một động một tịnh, thấy tất cả tâm và cảnh đều không. Có lúc một phen thấy nghe, liền cảm ngộ lý khổ, không, vô thường, vô ngã, dứt tuyệt tướng ta và người. Những tướng trạng như thế nhiều không thể tả xiết! Những cảnh tướng như thế gọi là nội cảnh giới hay tự tâm cảnh giới, do một niệm khinh an hiện ra, hoặc do chủng tử lành của công đức niệm Phật trì chú biến hiện. Những cảnh này thoát hiện liền mất, hành giả không nên chấp cho là thật có rồi để tâm lưu luyến. Nếu sanh niệm luyến tiếc, nghĩ rằng cảnh giới ấy sao mà nhẹ nhàng an vui, sao mà trang nghiêm tốt đẹp, rồi mơ tưởng khó quên, mong cho lần sau lại được thấy nữa, đó là điểm sai lầm rất lớn. Cổ nhân đã chỉ trích tâm niệm này là “gãi trước chớ ngứa.” Bởi những cảnh tướng ấy do sự dụng công đắc lực tạm hiện mà thôi, chớ không có thật. Nên biết khi người tu dụng công đến trình độ nào tự nhiên cảnh giới ấy sẽ hiện ra. Ví như người lữ hành mỗi khi đi qua một đoạn đường, tất lại có một đoạn cảnh vật sai khác hiển lộ. Nếu như kẻ lữ hành chưa đến nhà, mà tham luyến cảnh bên đường không chịu rời bước, tất có sự trở ngại đến cuộc hành trình, và bị bơ vơ giữa đường chẳng biết chừng nào mới về đến nhà an nghỉ. Người tu cũng như thế, nếu tham luyến cảnh giới tạm, thì không làm sao chứng được cảnh giới thật. Thảng như mơ tưởng đến độ cuồng vọng, tất sẽ bị ma phá, làm hư hại cả một đời tu. Kinh Kim Cang nói: “Phàm có những tướng đều là hư vọng; nếu thấy các tướng chẳng phải tướng, tức thấy Như Lai.” (phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng; nhược kiến chư tướng phi tướng, tức kiến Như Lai). “Có những tướng” không phải “những tướng có” thuộc về pháp hữu vi sanh diệt, bởi các tướng ấy chẳng tự bảo rằng mình có hay không, thật hay giả, chỉ do kẻ chưa ngộ đạo lý động niệm phân biệt, chấp cho là có, không, thật, giả, nên mới thành ra hư vọng. Đến như bậc tham thiền khi nhập định, thấy định cảnh mệnh mang rỗng không trong suốt, tự tại an nhàn, rồi sanh niệm

ưa thích; hay khi tỏ ngộ được một đạo lý cao siêu, rồi vui mừng chấp giữ lấy, cũng đều thuộc về “có tướng.” Và đã “có tướng” tức là có hư vọng. “Thấy các tướng” là thấy những tướng lành, dữ, đẹp, xấu, dơ, sạch, có, không, Phật, chúng sanh, cho đến cảnh âm ấm, sáu trần, vân vân, “chẳng phải tướng,” nghĩa là thấy mà đừng chấp trước cũng đừng phủ nhận, cứ để cho nó tự nhiên. Tại sao không nên phủ nhận? Bởi các tướng tuy hư huyền, nhưng cũng chẳng phải là không; ví như bóng trăng đáy nước, tuy không phải thật có, nhưng chẳng phải không có tướng hư huyền của bóng trăng. Cho nên trong khi tu, nếu thấy các tướng hiện, đừng lưu ý, cứ tiếp tục dụng công; ví như người lữ hành, tuy thấy cảnh bên đường, nhưng vẫn tiến bước để mau về đến nhà. “Tức thấy Như Lai” là thấy bản tánh Phật, hay thấy được đạo vậy.

Tóm lại, từ các tướng đã kể trên, cho đến sự nhứt tâm, lý nhứt tâm, đều là nội cảnh giới. Cảnh giới này có hai phương diện là Tương Tự và Phần Chứng. Cảnh tương tự là tạm thấy rồi liền mất. Cảnh phần chứng là một khi được tất được vĩnh viễn, vì đã chứng ngộ được một phần chân như. Không luận nội cảnh hay ngoại cảnh, nếu là tương tự đều không phải là chân cảnh giới, mà gọi là thấu tiêu tức, nghĩa là không thấu được một phần tin tức của chân tâm. Người thật phát lòng cầu giải thoát, chớ nên đem tướng thấu tiêu tức nhận làm chân cảnh giới. Thấu tiêu tức ví như cảnh trời âm u râm tối, hốt nhiên có trận gió thổi làm mây đen tạm tan, hé ra một chút ánh thái dương, kể đó mây đen lại che khuất. Lại như người xưa cọ cây lấy lửa, trước khi lửa bật lên, tất có tướng khói phát hiện. Chân cảnh giới ví như ánh thái dương sáng suốt giữa trời trong tạnh, và như lúc cọ cây đã lấy được lửa. Tuy nhiên, cũng đừng xem thường thấu tiêu tức, vì có được tướng này, mới chứng minh xác thực có chân cảnh giới. Nên từ đó gia công tinh tấn, thì chân cảnh giới mới không xa.

### *Internal Realms*

Internal realms are also called “realms of the Self-Mind” because they do not come from outside, but develop from the mind. Those who do not clearly understand the truth that “the ten thousand dharmas are created by the mind,” think that all realms come from the outside. This is wrong. When the practitioner reaches the stage of mutual interpenetration of mind and realms, completely severing external

conditions, the seeds of latent dharmas in the Alaya consciousness suddenly manifest themselves. According to Most Venerable Thích Thiên Tâm in *The Pure Land Buddhism in Theory and Practice*, if we are not diligent and do not exert efforts along the path of cultivation, nothing usually happens; however, if we are diligent and exert a great deal of effort, we will definitely witness different realms, these realms either come from within the mind or are caused by outside sources. For the Buddha Recitation or mantra-chanting practitioner, the power of the Buddha's name or the mantra penetrates deep into the mind, eliciting a reaction from the wholesome or evil seeds in the Alaya consciousness. The realms that result are very complex and usually appear in dreams, or even when the practitioner is awake and striving to recite the Buddha's name. In Buddhism, this condition is called "Changing manifestations of the Alaya consciousness." In the dreaming scenes, if the events or scenes result from evil seeds, the practitioner may see various species of worms crawling out of his body, or witness himself, night after night, removing from his body six or seven loathsome creatures with many limbs, such as scorpions or centipedes. Or else, he may see various species of wild animals and or spirits or ghosts. Such realms are innumerable and cannot all be described. In general, individuals greatly afflicted with greed, who are miserly and wicked, usually see marks of men and women, snakes and serpents and odd species with white features and forms. Those harboring a great deal of anger and resentment usually see tigers and leopards or strange species with red forms and features. Those who are heavily deluded usually see domestic animals, clams, oysters, snails or different species with black forms and features. The above, however, is merely indicative; it does not mean that everything will be exactly as described. If the scenes in his dream come from good wholesome seeds, the practitioner sees tall trees and exotic flowers, beautiful scenery, bright adorned with nets of pearls. Or else, he sees himself eating succulent, fragrant food, wearing ethereal garments, dwelling in palaces of diamonds and other precious substances, or flying high in open space. Thus, in summary, all the seeds of the ten Dharma Realms are found in the minds of sentient beings. If wholesome seeds manifest themselves, practitioners view the realms of Buddhas, Bodhisattvas, human, and celestial beings; if evil karma is manifested, they witness scenes from

the wretched three Evil Paths. If the cultivator has followed externalist ways in past lives, he usually sees his body emitting electric waves, or his soul leaving the body to roam, meeting demons, ghosts and the like, to discuss politics and the rise and fall of countries and empires. On the other hand, when the practitioner's mind is pure, he will know in his dreams about events that will occur three or four days, or seven or eight months, hence. In general, those who have cultivated in previous lives will immediately see auspicious realms when reciting the Buddha's name. Those with heavy karma, lacking merit and virtue, will usually see evil realms when they begin Buddha Recitation. In time, these evil omens will disappear and gradually be replaced with auspicious omens. If the practitioner's efforts have reached a high level, there are times during his walking hours when all deluded feelings suddenly cease for a while, body and mind being at ease and free. At other times, the practitioner may recite for four or five hours but feel that the time was very short, perhaps two or three minutes. Or else, at times during recitation, wholesome omens will appear. At other times, unconsciously, his mind experiences great contentment and bliss. Sometimes, he realizes for a split second that mind and realm are both empty. At other times, just by hearing or seeing something once, he becomes awakened to the truth of suffering, emptiness, impermanence and No-Self, completely severing the marks of self and others. These occurrences are too numerous to be fully described! Visionary scenes such as the above, called "internal realms" or "realms of the Self-Mind," have their origin in a thought of peace and stillness, or are caused by wholesome seeds generated by Buddha or Mantra Recitation. They appear suddenly and are lost immediately. The practitioner should not be attached to them, thinking that they are real, nor should he remember them fondly. It is an extreme mistake to develop nostalgia for them, thinking how ethereal, calm and peaceful, beautiful and well-adorned they were, they day-dream about them, unable to forget them, longing for their reappearance. The ancients have criticized such thoughts as "scratching in advance and waiting for the itch." This is because these scenes have their origin in diligent exertion and appear temporarily. They have no true existence. We should realize that when the practitioner exerts a certain level of efforts, the scenes and features particular to that level will appear

naturally. Take the example of a traveller who views different scenery as he passes along various stretches of the road. If he has not reached home, yet develops such an attachment and fondness for a particular scene along the road that he refuses to proceed, his travel will be impeded. He will then be helplessly lost in the midst of his journey, not knowing when he will finally return home to rest. The practitioner is like that traveller; if he becomes attached to and fond of temporary realms and scenes, he will never attain the true realms. Were he to dream of them to the point of insanity, he would be destroyed by demons and waste an entire lifetime of practice! The Diamond Sutra states: "Everything in this world that has marks is illusory; to see marks as not marks is to see the Tathagata." Everything that has marks refers here to compounded, conditioned dharmas. Those marks cannot be said either to exist or not to exist, or to be true or false. Delusion arises precisely because unenlightened sentient beings discriminate, become attached and think that these marks exist or do not exist are real or are false. Even the fondness which some Zen practitioners develop for samadhi, upon entering concentration and experiencing this immense, empty, still, transparent, peaceful and free realm, falls into the category of "having marks." The same is true when these practitioners, once awakened to a certain lofty, transcendental principle, joyfully grasp at it. Once there are marks, there is delusion. "To see marks" means to see such marks as auspicious or evil, good or bad, dirty or clean, existent or non-existent, Buddha or sentient beings, even the realms of the Five Skandas or the Six Dusts, etc. "As not marks" means seeing but neither becoming attached to nor rejecting them, just letting everything be. Why should we not reject them? It is because marks, while illusory, are not non-existent. This is not unlike the reflection of the moon in the water. Although the reflected moon is not real, this does not mean that there is no illusory mark of moonlight. Therefore, if we see marks appear while we are cultivating, we should disregard them and redouble our efforts, just like the traveller, who views varied scenery en route but must push forward to reach home quickly. "To see the Tathagata" is to see the original Buddha Nature, to see the Way.

In summary, all states of mind, from those described above to the state of one-pointedness of mind, belong to the category of "internal realms." These realms have two aspects: "Attainment-like" and



“Partial attainment.” “Attainment-like” realms appear temporarily and disappear immediately. “Partial attainment” realms are those that once achieved, we have forever, because we have actually attained a part of True Thusness. Regardless of whether it is internal or external, if it is “attainment-like” it is not a True Realm; it is merely a full understanding of some of the manifestations of the True Mind. Practitioners who truly seek liberation should not confuse these aspects, taking attainment-like marks for the True Realm. Attainment-like marks are like a dark, leaden sky which suddenly clears, thanks to the winds which temporarily push away the dark clouds, letting a few rays of sunlight through before the sky becomes overcast again. They also resemble the “mark” of smoke just before the fire that people used to get when they rubbed two pieces of wood together. The True Realm can be likened to the bright sunlight in a clear and calm sky. It is like rubbing pieces of wood together and already having fire. However, we should not underestimate attainment-like marks, as they demonstrate the genuine existence of the True Realm. If, from that level, we diligently redouble our efforts, the True Realm is not that far away after all.



***Chương Hai Mươi Hai***  
***Chapter Twenty-Two***

***Ngoại Cảnh***

Ngoại cảnh giới là cảnh không phải do nội tâm hiện ra, mà từ bên ngoài đến. Cảnh là nơi tâm vin vào đó mà chạy theo gọi là cảnh, như pháp là nơi ý thức vin vào gọi là pháp cảnh, sắc là nhãn thức vin vào đó gọi là sắc cảnh, thanh là nơi nhĩ thức vin vào gọi là thanh cảnh, vân vân. Không bị ngoại cảnh chi phối, đó chính là có tu. Ngược lại, nếu bị ngoại cảnh chuyển, ấy là đọa lạc. Ngoại cảnh còn là điều kiện hay hoàn cảnh bên ngoài khiến cho người ta làm việc ác. Theo Hòa Thượng Thích Thiền Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, trên đường tu không tinh tấn thì thôi, nếu dụng công tinh tấn, nhứt định có cảnh giới, những cảnh giới này có những loại trong và ngoài khác nhau.

Tất cả những trở ngại và bất toàn không do những điều kiện bên ngoài, mà là do tâm tạo. Nếu chúng ta không có sự tĩnh lặng nội tâm, không có thứ gì bên ngoài có thể mang lại hạnh phúc cho chúng ta. Các cảnh giới riêng biệt khác nhau, cũng là biệt cảnh tâm sở (tâm sở của những cảnh riêng biệt). Theo Duy Thức Học, biệt cảnh là những ý tưởng hay trạng thái tâm thức khởi lên khi tâm được hưởng về những đối tượng hay điều kiện khác nhau. Theo Pháp Tướng Tông, biệt cảnh là những yếu tố của tâm sở bao gồm năm thứ: dục, thắng giải, niệm, định và huệ. Theo Lạt Ma Anarika Govinda, người Phật tử cũng như hành giả không tin rằng có thế giới bên ngoài hiện hữu độc lập, riêng biệt mà bản thân họ có thể len vào trong những mãnh lực của nó. Đối với họ, thế giới bên ngoài và bên trong nội tâm chỉ là hai mặt của cùng một khuôn vãi; trong đó những sợi chỉ của mọi động lực và biến cố của mọi hình thái của ý thức và đối tượng của nó cùng dệt thành một màng lưới bất khả phân ly, màng lưới của những tương quan vô tận và điều kiện hóa lẫn nhau.

Ngoại cảnh giới là cảnh không phải do nội tâm hiện ra, mà từ bên ngoài đến. Hoặc có hành giả thấy Phật, Bồ Tát hiện thân thuyết pháp, khuyến tấn khen ngợi. Hoặc có hành giả đang khi niệm Phật, thoát nhiên tâm khai, thấy ngay cõi Cực Lạc. Hoặc có hành giả đang tịnh niệm thấy chư thần tiên đến, chấp tay vi nhiễu xung quanh tỏ ý kính trọng, hoặc mời đi dạo chơi. Hoặc có hành giả thấy các vong đến cầu

xin quy-y. Hoặc có hành giả khi mức tu cao, bị ngoại ma đến thử thách khuấy nhiễu. Như khi xưa có một Phật tử căn tánh ngu tối, song thường kính niệm Đức Quán Thế Âm. Một đêm nằm mơ thấy Bồ Tát đến bảo nên thường tham cứu bài kệ sau đây, lâu ngày sẽ được khai ngộ:

“Đại trí phát nơi tâm  
Nơi tâm chỗ nào tìm  
Thành tựu tất cả nghĩa  
Không cố cũng không kim!”

Những tướng trạng kể trên đều gọi là ngoại cảnh giới. Có người hỏi: “Thấy Phật thấy hoa sen, có phải là cảnh ma chăng? Kỳ thật, nếu nhân quả phù hợp, thì quyết không phải là cảnh ma. Bởi tông Tịnh Độ thuộc về “Hữu Môn,” người niệm Phật khi mới phát tâm, từ nơi tướng có mà đi vào, cầu được thấy Thánh cảnh. Đến khi thấy hảo tướng, đó là do quả đến đáp nhân, nhân và quả hợp nhau, quyết không phải là cảnh ma. Trái lại, như Thiên tông, từ nơi “Không Môn” đi vào, khi phát tâm tu liền quét sạch tất cả tướng, cho đến tướng Phật tướng Pháp đều bị phá trừ. Bậc thiền sĩ không cầu thấy Phật hoặc hoa sen, mà tướng Phật và hoa sen hiện ra, đó là nhân quả không phù hợp. Quả không có nhân mà phát hiện, đó mới chính là cảnh ma. Cho nên người tu thiền luôn luôn đưa cao gương huệ, ma đến giết ma, Phật đến giết Phật, đi vào cảnh chân không, chẳng dung nạp một tướng nào cả.

Theo Pháp Tướng Tông, đối tượng của thế giới bên ngoài in hình bóng vào tâm thức gồm có ba loại cảnh. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, thì thuyết về ba loại cảnh có thể là xuất xứ từ Na Lan Đà. Những bài kệ thông dụng của Pháp Tướng Tông lại hầu như có nguồn gốc từ Trung Hoa, như sau:

“Tâm cảnh bất tùy tâm.  
Độc ảnh duy tùy kiến.  
Đái chất thông tình bản.  
Tánh chủng đẳng tùy ứng.”

Bài kệ này giải thích bằng cách nào mà ba loại cảnh liên hệ với nhiệm vụ chủ thể và bản chất nguyên bản ngoại tại. Bạn có thể điên đầu trong khi tìm hiểu vì sao Duy Thức Học lại có cái gọi là “thực thể nguyên bản.” Thực ra, đừng quên rằng mặc dù nó là thực thể ngoại tại, nó lại là cái biểu lộ ra ngoài từ nơi thức. Đệ bát A Lại Da thức tự nó không phải là thực thể cố định không thay đổi; nó luôn luôn biến chuyển từng sát na, và được huân tập hay ghi nhận ấn tượng bằng tri

nhận và hành động, nó trở thành tập quán và hiệu quả trong sự biểu lộ ngoại tại. Nó giống như dòng nước chảy không bao giờ dừng lại ở một nơi nào trong hai thời hạn tiếp nối nhau. Và chỉ duy có dựa vào sự liên tục của dòng nước ta mới có thể nói về “dòng sông.” Hãy quan sát ba loại ngoại cảnh này. Thứ nhất là “Tánh Cảnh”. Tri nhận tức thời, nghĩa là đối tượng có bản chất nguyên bản và trình bày nó như là chính nó, cũng như năm đối tượng giác quan, sắc, thanh, hương, vị, xúc, được tri nhận như vậy. Tiền ngũ thức và đệ bát A Lại Da thức, tri nhận đối tượng theo cách này. Thứ nhì là “Đối Chất Cảnh”. Đối tượng có một bản chất nguyên bản nhưng lại không được tri nhận đúng y như vậy. Khi đệ thất Mạt Na Thức nhìn lại nhiệm vụ chủ thể của đệ bát A Lại Da Thức, nó xem thức này như là ngã. Nhiệm vụ chủ thể của A Lại Da đệ bát thức có bản chất nguyên bản, nhưng nó không được đệ thất Mạt Na Thức nhìn thấy y như vậy, và chỉ được xem như là ngã, mà thực tại thì chỉ là ảo giác vì nó không phải là ngã. Thứ ba là “Độc Ảnh Cảnh”, hay là ảo giác. Hình bóng chỉ xuất hiện tự nơi tưởng tượng và không có hiện hữu thực sự. Lẽ dĩ nhiên, nó không có bản chất nguyên bản, như một bóng ma vốn không có hiện hữu. Chỉ có trung tâm giác quan thứ sáu hoạt động và tưởng tượng ra loại cảnh này.

Thiền giúp cho tâm không bị phiền toái bởi ngoại cảnh nữa. Một đối tượng vật thể có gây phiền toái hay không thường thường tùy thuộc vào trạng thái tâm hơn là vào chính đối tượng đó. Nếu chúng ta cho rằng nó là phiền toái, thì nó phiền toái. Nếu chúng ta không cho rằng nó phiền toái thì nó không phiền toái. Tất cả đều tùy thuộc vào trạng thái tâm. Thí dụ như đôi khi trong thiền quán chúng ta bị tiếng động quấy nhiễu. Nếu chúng ta nương theo và mắc kẹt vào chúng, chúng sẽ quấy rối thiền quán của chúng ta. Tuy nhiên, nếu chúng ta dứt bỏ chúng khỏi tâm của chúng ta ngay khi chúng vừa mới khởi lên, thì chúng sẽ không tạo sự quấy nhiễu. Nếu chúng ta luôn đòi hỏi một cái gì đó từ cuộc sống, thì chúng ta sẽ không bao giờ thỏa mãn. Nhưng nếu chúng ta chấp nhận cuộc đời là cái mà chúng ta đang là hay đang có, thì chúng ta sẽ luôn biết đủ. Có người tìm hạnh phúc trong vật chất; người khác lại cho rằng có thể có hạnh phúc mà không cần đến vật chất. Tại sao lại như vậy? Bởi vì hạnh phúc là một trạng thái của tâm, không thể đo được bằng số lượng tài sản. Nếu chúng ta biết đủ với những gì chúng ta đang là hay đang có, thì chúng ta sẽ luôn có hạnh phúc. Ngược lại nếu chúng ta không hài lòng với những gì chúng ta

đang là hay đang có, thì bất hạnh luôn ngự trị trong ta. Tham dục không có đáy, vì dù đổ vào bao nhiêu thì tham dục vẫn luôn trống rỗng. Kinh Tứ Thập Nhị Chương dạy: “Một kẻ đầy tham dục dù sống trên trời cũng không thấy đủ; một người đã lìa tham dục dù phải ở dưới đất vẫn thấy hạnh phúc.”

### *External States or Objects*

A prospect, region, territory, surroundings, views, circumstances, environment, area, field, sphere, environments and conditions, i.e. the sphere of mind, the sphere of form for the eye, of sound for the ear, etc. External realms are realms which are not created by the mind, but come from the outside. A prospect, region, territory, surroundings, views, circumstances, environment, area, field, sphere, environments and conditions, i.e. the sphere of mind, the sphere of form for the eye, of sound for the ear, etc. If you can remain unperturbed by external states, then you are currently cultivating. On the contrary, if you are turned by external states, then you will fall. External states are also external conditions or circumstances which stir or tempt one to do evil. According to Most Venerable Thích Thiền Tâm in *The Pure Land Buddhism in Theory and Practice*, if we are not diligent and do not exert efforts along the path of cultivation, nothing usually happens; however, if we are diligent and exert a great deal of effort, we will definitely witness different realms. These realms either come from within the mind or are caused by outside sources.

Problems and dissatisfaction do not develop because of external conditions, but from our own mind. If we don't have internal peace, nothing from outside can bring us happiness. According to the Mind-Only theories, different realms mean the ideas, or mental states which arise according to the various objects or conditions toward which the mind is directed. According to the Fa-Hsiang School, this group of elements falls under the general category of “mental function” which has five elements: desire, verification, recollection, meditation, and wisdom. According to Lama Anarika Govinda, the Buddhist as well as a Zen practitioner does not believe in an independent or separate existing external world into those dynamic forces he could insert himself. The external world and his internal world are for him only two

sides of the same fabric, in which threads of all force and of all events, of all forms of consciousness and of their objects are woven into an inseparable net of endless, mutually conditioned relations.

External realms are realms which are not created by the mind, but come from the outside. For example, some practitioners might see Buddhas and Bodhisattvas appearing before them, preaching the Dharma, exhorting and praising them. Others, while reciting the Buddha's name, suddenly experience an awakening and immediately see the Land of Ultimate Bliss. Some practitioners, in the midst of their pure recitation, see deities and Immortals arrive, join hands and circumambulate them respectfully, or invite them for a leisurely stroll. Still other practitioners see "wandering souls of the dead" arrive, seeking to take refuge with them. Yet others, having reached a high level in their practice, have to endure challenges and harassment from external demons. For example, there was once a layman of rather dull capacities who constantly worshipped Avalokitesvara Bodhisattva. During a dream one night, he saw the Bodhisattva urging him to meditate on the following stanza, and in time he would experience a Great Awakening:

"Great wisdom develops from the mind  
Where in the Mind can it be found?  
To realize all meanings,  
Is to have neither past nor present."

The realms and manifestations summarized above are called "External realms." Some might ask, "To see Buddhas and lotus blossoms is it not to see demonic apparitions?" If cause and effect coincide, these are not "demonic realms." This is because the Pure Land method belongs to the Dharma Door of Existence; when Pure Land practitioners first develop the Bodhi Mind, they enter the Way through forms and marks and seek to view the celestial scenes of the Western Pure Land. When they actually witness these auspicious scenes, it is only a matter of effects corresponding to causes. If cause and effect are in accord, how can these be "demonic realms?" In the Zen School, on the other hand, the practitioner enters the Way through the Dharma Door of Emptiness. Right from the beginning of his cultivation, he wipes out all marks, even the marks of the Buddhas or the Dharma are destroyed. The Zen practitioner does not seek to view

the Buddhas or the lotus blossoms, yet the marks of the Buddhas or the lotus blossoms appear to him. Therefore, cause and effect do not correspond. For something to appear without a corresponding cause is indeed the realm of the demons. Thus, the Zen practitioner always holds the sword of wisdom aloft. If the demons come, he kills the demons; if the Buddha comes, he kills the Buddha, to enter the realm of True Emptiness is not to tolerate a single mark.

According to the Dharmalakṣaṇa, the objects of the outer world (visaya), which throw shadows on the mind-face are of three kinds. The theory of three kinds of the object-domain may have originated from Nalanda, but the four-line memorial verse current in the school is probably of Chinese origin. It runs as follow:

“The object of nature does not follow the mind (subjective).

The subject may be good or evil,

But the object is always neutral.

The mere shadow only follows the seeing (subjective).

The object is as the subject imagines.

The object with the original substance.

The character, seed, etc, are various as occasions require.

The object has an original substance,

But the subject does not see it as it is.”

This four-line verse explains how the three kinds of the object-domain are related to the subjective function and the outer original substance. One may be puzzled in understanding how an idealism can have the so-called original substance. We should not forget that though it is an outer substance it is after all a thing manifested out of ideation. The eighth, the Alaya-consciousness itself, is not an unchangeable fixed substance (dravya), but is itself ever changing instantaneously (ksanika) and repeatedly; and, being ‘perfumed’ or having impressions made upon it by cognition and action, it becomes habituated and efficient in manifestation. It is like a current of water which never stops at one place for two consecutive moments. It is only with reference to the continuity of the stream that we can speak of a river. Let examine these three kinds of object-domain. First, object domain of nature or immediate perception: The object that has the original substance and presents it as it is, just as the five objects of the sense, form, sound, smell, taste and touch, are perceived as they are. The first five sense-



consciousnesses and the eighth, the store-consciousness, perceive the object in this way. Second, object-domain with the original substance: The object has an original substance and yet is not perceived as it is. When the seventh, the thought-center, looks at the subjective function of the eighth, the store-center, it considers that it is self or ego. The subjective function of the eighth, the store-center, has its original substance or entity, but it is not seen as it is by the seventh consciousness and is regarded to be self or an abiding ego, which is in reality an illusion since it is not self at all. Third, object-domain of mere shadow or illusion: The shadow-image appears simply from one's own imagination and has no real existence. Of course, it has no original substance as a ghost which does not exist at all. Only the six sense-center, functions on it and imagines it to be.

Meditation helps our mental intelligence or spirit of mind be no longer troublesome with external things. Whether something objective is troublesome or not often depends on the state of mind rather than the object itself. If we think that it is trouble, then it is trouble. If we do not think that it is trouble, then it is not trouble. Everything depends on the mind. For example, sometimes during meditation we are interrupted by outside noises. If we dwell on them and cling to them, they will disturb our meditation, but if we dismiss them from our minds as soon as they arise, then they will not cause a disturbance. If we are always demanding something out of our life, then we will never be content. But if we accept life as it is, then we know contentment. Some people seek happiness through material things; other people can be happy without many material things. Why? Because happiness is also a state of mind, not a quantitative measure of possessions. If we are satisfied with what we are and have now, then we are happy. But if we are not satisfied with what we are and have now, that is where unhappiness dwells. The desire is bottomless, because no matter how much is put into it, it can never be filled up, it always remains empty. The Sutra in Forty Two Chapters taught: "Though a person filled with desires dwells in heaven, still that is not enough for him; though a person who has ended desire dwells on the ground, still he is happy."



***Chương Hai Mươi Ba***  
***Chapter Twenty-Three***

***Phân Biệt Ma Cảnh***

Theo Phật giáo, ma là kẻ xấu ác, là những ảo tưởng hay chướng ngại trên bước đường tu tập. Bất cứ luyến ái, chướng ngại hay ảo tưởng nào lôi kéo sự chú tâm tu tập của mình. “Ma” tiếng Phạn gọi là mara, Tàu dịch là “sát,” bởi nó hay cướp của công đức, giết hại mạng sống trí huệ của người tu. Ma gồm tất cả các chúng sanh ngăn trở con đường chân chánh. Ma dân nghĩa là những kẻ đi theo Ma. Chúng có năng lực đến nỗi chúng có thể xuất hiện liên tục trước mắt những người nỗ lực thực hiện chánh đạo, cám dỗ và quấy rối họ. Ma dân âm mưu gây trở ngại và hăm dọa những người nỗ lực tu theo chánh đạo. “Ma” cũng chỉ cho những duyên phá hoại làm hành giả thối thất đạo tâm, cuồng loạn mất chánh niệm, hoặc sanh tà kiến làm điều ác, rồi kết cuộc bị sa đọa. Những việc phát sanh công đức trí huệ, đưa loài hữu tình đến niết bàn, gọi là Phật sự. Các điều phá hoại căn lành, khiến cho chúng sanh chịu khổ đọa trong luân hồi sanh tử, gọi là ma sự. Người tu càng lâu, đạo càng cao, mới thấy rõ việc ma càng hung hiểm cường thịnh.

Theo Thiên Tông, có năm trường hợp phân biệt ma cảnh hay thật cảnh. *Thứ nhất*, các trường hợp thấy cảnh nhân quả không phù hợp, quán tưởng cái này lại thấy cái kia, hy vọng cảnh giới này lại thấy cảnh giới khác; hoặc giả cảnh hiện ra không giống như đã được diễn tả trong kinh, tất cả đều là ma cảnh. *Thứ nhì*, chư Phật và chư Bồ Tát đều có tâm từ bi thanh tịnh, nên dù quý Ngài có hiện tướng quỷ thần chúng ta vẫn cảm thấy an nhiên tự tại. Ngược lại, bản chất của ma quỷ là dữ tợn hung ác, nên dù chúng có hiện ra tướng Phật, Bồ Tát hay những người hiền lương đạo đức, chúng ta vẫn cảm thấy xao động nóng nảy không yên. *Thứ ba*, ánh sáng của Phật làm ta cảm thấy êm dịu mát mẻ, không có bóng, không chói mắt. Ánh sáng của ma, ngược lại, làm cho ta chói mắt, bức rức không yên, và có bóng như trong kinh Lăng Già đã nói. *Thứ tư*, lời thuyết giảng của chư Phật và chư Bồ Tát hợp với kinh điển và thuận theo chân lý. Lời của ma thì trái với lẽ phải và không đúng với lý kinh Phật dạy trong các kinh điển. *Thứ năm*, khi thắng tướng hiện ra, muốn thử nghiệm, hành giả chỉ nhứt tâm tụng Bát Nhã tâm kinh, hay nhiếp tâm trì chú, niệm Phật. Nếu là Thánh cảnh thì

khi càng niệm, cảnh càng hiện rõ. Nếu là ma cảnh, khi càng tụng cảnh càng mờ đi rồi biến mất, bởi tà không bao giờ lấn được chánh. Tuy nhiên, hành giả thiền đã tiến tới một mức độ cao thì phải dẹp bỏ tất cả những hiện cảnh, dù Phật, Bồ Tát hay ma.

Trong khi đó, theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, có năm trường hợp ma cảnh. *Thứ nhất*, các cảnh nhân quả không phù hợp, quán tướng này song thấy tướng khác, câu cảnh nọ mà lại hiện cảnh kia, như trên vừa nói. Và lại, cảnh hiện ra không giống như trong kinh điển tả, đều là cảnh ma. *Thứ nhì*, chư Phật chư Bồ Tát tâm từ bi trong sạch, cho nên dù các ngài có hiện tướng quỷ thần đến thử thách, ta vẫn cảm thấy an nhiên thanh tịnh. Trái lại, bản nghiệp các loài ma là phiền não hiểm ác, nên dù hiện tướng Phật đến khuyên dạy, ta tự cảm thấy xao động nóng nảy không yên. *Thứ ba*, ánh sáng của Phật làm cho ta cảm thấy êm dịu mát mẻ, lại không có bóng, không chói mắt. Ánh sáng của ma làm cho ta chói xót đôi mắt, bức rức không yên, và có bóng. Như trong Kinh Lăng Già đã diễn tả. *Thứ tư*, lời thuyết pháp của chư Phật chư Bồ Tát hợp với kinh điển, thuận theo chân lý. Lời của ma trái lẽ phải, không đúng với kinh Phật đã chỉ dạy. *Thứ năm*, khi thấy tướng hiện ra, muốn khảo nghiệm, hành giả chỉ chánh ý tụng Bát Nhã Tâm Kinh, hoặc nhiếp tâm trì chú niệm Phật. Nếu là Thánh cảnh, càng niệm lại càng rõ ràng, vì vàng thật không sợ lửa. Nếu là ma cảnh, trì niệm một hồi nó liền ẩn mất, bởi tà không thể lấn chánh.

Hành giả niệm Phật có khi thấy các tướng song lại là ma cảnh; điều này là do nhân quả không tương ứng. Chẳng hạn như người đang quán tướng Phật, đột nhiên thấy tướng mỹ nữ. Người tinh tấn niệm Phật mong thấy thắng cảnh ở Tây Phương, song chợt thấy một vùng nhà cửa ô tạp, nam nữ cùng các loài súc vật đi qua đi lại lẫn xăn. Người mong thấy sen báu, nhưng bỗng thấy một cỗ xe nhỏ. Do nhân quả không hợp nhau như thế, nên biết là cảnh ma. Nói là có năm trường hợp; tuy nhiên, phải lấy tất cả năm điều kiện này để xét nghiệm, chớ không thể chỉ lấy một hay hai điều. Vì có những thiên ma hoặc thần tiên theo ngoại phái, muốn dắt dẫn ta hưởng về đường lối của họ, nên giả hiện tướng chư Phật chư Bồ Tát để thuyết pháp. Tuy môn của họ không phải là con đường cứu cánh giải thoát, song họ có nghiệp lành, hoặc sức thiền định khá cao, nên hào quang phát ra cũng làm cho ta được mát mẻ êm dịu. Lại lối thuyết pháp của họ đôi khi

cũng khuyên làm lành lánh dữ, giữ giới, ăn chay, niệm Phật, song có vài điểm sai khác không hợp với kinh Phật, phải nhận định kỹ và phải hiểu rõ giáo lý mới biết được. Chẳng hạn như họ cũng khuyên ăn chay niệm Phật, nhưng lại dạy phải vận hành câu niệm Phật khắp châu thân gọi là ‘Chuyển Pháp Luân’ để khai mạch Nhâm, Đốc, và mở Nê Hoàn Cung. Đây là lối thuyết pháp của hàng ma ngoại đạo. Hoặc có loài ma hiện ra tướng Tăng bảo: “Phật đồng Phật xi măng không độ được nước, vì xuống nước phải chìm; Phật tượng Phật gỗ không độ được lửa, vì gặp lửa phải bị cháy; chỉ có Phật tâm mới không bị vật chi làm hoại. Tu được Phật Tâm thanh tịnh thì không cần phải tu thân khẩu nữa; cho nên dù ăn thịt uống rượu, có vợ con cũng vô hại. Lối tu thân và khẩu như giữ giới ăn chay, tụng kinh, trì chú, niệm Phật, là những cách khổ hạnh bó buộc vô ích.” Đây là lời thuyết pháp của hạnh tinh mị lâu năm, hoặc loài ma ái dục. Có những hạng ma ngoại đạo công năng tu khá cao, có thể dùng sức thiên định gia bị, khiến cho hành giả thân tâm được an định trong vòng bảy ngày, hoặc hai mươi một ngày. Nhưng lối thuyết pháp của họ không siêu thoát, kết cuộc chỉ trong vòng ngã chấp. Cổ đức bảo: “Thấy ma không ma, ma liền tự hoại; thấy quái không quái, quái liền tự bại.” Câu này có nghĩa là nếu thấy ma mà lòng không xao động sợ hãi, giữ chánh niệm được vững vàng, hoặc chí tâm niệm, loài ma quái ấy không làm chi được, sẽ tự bỏ đi. Chẳng những khi thấy ma quái phải như thế, mà dù cho lúc tu hành được một phần kết quả, hay thấy thắng tướng, cũng đừng nên quá bi cảm, kinh ngạc hoặc vui mừng. Ví như ta có hạt kim cương làm rớt dưới đáy hồ, vì nước đục nên dò kiếm mãi vẫn mất tích. Nay nước lắng trong lại tìm thấy được, hạt kim cương ấy nguyên là của đã có, việc chi đến đổi phải kinh ngạc, vui mừng? Người tu nếu tâm không bình tĩnh, quá bi thương, tất bị loài bi ma ám nhập làm cho thương tiếc mãi chẳng thôi. Nhưng nếu quá vui mừng, cũng bị loài ma hoan hỷ ám nhập, làm cho cười mãi như điên cuồng. Lại hành giả niệm Phật tuy cũng mong được thấy Thánh cảnh, nhưng đừng quá mơ tưởng ước ao, bởi niệm tức là đã cầu rồi. Nên giữ tâm trạng điềm tĩnh “cầu mà không cầu, không cầu mà cầu,” mới không bị sự mong cầu làm xao động. Cứ chí tâm niệm Phật, lâu ngày niệm lực thanh tịnh, đạo cảm ứng giao thông, tất thấy được Thánh cảnh. Nếu mãi để lòng mong ước, đó tức là vọng tưởng, ma sẽ thừa cơ len lỏi vào để phá hoại.

### *Distinguishing of Demonic Realms*

According to Buddhism, demons are evils, or any delusions or forces of distraction. Three types of demons. “Demons” are called “mara” in Sanskrit. In Chinese, the word has connotation of “murderer” because demons usually plunder the virtues and murder the wisdom-life of cultivators. Devil or “mara” includes all creatures that obstruct the righteous way. Mara’s people means the followers of the devil. They have such great powers that they may appear in succession before those who endeavor to realize the righteous way, lead them into temptation, and confuse them. These devilish people conspire to obstruct and intimidate those who try to practice the righteous way. “Demons” also represent the destructive conditions or influences that cause practitioners to retrogress in their cultivation. Demons can render cultivators insane, making them lose their right thought, develop erroneous views, commit evil karma and end up sunk in the lower realms. These activities which develop virtue and wisdom and lead sentient beings to Nirvana are called Buddha work. Those activities which destroy good roots, causing sentient beings to suffer and revolve in the cycle of Birth and Death, are called demonic actions. The longer the practitioner cultivates, and the higher his level of attainment, the more he discovers how wicked, cunning and powerful the demons are.

According to the Zen School, there are five circumstances. First, circumstances where cause and effect do not correspond, such as visualizing one mark and see another, or hoping to see one realm but see another, as well as scenes and realms that do not resemble to those described in the sutras are all demonic realms. Second, Buddhas and Bodhisattvas have pure compassion; therefore, if they take the appearance of demons to test us, we should still feel calm, at peace and pure. Demons on the contrary, are inherently evil and wicked; thus even when they take the appearance of Buddhas and Bodhisattvas or of any good and moral people, we still feel agitated, angry and uneasy. Third, The Buddha’s light always makes us feel calm and refreshed; it has neither shadow nor a blinding effect on the eye. The light of demons, on the other hand, affects our eyes and makes us feel agitated rather than calm and peaceful; it also has shadows as described in the Lankavatara Sutra. Fourth, the teachings of the Buddhas and

Bodhisattvas are in accord with the sutras and the truth. The teachings of the demons are contrary to the truth and not in line with the teaching in sutras. Fifth, when an auspicious mark appears, the practitioner who wishes to test it, needs only concentrate on reciting the Heart Sutra with a pure mind, or reciting a mantra or Buddha's name with one-pointedness of mind. If the mark is really auspicious, the more the practitioner recites, the clearer it becomes. If the mark belongs to the demonic realm, it will gradually disappear because evil can never infringe upon the truth and the auspicious. However, an advanced meditator should always remember that during meditation, you must eliminate whatever appear, Buddhas, Bodhisattvas or demons.

Meanwhile, according to Most Venerable Thích Thiên Tâm in *The Pure Land Buddhism in Theory and Practice*, there are five demonic circumstances. *First*, instances where cause and effect do not correspond, such as visualizing one mark but seeing another, hoping to see one realm but seeing another, as well as scenes and realms that do not resemble those described in the sutras, are all demonic realms. *Second*, Buddhas and Bodhisattvas have pure compassion; therefore, even if they take the appearance of 'demons' to test us, we still feel calm, at peace and pure. Demons, on the contrary, are inherently evil and wicked; thus, even when they take the appearance of Buddhas and Bodhisattvas, we feel agitated, angry and uneasy. *Third*, the Buddhas' light makes us feel calm and refreshed; it has neither shadow nor a blinding effect on the eye. The light of demons, on the other hand, affects our eyes and makes us feel agitated rather than calm and peaceful; it also has shadows. The reference to the Buddhas' light in the Lankavatara Sutra illustrates this point. *Fourth*, the teachings of the Buddhas and Bodhisattvas are in accord with the sutras and the truth. The words of demons are contrary to the truth and not in line with the sutras' teachings. *Fifth*, when an auspicious mark appears, the practitioner who wishes to test it need only concentrate on reciting the Heart Sutra with a pure mind, or reciting a mantra or the Buddha's name with one-pointedness of mind. If the mark really is auspicious, the more he recites, the clearer it becomes, because genuine gold is not harmed by fire. If it belongs to the demonic realm, it disappears as he recites, because evil can never withstand the truth.

Sometimes the Buddha Recitation practitioner sees marks and forms which could actually be demonic realms. These are instances where cause and effect do not correspond. For example, while visualizing the physical features of Amitabha Buddha, a practitioner may suddenly see the features of a beautiful woman. Another cultivator, diligently reciting the Buddha's name in the hope of seeing auspicious scenes of the Pure Land, may unexpectedly see a slum area, with men, women and domestic animals running back and forth in all directions. Yet another practitioner, hoping to see precious lotus blossoms in the Pure Land, suddenly sees a small cart instead. These are demonic realms, as cause and effect do not correspond. Even though we say there are five criteria that can help us determine which events are real and which belong to the demonic realms, we should judge events by all five circumstances, not just one or two. This is because there are many celestial demons, externalist deities and Immortals who want to lead us their way and therefore falsely take the appearance of Buddhas and Bodhisattvas preaching the Dharma. Although their cultivation is not the ultimate way leading to liberation, they may have good karma or fairly high level of samadhi. Thus, their light can also make us feel refreshed and peaceful. Moreover, their teachings at times also encourage the performance of good deeds, keeping the precepts, vegetarianism and Buddha Recitation. However, they diverge from the Buddhist sutras on certain crucial points, such as the need to escape Birth and Death. Only by exercising careful judgment and understanding the Dharma in depth are we able to know. For example, certain externalist deities urge vegetarianism and Buddha Recitation, but teach that the sacred words should be visualized as circulating throughout the body, this, they say, is 'turning the Dharma wheel,' to release blockages in the energy system. This is the preaching of externalist demons. There are also demons who take the appearance of Elder Masters and say, "Buddha statues made of bronze or cement cannot vanquish water, because they sink in water; Buddha statues made of wood or paper cannot vanquish fire, because they would burn. Only the Mind-Buddha cannot be destroyed by anything. You need only cultivate the Mind-Buddha, striving to make it pure; there is no need to cultivate body and speech. Therefore, even eating meat and drinking wine, lusting and begetting children (in the case of monks and



nuns) are no consequence. Cultivating body and speech through such restrictive, ascetic practices as precept-keeping, vegetarianism, Sutra, Mantra and Buddha Recitation is of no use and brings no benefit. This is a typical teaching of some spirits of long years standing or demons of sexual lust. There are some types of demons who have reached a fairly high level of attainment and can use their powers of concentration to help the practitioner reach a state of samadhi for a period of seven or twenty-one days. However, their teaching does not lead to ultimate liberation and, in the end, cannot transcend the cycle of ego-attachment. Ancient masters have said: "When we see demons yet remain undisturbed, the demons self-destruct; when we see ghosts yet remain undisturbed, the ghosts are vanquished." This saying means if we see demons and ghosts but our minds are unmoved and unafraid, holding fast to correct thoughts or singlemindedly reciting the Buddha's name, these demons and ghosts cannot hurt us in any way, and will leave of their own accord. Not only should we act in such a manner when seeing demons, but even when we achieve some results or see auspicious marks during cultivation, we should not be moved to astonishment, sadness or joy. It is as if we had lost a diamond at the bottom of the lake and because the water was murky, we were unable to recover it despite our best efforts. However, once the water became still and transparent, we found it. Since the diamond had always belonged to us, why should we have been astonished and happy? If the cultivator's mind is not calm and peaceful and is overly given to sorrowful compassion, he will be harmed by the demon of sorrow and cry all the time. If he is given to too much happiness, he will be harmed by the demon of happiness and laugh all the time, as though insane. Thus, although the Pure Land practitioner may also hope to see transcendental realms and scenes, he should not long for or dream of them too much, because to recite is already to seek. He should be calm and seek but not seek, not seek but seek, so as to avoid disturbing his mind. He should just earnestly recite the Buddha's name and in time, when the power of his recitation is pure, there will be a response and he will witness auspicious realms. To continuously seek and hope for them is deluded thought which brings harm.



## **Chương Hai Mươi Bốn** **Chapter Twenty-Four**

### **Cảnh Giới**

Nơi mà tâm vin vào đó để chạy theo gọi là cảnh, như pháp là nơi ý thức vin vào gọi là pháp cảnh giới, sắc là nhãn thức vin vào đó gọi là sắc cảnh giới, thanh là nơi nhĩ thức vin vào gọi là thanh cảnh giới, vân vân. Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, trên đường tu không tinh tấn thì thôi, nếu dụng công tinh tấn, nhứt định có cảnh giới. **Hai Cảnh Giới Theo Kinh Đại Tỳ Lô Giá Na:** Đây là hai cảnh giới của Đức Phật Tỳ Lô Giá Na, diễn tả môi trường hoạt động của Đức Phật Tỳ Lô Giá Na, một đồ thị hình tròn hay vương được tạo ra với Đức Phật Tỳ Lô Giá Na ở giữa và Thánh chúng ở chung quanh. **Thứ nhất là Kim Cang giới:** Kim Cang giới được biểu thị bởi chín vòng tròn ở giữa và chung quanh là 414 vị Thánh giả. **Thứ nhì là Thai Tạng giới:** Thai Tạng giới được biểu thị bởi chín ô vuông ở giữa và 1461 vị Thánh chúng chung quanh. **Ba Loại Cảnh Giới Theo Phật Giáo:** **Thứ nhất là Dục Cảnh Giới:** Dục giới là nơi đó có đầy dẫy những thứ ham muốn. Dục Giới gồm thế giới này và sáu cõi trời. Bất cứ thế giới nào mà những yếu tố tham dục chưa được khắc phục. Thế giới của sự ham muốn. Đây là thế giới thấp nhất trong ba thế giới, hai thế giới kia là sắc giới và vô sắc giới. Nó cũng là thế giới mà trong đó loài người đang sống, và nó có tên là dục giới vì “sự tham dục” là động lực lướt thắng cho tất cả chúng sanh trong cõi này. **Thứ nhì là Sắc Cảnh Giới:** Sắc cảnh giới là một trong tam giới theo truyền thống vũ trụ học Phật giáo. Sắc giới được xem như là pháp giới cao hơn thế giới trong đó con người sanh sống, hay dục giới. Theo Phật giáo thì sắc giới thiên lấy sắc giới Thiên làm đối tượng. Cảnh giới bên trên Dục giới gồm Tứ Thiên Thiên. Đây là cõi của thiên thần bậc thấp (Chúng sanh trong cõi này không có dâm dục và thực dục, chỉ có thân thân thể vật chất tốt đẹp thù thắng, cõi nước cung điện nguy nga. Tóm lại trong cõi này tham dục vật chất không ngừng tự thạnh, nhưng chưa giải thoát hết các mối phiền trược của vật chất vi tế. Y cứ theo tinh thần tu dưỡng cao cấp, cõi này chia làm tứ thiên thiên). **Thứ ba là Vô Sắc Cảnh Giới:** Cảnh giới Vô Sắc Giới là cõi không có hình tướng, một trong tam giới theo truyền thống vũ trụ học Phật giáo. Chúng sanh sanh vào chốn này do

kết quả của sự tu tập thành công bốn giai đoạn thiền định gọi là “Tứ Không Xứ.” Trên cõi sắc giới, nơi chỉ có tinh thần thanh tịnh, nơi không còn thân thể, không còn cung điện, không còn vật chất. Cõi trời vô sắc kéo dài không hạn định trong tứ không xứ. Cõi này không có vật chất của sắc pháp, mà chỉ còn thức tâm trụ nơi thiền định thâm diệu. Trên cõi vô sắc không có thân sắc, và chúng sanh trong cõi này không còn khổ đau, lo lắng hay phiền não nữa, nhưng đây vẫn được coi như bất toại theo quan điểm Phật giáo, bởi vì khi thọ mạng của chúng sanh trên cõi này chấm dứt họ vẫn phải tái sanh vào cõi thấp hơn trong vòng luân hồi sanh tử.

**Theo Tông Thiên Thai, Chỉ Một Tâm Này Mà Có Đủ Đầy Bốn Cõi:** Thứ nhất là cõi Phạm Thánh Đồng Cư: Nơi tất cả chúng sanh, từ Thánh đến phàm trong sáu đường, cùng cư ngụ (từ địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, a tu la, nhơn, Thiên, Bồ Tát, Phật). Cõi này bao gồm cõi Phạm Thánh Đồng Cư Tịnh Độ và cõi Phạm Thánh Đồng Cư Uế Độ (như là cõi Ta Bà trong quốc độ này có phàm có Thánh ở chung lẫn, mà phàm và Thánh đều có hai hạng). Thứ nhì là cõi Phương Tiện Hữu Dư: Đây là nơi cư ngụ của các bậc A La Hán và Bồ Tát cấp thấp. Phương Tiện Hữu Dư Độ là nơi sanh về của các bậc A La Hán đã dứt hết phiền não ở tam giới. Theo tông Thiên Thai, đây là cõi nước mà chúng sanh vẫn còn phải tái sanh trong hình thức cao hơn, trụ xứ của chư Thánh Tu Đà Hườn, Tư Đà Hàm A Na Hàm và A La Hán. Thứ ba là cõi Thật Báo Vô Chướng Ngại hay Thực Báo Tịnh Độ: Đây là nơi cư ngụ của các bậc Bồ Tát ở cấp cao. Nơi trụ của chư Bồ Tát sắp thành Phật. Thứ tư là cõi Thường Tịch Quang: Đây là nơi cư ngụ của chư Phật. Thường Tịch Quang Tịnh Độ là trú xứ của chư Phật (Theo Kinh A Di Đà, thì đây là cõi nước không phải ai cũng vãng sanh về được, cũng không thể bỗng nhiên niệm vài tiếng “namo” không chí thành mà được. Thân Như Lai không thể thân cận với những ai căn lành cạn kiệt. Đây không phải là nơi của những hạng người phước đức mỏng manh có thể hưởng thọ được).

**Thiên Thai Thập Cảnh Giới:** Ngoài ra, theo tông Thiên Thai, có mười cảnh giới theo giáo thuyết nhà Phật. Chín cảnh giới đầu hãy còn trong sai trái và vẫn còn bị dục vọng chi phối; tất cả các giới của chúng hữu tình từ Bồ Tát xuống hàng địa ngục, ngoại trừ Phật giới là giới cao nhất. Theo tông Thiên Thai, mười cõi này tương dung tương nhiếp lẫn nhau, mỗi cõi mang trong nó chín cõi còn lại kia. Tỷ dụ như nhân giới

sẽ bao hàm cả chín cõi khác, từ Phật cho đến địa ngục, và mỗi một trong mười cảnh vực kia cũng vậy. Ngay cả cảnh giới của chư Phật cũng bao gồm bản chất của địa ngục và các cõi khác, bởi vì một Đức Phật dù ở Ngài không còn bản chất của địa ngục, nhưng vì để cứu độ chúng sanh trong cõi này, nên cũng có địa ngục ngay trong tâm của Ngài. Trong ý nghĩa này Phật giới cũng bao gồm cả chín cõi khác. *Lục phàm* là sáu nẻo luân hồi hay sáu thế giới của chúng sanh mê mờ: địa ngục, ngạ quỷ, súc, sanh, a tu la, nhân và thiên. *Tứ Thánh* là bốn cõi Thánh là cõi mà nơi đó chúng sanh đã giác ngộ, đã biết sự an lạc bên trong và sự tự do sáng tạo bởi vì bằng tri thức họ đã chiến thắng vô minh và mê hoặc, họ đã thoát khỏi sự nô lệ vào các nghiệp lực phát sinh từ hành động mê lầm trong quá khứ và bây giờ không còn gieo những hạt giống mà chúng sẽ kết trái trong hình thức trói buộc mới của nghiệp. Song giác ngộ không làm gián đoạn luật nhân quả. Khi người giác ngộ tự cắt ngón tay mình, nó cũng chảy máu, khi người ấy ăn phải thức ăn xấu thì dạ dày vẫn đau. Người giác ngộ không thể chạy trốn được hậu quả của các hành động do chính mình tạo ra. Sự khác biệt là vì người đã giác ngộ chấp nhận, tức đã thấy rõ nghiệp của mình và không còn bị trói buộc nữa mà di động tự do bên trong nghiệp. Thứ nhất là Thánh Duyên giác. Đây là một vị Phật tự giác ngộ, không giảng dạy cho kẻ khác. Thứ nhì là Thánh Thanh Văn. Đây là vị đệ tử trực tiếp của Phật. Thứ ba là Thánh Bồ Tát. Đây là một vị Phật tương lai. Thứ tư là Phật, một vị Phật không ở trong vòng mười cõi thế gian này, nhưng vì Ngài thị hiện giữa loài người để giảng dạy giáo lý của mình nên Ngài được kể vào đó.

### *Spheres*

Sphere is a prospect, region, territory, surroundings, views, circumstances, environment, area, field, sphere, environments and conditions, i.e. the sphere of mind, the sphere of form for the eye, of sound for the ear, etc.: Visaya, artha, or gocara (skt). According to Most Venerable Thích Thiên Tâm in *The Pure Land Buddhism in Theory and Practice*, if we are not diligent and do not exert efforts along the path of cultivation, nothing usually happens; however, if we are diligent and exert a great deal of effort, we will definitely witness different realms. *Two Realms According to the Great Vairocana Sutra:*

There are two realms of Vairocana Buddha which are used to illustrate the sphere of activity of Vairocana Buddha, a diagram-like circle, or square was invented, having the whole show of saintly beings with the Buddha at the center. *The first realm is the Realm of Diamond Elements:* This realm has the central party of nine circles in the center surrounded by 414 saintly beings. *The second realm is the Realm of Matrix Repository:* This realm has nine squares in the center surrounded by 1,461 saintly beings. ***Three Realms According to Buddhism:*** *First, the realm of desire:* Also called realm of passions. Realm of desire is a realm where there exists all kinds of desires. The realm of desire, of sensuous gratification; this world and the six devalokas; any world in which the elements of desire have not been suppressed. The world of desire. The region of the wishes. This is the lowest of the three realms of existence, the other two being rupa-dhatu and arupa-dhatu. It is also the realm in which human live, and it receives its name because desire is the dominant motivation for its inhabitants. *Second, the realm of form:* ‘Rupa-dhatu’ is one of the three worlds (triloka) of traditional Buddhist cosmology. This realm is considered to be higher than the one in which human beings live, i.e., the desire realm or kama-dhatu. According to Buddhism, the four form-realm-meditations have the form-heaven as their objective. The realm of form or matter. It is above the lust world. It is represented in the Brahmlokas (tứ thiên thiên). *Third, the realm of formlessness:* This is one of the “three worlds” (triloka) of traditional Buddhist cosmology. Beings are born into this realm as a result of successful cultivation of meditative states called the “four formless absorptions” (arupya-samapatti), each of which corresponds to a heaven realm within the Formless Realm. The formless realm of pure spirit, where there are no bodies, places, things. Its extent is undefinable in the four empty regions (Tứ không xứ). The heavens without form, immaterial, consisting only of mind in contemplation. In the Formless Realm there is no physicality, and the beings who reside there have lives free from pain, anxiety, or afflictions, but this is seen as unsatisfactory from a Buddhist standpoint, because when their lives in the Formless Realm end they are again reborn in the lower levels of cyclic existence. The heavens without form, immaterial, consisting only of mind in contemplation.

***Four Lands According to the T'ien-T'ai Sect:*** According to the T'ien-T'ai Sect, this single mind encompasses the four kinds of lands in their totality. *First, the land of common residence of beings and Saints:* The Land of Common Residence of Beings and Saints, or the land where all beings, saints and Ordinary Beings of the six lower worlds, dwell together (hells, hungry ghosts, animals, asuras, men, devas, Bodhisattvas, and Buddhas). This land includes the Common Residence Pure Land and the Common Residence Impure Land where all ordinary beings and saints reside together. *Second, the land of Expediency:* The Land of Expediency, inhabited by Arhats and lesser Bodhisattvas. This is one of the four lands or realms to which, according to Mahayana, Arhants go at their decease. According to the T'ien-T'ai Sect, this is one of the four lands or realms, the realm which is temporary, where beings still subject to higher forms of transmigration, the abode of Srotapanna (Tu đà hườn), Sakrdagamin (Tư đà hàm), Anagamin (A na hàm), and Arhat (A la hán). *Third, the land of True Reward:* The Land of Reward is also called the land of Buddha-reward in Reality free from all barriers, inhabited by the highest Bodhisattvas. Realms of permanent reward and freedom, for those who have attained bodhisattva rank. *Fourth, the land of Eternally tranquil light serenity and illumination:* The Land of Eternally Quiescent Light, in which the Buddhas dwell. The realm where permanent tranquility and enlightenment reign. The realm of spirit where all are in perpetual peace and glory. The realm of eternal rest and light, and of eternal spirit (dharmakaya), the abode of Buddhas. T'ien-T'ai fourth Buddhaksetra.

***Ten Realms of the T'ien-T'ai:*** Besides, according to T'ien-T'ai sect, there are ten realms in Buddhism. The first nine realms of error, or subjection to the passion; all the realms of the living from Bodhisattvas down to hells, except the tenth and highest, the Buddha realm. Six stages of rebirth for ordinary people, as contrasted with the four saints. These ten realms are mutually immanent and mutually inclusive, each one having in it the remaining nine realms. For example, the realm of men will include the other nine from Buddha to Hell, and so will any of the ten realms. Even the realm of Buddhas includes the nature of hell and all the rest, because a Buddha, though not helish himself, intends to save the depraved or hellish beings, and therefore also has hell in his

mind. In this sense, the realm of the Buddhas, too, includes the other nine realms. *Six realms of the samsara* or the realms of the unenlightened: hells, hungry ghosts, animals, angry demons (asuras), human beings, and celestials. *Four Saints or the realms of the enlightened existence*, sometimes called the “four holy states.” Unlike those in the lower six realms, the enlightened know the joy of inward peace and creative freedom because, having overcome their ignorance and delusion through knowledge, they are freed from enslavement to karmic propensities arising from past delusive actions, and no longer sow seeds which will bear fruit in the form of new karmic bondage. Enlightenment, however, does not suspend the law of cause and effect. When the enlightened man cuts his finger it bleeds, when he eats bad food his stomach aches. He too cannot escape the consequences of his actions. The difference is that because he accepts, that is, he sees into his karma he is no longer bound by it, but moves freely within it. First, a Pratyeka-buddha or a Buddha for himself, not teaching others. Second, a Sravaka (Sravakayana) or a direct disciple of the Buddha. Third, a Bodhisattva or a would-be Buddha. Fourth, the realm of Buddhas. A Buddha is not inside the circle of ten, but as he advents among men to preach his doctrine he is now partially included in it.



**Chương Hai Mười Lăm**  
**Chapter Twenty-Five**

**Mười Tám Cảnh Giới**

Theo các truyền thống Phật giáo, có mười tám cảnh giới. Đó là lục căn, lục cảnh và lục thức. Theo Tỳ Khưu Bồ Đề trong Vi Diệu Pháp, có mười tám giới: nhãn giới, nhĩ giới, tỷ giới, thiệt giới, thân giới, sắc giới, thanh giới, hương giới, vị giới, xúc giới, nhãn thức giới, nhĩ thức giới, tỷ thức giới, thiệt thức giới, thân thức giới, pháp giới, và ý thức giới. Lục Căn là những đối tượng của Thiền Tập. Theo Tỳ Kheo Piyandana trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy. Mắt đang tiếp xúc với sắc; tai đang tiếp xúc với thanh; mũi đang tiếp xúc với mùi; lưỡi đang tiếp xúc với vị; thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm; và ý đang tiếp xúc với những vạn pháp. Lục cảnh hay sáu cảnh đối lại với lục căn nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý là cảnh trí, âm thanh, vị, xúc, ý tưởng cũng như thị giác, thính giác, khứu giác, vị giác, xúc giác và tâm phân biệt. Lục Thức hay sáu nơi dung chứa những dữ kiện của lục căn, bao gồm nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, và ý thức. Trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Ba, Đức Phật đã giải thích cho ông A Nan vì sao bản tính của Thập Bát Giới là Như Lai Tạng diệu chân như tính.

**Nhãn Sắc Thức Giới:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông đã rõ, con mắt và sắc làm duyên, sinh ra nhãn thức. Cái thức đó nhân sinh mắt, lấy mắt làm giới, hay nhân sinh sắc, lấy sắc làm giới? Ông A Nan! Nếu nhân mắt sinh, không có sắc và không, không thể phân biệt; dù có thức dùng để làm gì? Cái thấy của ông, nếu phi các màu xanh, vàng, đỏ, trắng, không thể chỉ bày ra, vậy từ đâu lập ra giới hạn. Nếu nhân sắc sinh, khi nhìn hư không, không có sắc, đáng lẽ thức diệt, sao lại biết hư không? Nếu khi sắc tướng thay đổi, ông cũng biết nó thay đổi, mà thức của ông không thay đổi, thì đâu lập được giới? Nếu theo sắc thay đổi, thức là cái thay đổi, không thể có giới hạn. Nếu không thay đổi, nhãn thức là cái thường hằng, vậy đã từ sắc sinh ra, lẽ không biết được hư không là gì? Nếu gồm cả hai thứ mắt, sắc cùng sinh, nói hợp,

chặng giữa lại phải ly; nói ly, hai bên phải hợp, thể tính tạp loạn, làm sao thành giới? Vậy ông nên biết, mắt và sắc làm duyên sinh nhãn, và thức giới, ba chỗ đều không thực có. Ba cảnh giới mắt, sắc và nhãn thức vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

**Nhĩ Thanh Thức Giới:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông đã rõ, tai và tiếng làm duyên, sinh ra nhĩ thức. Cái thức đó nhân tai sinh, lấy làm giới, hay nhân tiếng sinh lấy tiếng làm giới? Ông A Nan! Nếu nhân tai sinh, hai tướng động tĩnh đã không hiện tiền, cái căn không thành tri giác. Tri giác không thành, cái thức hóa ra hình tướng gì? Nếu cái tai không có động tĩnh, không thành cái nghe, làm sao hình cái tai xen với sắc, chạm với trần, mà gọi được là thức giới. Cái nhĩ thức giới lại từ đâu mà lập ra được? Nếu nhân tiếng sinh, thức nhân tiếng mà có, không quan hệ gì đến cái nghe, như thế chính cái tướng của tiếng sẽ mất. Thức do tiếng sinh, dù cho tiếng nhân nghe mà có tướng, thì cái nghe phải nghe được thức. Nếu không nghe được, thức giống như tiếng. Thức đã bị nghe, thì cái gì biết nghe cái thức? Còn nếu không biết, hóa ra như cỏ cây. Không lẽ tiếng và nghe xen lộn thành trung giới. Giới đã không có địa vị ở giữa, thì tướng trong và ngoài từ đâu mà thành lập được? Vậy ông nên biết, tai và tiếng làm duyên sinh nhĩ thức giới, ba chỗ đều không thực có. Ba cảnh giới tai, tiếng, và nhĩ thức vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

**Tỷ Hương Thức Giới:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông đã rõ, mũi và mùi làm duyên sinh ra tỷ thức. Cái thức đó nhân mũi sinh, lấy mũi làm giới; hay nhân mùi sinh, lấy mùi làm giới? Ông A Nan! Nếu nhân mũi sinh, ý ông lấy gì làm tỷ căn? Cái mũi bằng thịt hay cái tính ngửi biết? Nếu lấy cái mũi bằng thịt, thịt tức là thân căn, thân biết gọi là xúc. Thân không phải là mũi. Xúc là trần của thân. Vậy không có cái gì đáng gọi là mũi, sao lập được giới? Nếu lấy tính ngửi biết làm tỷ căn, ý ông muốn lấy cái gì làm biết ngửi? Nếu lấy chất thịt làm biết ngửi, thì cái mà thịt biết được là xúc chứ không phải tỷ căn. Nếu lấy hư không làm biết ngửi, thì hư không tự có biết, còn chất thịt lẽ ra không có biết. Như vậy đáng lẽ hư không mới thực là ông. Thân ông không phải có biết, thì ông A Nan biết nương vào đâu. Nếu lấy mùi làm biết ngửi, cái biết thuộc về mũi, nào có quan hệ gì đến ông? Nếu các mùi thơm thú vị sinh ở mũi của ông, không phải ở cây y-lan hay chiên đàn mà ra, vậy khi không có hai thứ đó, ông thử ngửi xem mũi ông xem thơm hay thú vị? Mùi thú vị không phải thơm, mùi thơm không

phải thú. Nếu người được cả hai mùi thơm thú, thì một mình ông lẽ ra phải có hai mũi, và đứng trước tôi hỏi đạo, phải có hai A Nan, vậy ai là ông? Nếu mũi có một, thơm thú không phải hai, thú là thơm, thơm thành thú, hai tính không có, vậy theo đâu mà lập giới? Nếu nhân mùi sinh, cái tử thức nhân mùi mà có. Như con mắt thấy được, không nhìn con được mắt. Vậy tử thức nhân mùi mà có, lẽ ra không biết được mùi. Nếu biết được, không phải do mùi sinh. Còn nếu không biết, không phải là thức. Nếu mùi không có cái biết mùi thì không thành được giới hạn cái thức. Nếu không biết mùi, thì không phải do mùi mà lập ra giới. Không có tử thức là chặng giữa, thì nội căn, ngoại trần không thể thành lập, và các tính người biết chỉ là hư vọng. Vậy ông nên biết, mũi và mùi làm duyên sinh tử thức giới, ba chỗ đều không thực có. Ba cảnh giới mũi, mùi và tử thức vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

**Thiệt Vị Thức Giới:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông đã rõ, lưỡi và vị làm duyên sinh ra thiệt thức. Cái thức đó nhân lưỡi sinh, lấy lưỡi làm giới; hay nhân vị sinh, lấy vị làm giới? Ông A Nan! Nếu nhân lưỡi sinh, thì các vị trong thế gian ngọt như mía, chua như me, đắng như huỳnh liên, mặn như muối, cay như gừng và quế, mấy thứ đó đều không có vị. Ông tự nếm lưỡi ông, xem ngọt hay đắng? Nếu đắng thì cái chi đến nếm lưỡi. Lưỡi đã không tự nếm, thì lấy cái chi mà biết vị? Nếu không đắng, lưỡi không sinh ra được vị, sao lập thành giới? Nếu nhân vị sinh, thì thiệt thức tự mình đã là vị, giống như lưỡi, không thể tự nếm vị mình được, sao biết là vị hay không phải vị? Lại tất cả các vị không phải do một vật sinh ra. Các vị đã do nhiều vật sinh ra, lẽ ra thức có nhiều thể. Nếu thức thể là một, và thể do vị sinh ra, thì đáng lẽ những vị mặn, nhạt, chua, cay hòa hợp cùng nhau sinh ra các tướng sai khác, đồng là một vị, không có phân biệt. Đã không có phân biệt, không gọi là thức, sao còn gọi là Thiệt-Vị-Thức Giới? Chẳng lẽ hư không sinh ra tâm thức của ông? Còn nói lưỡi và vị hòa hợp nhau mà sinh, thì cái chặng giữa căn trần đã không có tự tính, làm sao sinh được giới? Vậy ông nên biết, lưỡi và vị làm duyên sinh thiệt thức giới, ba chỗ đều không thực có. Ba cảnh giới lưỡi, vị và thiệt thức vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

**Thân Xúc Thức Giới:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông đã rõ, thân và xúc làm duyên sinh ra thân thức. Cái thức đó nhân thân sinh, lấy thân làm giới hạn, hay nhân xúc sinh, lấy xúc làm giới? Nếu nhân thân

sinh, tất không có hai cái duyên giác quán hợp ly, thân còn biết gì nữa? Nếu nhân xúc sinh, chắc không có thân ông, ai không có thân mà biết hợp, biết ly được? Ông A Nan! Vật không thể biết xúc, thân mới biết có xúc. Xúc biết thân, thân biết xúc. Đã là xúc thì không phải là thân. Đã là thân, tức không phải là xúc. Hai tướng thân và xúc vốn không có xứ sở. Hợp với thân thì thành ra tự thể tính của thân. Ly với thân thành ra những tướng hư không. Nội căn và ngoại trần đã không thành, cái giữa là thức làm sao lập được? Giữa đã không lập được, tính trong ngoài là không, vậy từ đâu mà lập được cái giới sinh ra thức của ông? Vậy ông nên biết, thân và xúc làm duyên sinh thân thức giới, ba chỗ đều không thực có. Ba cảnh giới thân, xúc, và thân thức vốn chẳng phải tính nhân duyên hay tính tự nhiên.”

**Ý-Pháp-Thức Giới:** Đức Phật dạy: “Ông A Nan! Ông đã rõ, ý và pháp làm duyên sinh ra ý thức. Cái thức đó nhân ý sinh, lấy làm giới, hay nhân pháp sinh, lấy làm giới? Ông A Nan! Nếu nhân ý sinh, trong ý ông chắc có suy nghĩ mới phát minh ý ông. Nếu không có sự vật ở ngoài, ý không sinh ra được. Là các pháp duyên, ý không có hình tướng. Vậy thức dùng để làm gì? Thức tâm của ông giống hay khác các tư tưởng và các sự rõ biết. Nếu đồng với ý, sao gọi là do ý sinh. Nếu khác với ý, đáng lẽ không biết gì. Nếu thế, sao nói là do ý sinh. Nếu có biết, sao lại chia ra thức và ý? Nguyên đồng và khác còn không lập được, sao lập được giới? Nếu từ pháp trần sinh, các pháp trong thế gian, không rời năm trần. Ông hãy xem các sắc pháp, thanh pháp, hương pháp, vị pháp và xúc pháp, các tướng trạng đều phân minh, để đối với năm căn, các thứ đó đều không phải về phần trần cảnh của ý căn. Nếu thức của người nhất định từ pháp trần ra, thì người hãy xem xét hình tướng của mỗi pháp như thế nào? Nếu lia sắc, không, thông, nghẽn, ly, hợp, và sanh diệt, ngoài các tướng này chẳng có sở đắc. Sanh thì các pháp sắc không cùng sanh, diệt thì các pháp sắc không cùng diệt, vậy cái nhân sanh ra đã không, làm sao có thức? Thức đã chẳng có, giới từ đâu lập? Vì thế ông nên biết ý căn, pháp trần làm duyên với nhau sanh ra ý thức giới, ba chỗ đều không, tức ý căn cảnh giới, pháp trần cảnh giới, và ý thức cảnh giới vốn chẳng phải tánh nhân duyên, cũng chẳng phải tánh tự nhiên.”

## *Eighteen Realms*

According to Buddhist traditions, there are eighteen realms. They are six senses, six objects, and six consciousnesses. According to Bhikkhu Bodhi in *Abhidhamma*, there are eighteen elements: eye element, ear element, nose element, tongue element, body element, visible form element, sound element, smell element, taste element, tangible element, eye consciousness element, ear-consciousness element, nose-consciousness element, tongue-consciousness element, body-consciousness element, mind-element, mental-object element, and mind-consciousness element. The six senses are objects of meditation practices. According to Bikkhu Piyanda in *The Gems Of Buddhism Wisdom*, you must always be aware of the sense organs such as eye, ear, nose, tongue and body and the contact they are having with the outside world. You must be aware of the feelings that are arising as a result of this contact. The eye is now in contact with forms (rupa); the ear is now in contact with sound; the nose is now in contact with smell; the tongue is now in contact with taste; the body is now in contact with touching; and the mind is now in contact with all things (dharma). The six objects are corresponding to the six senses. The six objective fields of the six senses of sight, sound, smell, taste, touch and idea or thought; rupa, form and colour, is the field of vision; sound of hearing, scent of smelling, the five flavours of tasting, physical feeling of touch, and mental presentation of discernment. Six sense-data or six consciousness or six conceptions. The perceptions and discernings of the six organs of sense, which include sight consciousness, hearing consciousness, scent consciousness, taste consciousness, body consciousness, and mind consciousness. In the *Surangama Sutra*, book Three, the Buddha explained to Ananda the reasons why he said that the eighteen realms were basically the wonderful nature of true suchness, the treasury of the Thus Come One.

***The Realms of Eye, Form, and Consciousness:*** The Buddha taught: “Ananda! As you understand it, the eyes and form create the conditions that produce the eye-consciousness. Is the consciousness produced because of the eyes, such that the eyes are its realm? Or is it produced because of form, such that form is its realm? Ananda! If it were produced because of the eyes, then in the absence of emptiness and

form it would not be able to make distinctions; and, so even if you had a consciousness, what use would it be? Moreover, Ananda, your seeing is neither green, yellow, red, nor white. There is virtually nothing in which it is represented. Therefore, what is the realm established from? Suppose it were produced because of form. In emptiness, when there was no form, your consciousness would be extinguished. The, why is it that the consciousness knows the nature of emptiness? Suppose a form changes. You are also conscious of the changing appearance; but your eye-consciousness does not change, where is the boundary established? If the eye-consciousness were to change when form changed, then there would be no appearance of a realm. If it were not to change, it would be constant, and given that it was produced from form, it should have no conscious knowledge of where there was empty. Suppose the eye-consciousness arose both from the eyes and from form. If they were united, there would still be a point of separation. If they were separated, there would still be a point of contact. Hence, the substance and nature would be chaotic and disorderly; how could a realm be set up? Therefore, you should know that as to the eyes and form being the conditions that produce the realm of eye-consciousness, none of the three places exists. Thus, the eyes, form, and the form realm, these three, do not have their origin in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously.”

***The Realms of Ear, Sound, and Consciousness:*** The Buddha taught: “Ananda! As you understand it, the ear and sound create the conditions that produce the ear-consciousness. Is this consciousness produced because of the ear such that the ear is its realm, or is it produced because of sound, such that sound is its realm? Ananda! Suppose the ear-consciousness were produced because of the ear. The organ of hearing would have no awareness in the absence of both movement and stillness. Thus, nothing would be known by it. Since the organ would lack awareness, what would characterize the consciousness? You may hold that the ears hear, but when there is no movement and stillness, hearing cannot occur. How, then, could the ears, which are but physical forms, unite with external objects to be called the realm of consciousness? Once again, therefore, how would the realm of consciousness be established? Suppose it was produced from sound. If the consciousness existed because of sound, then it

would have no connection with hearing. Without hearing, then the characteristic of sound would have no location. Suppose consciousness existed because of sound. Given that sound exists because of hearing, which causes the characteristic of sound to manifest, then you should also hear the hearing-consciousness. If the hearing-consciousness is not heard, there is no realm. If it is heard, then it is the same as sound. If the consciousness itself is heard, who is it that perceives and hears the consciousness? If there is no perceiver, then in the end you would be like grass or wood. Nor is it likely that the sound and hearing mix together to form a realm in between. Since a realm in between could not be established, how could the internal and external characteristics be delineated? Therefore, you should know that as to the ear and sound creating the conditions which produce the realm of the ear-consciousness, none of the three places exists. Thus, the ear, sound, and sound-consciousness, these three, do not have their origin in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously.”

*The Realms of Nose, Smell, and Consciousness:* The Buddha taught: “Moreover, Ananda, as you understand it, the nose and smell create the conditions that produce the nose-consciousness. Is this consciousness produced because of the nose, such that the nose is its realm? Or, is it produced because of smell, such that smell are its realm? Suppose, Ananda, that the nose-consciousness were produced because of the nose, then in your mind, what do you take to be the nose? Do you hold that it takes the form of two fleshy claws, or do you hold it is an inherent ability of the nature which perceives smells as a result of movement? Suppose you hold that it is fleshy claws which form an integral part of your body. Since the body’s perception is touch, the sense organ of smelling would be named ‘body’ instead of ‘nose,’ and the objects of smelling would be objects of touch. Since it would not even have the name ‘nose,’ how could a realm be established for it? Suppose you held that the nose was the perceiver of smells. Then, in your mind, what is it that perceives? Suppose it were the flesh that perceived. Basically, what the flesh perceives is objects of touch, which have nothing to do with the nose. Suppose it were emptiness that perceived. Then emptiness would itself be the perceiver, and the flesh would have no awareness. Thus, empty space would be you, and since your body would be without perception,

Ananda would not exist. If it is the smell that perceives, perception itself would lie with the smell. What would that have to do with you? If it is certain that vapors of fragrance and stench are produced from your nose, then the two flowing vapors of fragrance and stench would not arise from the wood of Airavana or Chandana. Given that the smell does not come from these two things, when you smell your own nose, is it fragrant, or does it stink? What stinks does not give off fragrance; what is fragrance does not stink. Suppose you say you can smell both the fragrance and the stench; then you, one person, would have two noses, and I would now be addressing questions to two Anandas. Which one is you? Suppose there is one nose; then fragrance and stench would not be two. Since stench would be fragrance and fragrance would become stench, there would not be two natures, thus what would make up the realm? If the nose-consciousness were produced because of smells, it follows that it is in existence just because of smells. Just as the eyes can see but are unable to see themselves, so, too, if it exists because of smells, it would not be aware of smells. If it is aware of smells, then it is not produced from smells. If it had no awareness, the realm of smelling would not come into being. If the consciousness were not aware of smells, then the realm would not be established from smells. Since there is no intermediate realm of consciousness, there is no basis for establishing anything internal or external, either. Therefore, the nature of smelling is ultimately empty and false. Therefore, you should know that, as to the nose and smells being the conditions which produce the realm of the nose-consciousness, none of the three places exists. Thus, the nose, smells, and the realm of smelling, these three, do not have their origin in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously.”

*The Realms of Tongue, Flavors, and Consciousness:* The Buddha taught: “Moreover, Ananda, as you understand it, the tongue and flavors create the conditions that produce the tongue-consciousness. Is the consciousness produced because of the tongue, such that the tongue is its realm, or is it produced because of the flavors, such that the flavors are its realm? Suppose, Ananda, that it were produced because of the tongue. Then all the sugar, black plums, Huang-lien, salt, wild ginger, and cassia in the world would be entirely without flavor. Also, when you taste your own tongue, is it sweet or bitter? Suppose the



nature of your tongue were bitter. Then, what would it be that tasted the tongue? Since the tongue cannot taste itself, who would have the sense of taste? If the nature of the tongue were not bitter, there would be no flavor engendered by it. Thus, how could a realm be established? If it were produced because of flavor, the consciousness itself would be a flavor. The case would be the same as with the tongue-organ being unable to taste itself. How could the consciousness know whether it had flavor or not? Moreover, flavors do not all come from one thing. Since flavors are produced from many things, the consciousness would have many substances. Suppose that the consciousness were of a single substance and that the substance was definitely produced from flavor. Then, when salt, bland, sweet, and pungent were combined, their various differences would change into a single flavor and there would be no distinctions among them. If there were no distinctions, it could not be called consciousness. So, how could it further be called the realm of tongue, flavor, and consciousness? Nor can it be that empty space produces your conscious awareness. The tongue and flavors could not combine without each losing its basic nature. How could a realm be produced? Therefore, you should know that, as to the tongue and flavors being the conditions and that produce the realm of tongue-consciousness, none of the three places exists. Thus, the tongue, flavors, and the realm of the tongue, these three, do not have their origin in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously.”

*The Realms of Body-Consciousness, Objects of Touch:* The Buddha taught: “Moreover, Ananda, as you understand it, the body and objects of touch create the conditions that produce the body-consciousness. Is the consciousness produced because of the body, such that the body is its realm, or is it produced because of objects of touch, such that objects of touch are its realm? Suppose, Ananda, that it were produced because of the body. When there was no awareness of the two conditions of contact with and separation from objects of touch, what would the body be conscious of? Suppose it were produced because of objects of touch. Then you would not need your body. Without a body, what could perceive contact with and separation from objects of touch? Ananda! Things do not perceive objects of touch. It is the body that perceives objects of touch. What the body knows is

objects of touch, and what is aware of objects of touch is the body. What is objects of touch is not the body, and what is the body is not the objects of touch. The two characteristics of body and objects of touch are basically without a location. If it united with the body, it would be the body's own substance and nature. If it were apart from the body, it would have the same appearance as empty space. Since the inside and the outside don't stand up, how can one set up a middle? The middle cannot be set up either. The inside and the outside are by nature empty. From what realm, then, is your consciousness born? Therefore, you should know that, as to the body and objects of touch being conditions that produce the realm of body-consciousness, none of the three places exists. Thus, the body, objects of touch, and the realm of the body, these three, do not have their origin in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously."

***The Realms of Mind, Dharmas, and Consciousness:*** The Buddha taught: "Moreover, Ananda, as you understand it, the mind and dharmas create the conditions that produce the mind-consciousness. Is this consciousness produced because of the mind, such that the mind is its realm, or is it produced because of dharmas, such that dharmas are its realm? Suppose, Ananda, that it were produced because of the mind. In your mind there certainly must be thoughts; these give expression to your mind. If there are no dharmas before you, the mind does not give rise to anything. Apart from conditions, it has no shape; thus, what use would the consciousness be? Moreover, Ananda, is your conscious awareness the same as your mind-organ, with its capacity to understand and make distinctions, or is it different? If it were the same as the mind, it would be the mind; how could it be something else that arises? If it were different from the mind, it should thereby be devoid of consciousness. If there were no consciousness, how would it arise from the mind? If there were consciousness, how would it differ from the mind? Since it is by nature neither the same nor different, how can a realm be established? Suppose it were produced because of dharmas. None of the dharmas of the world exists apart from the five defiling objects. Consider the dharmas of form, the dharmas of sound, the dharmas of smell, the dharmas of taste, and the dharmas of touch, each has a clearly distinguishable appearance and is matched with one of the five organs. They are not what the mind takes in. Suppose your

consciousness were indeed produced through a reliance on dharmas. Take a close look at them now. What does each and every dharma look like? Underlying the characteristics of form and emptiness, movement and stillness, penetration and obstruction, unity and separation, and production and extinction there is nothing at all. When there is production, then form, emptiness, and all dharmas are produced. When there is extinction, then form, emptiness, and all dharmas are extinguished. Since what is causal does not exist, if those causes produce the consciousness, what appearance does the consciousness assume? If there is nothing discernable about the consciousness, how can a realm be established for it? Therefore, you should know that, as to the mind and dharmas being the conditions that produce the realm of the mind-consciousness, none of the three places exists. Thus, the mind, dharmas, and the realm of the mind, these three, do not have their origin in causes and conditions, nor do their natures arise spontaneously.”



**Chương Hai Mươi Sáu**  
**Chapter Twenty-Six**

***Khổ Đau Và Nghịch Cảnh***

Theo Hòa Thượng Ấn Quang, các đức Như Lai đều lấy sự khổ làm thầy nên mới đạt được Vô Thượng Bồ Đề, chúng ta cũng phải lấy bệnh khổ làm phương thuốc để cầu thoát khỏi Luân hồi sanh tử. Chúng ta nên nhận ra rằng phàm phu có đủ thứ nghiệp hoặc ràng buộc, nếu không có những nỗi cơ khổ cùng tật bệnh tất sẽ đuổi theo sắc, thanh, danh, lợi, khó mà buông bỏ. Trong lúc đắc ý như thế, có ai chịu quay đầu nhìn lại, tưởng đến sự chìm đắm về sau này? Bậc Thánh Mạnh Tử đã nói: “Người nào sắp lãnh một trọng trách thiêng liêng, trước tiên phải nhọc nơi thân, phải khổ nơi trí, hoặc đói khát, khổ còng, việc làm thất bại. Có như thế người ấy mới rèn luyện được ý chí nhẫn nại, vững bền, tài năng cao siêu xuất chúng. Như thế, con người được thành lập đa phần nhờ nghịch cảnh, và trong trường hợp ấy, chúng ta chỉ nên an lòng thuận chịu mà thôi. Nhưng trọng trách mà thầy Mạnh nói, chỉ là tước vị ở đời, mà còn phải khổ nhọc như thế mới làm nên; huống nữa là kẻ phàm phu thấp kém như chúng ta, muốn gánh vác công việc trên thành đạo Phật, dưới độ chúng sanh đó ư! Nếu như không bị một chút điên đảo vì nghèo bệnh, thì tình trần lừng lẫy, tịnh nghiệp khó thành, gương tâm sẽ bị tối mờ, nhiều kiếp lăn trôi trong ác đạo, sự giải thoát trong tương lai chưa biết đâu là kỳ hạn! Cổ đức đã bảo: 'Ví chẳng một phen sương thấm lạnh, hoa mai chi dễ thoảng mùi hương!' Lời này chính là ý đó vậy. Chúng ta nên bền chí niệm Phật để mau tiêu tức nghiệp, chớ sanh lòng phiền não rồi oán trời trách người, cho nhân quả là hoang đường, chê Phật pháp không linh nghiệm. Nên biết rằng từ vô thủy đến nay, chúng ta đã gây tạo nghiệp ác vô lượng, vô biên như Kinh Hoa Nghiêm đã nói: 'Giả như ác nghiệp có hình tướng, mười phương hư không chẳng thể dung chứa hết.' Thế thì sự tu trì lơ là chút ít, đâu dễ dứt trừ hoặc chướng hết được.”

***Sufferings and Adverse Circumstances***

According to Most Venerable Yin-Kuang, the Buddhas view suffering as their teacher, thus achieving Ultimate Enlightenment.

Likewise, we should consider illness as medicine, to escape Birth and Death. We should realize that human beings are bound by all kinds of karmic afflictions. Without the sufferings of poverty and illness, they will, by nature, pursue the world's of sight and sound, fame and profit, finding it difficult to let go. Who would then willingly turn around to watch and ponder the state of perdition to come? The sage Mencius once said, "Those who will be entrusted with great tasks should first endure hardship both in body and mind, suffering hunger and destitution or failure in their undertakings. Only then will they be able to forge their character, develop patience and endurance and attain outstanding abilities, beyond the ken of the multitude. Therefore, we should realize that human character is usually forged in adversity. If adversity cannot be avoided, we should remain at peace and practice forbearance. Moreover, in speaking of great tasks, the sage Mencius was referring merely to mundane undertakings. Even so, enduring hardship is necessary for success; how much more so when lowly beings such as ourselves undertake the great task of achieving Buddhahood and rescuing sentient beings! If we are not tested to a certain extent by financial hardship and disease, our worldly delusions will know no bounds and our Pure Land practice will be difficult to perfect. With our Mind-mirror clouded, we will revolve for many eons in the evil realms; not knowing when we will ever achieve liberation! The ancients have said: 'If it were not for a period of penetrating cold, the plum blossom could never develop its exquisite perfume!' This is the meaning of what I said earlier. We should persevere in reciting the Buddha's name, to eradicate past karma swiftly and avoid developing a mind of afflictions, resenting the Heavens, blaming our fellow beings, considering the law of Cause and Effect as a fairy tale and rejecting the Buddhas and their teachings as ineffective. We should know that from time immemorial, we have all created immeasurable evil karma. As the Avatamsaka Sutra states: 'If evil karma had physical form, the empty space of the ten directions could not contain it.' Thus, how can haphazard, intermittent cultivation possibly annihilate all afflictions and obstructions?"

*Phân Năm*  
*Part Five*

*Thức*  
*Consciousnesses*





***Chương Hai Mươi Bảy***  
***Chapter Twenty-Seven***

***Tổng Quan Về Thức***

Thuật ngữ Bắc Phạn “Vijnana” có nghĩa là “Hồn Thần” là tên gọi khác của tâm thức. Nguyên Thủy lập ra sáu thức, Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hồn thần,” mà ngoại đạo gọi là “linh hồn”. Thức là tên gọi khác của tâm. Thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ. Tâm phân biệt hiểu rõ được cảnh thì gọi là thức. Theo Phật giáo, “Tánh” tức là “Phật.” “Thức” tức là “Thần Thức”, “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt”, và “Tâm” tức là sự suy nghĩ vọng tưởng. Bản tánh thì lúc nào cũng quang minh sáng suốt, không có bỉ, không có thử, không đẹp, không xấu; không rơi vào số lượng hay phân biệt... Nhưng khi có “Thức” rồi thì con người lại bị rơi vào số lượng và phân biệt. “Ý” cũng tạo nên sự phân biệt, và đây chính là thức thứ sáu. Đây là thức tương đối ô nhiễm. Trong khi thức thứ bảy và thức thứ tám thì tương đối thanh tịnh hơn. Có tám loại thức: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mặt na, và a lại da thức. Về mặt cơ bản mà nói, thức không phải có tám loại dù nó có tám tên gọi. Thức chỉ là một nhưng lại có tám bộ phận khác nhau. Dầu có tám bộ phận khác nhau nhưng vẫn do chỉ một thức kiểm soát. “Thức” là hành động phân biệt bao gồm sự hiểu biết, nhận biết, trí thông minh, và kiến thức. Thức gồm có tám thứ; năm thứ đầu là kết quả của những hành động liên hệ đến ngũ căn; thức thứ sáu bao gồm tất cả những cảm giác, ý kiến và sự phán đoán; thức thứ bảy là ý thức (cái ngã thâm thâm); thức thứ tám là A Lại Da hay Tầng Thức, nơi chứa đựng tất cả những nghiệp, dù thiện, dù ác hay trung tính. Thức còn có nghĩa là sự nhận thức, sự phân biệt, ý thức, nhưng mỗi từ này đều không bao gồm hết ý nghĩa chứa đựng trong vijnana. Thức là cái trí hay cái biết tương đối. Từ này lắm khi được dùng theo nghĩa đối lập với Jnana trong ý nghĩa tri thức đơn thuần. Jnana là cái trí siêu việt thuộc các chủ đề như sự bất tử, sự phi tương đối, cái bất khả đắc, vân vân, trong khi Vijnana bị ràng buộc với tánh nhị biên của các sự vật.

### *An Overview of Consciousnesses*

“Vijnana” is another name for “Consciousness.” Theravada considered the six kinds of consciousness as “Vijnana.” Mahayana considered the eight kinds of consciousness as “Vijnana.” Externalists considered “vijnana” as a soul. Consciousness is another name for mind. Consciousness means the art of distinguishing, or perceiving, or recognizing, discerning, understanding, comprehending, distinction, intelligence, knowledge, learning. It is interpreted as the “mind,” mental discernment, perception, in contrast with the object discerned. According to Buddhism, our “Nature” is the “Buddha”. The “Consciousness” is the “Spirit”, the “Intention” or “Mano-vijnana” is the “Discriminating Mind”, and the “Mind” is what constantly engages in idle thinking. The “Nature” is originally perfect and bright, with no conception of self, others, beauty, or ugliness; no falling into numbers and discriminations. But as soon as there is “Consciousness”, one falls into numbers and discriminations. The “Intention” or “Mano-vijnana” also makes discriminations, and it is the sixth consciousness. It is relatively turbid, while the seventh and eighth consciousnesses are relatively more pure. There are eight kinds of consciousness: eye, ear, nose, tongue, body, mind, klista-mano-vijnana, and alaya-vijnana. Fundamentally speaking, consciousness is not of eight kinds, although there are eight kinds in name. We could say there is a single headquarters with eight departments under it. Although there are eight departments, they are controlled by just one single headquarters. “Vijnana” translated as “consciousness” is the act of distinguishing or discerning including understanding, comprehending, recognizing, intelligence, knowledge. There are eight consciousnesses. The first five arise as a result of the interaction of the five sense organs (eye, ear, nose, tongue, and mind) and the five dusts (Gunas); the sixth consciousness comes into play, all kinds of feelings, opinions and judgments will be formed (the one that does all the differentiating); the seventh consciousness (Vijnana) is the center of ego; the eighth consciousness is the Alayagarbha (a laï da), the storehouse of consciousness, or the storehouse of all deeds or actions (karmas), whether they are good, bad or neutral. “Vijnana” also means cognition, discrimination, consciousness, but as any one of these does not cover the whole sense contained in Vijnana. “Vijnana” also means relative knowledge. This term is usually used as contrasted to Jnana in purely intellectual sense. Jnana is transcendental knowledge dealing with such subjects as immortality, non-relativity, the unattained, etc., whereas Vijnana is attached to duality of things.

***Chương Hai Mươi Tám***  
***Chapter Twenty-Eight***

***Bát Thức***

Khi nói đến “Thức” người ta thường lầm tưởng đến đây chỉ là phần ý thức, phần tinh thần mà theo tâm lý học Phật giáo gọi là thức thứ sáu. Kỳ thật, có sáu thức căn bản, trong đó thức thứ sáu là ý thức. Tâm lý học Phật giáo dựa trên quá trình nhận thức từ sáu năng lực nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ. Mỗi năng lực liên quan đến một giác quan cùng với một thức nhận biết hoạt động đặc biệt tương ứng với giác quan đó. Thức thứ sáu hay ý thức, không phải là tâm, nó là chức năng của tâm, nó không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng nó lệ thuộc vào sự tương tục của “Tâm”. Ý thức nhận biết tất cả sáu đối tượng (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và hiện tượng) cả trong quá khứ, hiện tại và vị lai, rồi chuyển giao tất cả tin tức cho Mạt Na thức để nó chuyển giao cho Tầng Thức lưu trữ. Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thứ đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta” chỉ là tên gọi của một tổng hợp những yếu tố vật chất và tinh thần. Hãy xét về sắc uẩn, sắc tương ứng với cái mà chúng ta gọi là vật chất hay yếu tố vật chất. Nó chẳng những là xác thân mà chúng ta đang có, mà còn là tất cả những vật chất chung quanh chúng ta như nhà cửa, đất đai, rừng núi, biển cả, vân vân. Tuy nhiên, yếu tố vật chất tự nó không đủ tạo nên sự nhận biết. Sự tiếp xúc đơn giản giữa mắt và đối tượng nhìn thấy, hay giữa tai và tiếng động không thể đem lại kết quả nhận biết nếu không có thức. Chỉ khi nào ý thức, năm giác quan và năm đối tượng của nó cùng hiện diện mới tạo nên sự nhận biết. Nói cách khác, khi mắt, đối tượng của mắt, và ý thức cùng hoạt động thì sự nhận biết về đối tượng của mắt mới được tạo nên. Vì vậy, ý thức là yếu tố tối cần thiết trong việc tạo nên sự nhận biết. Ý Thức tức là thức thứ sáu hay tâm. Giác quan này phối hợp với năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân để tạo nên sự nhận biết. Việc phối hợp giữa những yếu tố vật chất và tinh thần tạo nên sự thành hình ý thức nội tâm, và tính chất của năm uẩn này đều ở trong trạng thái thay đổi không ngừng. Ngoài ra, chúng ta còn có thức thứ bảy, hay Mạt Na Thức, có công năng chuyển tiếp tất cả tin tức từ ý

thức qua A Lại Da Thức; và A Lại Da Thức có công năng như một Tầng Thức hay nơi lưu trữ tất cả tin tức.

**Thứ nhất là Nhãn Thức:** Nhiệm vụ của nhãn thức là nhận biết hình dáng. Không có nhãn thức, chúng ta sẽ không nhìn thấy gì cả; tuy nhiên nhãn thức lại tùy thuộc vào nhãn căn. Khi nhãn căn gặp một hình dạng thì nhãn thức liền phát sanh. Nếu Nhãn căn không gặp hình dáng thì nhãn thức không bao giờ phát sinh (một người bị mù không có nhãn căn, như vậy nhãn thức không bao giờ phát sinh). Người tu tập nên luôn thấu triệt điểm tối yếu này để thực tập sao cho hạn chế nhãn căn tiếp xúc với hình sắc, để làm giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức. Phật nhắc nhở chúng đệ tử của Ngài rằng, phương pháp duy nhất để giảm thiểu sự khởi dậy của nhãn thức là thiền định.

**Thứ nhì là Nhĩ Thức:** Nhiệm vụ của Nhĩ thức là nhận biết âm thanh; tuy nhiên, nhĩ thức tùy thuộc nơi nhĩ căn. Khi nhĩ căn và âm thanh gặp nhau, nhĩ thức liền phát sanh (nơi người điếc thì nhĩ căn và âm thanh không bao giờ gặp nhau, nên nhĩ thức không bao giờ khởi sanh). Hành giả nên luôn nhớ như vậy để tu tập thiền định mà đóng bớt nhĩ căn.

**Thứ ba là Tỷ Thức:** Tỷ thức phát triển trên những điều kiện của khứu giác. Tỷ thức tùy thuộc hoàn toàn nơi tỷ căn. Nơi một người mất khả năng khứu giác, thì khứu giác và mùi vị không bao giờ gặp nhau, do đó tỷ thức không khởi sanh. Người tu Phật phải cố gắng đóng bớt tỷ căn.

**Thứ tư là Thiệt Thức:** Thiệt thức phát sinh liền khi thiết căn tiếp xúc với một vị nào đó, lúc ấy chúng ta mới kinh qua phân biệt giữa vị này với vị khác, cũng từ đó dục vọng khởi sinh.

**Thứ năm là Thân Thức:** Thân thức phát triển khi điều kiện nổi bật trong đó thân tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Thân căn nằm khắp các nơi trong cơ thể. Ở đây vị Tỳ Kheo, thân xúc chạm, không có hoan hỷ, không có ưu phiền, an trú xả, chánh niệm, tỉnh giác. Đây là một trong sáu pháp hằng trú mà Đức Phật dạy trong Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh.

**Thứ sáu là Ý Thức:** Ý Thức là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn

nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Chức năng của mạn na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạn na, như nhãn thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạn na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể tuyệt đối của A Lại Da thì mạn na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mạn na thức phân biệt sai lầm. Vì mạn na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mạn na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mạn na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mạn na và mạn na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ-citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mạn na thức.” Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Ý thức xảy ra khi giác quan tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Năm thức đầu tương ứng với ngũ quan. Thức thứ sáu thông qua năm thức trước mà phán đoán về thế giới bên ngoài. Thức thứ bảy làm trung tâm lý luận, tính toán, và kiến trúc đối tượng. Đây chính là nguyên lai của sự chấp trước, nguồn gốc của tự ngã, và nguyên nhân ảo tưởng khởi lên vì cho rằng hiện tượng là có thật. Từ “ý thức” và “vô thức” được dùng với nhiều nghĩa khác nhau. Trong một ý nghĩa mà

chúng ta có thể nói là có tính cách tác năng, “ý thức” và “vô thức” ám chỉ một trạng thái chủ thể trong cá nhân. Nói rằng một người ý thức được nội dung tâm thần này nọ có nghĩa là người ấy nhận thức được những tình cảm, dự vọng, phán đoán, vân vân.

**Thứ bảy là Mạt-Na thức (Ý Căn):** Phạm ngữ “Klista-mano-vijnana” chỉ “tri giác.” Trong Phật giáo người ta gọi nó là “Ý Căn” vì nó có khả năng làm cho con người trở thành một sinh vật có trí khôn và đạo đức. Mạt Na thường được nghĩ tương đương với “tâm” hay “thức.” Nó được rút ra từ gốc chữ Phạm “Man” có nghĩa là “suy nghĩ hay tưởng tượng,” và nó liên hệ tới sinh hoạt tri thức của “thức.” Đây là lý trí tạo ra mọi hư vọng. Nó chính là nguyên nhân gây ra bản ngã (tạo ra hư vọng về một cái “tôi” chủ thể đứng tách rời với thế giới khách thể). Mạt Na Thức cũng tác động như là cơ quan chuyển vận “hạt giống” hay “chủng tử” của các kinh nghiệm giác quan đến thức thứ tám (hay tàng thức). Mạt na thức được diễn tả như là một cái biển trong đó những dòng chảy tư tưởng cứ dâng trào lên không ngừng nghỉ. Nó là thức chuyển tiếp tất cả những tin tức từ ý thức qua A lại da thức. Mạt Na Thức và năm tâm thức tập hợp lại với nhau như các triết gia đã vạch ra. Theo Kinh Lăng Già, hệ thống năm căn thức này phân biệt cái gì thiện với cái gì không thiện. Mạt Na Thức phối hợp với năm căn thức thủ chấp các hình sắc và tướng trạng trong khía cạnh đa phức của chúng; và không có lúc nào ngưng hoạt động cả. Điều này ta gọi là đặc tính sát na chuyển (tạm bợ của các thức). Toàn bộ hệ thống các thức này bị khuấy động không ngừng và vào mọi lúc giống như sóng của biển lớn. Mạt-Na thức hay Ý căn là sự suy nghĩ phối hợp với các căn. Ý thức hay thức của trí thông minh không phải là tâm, nó là sự vận hành của tâm. Tâm chúng sanh là một cơn xoáy không ngừng xoay chuyển, trong đó những hoạt động của tâm không bao giờ ngừng nghỉ theo bốn tiến trình sanh, trụ, dị, diệt. Ý thức không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng lệ thuộc vào sự liên tục của tâm. Ý thức chẳng những nhận biết cả sáu đối tượng gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và các hiện tượng trong quá khứ, hiện tại và ngay cả vị lai. Ý thức sẽ cùng ta lữ hành từ kiếp này qua kiếp khác, trong khi năm thức trước chỉ là những tâm tạm thời. Ý thức còn là một trong năm uẩn. Mạt Na hoạt động như một trạm đầu thập tất cả những hoạt động của sáu thức kia. Mạt Na chính là thức thứ bảy trong tám thức, có nghĩa là “Tư Lương.” Nó là Ý thức hay những hoạt động của Ý Căn, nhưng tự nó cũng có

nghĩa là “tâm.” Những cơn sóng làm gợn mặt biển A Lại Da thức khi cái nguyên lý của đặc thù gọi là vishaya hay cảnh giới thối vào trên đó như gió. Những cơn sóng được khởi đầu như thế là thế giới của những đặc thù nẩy dấy trong đó tri thức phân biệt, tình cảm chấp thủ, và phiền não, dục vọng đấu tranh để được hiện hữu và được sự tối thắng. Cái nhân tố phân biệt nẩy nằm bên trong hệ thống các thức và được gọi là mạn na (manas); thực ra, chính là khi mạn na khởi sự vận hành thì một hệ thống các thức hiển lộ ra. Do đó mà các thức được gọi là “cái thức phân biệt các đối tượng” (sự phân biệt thức-vastu-prativikalpa-vijnana). Chức năng của Mạn na chủ yếu là suy nghĩ về A Lại Da, sáng tạo và phân biệt chủ thể và đối tượng từ cái nhất thể thuần túy của A Lại Da. Tập khí tích tập trong A Lại Da giờ đây bị phân ra thành cái nhị biên tính của tất cả các hình thức và tất cả các loại. Điều nẩy được so sánh với đa phức của sóng quấy động biển A Lại Da. Mạn na là một tinh linh xấu theo một nghĩa và là một tinh linh tốt theo nghĩa khác, vì sự phân biệt tự nó không phải là xấu, không nhất thiết luôn luôn là sự phán đoán lầm lạc hay hư vọng phân biệt (abhuta-parikalpa) hay lý luận sai trái (hý luận quá ác-prapanca-daushtulya). Nhưng nó trở thành nguồn gốc của tai họa lớn lao khi nó tạo ra những khát vọng được đặt căn bản trên những phán đoán lầm lạc, như là khi nó tin vào cái thực tính của một ngã thể rồi trở nên chấp vào ngã thể mà cho rằng đấy là chân lý tối hậu. Vì mạn na không những chỉ là cái tri thức phân biệt mà còn là một nhân tố ước vọng và do đó là một tác giả. Mạn na thức cũng được phát hiện từ A Lại Da Thức. Nó là một thứ trực giác, trực giác về sự có mặt của một bản ngã tồn tại và độc lập với thế giới vạn hữu. Trực giác này có tính cách tập quán và mê muội. Tính mê vọng của nó được cầu thành bởi liễu biệt cảnh thức, nhưng nó lại trở thành căn bản cho liễu biệt cảnh thức. Đối tượng của loại tuệ giác này là một mảnh vụn biến hình của A lại da mà nó cho là cái ta, trong đó có linh hồn và thân xác. Đối tượng của nó không bao giờ là tánh cảnh mà chỉ là đối chất cảnh. Vừa là nhận thức về ngã, mạn na được xem như là chướng ngại căn bản cho sự thể nhập thực tại. Công phu thiền quán của liễu biệt cảnh thức có thể xóa được những nhận định sai lạc của mạn na. Chức năng của mạn na thức theo giả thiết là suy nghĩ về mạn na, như nhận thức suy nghĩ về thế giới hình sắc và nhĩ thức suy nghĩ về thế giới của âm thanh; nhưng thực ra, ngay khi mạn na thức phát sinh ra cái nhị biên của chủ thể và đối tượng do từ cái nhất thể

tuyệt đối của A Lại Da thì mặt na thức và quả thực tất cả các thức khác cũng bắt đầu vận hành. Chính vì thế mà trong Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo: “Niết Bàn của Phật giáo chính là sự tách xa cái mặt na thức phân biệt sai lầm. Vì mặt na thức làm nguyên nhân và sở duyên thì sự phát sinh bảy thức còn lại xảy ra. Lại nữa, khi mặt na thức phân biệt và chấp thủ vào thế giới của các đặc thù ở bên ngoài thì tất cả các loại tập khí (vasana) được sinh ra theo, và A Lại da được chúng nuôi dưỡng cùng với cái ý tưởng về “tôi và của tôi,” mặt na nắm giữ nó, bám vào nó, suy nghĩ về nó mà thành hình và phát triển. Tuy nhiên, trong bản chất, mặt na và mặt na thức không khác gì nhau, chúng nhờ A Lại Da làm nguyên nhân và sở duyên. Và khi một thế giới bên ngoài thực vốn chỉ là sự biểu hiện của chính cái tâm mình bị chấp chặt mà cho là thực, thì cái hệ thống tâm thức (tâm tụ—citta-kalapa) liên hệ hỗ tương được sinh ra trong tổng thể của nó. Giống như những con sóng biển, được vận hành bởi cơn gió của một thế giới bên ngoài là thế giới do chính cái tâm người ta biểu hiện ra, sinh khởi và biến diệt. Do đó bảy thức kia diệt theo với sự diệt của mặt na thức.”

**Thứ tám là A Lại Da thức (Tàng Thức):** A Lại Da là thức căn bản, thức thứ tám trong Bát Thức, còn gọi là Tàng Thức. Tàng thức nơi chứa đựng tất cả chủng tử của các thức, từ đây tương ứng với các nhân duyên, các hạt giống đặc biệt lại được thức Mặt Na chuyển vận đến sáu thức kia, kết thành hành động mới đến lược các hành động nầy lại sản xuất ra các hạt giống khác. Quá trình nầy có tính cách đồng thời và bất tận. A Lại da còn được gọi là “Hiển Thức”, chứa đựng mọi chủng tử thiện ác, hiển hiện được hết thảy mọi cảnh giới. Chữ “Alaya” có nghĩa là cái nhà nơi mà tất cả những gì có giá trị cho chúng ta dùng được tàng trữ và cũng là nơi cư ngụ của chúng ta. Thức A Lại Da, cũng còn được gọi là “Tàng Thức,” hay là “thức thứ tám,” hay là “tàng nghiệp.” Tất cả mọi nghiệp đã lập thành trong quá khứ hay đang được lập thành trong hiện tại đều được tàng trữ trong A Lại Da Thức nầy. Giáo điển dạy Tâm Lý Học, về tám thức (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mặt na và A Lại Da). Những thức nầy giúp chúng sanh phân biệt phải trái. Tuy nhiên, chúng sanh con người có một cái thức thâm sâu gọi là A Lại Da Thức, là chủ thể chính của sự luân hồi sanh tử, và bị các thức khác hiểu lầm đó là một linh hồn hay một cái ngã trường cửu. Chính tại A Lại Da Thức này những ấn tượng hay kinh nghiệm của hành động được tàng trữ dưới hình thức những ‘chủng tử’ và chính những chủng tử



này làm nảy nở những kinh nghiệm sắp tới tùy theo hoàn cảnh của từng cá nhân. Theo Bồ Tát Mã Minh trong Đại Thừa Khởi Tín Luận và Nhiếp Luận Tông, A Lại Da thức là nơi hòa hợp chân vọng. Khi nó trở nên thanh tịnh và không còn ô nhiễm, nó chính là “Chân Như.” A Lại Da có nghĩa là chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Nầy Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’” Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vasana) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay. Đây gọi là “thức” (vijñana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thật tánh (parinispanna). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijñana). Trạng

thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratisthita-nirvana) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Cái tâm thứ biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tàng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây Tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức). Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mạt Na thức thấu thập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo.

### *Eight Consciousnesses*

When we talk about “Consciousnesses” we usually misunderstand with the sixth consciousness according to Buddhist psychology. In fact, there are six basic sense consciousnesses, and the sixth one being the mental consciousness. Buddhist psychology bases the perception process on six sense faculties: sight, hearing, smell, taste, touch and thought. Each faculty relates to a sense organ (eye, ear, nose, tongue, body and mind) and to a consciousness which functions specifically with that organ. The sixth consciousness, or the mind consciousness is not the mind, it is the function of the mind; it does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum

of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form, sound, taste, smell and touch) in the present time, but it also apprehends objects and imagines in the past and even in the future, then it transfers these objects or imagines to the seventh consciousness, and in turn, the seventh consciousness will transfer these objects to the Alaya Consciousness. Let us examine the body and mind to see whether in either of them we can locate the self, we will find in neither of them. Then, the so-called “Self” is just a term for a collection of physical and mental factors. Let us first look at the aggregate matter of form. The aggregate of form corresponds to what we would call material or physical factors. It includes not only our own bodies, but also the material objects that surround us, i.e., houses, soil, forests, and oceans, and so on. However, physical elements by themselves are not enough to produce experience. The simple contact between the eyes and visible objects, or between the ear and sound cannot result in experience without consciousness. Only the co-presence of consciousness together with the sense of organ and the object of the sense organ produces experience. In other words, it is when the eyes, the visible object and consciousness come together that the experience of a visible object is produced. Consciousness is therefore an extremely important element in the production of experience. Consciousness or the sixth sense, or the mind. This sense organ together with the other five sense organs of eyes, ears, nose, tongue, and body to produce experience. The physical and mental factors of experience worked together to produce personal experience, and the nature of the five aggregates are in constant change. Therefore, according to the Buddha’s teachings, the truth of a man is selfless. The body and mind that man misunderstands of his ‘self’ is not his self, it is not his, and he is not it.” Devout Buddhists should grasp this idea firmly to establish an appropriate method of cultivation not only for the body, but also for the speech and mind. Besides, we also have the seventh consciousness, or the *mano-vijnana*, which is the transmitting consciousness that relays sensory information from the mind to the Alaya Consciousness, or the eighth consciousness which functions as a storehouse of all sensory information.

***First, Eye Consciousness:*** The function of the eye consciousness is to perceive and apprehend visual forms. Without the eye consciousness

we could not behold any visual form; however, the eye consciousness depends on the eye faculty. When the eye faculty and any form meet, the eye consciousness develops instantly. If the eye faculty and the form never meet, eye consciousness will never arise (a blind person who lacks the eye faculty, thus eye consciousness can never develop). Buddhist cultivators should always understand thoroughly this vital point to minimize the meeting between eye faculty and visual forms, so that no or very limited eye consciousness will ever arise. The Buddha reminded his disciples that meditation is the only means to limit or stop the arising of the eye consciousness.

***Second, Ear Consciousness:*** The function of the ear consciousness is to perceive and apprehend sounds; however, ear consciousness depends on the ear faculty. Ear faculty and any sound meet, the ear consciousness develops instantly (in a deaf person, ear faculty and sounds never meet, therefore no ear consciousness will arise). Buddhist cultivators should always remember this and try to practise meditation stop or close the ear consciousness if possible.

***Third, Smell Consciousness:*** The nose consciousness develops immediately from the dominant condition of the nose faculty when it focuses on smell. Nose consciousness completely depends on the nose faculty. Someone who lacks smelling capability, nose faculty and smell never meet, therefore, nose consciousness will never arise. Buddhist cultivators should always practise meditation to stop or close the nose consciousness.

***Fourth, Taste Consciousness:*** The tongue consciousness develops immediately through the dominant condition of the tongue when the tongue faculty focuses on a certain taste. At that very moment, we experience and distinguish between tastes and desire arises.

***Fifth, Tactile Sensation Consciousness:*** Body consciousness develops when the dominant condition in which the body faculty meets an object of touch. The location of the body faculty is throughout the entire body. Cognition of the objects of touch, one of the five forms of cognition. Here a monk, on touching a tangible object with the body, is neither pleased nor displeased, but remains equable, mindful and clearly aware. This is one of the six stable states which the Buddha taught in the Sangiti Sutta in the Long Discourses.

***Sixth, Mano Consciousness:*** The Mano Consciousness is the thinking consciousness that coordinates the perceptions of the sense organs. The mind consciousness, the sixth or the intellectual consciousness is not the mind, it's the function of the mind. The sentient being's mind is an ever-spinning whirlpool in which mental activities never cease. There are four stages of production, dwelling, change, and decay. A mind which does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form, sound, taste, smell, touch) in the present time, but it also apprehends objects in the past and imagines objects even in the future. Mental consciousness will go with us from one life to another, while the first five consciousnesses are our temporary minds. Consciousness is also one of the five skandhas. The function of Manovijnana is by hypothesis to reflect on Manas, as the eye-vijnana reflects on the world of forms and the ear-vijnana on that of sounds; but in fact as soon as Manas evolves the dualism of subject and object out of the absolute unity of the Alaya, Manovijnana and indeed all the other Vijnanas begin to operate. Thus, in the Lankavatara Sutra, the Buddha said: "Buddhist Nirvana consists in turning away from the wrongfully discriminating Manovijnana. For with Manovijnana as cause (hetu) and support (alambana), there takes place the evolution of the seven Vijnanas. Further, when Manovijnana discerns and clings to an external world of particulars, all kinds of habit-energy (vasana) are generated therefrom, and by them the Alaya is nurtured. Together with the thought of "me and mine," taking hold of it and clinging to it, and reflecting upon it, Manas thereby takes shape and is evolved. In substance (sarira), however, Manas and Manovijnana are not different the one from the other, they depend upon the Alaya as cause and support. And when an external world is tenaciously held as real which is no other than the presentation of one's own mind, the mentation-system (citta-kalapa), mutually related, is evolved in its totality. Like the ocean waves, the Vijnanas set in motion by the wind of an external world which is the manifestation of one's own mind, rise and cease. Therefore, the seven Vijnanas cease with the cessation of Manovijnana." A mind which does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects

(form, sound, taste, smell, touch) in the present time, but it also apprehends objects in the past and imagines objects even in the future. Mental consciousness will go with us from one life to another, while the first five consciousnesses are our temporary minds. Consciousness is also one of the five skandhas. Consciousness refers to the perception or discernment which occurs when our sense organs make contact with their respective objects. The first five consciousness correspond to the five senses. The sixth consciousness integrates the perceptions of the five senses into coherent images and make judgments about the external world. The seventh consciousness is the active center of reasoning, calculation, and construction or fabrication of individual objects. It is the source of clinging and craving, and thus the origin of self or ego and the cause of illusion that arises from assuming the apparent to be real. The terms “conscious” and “unconscious” are used with several different meanings. In one meaning, which might be called functional, “conscious” and “unconscious” refer to a subjective state within the individual. Saying that he is conscious of this or that psychic content means that he is aware of affects, of desires, of judgments, etc.

***Seventh, Klistamanas Consciousness:*** “Klista-mano-vijnana” is a Sanskrit term for “sentience.” In Buddhism, it is called “mental faculty” for it constitutes man as an intelligent and moral being. It is commonly thought to be equated with the terms “citta” or “consciousness.” It is derived from the Sanskrit root “man,” which means “to think” or “to imagine” and is associated with intellectual activity of consciousness. This is the discriminating and constructive sense. It is more than the intellectually perceptive. It is the cause of all egoism (it creates the illusion of a subject “I” standing apart from the object world) and individualizing of men and things (all illusion arising from assuming the seeming as the real). The self-conscious defiled mind, which thinks, wills, and is the principal factor in the generation of subjectivity. It is a conveyor of the seed-essence of sensory experiences to the eighth level of subconsciousness. It is described as a sea in which currents of thought surge and seethe. It is the transmitting consciousness that relays sensory information from the mind or mano consciousness to the storehouse or Alaya-vijnana. According to The Lankavatara Sutra, this system of the five sense-vijnanas is in union with Manovijnana and this

mutuality makes the system distinguish between what is good and what is not good. Manovijnana in union with the five sense-vijnanas grasps forms and appearances in their multitudinous aspect; and there is not a moment's cessation of activity. This is called the momentary character of the Vijnanas. This system of vijnanas is stirred uninterruptedly and all the time like the waves of the great ocean. Klistamanas consciousness is the thinking consciousness that coordinates the perceptions of the sense organs. The mind consciousness, the sixth or the intellectual consciousness is not the mind, it's the function of the mind. The sentient being's mind is an ever-spinning whirlpool in which mental activities never cease. There are four stages of production, dwelling, change, and decay. A mind which does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form, sound, taste, smell, touch) in the present time, but it also apprehends objects in the past and imagines objects even in the future. Mental consciousness will go with us from one life to another, while the first five consciousnesses are our temporary minds. Consciousness is also one of the five skandhas. This acts like the collection station for the first six consciousnesses. The seventh of the eight consciousnesses, which means thinking and measuring, or calculating. It is the active mind, or activity of mind, but is also used for the mind itself. The waves will be seen ruffling the surface of the ocean of Alayavijnana when the principle of individuation known as Vishaya blows over it like the wind. The waves thus started are this world of particulars where the intellect discriminates, the affection clings, and passions and desires struggle for existence and supremacy. This particularizing agency sits within the system of Vijnanas and is known as Manas; in fact it is when Manas begins to operate that a system of the Vijnanas manifests itself. They are thus called "object-discriminating-vijnana" (vastu-prativikalpa-vijnana). The function of Manas is essentially to reflect upon the Alaya and to create and to discriminate subject and object from the pure oceans of the Alaya. The memory accumulated (ciyate) in the latter is now divided into dualities of all forms and all kinds. This is compared to the manifoldness of waves that stir up the ocean of Alaya. Manas is an evil spirit in one sense and a good one in another, for discrimination

in itself is not evil, is not necessarily always false judgment (abhuta-parikalpa) or wrong reasoning (prapanca-daushtulya). But it grows to be the source of great calamity when it creates desires based upon its wrong judgments, such as when it believes in the reality of an ego-substance and becomes attached to it as the ultimate truth. For manas is not only a discriminating intelligence, but a willing agency, and consequently an actor. Manyana is a kind of intuition, the sense that there is a separate self which can exist independently of the rest of the world. This intuition is produced by habit and ignorance. Its illusory nature has been constructed by vijnapti, and it, in turn, becomes a basis for vijnapti. The object of this intuition is a distorted fragment of alaya which it considers to be a self, comprised of a body and a soul. It of course is never reality in itself, but just a representation of reality. In its role as a self as well as consciousness of the self, manyana is regarded as the basic obstacle to penetrating reality. Contemplation performed by vijnapti can remove the erroneous perceptions brought about by manas. The function of Manovijnana is by hypothesis to reflect on Manas, as the eye-vijnana reflects on the world of forms and the ear-vijnana on that of sounds; but in fact as soon as Manas evolves the dualism of subject and object out of the absolute unity of the Alaya, Manovijnana and indeed all the other Vijnanas begin to operate. Thus, in the Lankavatara Sutra, the Buddha said: "Buddhist Nirvana consists in turning away from the wrongfully discriminating Manovijnana. For with Manovijnana as cause (hetu) and support (alambana), there takes place the evolution of the seven Vijnanas. Further, when Manovijnana discerns and clings to an external world of particulars, all kinds of habit-energy (vasana) are generated therefrom, and by them the Alaya is nurtured. Together with the thought of "me and mine," taking hold of it and clinging to it, and reflecting upon it, Manas thereby takes shape and is evolved. In substance (sarira), however, Manas and Manovijnana are not different—the one from the other, they depend upon the Alaya as cause and support. And when an external world is tenaciously held as real which is no other than the presentation of one's own mind, the mentation-system (citta-kalapa), mutually related, is evolved in its totality. Like the ocean waves, the Vijnanas set in motion by the wind of an external world which is the manifestation of one's



own mind, rise and cease. Therefore, the seven Vijnanas cease with the cessation of Manovijnana.”

***Eighth, Alaya Vijnana:*** Alaya Vijnana, the receptacle intellect or consciousness, basic consciousness, Eighth consciousness, subconsciousness, and store consciousness. The storehouse consciousness or basis from which come all seeds of consciousness or from which it responds to causes and conditions, specific seeds are reconveyed by Manas to the six senses, precipitating new actions, which in turn produce other seeds. This process is simultaneous and endless. “Alayavijnana is also called “Open knowledge”, the store of knowledge where all is revealed, either good or bad. Alaya means a house or rather a home, which is in turn a place where all the valued things for use by us are kept and among which we dwell. Also called “Store consciousness,” “eighth consciousness,” or “karma repository.” All karma created in the present and previous lifetime is stored in the Alaya Consciousness. According to the Consciousness-Only, there are eight consciousnesses (sight, hearing, smell, taste, touch, mind, Mana and Alaya). These consciousnesses enable sentient beings to discriminate between right and wrong of all dharmas (thoughts, feelings, physical things, etc). However, human beings have a deep consciousness which is called Alaya-consciousness which is the actual subject of rebirth, and is mistakenly taken to be an eternal soul or self by the other consciousnesses. It is in the Alaya-consciousness that the impressions of action and experience are stored in the form of ‘seeds’ and it is these seeds which engender further experiences according to the individual situation. According to Asvaghosa Bodhisattva in the Awakening of Faith and the Samparigraha, the Alaya or store id the consciousness in which the true and the false unite. When Alaya Consciousness becomes pure and taintless, it is Tathata (Thusness). Also known as Alayavijnana. In the Lankavatara Sutra, the Buddha told Mahamati: “Oh Mahamati! The Tathagata-garbha contains in itself causes alike good and not-good, and from which are generated all paths of existence. It is like an actor playing different characters without harboring any thought of ‘me and mine.’” Alaya means all-conserving. It is in company with the seven Vijnanas which are generated in the dwelling-house of ignorance. The function of Alayavijnana is to look into itself where all the memory (vasana) og

the beginningless past is preserved in a way beyond consciousness (acintya) and ready for further evolution (parinama); but it has no active energy in itself; it never acts, it simply perceives, it is in this exactly like a mirror; it is again like the ocean, perfectly smooth with no waves disturbing its tranquillity; and it is pure and undefiled, which means that it is free from the dualism of subject and object. For it is the pure act of perceiving, with no differentiation yet of the knowing one and the known. According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, when all things are reflected on our mind, our discriminating or imagining power is already at work. This called our consciousness (vijana). Since the consciousness co-ordinating all reflected elements stores them, it is called the store-consciousness or ideation-store. The ideation-store itself is an existence of causal combination, and in it the pure and tainted elements are causally combined or intermingled. When the ideation-store begins to move and descend to the everyday world, then we have the manifold existence that is only an imagined world. The ideation-store, which is the seed-consciousness, is the conscious center and the world manifested by ideation is its environment. It is only from the Buddha's Perfect Enlightenment that pure ideation flashed out. This pure ideation can purify the tainted portion of the ideation-store and further develop its power of understanding. The world of imagination and the world of interdependence will be brought to the real truth (parinirvana). This having been attained, the seed-store, as consciousness, will disappear altogether and ultimately will reach the state where there is no distinction between subject and object. The knowledge so gained has no discrimination (Avikalpa-vijana). This ultimate state is the Nirvana of No Abode (apratishtita-nirvana), that is to say, the attainment of perfect freedom, not being bound to one place. The function of Alayavijana is to look into itself where all the memory (vasana) of the beginningless past is preserved in a way beyond consciousness (acintya) and ready for further evolution (parinama); but it has no active energy in itself; it never acts, it simply perceives, it is in this exactly like a mirror; it is again like the ocean, perfectly smooth with no waves disturbing its tranquillity; and it is pure and undefiled, which means that it is free from the dualism of subject and object. For it is the pure act of perceiving, with no differentiation yet of the knowing one

and the known. The initiator of change, or the first power of change, or mutation, i.e. the alaya-vijnana, so called because other vijnanas are derived from it. An important doctrinal concept that is particularly important in the Yogacara tradition. This term is sometimes translated by Western scholars as “storehouse consciousness,” since it acts as the repository (kho) of the predisposition (thiên về) that one’s actions produce. It stores these predispositions until the conditions are right for them to manifest themselves. The Tibetan translators rendered (hoàn lại) it as “basis of all” because it serves as the basis for all of the phenomena of cyclic existence and nirvana. Through meditative practice and engaging in meritorious actions, one gradually replaces afflicted seeds with pure ones; when one has completely purified the continuum of the alaya-vijnana, it is referred to as the “purified consciousness.” Alaya means all-conserving mind. It is in company with the seven Vijnanas which are generated in the dwelling-house of ignorance. Alaya means the preconsciousness, or the eighth consciousness, or the store-consciousness. It is the central or universal consciousness which is the womb or store consciousness (the storehouse consciousness where all karmic seeds enter and cause all thought activities). All karma created in the present and previous lifetime is stored in the Alaya Consciousness. This is like a storage space receiving all information collected in the Mana consciousness. When a sentient being dies, the first seven consciousnesses die with it, but the Alaya-Consciousness carries on. It is the supreme ruler of one existence which ultimately determines where one will gain rebirth in the six realms of existence.



*Chương Hai Mươi Chín*  
*Chapter Twenty-Nine*

*A Lại Da Thức*

“Thức” thường được lầm tưởng chỉ là phần ý thức, phần tinh thần mà theo tâm lý học Phật giáo gọi là thức thứ sáu. Kỳ thật, có sáu thức căn bản, trong đó thức thứ sáu là ý thức. Tâm lý học Phật giáo dựa trên quá trình nhận thức từ sáu năng lực nhận thức: thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, và suy nghĩ. Mỗi năng lực liên quan đến một giác quan cùng với một thức nhận biết hoạt động đặc biệt tương ứng với giác quan đó. Thức thứ sáu hay ý thức, không phải là tâm, nó là chức năng của tâm, nó không tùy thuộc vào bất cứ căn nào, nhưng nó lệ thuộc vào sự tương tục của “Tâm”, Ý thức nhận biết tất cả sáu đối tượng (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và hiện tượng) cả trong quá khứ, hiện tại và vị lai, rồi chuyển giao tất cả tin tức cho Mạt Na thức để nó chuyển giao cho Tầng Thức lưu trữ. Chúng ta hãy thử quan sát thân tâm để xem trong hai thứ đó chúng ta có thể tìm thấy được cái “Ta” nó nằm ở đâu, và chúng ta thấy cái “Ta” nó chẳng ở thân mà cũng chẳng ở tâm. Như vậy cái “Ta” chỉ là tên gọi của một tổng hợp những yếu tố vật chất và tinh thần. Hãy xét về sắc uẩn, sắc tương ứng với cái mà chúng ta gọi là vật chất hay yếu tố vật chất. Nó chẳng những là xác thân mà chúng ta đang có, mà còn là tất cả những vật chất chung quanh chúng ta như nhà cửa, đất đai, rừng núi, biển cả, vân vân. Tuy nhiên, yếu tố vật chất tự nó không đủ tạo nên sự nhận biết. Sự tiếp xúc đơn giản giữa mắt và đối tượng nhìn thấy, hay giữa tai và tiếng động không thể đem lại kết quả nhận biết nếu không có thức. Chỉ khi nào ý thức, năm giác quan và năm đối tượng của nó cùng hiện diện mới tạo nên sự nhận biết. Nói cách khác, khi mắt, đối tượng của mắt, và ý thức cùng hoạt động thì sự nhận biết về đối tượng của mắt mới được tạo nên. Vì vậy, ý thức là yếu tố tối cần thiết trong việc tạo nên sự nhận biết. Như trên đã nói, thức tức là thức thứ sáu hay tâm, giác quan này phối hợp với năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân để tạo nên sự nhận biết. Việc phối hợp giữa những yếu tố vật chất và tinh thần tạo nên sự thành hình ý thức nội tâm, và tính chất của năm uẩn này đều ở trong trạng thái thay đổi không ngừng. Ngoài ra, chúng ta còn có thức thứ bảy, hay Mạt Na Thức, có công năng chuyển tiếp tất cả tin tức từ ý thức qua A Lại Da

Thức; và A Lại Da Thức có công năng như một Tầng Thức hay nơi lưu trữ tất cả tin tức.

A Lại da là thức căn bản, thức thứ tám trong Bát Thức, còn gọi là Tầng Thức. A Lại da còn được gọi là “Hiển Thức”, chứa đựng mọi chủng tử thiện ác, hiển hiện được hết thảy mọi cảnh giới. Chữ “Alaya” có nghĩa là cái nhà nơi mà tất cả những gì có giá trị cho chúng ta dùng được tàng trữ và cũng là nơi cư ngụ của chúng ta. Thức A Lại Da, cũng còn được gọi là “Tàng Thức,” hay là “thức thứ tám,” hay là “tàng nghiệp.” Tất cả mọi nghiệp đã lập thành trong quá khứ hay đang được lập thành trong hiện tại đều được tàng trữ trong A Lại Da Thức này. Giáo điển dạy Duy Thức Học về tám thức là nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mạt na và A Lại Da. Những thức này giúp chúng sanh phân biệt phải trái. Tuy nhiên, chúng sanh con người có một cái thức thâm sâu gọi là A Lại Da Thức, là chủ thể chính của sự luân hồi sanh tử, và bị các thức khác hiểu lầm đó là một linh hồn hay một cái ngã trường cửu. Chính tại A Lại Da Thức này những ấn tượng hay kinh nghiệm của hành động được tàng trữ dưới hình thức những ‘chủng tử’ và chính những chủng tử này làm nảy nở những kinh nghiệm sắp tới tùy theo hoàn cảnh của từng cá nhân. Theo Bồ Tát Mã Minh trong Đại Thừa Khởi Tín Luận và Nhiếp Luận Tông, A Lại Da thức là nơi hòa hợp chân vọng. Khi nó trở nên thanh tịnh và không còn ô nhiễm, nó chính là “Chân Như.”

Như trên đã nói, Alaya là thuật ngữ Bắc Phạn dùng để chỉ “Tạng Thức”, cái tâm thức biến hiện chư cảnh thành tám thức. A-Lại Da hay thức thứ tám được gọi là “Sơ Năng Biến” vì các thức khác đều từ đó mà ra. Một khái niệm về giáo thuyết đặc biệt quan trọng với trường phái Du Già. Thuật ngữ này có khi được các học giả Tây phương dịch là “Tàng Thức,” vì nó là cái kho chứa, nơi mà tất cả những hành động được sản sinh ra. Tầng thức cất giữ những gì được chứa vào nó cho đến khi có hoàn cảnh thích hợp cho chúng hiện ra. Những dịch giả Tây Tạng lại dịch nó là “Căn bản của tất cả” vì nó làm nền tảng cho mọi hiện tượng trong vòng sanh tử và Niết Bàn. Qua thiền tập và tham dự vào những thiện nghiệp, người ta từ từ thay thế những chủng tử phiền não bằng những chủng tử thanh tịnh; một khi người ta thanh tịnh hóa một cách toàn diện A Lại Da, thì đó được coi như là “Tịnh Thức.” A Lại Da có nghĩa là cái tâm cất chứa tất cả. Nó đi chung với bảy thức được sinh ra trong ngôi nhà vô minh. A Lại Da tàng thức (đệ bát thức).

Ý thức căn bản về mọi tồn tại hay ý thức di truyền, nơi những hạt giống karma lọt vào và gây ra hoạt động tâm thần. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật nói: “Này Mahamati! Như Lai Tạng chứa trong nó những nguyên nhân cả tốt lẫn xấu, và từ những nguyên nhân này mà tất cả lục đạo (sáu đường hiện hữu) được tạo thành. Nó cũng giống như những diễn viên đóng các vai khác nhau mà không nuôi dưỡng ý nghĩ nào về ‘tôi và của tôi.’”

Theo Trung Anh Phật Học Từ Điển của Giáo Sư Soothill, A Lại Da Thức được diễn dịch như sau: *Thứ nhất là Cháp Trì Thức*: Còn gọi là A Đàn Na Thức, ví nó giữ lấy tất cả các nhân thiện ác và giữ cho thân thể của hữu tình chúng luôn luân lưu trong luân hồi sanh tử. *Thứ nhì là Bản Thức*: Gốc rễ của chư pháp. *Thứ ba là Di Thục Thức*: Gọi là di thục thức vì nó chứa đựng và làm chín mùi những thiện ác nghiệp, từ đó có thể dẫn đến luân hồi sanh tử. *Thứ tư là Đệ Nhất Thức*: Đệ nhất thức từ gốc trở về ngọn (tâm quan trọng đệ nhất của A Lại Da Thức). *Thứ năm là Đệ Bát Thức*: Thức cuối cùng trong tám thức. *Thứ sáu là Hiện Thức*: Chư pháp đều hiển hiện trên bản thức. *Thứ bảy là Hữu Tình Căn Bản Chi Tâm Thức*: Tâm thức căn bản của loài hữu tình. *Thứ tám là Chủng Tử Thức*: Chủng tử thức cơ bản vì từ đó mà phát sanh ra mọi pháp, mọi vật; giống như từ hạt giống nảy mà sanh ra cây cối hoa quả. *Thứ chín là Sở Tri Y Thức*: Gọi là Sở Tri Y thức vì nó là cơ sở cho mọi pháp thiện ác dựa vào. *Thứ mười là Tàng thức*: Tiềm thức hay tạng thức, thức thứ tám hay Nghiệp thức. Tất cả nghiệp được thành lập trong hiện đời và quá khứ đều được tàng trữ trong A Lại Da thức. A Lại Da thức hành xử như nơi tồn chứa tất cả những dữ kiện được Mặt Na thức thu thập. Khi một sinh vật chết thì bảy thức kia sẽ chết theo, nhưng A-Lại-Da thức vẫn tiếp tục. Nó là quyết định tối hậu cho sự đầu thai trong lục đạo. Tàng thức là nơi tích lũy tất cả những ấn tượng, tất cả những hạt giống ký ức, tất cả những hạt giống nghiệp. *Thứ mười một là Tâm Thức*: Tâm là tên khác của a Lại Da Thức vì cả hai đều tích tụ các hạt giống của chư pháp và làm cho chúng khởi lên. *Thứ mười hai là Trạch Thức*: Là nhà ở của các hạt giống. *Thứ mười ba là Vô Cấu Thức*: Cực thanh tịnh thức ở bậc “Như Lai Địa,” nơi nương tựa của các pháp vô lậu. *Thứ mười bốn là Vô Một Thức*: Tất cả các chủng tử không bị mất mát (không mất, không tan). *Thứ mười lăm là Như Lai Tạng*: Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. Như Lai Tạng còn là A Lại Da thức

được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu.

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, khi vạn vật phản chiếu trong tâm trí ta, thì thế lực phân biệt hay tưởng tượng của tâm ta sẽ sẵn sàng hoạt động ngay, đây gọi là “thức” (vijñana). Chính vì thức kết hợp với tất cả yếu tố phản chiếu, tàng chứa chúng, nên được gọi là A Lại Da Thức hay “thức tạng.” Tạng thức chính nó là sự hiện hữu của tập hợp nhân quả và những tâm sở thanh tịnh hoặc nhiễm ô, được tập hợp hay lẫn lộn với chúng theo tương quan nhân quả. Khi tạng thức bắt đầu hoạt động và bước xuống thế giới thường nhật này, thì chúng ta có hiện hữu đa dạng vốn chỉ là thế giới tưởng tượng. Tạng thức, vốn là chủng tử thức, là trung tâm ý thức; và thế giới do thức biểu hiện là môi trường của nó. Chỉ có ở nơi sự giác ngộ viên mãn của Phật, thức thanh tịnh mới bừng chiếu lên. Tịnh thức này có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tưởng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thật, tức Viên Thành Thật tánh (parinispāna). Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là vô phân biệt trí (avikalpa-vijñana). Trạng thái tối hậu là Vô Trụ Niết Bàn (apratiṣṭhita-nirvāna) nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Chức năng của A Lại Da Thức là nhìn vào chính nó trong đó tất cả tập khí (vāsa) từ thời vô thủy được giữ lại theo một cách vượt ngoài tri thức (bất tư nghi-acintya) và sẵn sàng chuyển biến (parinama), nhưng nó không có hoạt năng trong tự nó, nó không bao giờ hoạt động, nó chỉ nhận thức, theo ý nghĩa này thì nó giống như một tấm kiếng; nó lại giống như biển, hoàn toàn phẳng lặng không có sóng xao động sự yên tĩnh của nó; và nó thanh tịnh không bị ô nhiễm, nghĩa là nó thoát khỏi cái nhị biên của chủ thể và đối tượng. Vì nó là cái hành động nhận thức đơn thuần, chưa có sự khác biệt giữa người biết và cái được biết.

### *Alaya Consciousness*

“Consciousnesses” is usually misunderstand only with the sixth consciousness according to Buddhist psychology. In fact, there are six basic sense consciousnesses, and the sixth one being the mental



consciousness. Buddhist psychology bases the perception process on six sense faculties: sight, hearing, smell, taste, touch and thought. Each faculty relates to a sense organ (eye, ear, nose, tongue, body and mind) and to a consciousness which functions specifically with that organ. The sixth consciousness, or the mind consciousness is not the mind, it is the function of the mind; it does not depend on any of the five sense faculties, but on the immediately preceding continuum of mind. Mental consciousness apprehends not only objects (form, sound, taste, smell and touch) in the present time, but it also apprehends objects and imagines in the past and even in the future, then it transfers these objects or imagines to the seventh consciousness, and in turn, the seventh consciousness will transfer these objects to the Alaya Consciousness. Let us examine the body and mind to see whether in either of them we can locate the self, we will find in neither of them. Then, the so-called "Self" is just a term for a collection of physical and mental factors. Let us first look at the aggregate matter of form. The aggregate of form corresponds to what we would call material or physical factors. It includes not only our own bodies, but also the material objects that surround us, i.e., houses, soil, forests, and oceans, and so on. However, physical elements by themselves are not enough to produce experience. The simple contact between the eyes and visible objects, or between the ear and sound cannot result in experience without consciousness. Only the co-presence of consciousness together with the sense of organ and the object of the sense organ produces experience. In other words, it is when the eyes, the visible object and consciousness come together that the experience of a visible object is produced. Consciousness is therefore an extremely important element in the production of experience. As mentioned above, consciousness or the sixth sense, or the mind, this sense organ together with the other five sense organs of eyes, ears, nose, tongue, and body to produce experience. The physical and mental factors of experience worked together to produce personal experience, and the nature of the five aggregates are in constant change. Therefore, according to the Buddha's teachings, the truth of a man is selfless. The body and mind that man misunderstands of his 'self' is not his self, it is not his, and he is not it." Devout Buddhists should grasp this idea firmly to establish an appropriate method of

cultivation not only for the body, but also for the speech and mind. Besides, we also have the seventh consciousness, or the *mano-vijnana*, which is the transmitting consciousness that relays sensory information from the mind to the Alaya Consciousness, or the eighth consciousness which functions as a storehouse of all sensory information.

Alaya Vijnana is the receptacle intellect or consciousness, basic consciousness, Eighth consciousness, subconsciousness, and store consciousness. “Alayavijnana is also called “Open knowledge”, the store of knowledge where all is revealed, either good or bad. Alaya means a house or rather a home, which is in turn a place where all the valued things for use by us are kept and among which we dwell. Also called “Store consciousness,” “eighth consciousness,” or “karma repository.” All karma created in the present and previous lifetime is stored in the Alaya Consciousness. According to the Consciousness-Only, there are eight consciousnesses: sight, hearing, smell, taste, touch, mind, Mana and Alaya. These consciousnesses enable sentient beings to discriminate between right and wrong of all dharmas (thoughts, feelings, physical things, etc). However, human beings have a deep consciousness which is called Alaya-consciousness which is the actual subject of rebirth, and is mistakenly taken to be an eternal soul or self by the other consciousnesses. It is in the Alaya-consciousness that the impressions of action and experience are stored in the form of ‘seeds’ and it is these seeds which engender further experiences according to the individual situation. According to Asvaghosa Bodhisattva in the Awakening of Faith and the Samparigraha, the Alaya or store is the consciousness in which the true and the false unite. When Alaya Consciousness becomes pure and taintless, it is Tathata (Thusness).

As mentioned above, Alaya is a Sanskrit term for “basis consciousness,” the initiator of change, or the first power of change, or mutation, i.e. the *alaya-vijnana*, so called because other *vijnanas* are derived from it. An important doctrinal concept that is particularly important in the Yogacara tradition. This term is sometimes translated by Western scholars as “storehouse consciousness,” since it acts as the repository (*kho*) of the predisposition (*thiên vậ*) that one’s actions produce. It stores these predispositions until the conditions are right for them to manifest themselves. The Tibetan translators rendered (*hoàn*

lay) it as “basis of all” because it serves as the basis for all of the phenomena of cyclic existence and nirvana. Through meditative practice and engaging in meritorious actions, one gradually replaces afflicted seeds with pure ones; when one has completely purified the continuum of the alaya-vijnana, it is referred to as the “purified consciousness.” Alaya means all-conserving mind. It is in company with the seven Vijnanas which are generated in the dwelling-house of ignorance. Alaya means the preconsciousness, or the eighth consciousness, or the store-consciousness. It is the central or universal consciousness which is the womb or store consciousness (the storehouse consciousness where all karmic seeds enter and cause all thought activities). In the Lankavatara Sutra, the Buddha told Mahamati: “Oh Mahamati! The Tathagata-garbha contains in itself causes alike good and not-good, and from which are generated all paths of existence. It is like an actor playing different characters without harboring any thought of ‘me and mine.’”

According to the Dictionary of Chinese-English Buddhist terms composed by Professor Soothill, Alaya-vijnana is interpreted as: *First, Adana-vijnana*: It holds together, or is the seed of another rebirth, or phenomena, the causal nexus. *Second, Original mind*, because it is the root of all things. *Third, it contains good and bad karma* which in turns produces the rounds of mortality. *Fourth, the prime or supreme mind or consciousness*. *Fifth, it is the last of the eight vijnanas*. *Sixth, Manifested mind*, because all things are revealed in or by it. *Seventh, the fundamental mind-consciousness of conscious beings*, which lay hold of all the experiences of the individual life. *Eighth, Seeds mind*, because from it spring all individualities, or particulars. *Ninth, Alaya-vijnana is the basis of all knowledge*. *Tenth, Store Consciousness*: All karma created in the present and previous lifetime is stored in the Alaya Consciousness. This is like a storage space receiving all information collected in the Mana consciousness. When a sentient being dies, the first seven consciousnesses die with it, but the Alaya-Consciousness carries on. It is the supreme ruler of one existence which ultimately determines where one will gain rebirth in the six realms of existence. The storehouse-consciousness is a place where stores: all impressions, all memory-seeds, and all karmic seeds. *Eleventh, Mind is another name for Alaya-vijnana*, as they both store

and give rise to all seeds of phenomena and knowledge. *Twelfth*, Abode of consciousness. *Thirteenth*, Unsullied consciousness when considered in the absolute, i.e. the Tathagata. *Fourteenth*, Inexhaustible mind, because none of its seeds, or products is lost (non-disappearing, perhaps non-melting). *Fifteenth*, *Tathagata-garbha*: Tathagatagarbha is the womb where the Tathagata is conceived and nourished and matured. Tathagatagarbha also means the Alayavijnana which fully purified of its habit-energy (vasana) and evil tendencies (daushthulya).

According to Prof. Junjiro Takakusu in *The Essentials of Buddhist Philosophy*, when all things are reflected on our mind, our discriminating or imagining power is already at work, this called our consciousness (vijnana). Since the consciousness co-ordinating all reflected elements stores them, it is called the store-consciousness or ideation-store. The ideation-store itself is an existence of causal combination, and in it the pure and tainted elements are causally combined or intermingled. When the ideation-store begins to move and descend to the everyday world, then we have the manifold existence that is only an imagined world. The ideation-store, which is the seed-consciousness, is the conscious center and the world manifested by ideation is its environment. It is only from the Buddha's Perfect Enlightenment that pure ideation flashed out. This pure ideation can purify the tainted portion of the ideation-store and further develop its power of understanding. The world of imagination and the world of interdependence will be brought to the real truth (parinispanna). This having been attained, the seed-store, as consciousness, will disappear altogether and ultimately will reach the state where there is no distinction between subject and object. The knowledge so gained has no discrimination (Avikalpa-vijnana). This ultimate state is the Nirvana of No Abode (apratisthita-nirvana), that is to say, the attainment of perfect freedom, not being bound to one place. The function of Alayavijnana is to look into itself where all the memory (vasana) of the beginningless past is preserved in a way beyond consciousness (acintya) and ready for further evolution (parinama); but it has no active energy in itself; it never acts, it simply perceives, it is in this exactly like a mirror; it is again like the ocean, perfectly smooth with no waves disturbing its tranquillity; and it is pure and undefiled, which means that it is free from the dualism of subject and object. For it is the pure act of perceiving, with no differentiation yet of the knowing one and the known.

*Chương Ba Mươi*  
*Chapter Thirty*

*Như Lai Tạng*

Phạn ngữ “Tathagata-garbha” chỉ tiềm năng Phật tánh bẩm sinh sẵn có nơi mọi chúng sanh. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. **Như Lai Tạng cũng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu.** Theo truyền thống Đại thừa, mọi thực thể đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn. Trong một số giáo điển, chẳng hạn như giáo điển Đại Thừa, Như Lai Tạng tương đương với tánh không, và dựa trên khái niệm tất cả chúng sanh hay vạn hữu không có tự tánh, và luôn biến đổi, tùy thuộc vào nhân duyên bên ngoài, không có một cái tự tánh cố định. Vì vậy Phật tánh không phải là cái gì được phát triển qua thiền định hay do kết quả của thiền định, mà nó là bản chất cố hữu nhất của chúng sanh được làm cho hiển lộ qua việc tháo gỡ bức màn vô minh che mờ nó từ bấy lâu nay. Tuy nhiên, thiền định đóng vai trò vô cùng quan trọng trong đời sống tu tập của chúng ta, vì chính nó là công cụ chính giúp ta thanh tịnh thân tâm và tháo gỡ bức màn vô minh từ vô thủy để Phật tánh được hiển lộ. Như Lai Tạng có hai nghĩa: Như Lai hay Phật đã hàm ẩn trong thai tạng hay nhân tính, và Phật tính trong tự tính. Như Lai Tạng là nơi chứa đựng hay thu nhiếp vạn pháp. Như vậy, chân như ở trong phiền não đục vọng, và chân như cũng ở trong vạn pháp bao hàm cả hai mặt hòa hợp và không hòa hợp, tịnh và bất tịnh, tốt và xấu. Cảnh giới của Như Lai Tạng vốn là một tên khác của A Lại Da thức, cảnh giới này vượt khỏi những kiến giải được đặt căn bản trên sự tưởng tượng của hàng Thanh Văn, Duyên Giác và các triết gia. Như Lai Tạng là cái thai tạng trong đó Như Lai được mang, được nuôi dưỡng và được thành thực. Như trên đã nói, Như Lai Tạng còn là A Lại Da thức được hoàn toàn thanh tịnh, sạch tập khí hay năng lực của thói quen và các khuynh hướng xấu. Như vậy Như Lai Tạng cũng có nghĩa là Phật tánh. Theo truyền thống Đại thừa, mọi thực thể

đều chứa Phật ở tận sâu trong bản thân mình dưới hình thức Pháp thân. Như Lai Tạng là nguyên nhân của thiện cũng như bất thiện, sinh ra nhiều con đường hiện hữu khác nhau, như lục thú chẳng hạn. Hành giả tu tập để có được Tâm Như Lai Tạng là quan niệm phổ biến thường thấy trong nhiều phái Phật giáo Đại thừa, theo đó hành giả cố gắng toàn thiện nhân tâm về căn bản cho được hoàn hảo và giống với tâm Phật.

### *Tathagata-Garbha*

The absolute, the true nature of all things which is immutable, immovable and beyond all concepts and distinctions. A Sanskrit term for the innate potential for Buddhahood or Buddha-nature that is present in all sentient beings. Tathagatagarbha is the womb where the Tathagata is conceived and nourished and matured. **Tathagatagarbha also means the Alayavijnana which fully purified of its habit-energy (vasana) and evil tendencies (daushtulya).** According to the Mahayana Buddhism, everything has its own Buddha-nature in the dharmakaya. Tathagatagarbha is the cause of goods as well as evils which creates the various paths of existence. In some texts, Mahayana texts, for example, Tathagata-garbha is equated with emptiness (sunyata) and is based on the notion that since all beings, all phenomena lack inherent existence (svabhava) and are constantly changing in dependence upon causes and conditions there is no fixed essence. Thus Buddha-nature is not something that is developed through practices of meditation or as a result of meditation, but rather is one's most basic nature, which is simply made manifest through removing the veils of ignorance that obscure it. However, meditation plays a crucial role in our cultivation life, for it's a main tool that helps us to remove the beginningless veils of ignorance so that Buddha-nature can manifest. Matrix of Thus-come or Thus-gone or Tathagata-garbha has a twofold meaning: Thus-Come or Thus-Gone or Buddha concealed in the Womb (man's nature), and the Buddha-nature as it is. Tathagata-garbha is the absolute, unitary storehouse of the universe, the primal source of all things. Therefore, the Tathagata is in the midst of the delusion of passions and desires; and the Tathagata is the source of all things(all created things are in the Tathagatagarbha, which is the

womb that gives birth to them all), whether compatible or incompatible, whether forces of purity or impurity, good or bad. The realm of the Tathagatagarbha which is another name for the Alayavijnana, is beyond the views based on the imagination of the Sravakas and Pratyekabuddhas and philosophers. Tathagatagarbha is the womb where the Tathgata is conceived and nourished and matured. As mentioned above, Tathagatagarbha also means the Alayavijnana which fully purified of its habit-energy (vasana) and evil tendencies (daushtulya). Thus, Tathagatagarbha also means Buddha-nature. According to the Mahayana Buddhism, everything has its own Buddha-nature in the dharmakaya. Tathagatagarbha is the cause of goods as well as evils which creates the various paths of existence. Practitioners cultivate to attain the heart-mind of the Tathagata Storehouse is a popular concept which is common to many Mahayana schools, that practitioners try to cultivate to perfect the mind of human beings to a level which is fundamentally perfect and identical with that of Buddha.





***Chương Ba Mươi Một***  
***Chapter Thirty-One***

***Thức Tái Sanh***

Thức là tên gọi khác của tâm. Thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ. Tâm phân biệt hiểu rõ được cảnh thì gọi là thức. “Hồn Thân” là tên gọi khác của tâm thức. Tiểu Thừa lập ra sáu thức, Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hồn thân,” mà ngoài đạo gọi là “linh hồn”. Tái Sanh nghĩa là Chuyển Cư (Transmigration). Thân này chết để tái sanh vào thân khác. Nơi chúng sanh đầu thai (tái sanh) tùy thuộc vào nghiệp tốt hay xấu của từng chúng sanh. Niềm tin chúng sanh, kể cả con người có một chuỗi dài nhiều đời sống, và chỉ dừng lại khi nào không còn sự chấp thủ vào bất cứ thứ gì trên đời này. Điều này chỉ xảy ra khi đã tìm thấy Phật tánh. Đây là niềm tin rất phổ biến trong các tín đồ Phật giáo. Sự tái sanh là sự tái kết hợp của thể xác và tinh thần. Sau khi thân vật chất chết đi, thì thân thức hay tâm sẽ tái phối hợp một hình thức vật thể mới để trở thành một sự hiện hữu khác. Sự tái sanh là do hậu quả của nghiệp. Theo niềm tin Phật giáo, không có sự đầu thai của một linh hồn hay một chất nào từ một thân xác này đến một thân xác khác. Cái thực sự xảy ra tiến trình tư tưởng chủ động của người sắp chết (Javana) phóng ra một số lực thay đổi tùy theo sự thanh tịnh của năm chấp tư tưởng trong loạt này. Những lực này gọi là “năng lượng nghiệp” (Karma vega) tự nó lôi cuốn vào lớp vật chất tạo ra bởi cha mẹ trong dạ con người mẹ. Uẩn vật chất trong hợp chất phôi thai phải có những đặc tính khả dĩ có thể tiếp nhận loại năng lượng nghiệp đặc biệt này. Sự lôi cuốn theo cách thức này của những loại uẩn vật chất khác nhau tạo ra bởi cha mẹ xuất hiện do hoạt động của cái chết và đem lại sự tái sinh thuận lợi cho người sắp chết. Một tư tưởng bất thiện sẽ đưa đến một sự tái sanh không thuận lợi. Khi đầu thai, mỗi mỗi chúng sanh đều có hình dáng xấu đẹp, sang hèn khác nhau, đó đều là do các nghiệp nhân đã tạo ra khi còn mang thân tiền hữu cảm thành.

**Theo Phật giáo, thức tái sanh không phải là một tự ngã hay linh hồn, hoặc một thực thể cảm thọ quả báo tốt xấu của nghiệp thiện ác, mà là thức tái sanh được quyết định bởi các duyên. Ngoài duyên**

**không có thức sanh khởi.** Chúng ta đặt tên cho dòng tâm thức này bằng những từ như: sanh, tử, tiến trình tâm, vân vân. Kỳ thật chỉ có những sát na tâm, sát na tâm cuối cùng chúng ta gọi là “tử”, sát na tâm đầu tiên chúng ta gọi là “sanh”. Như vậy, những lần sanh tử xảy ra trong dòng tâm thức này, cũng chỉ là một chuỗi của những sát na tâm tương tục mãi mãi mà thôi. Bao lâu con người còn chấp chặt vào sự hiện hữu do vô minh, ái, và thủ của họ, chừng đó cái chết đối với người ấy vẫn không phải là sự chấm dứt cuối cùng. Họ sẽ tiếp tục lăn trôi trong “Bánh xe sinh tồn” hay “vòng luân hồi” của họ. Đây là trò chơi bất tận của “nhân và quả” được nghiệp duy trì sự chuyển động không ngừng, bị che lấp bởi vô minh và thúc đẩy bởi ái dục. Vì nghiệp do chúng ta tạo tác, nên chúng ta có đủ sức mạnh để bẻ gãy chuỗi nhân quả bất tận này. Chính do đoạn trừ vô minh và cắt đứt động lực thúc đẩy của nó là tham ái, khát khao sự hiện hữu, ước muốn sống này, mà vòng luân hồi dừng lại. Theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật giải thích: “Làm thế nào sự tái sanh trong tương lai không xảy ra? Do sự diệt của vô minh, mà tham ái được đoạn diệt, như vậy sự tái sanh trong tương lai không xảy ra. Theo Kinh Pháp Cú (153-154), sau khi đạt đến giác ngộ, Đức Phật đã nói lên những lời hân hoan này:

“Lang thang bao kiếp sống  
 Ta tìm nhưng không gặp  
 Người xây dựng nhà này  
 Khổ thay phải tái sanh  
 Ôi! Người làm nhà kia,  
 Nay ta đã thấy người,  
 Người không làm nhà nữa,  
 Đòn tay người bị gãy  
 Kèo cột người bị tan  
 Tâm ta đạt tịch diệt  
 Tham ái thấy tiêu vong.”

### *Rebirth Consciousness*

Consciousness is another name for mind. Consciousness means the art of distinguishing, or perceiving, or recognizing, discerning, understanding, comprehending, distinction, intelligence, knowledge, learning. It is interpreted as the “mind,” mental discernment,

perception, in contrast with the object discerned. Rebirth means reincarnation is transmigration. The passing away from one body to be reborn in another body. Where the being will be reborn depends on his accumulated good or bad karma. The belief that living beings, including man, have a series of bodily lives, only ceasing when they no longer base their happiness on any of the objects of the world. This come about when the Buddha-nature is found. This belief is very common to all Buddhists. Rebirth is the recombination of mind and matter. After passing away of the physical body or the matter, the mental forces or the mind recombine and assume a new combination in a different material form and condition in another existence. Rebirth is the result of karma. In Buddhist belief, there is no transmigration of soul or any substance from one body to another. What really happens is that the last active thought (Javana) process of dying man releases certain forces which vary in accordance with the purity of the five thought moments in that series. These forces are called karma vega or karmic energy which attracts itself to a material layer produced by parents in the mother's womb. The material aggregates in this germinal compound must possess such characteristics as are suitable for the reception of that particular type of karmic energy. Attraction in this manner of various types of physical aggregates produced by parents occurs through the operation of death and gives a favourable rebirth to the dying man. An unwholesome thought gives an unfavourable rebirth. Each and every type of sentient being will have different appearance whether it be beautiful or ugly, superior or inferior. This is determined and is manifested based solely on the various karma sentient beings created while alive with their antecedent bodies.

**In Buddhism, rebirth consciousness is not a Self or a Soul, or an Ego-entity that experiences the fruits of good and evil deeds, but consciousness is generated by conditions. Apart from condition there is no arising of consciousness.** We call names such as birth, death, thought-processes, and so on, to a stream of consciousness. There are only thought-moments. The last thought-moment we call death, and the first thought-moment we call birth. Thus, birth and death occur in this stream of consciousness, which is only a series of ever continuing thought-moments. So long as man is attached to existence through his ignorance, craving and clinging, to him death is not the final end. He

will continue his journey of whirling round the “Wheel of Existence.” This is the endless play of “cause and effect” or action and reaction kept in perpetual motion by karma concealed by ignorance propelled by craving or thirst. As karma, or action, is of our own making, we have the power to break this endless chain. It is through the eradication of ignorance and of this driving force, craving, this thirst for existence, this will to live, that the “Cycle of Existence” ceases. In the Majjhima Nikaya, the Buddha explained: “How is there not re-becoming in the future? By the cessation of ignorance, by the arising of knowledge, by the cessation of craving there is thus no re-becoming in the future.” In the Dhammapada (153-154), on attaining Enlightenment, the Buddha spoke these joyful words:

“Repeated births are each a torment.  
 Seeking but not finding the “House Builder”,  
 I wandered through many a Samsaric birth.  
 O “House Builder”, thou art seen,  
 Thou wilt not rebuild the house.  
 All thy rafters have been shattered,  
 Demolished has thy ridge pole been.  
 My mind has won the Unconditioned (Nirvana),  
 The extinction of craving is achieved.” (fruit of Arhat).

*Chương Ba Mươi Hai*  
*Chapter Thirty-Two*

*Tu Tập Tâm Thức*

Như đã nói trong các chương trên, “Vijnana” hay “Hồn Thần” là tên gọi khác của tâm thức. Phật Giáo Nguyên Thủy lập ra sáu thức, Phật Giáo Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hồn thần,” mà ngoại đạo gọi là “linh hồn”. Thức là tên gọi khác của tâm. Theo Phật giáo, “Tánh” tức là “Phật.” “Thức” tức là “Thần Thức”, “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt”, và “Tâm” tức là sự suy nghĩ vọng tưởng. Bản tánh thì lúc nào cũng quang minh sáng suốt, không có bỉ, không có thử, không đẹp, không xấu; không rơi vào số lượng hay phân biệt... Nhưng khi có “Thức” rồi thì con người lại bị rơi vào số lượng và phân biệt. “Ý” cũng tạo nên sự phân biệt, và đây chính là thức thứ sáu. Đây là thức tương đối ô nhiễm. Trong khi thức thứ bảy và thức thứ tám thì tương đối thanh tịnh hơn. Có tám loại thức: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mặt na, và a lại da thức. Về mặt cơ bản mà nói, thức không phải có tám loại dù nó có tám tên gọi. Thức chỉ là một nhưng lại có tám bộ phận khác nhau. Dầu có tám bộ phận khác nhau nhưng vẫn do chỉ một thức kiểm soát. “Vijnana” là từ Bắc Phạn thường được dịch là “Thức.” Đây là hành động phân biệt bao gồm sự hiểu biết, nhận biết, trí thông minh, và kiến thức. Thức gồm có tám thứ. Năm thứ đầu là kết quả của những hành động liên hệ đến ngũ căn. Thức thứ sáu bao gồm tất cả những cảm giác, ý kiến và sự phán đoán. Thức thứ bảy là ý thức (cái ngã thâm thâm). Thức thứ tám là A Lại Da hay Tàng Thức, nơi chứa đựng tất cả những nghiệp, dù thiện, dù ác hay trung tính. Thức còn có nghĩa là sự nhận thức, sự phân biệt, ý thức, nhưng mỗi từ này đều không bao gồm hết ý nghĩa chứa đựng trong vijnana. Thức là cái trí hay cái biết tương đối. Từ này lắm khi được dùng theo nghĩa đối lập với Jnana trong ý nghĩa trí thức đơn thuần. Jnana là cái trí siêu việt thuộc các chủ đề như sự bất tử, sự phi tương đối, cái bất khả đắc, vân vân, trong khi Vijnana bị ràng buộc với tánh nhị biên của các sự vật. Nói tóm lại, một khi hiểu được thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ, là tâm phân biệt hiểu rõ được cảnh đều gọi là thức, thì hành giả có thể dễ dàng tu tập tâm thức của mình. Cuối cùng, hành giả nên luôn nhớ rằng tâm thức không phải là một khái niệm tri thức, cũng

không là một ý tưởng để cho tâm mình đùa giỡn. Tâm thức chính là những trạng thái tâm, những phẩm chất đặc biệt của các thức hay những tình thức chỉ đạt được qua tu tập. Muốn tu tập tâm thức cần phải có nhiều nỗ lực, phải luyện tâm. Đặc biệt, chúng ta phải chuyển hóa thái độ mà chúng ta thường có đối với người khác.

### *To Cultivate the Consciousnesses*

As mentioned in the above chapters, Vijnana” is another name for “Consciousness.” Theravada Buddhism considered the six kinds of consciousness as “Vijnana.” Mahayana Buddhism considered the eight kinds of consciousness as “Vijnana.” Externalists considered “vijnana” as a soul. Consciousness is another name for mind. According to Buddhism, our “Nature” is the “Buddha”. The “Consciousness” is the “Spirit”, the “Intention” or “Mano-vijnana” is the “Discriminating Mind”, and the “Mind” is what constantly engages in idle thinking. The “Nature” is originally perfect and bright, with no conception of self, others, beauty, or ugliness; no falling into numbers and discriminations. But as soon as there is “Consciousness”, one falls into numbers and discriminations. The “Intention” or “Mano-vijnana” also makes discriminations, and it is the sixth consciousness. It is relatively turbid, while the seventh and eighth consciousnesses are relatively more pure. There are eight kinds of consciousness: eye, ear, nose, tongue, body, mind, klista-mano-vijnana, and alaya-vijnana. Fundamentally speaking, consciousness is not of eight kinds, although there are eight kinds in name. We could say there is a single headquarters with eight departments under it. Although there are eight departments, they are controlled by just one single headquarters. “Vijnana” is a Sanskrit term generally translated as “consciousness.” This is the act of distinguishing or discerning including understanding, comprehending, recognizing, intelligence, knowledge. There are eight consciousnesses. The first five arise as a result of the interaction of the five sense organs (eye, ear, nose, tongue, and mind) and the five dusts (Gunas). The sixth consciousness comes into play, all kinds of feelings, opinions and judgments will be formed (the one that does all the differentiating). The seventh consciousness (Vijnana) is the center of ego. The eighth consciousness is the Alayagarbha (a lại da), the storehouse of

consciousness, or the storehouse of all deeds or actions (karmas), whether they are good, bad or neutral. “Vijnana” also means cognition, discrimination, consciousness, but as any one of these does not cover the whole sense contained in Vijnana. Relative knowledge. This term is usually used as contrasted to Jnana in purely intellectual sense. Jnana is transcendental knowledge dealing with such subjects as immortality, non-relativity, the unattained, etc., whereas Vijnana is attached to duality of things. In short, once practitioners thoroughly understand that consciousness means the art of distinguishing, or perceiving, or recognizing, discerning, understanding, comprehending, distinction, intelligence, knowledge, learning, it is interpreted as the “mind,” mental discernment, perception, in contrast with the object discerned, then practitioners can easily cultivate the consciounesses. Finally, practitioners should always remember that consciounesses are not an intellectual concept, nor are they another thought to played with in our mind. They are states of mind, specific qualities of consciounesses or awareneses to be attained through cultivation. In order to cultivate our consciounesses, we have to exert a great deal of effort to cultivate on them. Especially, we have to train our mind and transform our basic attitude towards others.





**Chương Ba Mươi Ba**  
**Chapter Thirty-Three**

**Hành Giả Và Vô Thức**

“Vô thức” là một thuật ngữ rất quan trọng trong nhà Thiền. “Vô thức” dùng ám chỉ một tâm trạng mà trong ấy con người không nhận thức được những kinh nghiệm nội tâm của mình; nếu người ấy hoàn toàn không nhận thức được tất cả những kinh nghiệm, kể cả những kinh nghiệm cảm quan, người ấy thiết giống như một con người vô thức. Nói rằng con người ý thức được những tình cảm nào đó, vân vân, có nghĩa là người ấy ý thức được xét về những tình cảm này; nói rằng những tình cảm nào đó là vô thức có nghĩa là người ấy không ý thức được xét về những nội dung này. Chúng ta phải nhớ rằng “vô thức” không ám chỉ sự khiếm diện của bất cứ một xung lực, tình cảm, dục vọng, hay sợ hãi nào, vân vân, mà chỉ ám chỉ sự không nhận thức được những xung lực này. Khác hẳn với cách sử dụng ý thức và vô thức theo ý nghĩa tác dụng mà chúng ta vừa diễn tả là một cách sử dụng khác trong đó chúng ta ám chỉ những địa điểm nào đó trong con người và những quan hệ với những địa điểm này. Đây thường là trường hợp nếu chữ “cái ý thức” và “cái vô thức” được sử dụng. Ở đây “cái ý thức” là một thành phần của cá tính, với những nội dung đặc biệt, và “cái vô thức” là một thành phần khác của cá tính, với những nội dung đặc biệt khác.

Vô thức theo ý nghĩa của nhà Thiền, không nghi ngờ gì cả, nó là thứ huyền nhiệm, cái vô trí, và chính vì thế mà nó có tính không khoa học hay trước thời có khoa học. Nhưng như thế không có nghĩa là nó vượt ra ngoài tầm ý thức của chúng ta và là một cái gì chẳng có liên hệ đến chúng ta. Thật ra, trái lại, nó là cái thân thiết nhất đối với chúng ta, và chính vì cái thân thiết này mà chúng ta khó nắm bắt được nó, cũng như mắt không tự thấy được mắt. Do đó để ý thức được cái vô thức đòi hỏi một sự tu tập đặc biệt về ý thức. Nói theo bệnh căn học, thì ý thức được đánh thức khỏi vô thức một thời gian nào đó ở trong vòng tiến hóa. Thiên nhiên tiến triển mà không tự ý thức, và con người hữu thức phát sinh từ nó. Ý thức là một cái nhảy, nhưng cái nhảy không thể có nghĩa là một sự phân ly trong ý nghĩa vật lý của nó. Vì ý thức luôn cộng thông và bất đoạn với vô thức. Thật vậy, không có vô

thức, ý thức không tác động được; nó mất hẳn cái nền tảng tác động. Đó là lý do tại sao Thiền tuyên bố rằng Đạo là “cái tâm bình thường.” Với chữ Đạo dĩ nhiên Thiền ngụ ý vô thức, tác động thường trực trong ý thức của chúng ta. Chẳng hạn như khi đói thì ăn, khi mệt thì nghỉ ngơi, khi buồn ngủ thì ngủ, vân vân. Nếu đây là cái vô thức mà Thiền nói đến như một thứ huyền nhiệm và giá trị nhất trong đời sống con người như là động lực chuyển hóa, chúng ta không thể nào không hoài nghi. Tất cả những hành động vô thức kia từ lâu vẫn bị phóng vào phạm vi bản năng phản xạ của ý thức phù hợp với nguyên tắc của sự điều hòa về tinh thần.

### *Practitioners and the Unconscious*

Unconscious is a very important term in Zen. Unconscious refers to a state of mind in which the person is not aware of his inner experiences; if he were totally unaware of all experiences, including sensory ones, he would be precisely like a person who is unconscious. Saying that the person is conscious of certain affects, etc., means he is conscious as far as these affects are concerned; saying that certain affects are unconscious means that he is unconscious as far as these contents are concerned. We must remember that “unconscious” does not refer to the absence of any impulse, feeling, desire, fear, etc., but only to the absence of awareness of these impulses. Quite different from the use of conscious and unconscious in the functional sense just described is another use in which one refers to certain localities in the person and to certain contents connected with these localities. This is usually the case if the word “the conscious” and “the unconscious” are used. Here “the conscious” is one part of the personality, with specific contents, and “the unconscious” is another part of the personality, with other specific contents.

The unconscious in its Zen sense is, no doubt, the mysterious, the unknown, and for that reason unscientific or ante-scientific. But this does not mean that it is beyond the reach of our consciousness and something we have nothing to do with. In fact it is, on the contrary, the most intimate thing to us, and it is just because of this intimacy that it is difficult to take hold of, in the same way as the eye cannot see itself. To become, therefore, conscious of the unconscious requires a special

training the part of consciousness. Etiologically speaking, consciousness was awakened from the unconscious sometime in the course of evolution. Nature works its way unconscious of itself, and the conscious man comes out of it. Consciousness is a leap, but the leap cannot mean a disconnection in its physical sense. For consciousness is in constant, uninterrupted communion with the unconscious. Indeed, without the later the former could not function; it would lose its basis of operation. This is the reason why Zen declares that the Tao is "One's everyday mind." By Tao, Zen of course means the unconscious, which works all the time in our consciousness. For example, when hungry, one eats; when tired, one takes a rest; when sleepy, one sleeps, etc. If this is the unconscious that Zen talks about as something highly mysterious and of the greatest value in human life as the transforming agent, we cannot help doubting it. All those "unconscious" deeds have long been relegated to our instinctive reflexive domain of consciousness in accordance with the principle of mental moderation.



*Phần Sáu*  
*Part Six*

*Ảnh Hưởng Của Căn-Cảnh-Thức*  
*Impacts of Organs-States-Consciousnesses*



**Chương Ba Mươi Bốn**  
**Chapter Thirty-Four**

**Bốn Cảnh Làm Thay Đổi**  
**Cuộc Đời Đức Phật**

Thái tử Tất Đạt Đa cùng với người đánh xe của Ngài phiêu lưu ra ngoài bức tường của cung điện bốn lần, và bốn hình ảnh mà Ngài đã chạm trán đã dẫn đến sự kiện Ngài từ bỏ thế gian, một trong những bước ngoặt lớn lao trong đời của Ngài. Trong lần đầu tiên đi ra ngoài, thái tử gặp một người gầy yếu chống gậy. Xa Nặc giải thích rằng đây là tuổi già và cũng là số phận của tất cả mọi chúng sanh, kể cả thái tử. Khi vua cha nghe được chuyện này, ngài cho tăng gấp đôi số người canh giữ con trai mình và tăng thêm số người làm trò vui cho thái tử. Trong lần đi ra ngoài thành lần thứ hai, thái tử tình cờ gặp một người đau đớn vì bệnh tật. Một lần nữa Xa Nặc báo cho thái tử biết rằng điều bất hạnh này có thể đến với tất cả chúng sanh, kể luôn cả thái tử. Lần đi ra ngoài thành thứ ba, thái tử trông thấy một xác chết, và sau đó Xa Nặc thảo luận với Ngài về bản chất và ý nghĩa của cái chết. Nơi cung điện thái tử cảm thấy buồn nản mà không có một sự giải trí nào có thể làm cho Ngài phấn chấn lên được: ngài giống như “một con sư tử bị đâm thủng nơi tim bởi một mũi tên độc.” Ngài không thể hiểu được làm thế nào mà người ta có thể an vui với bản thân hoặc cười đùa thỏa thích khi lão, bệnh, tử vẫn còn tồn tại trong thế gian này. Những năm sau đó Ngài thường dạy rằng sự đau như thế vẫn luôn luôn hiện diện và đưa ra một giải pháp cho sự kiện đã được khẳng định này. Vào lần đi ra ngoài thành lần cuối cùng, thái tử thấy một đạo sĩ mang một chiếc bình bát khát thực, Xa Nặc trình bày với thái tử rằng người này đã từ bỏ cuộc sống gia đình và đã xuất gia sống đời đạo hạnh của một nhà tu khổ hạnh đi tìm chân lý và hạnh phúc. Và rồi sau đó thái tử Tất Đạt Đa quyết định thực hành giống như vậy.

Theo truyền thuyết về cuộc đời Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, ít lâu sau khi Ngài đản sanh, một nhà tiên tri đã tiên đoán rằng Ngài sẽ thành một vị đại vương nếu Ngài không chứng kiến bốn cảnh: 1) người bệnh; 2) người già; 3) một thầy ma; 4) một người xuất gia. Ba cảnh đầu tượng trưng cho hiện thực cay nghiệt của vòng luân hồi sanh tử, trong

đó chúng sanh bệnh hoạn, già yếu và chết chóc, và cảnh tượng thứ tư chỉ ra con đường thoát khỏi hiện thực này, bằng cách từ bỏ thế giới trần tục để tìm đường giải thoát. Theo truyện kể của truyền thống, cha Ngài là vua Tịnh Phạn đã cố gắng hết sức mình để ngăn ngừa không cho Ngài thấy những cảnh này, nhưng không thành công. Vị Thái tử trẻ đã đi ra ngoài thành Ca Tỳ La Vệ 4 lần, và mỗi lần Ngài đều chứng kiến một trong bốn cảnh tượng. Sau đó Ngài quyết định rời bỏ cung điện của vua cha và trở thành người từ bỏ thế gian. Lý do tại sao chúng ta gọi bốn cảnh tượng này là bốn cảnh tượng có ý nghĩa bởi vì chính bốn điểm này đã làm thay đổi cả cuộc đời của Thái tử Tất Đạt Đa (người sau này trở thành Đức Phật). Khi Thái tử lớn lên, điều mơ ước mạnh mẽ và khẩn thiết của vua Tịnh Phạn là con mình lập gia đình, chăm sóc gia đình, và là người kế vị xứng đáng của mình, bởi vì lời tiên tri của nhà thông thái Kondanna luôn ám ảnh nhà vua, nên nhà vua luôn lo sợ một ngày nào đó Thái tử sẽ bỏ nhà ra đi, sống đời ẩn sĩ không cửa không nhà. Theo tập tục Ấn Độ thời bấy giờ, Thái tử kết duyên rất sớm vào năm lên 16 với người em bà con, một công chúa xinh đẹp, con vua Hộc Phạn và bà hoàng hậu Pamita của xứ Koliya. Công chúa cùng tuổi với Thái tử. Vua Tịnh Phạn đã cung ứng đầy đủ những phương tiện sang trọng nhất cho Thái tử. Ngài có ba cung điện để sống thích hợp với ba mùa theo thời tiết của Ấn Độ. Không gì trên đời để hưởng thụ những lạc thú trần gian, Thái tử sống giữa cảnh đàn ca múa hát, trong xa hoa hỷ lạc lộng lẫy, không biết gì đến khổ đau sâu muộn. Tuy nhiên, tất cả những cố gắng của vua Tịnh Phạn nhằm giam hãm con mình trong nhục dục trần thế và tạo cho con mình một tâm hồn trần tục đã không đem lại kết quả. Những công trình của vua cha Tịnh Phạn nhằm tách rời cặp mắt tìm tòi của con mình ra khỏi những trạng huống khốn khổ phiền lụy trong đời sống, chỉ làm cho tánh tò mò và ý chí quyết tìm chân lý và thành đạt giác ngộ của Thái tử ngày càng lớn thêm. Với tuổi lớn khôn và thành thực, Thái tử bắt đầu thoáng thấy được nỗi thống khổ của thế gian. Một hôm khi Thái tử đang ngồi trên xe ngựa do người đánh xe Xa Nặc chở vào vườn Thượng Uyển, thì Ngài ngạc nhiên trông thấy một cảnh tượng nào nề mà Ngài chưa từng thấy bao giờ: một cụ già già yếu đang ở vào giai đoạn cuối của cuộc sống, đang rên rỉ khóc than: “Ngài ơi! Hãy giúp tôi! Giúp tôi đứng vững trên đôi chân; Ôi, hãy giúp tôi! Nếu không tôi sẽ chết trước khi về đến nhà!” Đây là cảnh kích động mạnh mẽ đầu



tiên của Thái tử. Lần thứ nhì, khi Ngài thấy một người ốm yếu chỉ còn da bọc xương, vô cùng khổ sở và buồn thảm, đang chịu đựng một cơn bệnh nặng, đang chịu đựng một cơn bệnh trầm trọng. Sức lực không còn, tất cả những hy vọng và niềm vui sống của người ấy cũng không còn. Lần thứ ba Ngài thấy một nhóm người than khóc rên rỉ thê thảm, khiêng trên vai thi hài của thân nhân để đi hỏa táng. Cảnh tượng bất hạnh mà lần đầu tiên Ngài thấy trong đời đã làm cho Ngài vô cùng kích động. Và Ngài được người đánh xe Xa Nặc cho biết rồi đây chính Ngài, Công chúa Da Du Đà La, và tất cả thân quyến lớn nhỏ, không trừ bỏ một ai, đều phải trải qua những giai đoạn già, bệnh và chết này. Ít lâu sau, Thái tử trông thấy một tu sĩ khoan thai đi từng bước, mắt nhìn xuống, ung dung và vắng lặng, thanh thoát tự tại; tác phong trầm tĩnh của con người từ tốn ấy đập mạnh vào tâm tư Ngài. Ngài được Xa Nặc cho biết rằng đó là một tu sĩ đã lìa bỏ nhà cửa để sống đời trong sạch, tìm chân lý giải đáp cho những phiền toái của đời sống. Ý niệm xuất gia bỗng chốc thoáng qua trong trí Ngài và Ngài trầm tư mặc tưởng trên đường về nhà. Nhịp tim thống khổ của nhân loại đã tìm được một âm vang cứu chữa trong tâm Ngài. Càng đụng chạm với cuộc sống bên ngoài Ngài càng có xác tín là thế gian này quả thật không có hạnh phúc thật sự. Nhưng trước khi về đến hoàng cung thì một người đến báo tin là công chúa Da Du Đà La đang lâm bồn và hạ sanh một hoàng nam. “Lại thêm một trời buộc cho ta,” Ngài thốt ra lời than và trở về.

#### ***Four Sights Which Changed the Buddha's Life***

Prince Siddhartha ventured beyond the palace walls four times, accompanied by his charioteer Chandaka, and the four sights that he encountered led to his renunciation of the world, one of the great turning points in his life. On his first outing, Siddhartha saw a wasted man supported himself with a stick. Chandaka explained that this was old age and that it was the fate of all living beings, including the prince. When he heard about the incident, he doubled the number of guards around his son and increased the number of his entertainers. On his second outing, the prince came across a man afflicted with disease. Again Chandaka informed him that this misfortune can strike all living beings, including the prince. On his third outing, the prince saw a

corpse, and Chandaka then discussed with him the nature and meaning of death. At the palace Siddhartha became broody. No amount of entertainment could cheer him up: he was like “a lion pierced in the heart by a poisoned arrow.” He could not understand how people could be at peace with themselves or indulge in laughter when old age, illness and death existed in the world. Years later he would teach that such suffering is always present, and would offer a solution to this predicament. On his final outing, Siddhartha saw a monk carrying a begging bowl. Chandaka told him that this man had abandoned the house-hold life and had ‘gone forth’ to lead the holy life of an ascetic in search of truth and happiness. There and then Siddhartha resolved to do the same.

According to legends about Sakyamuni Buddha’s life, shortly after his birth a fortune-teller predicted that he would become a great king unless he encountered the “four sights”: 1) a sick person; 2) an old person; 3) a corpse; and 4) a world renouncer. The first three symbolize the harsh realities of cyclic existence, in which beings become sick, grow old, and die, and the fourth indicates the way to escape this, by renouncing the world and seeking liberation. According to tradition accounts, his father Suddhodana tried very hard to prevent him from encountering these sights, but was unsuccessful. The young prince went out into the town of Kapilavastu on four occasions, and during each of these he was confronted by one of the four sights. He subsequently resolved to leave his father’s palace and become a world renouncer. The reason we call these four visions four significant visions because these four visions changed the whole life of Prince Siddhartha (who became Buddha later). When the Prince grew up, King Suddhodana’s strong and fervent wish was that his should get married, bring up a family, and be his worthy successor, for the prediction of the Sage Kondanna always haunted him, and he feared that one day the Prince would give up home for the homeless life of an escetic. According to the custom of Indian at that time, at the very early age of sixteen, the Prince was married to his cousin, the beautiful Princess Yasodhara, the only daughter of King Suppabudha and Queen Pamita of the Koliyas. The Princess was of the same age as the Prince. King Suddhodana provided the Prince with the greatest comforts. The Prince had, so the story tells, three palaces, one of each for the Indian

yea's three seasons. Lacking nothing of the early joys of life, he lived amid song and dance, in luxury and pleasure, and knowing nothing of sorrow. Yet all the efforts of King Suddhodana to try to hold the Prince a prisoner to the senses and made him worldly-minded were of no avail. King Suddhodana's endeavors to keep away life's miseries from his son's inquiring eyes only heightened Prince Siddhartha's curiosity and his resolute search for truth and Enlightenment. With the advance of age and maturity, the Prince began to glimpse the woes of the world. On one occasion, when the Prince went driving with his charioteer Canna to the Royal Garden, he saw to his amazement what his eyes had never beheld before: a man weakened with age, and in the last stage of aging, crying out in a mournful voice: "Help master! Lift me to my feet; ho, help! Or I shall die before I reach my house!" This was the first shock the Prince received. The second was the sight of a weak man, mere skin and bones, supremely unhappy, forlorn (hopeless), suffered, and depressed. He was suffering a serious illness. The strength was gone, and all the grace and joy of life was also gone. On a third occasion He saw a group of lamenting kinsmen bearing on their shoulders the corpse of their beloved one for cremation. These woeful signs, seen for the first time in his life, deeply moved him. From the charioteer he learned that even he, his beloved Princess Yasodara, and all his relatives, without exception, are subject to old age, illness and death. Soon after this the Prince saw a recluse moving with slow and imposing (majestic) steps, down-cast eyes, calm and serene, aloof (away from the world) and independent. He was struck by the serene countenance of the man. He learned from Channa that this recluse was one who had abandoned his home to live a life of purity, to seek truth and answer the troubles of life. Thoughts of renunciation flashed through the Prince's mind and in deep contemplation on the way home, the heart throb of suffering human beings found a responsive echo in his mind. The more he came in contact with the world outside of his palace, the more he was convinced that the world was lacking in true happiness. But before reaching the palace he was informed by a messenger that a son had been born to Yasodara. "A fetter is set upon me," he uttered and returned to the palace.



**Chương Ba Mươi Lăm**  
**Chapter Thirty-Five**

**Căn-Cảnh-Thức Ảnh Hưởng**  
**Trên Thất Tình Lục Dục**

Tham dục là tham muốn của cái trần thế. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục: Desire for and love of the things of this life. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhin tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiểu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân. Trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân, do chính dục làm nhân, vua tranh đoạt với vua, Sát Đế Lợi tranh đoạt với Sát Đế Lợi, Bà La Môn tranh đoạt với Bà La Môn, gia chủ tranh đoạt với gia chủ; mẹ tranh đoạt với con, con tranh đoạt với mẹ; cha tranh đoạt với con, con tranh đoạt với cha; anh em tranh đoạt với anh em; anh tranh đoạt với chị, chị tranh đoạt với anh; bạn bè tranh đoạt với bạn bè. Khi họ đã dẫn thân vào tranh chấp, tranh luận, tranh đoạt thì họ tấn công nhau bằng tay, tấn công nhau bằng gạch, tấn công nhau bằng gậy, tấn công nhau bằng đao kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong. Này các Tỷ kheo, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nguyên nhân,

do chính dục làm nhân, họ cầm mâu và thuẫn, họ đeo cung và tên, họ dàn trận hai mặt và tên được nhắm bắn nhau, đao được quăng ném nhau, kiếm được vung chém nhau. Họ bắn và đâm nhau bằng tên, họ quăng và đâm nhau bằng đao, họ chặt đầu nhau bằng kiếm. Rồi thì đi đến tử vong hay chịu đựng khổ đau gần như tử vong.”

Tình cảm, dù tiêu cực hay tích cực, đều vô thường (có nghĩa là không tồn tại), nhưng chúng ta không thể nói chúng ta không đếm xỉa tới tình cảm của chúng ta vì chúng vô thường. Người tu theo Phật không thể nói vì cả khổ đau lẫn hạnh phúc đều là vô thường nên chúng ta chẳng cần tìm mà cũng chẳng cần tránh chúng. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng những tình cảm bất thiện (tiêu cực) đưa đến khổ đau, trong khi tình cảm thiện lành đưa đến hạnh phúc, và mục tiêu của Phật tử là mong đạt được hạnh phúc. Như vậy chúng ta cần phải cố gắng thể thực hiện điều tạo nên hạnh phúc và ráng loại bỏ những gì làm cho ta đau khổ. Theo Phật giáo, có bảy loại tình cảm.

Cái gì mang lại thoải mái là hạnh phúc. Hạnh phúc bình thường là thỏa mãn sự khao khát. Tuy nhiên, ngay khi điều mong muốn vừa được thực hiện thì chúng ta lại mong muốn một thứ hạnh phúc khác, vì lòng thèm muốn ích kỷ của chúng ta không cùng tận. Tiền không mua được hạnh phúc, hay sự giàu có thường không mang lại hạnh phúc. Kỳ thật, hạnh phúc thực sự chỉ tìm thấy trong nội tâm chứ không nơi của cải, quyền thế, danh vọng hay chiến thắng. Đức Phật đã nêu lên các loại hạnh phúc cho người cư sĩ tại gia: “Hạnh phúc có sức khỏe, có cửa cải, sống lâu, đẹp đẽ, vui vẻ, sức mạnh, tài sản và con cái, vân vân. Đức Phật không khuyên chúng ta từ bỏ cuộc sống trần tục và rút lui về sống ẩn dật. Tuy nhiên, Ngài khuyên Phật tử tại gia, sự vui hưởng của cải không những nằm trong việc sử dụng cho riêng mình, mà nên đem phúc lợi cho người khác. Những cái mà chúng ta đang có chỉ là tạm bợ. Những cái mà chúng ta đang gìn giữ, rốt rồi chúng ta cũng bỏ chúng mà đi. Chỉ có những nghiệp sẽ phải theo chúng ta suốt nẻo luân hồi. Đức Phật dạy về hạnh phúc của người cư sĩ như sau: “Sống nghèo về vật chất mà tinh thần thoải mái là hạnh phúc. Sống đời không bị chê trách là hạnh phúc, vì người không bị chê trách là phúc lành cho chính mình và cho người khác. Người đó được mọi người ngưỡng mộ và cảm thấy sung sướng hơn khi truyền cảm được làn sóng hòa bình sang người khác. Tuy nhiên, rất khó mà không bị mọi người chê trách. Vì thế người trí cao thượng nên cố sống đứng vững với sự khen chê bên ngoài,

cố đạt được hạnh phúc tinh thần bằng cách vượt qua lạc thú vật chất.” Sau đó Đức Phật tiếp tục nhắc nhở chư Tăng Ni: “Hạnh phúc Niết Bàn là dạng thức hạnh phúc giải thoát khổ đau cao thượng nhất.” Chính vì vậy mà trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Hạnh phúc thay đức Phật ra đời! Hạnh phúc thay diễn nói Chánh pháp! Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp! Hạnh phúc thay đồng tiến đồng tu! (194). Sung sướng thay chúng ta sống không thù oán giữa những người thù oán; giữa những người thù oán, ta sống không thù oán (197). Sung sướng thay chúng ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh; giữa những người tật bệnh chúng ta sống không tật bệnh (198). Sung sướng thay chúng ta sống không tham dục giữa những người tham dục; giữa những người tham dục, chúng ta sống không tham dục (199). Sung sướng thay chúng ta sống không bị điều gì chướng ngại. Ta thường sống với những điều an lạc như các vị thần giữa cõi trời Quang-Âm (200). Thắng lợi thì bị thù oán, thất bại thì bị đau khổ; chẳng màng tới thắng bại, sẽ sống một đời hòa hiếu an vui và hạnh phúc (201). Nếu bỏ vui nhỏ mà được hưởng vui lớn, kẻ trí sẽ làm như thế (290). Gặp bạn xa lâu ngày là vui, sung túc phải lúc là vui, mệnh chung có được thiện nghiệp là vui, lia hết thống khổ là vui (331). Được kính dưỡng mẹ hiền là vui, kính dưỡng thân phụ là vui, kính dưỡng sa-môn là vui, kính dưỡng Thánh nhân là vui (332). Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (333).

Theo giáo thuyết Phật giáo, ai lạc tương sinh (Buồn vui cùng sanh ra lẫn nhau, nghĩa là buồn sinh ra vui, vui sinh ra buồn. Ý khuyên chúng ta khi gặp chuyện vui không nên quá vui, mà khi gặp chuyện buồn cũng không nên quá buồn vì trong vui có buồn và trong buồn có vui). Tình thương trên thế gian này không tình thương nào hơn tình cha mẹ thương con. Nếu có người, vai bên trái công cha, vai bên mặt công mẹ, đi giáp núi Tu Di trăm ngàn vòng, máu chảy đầy chân, cũng còn chưa thể báo đền được tình thương và công ơn sanh dưỡng (Kinh Pháp Cú). Phật dạy: “Tình thương là phương cách duy nhất để xóa bỏ hận thù. Hận thù không thể đánh bại được hận thù.” Đức Phật dạy khi bạn ghét ai thì bạn trở nên mất hạnh phúc, còn khi bạn thương ai thì mọi người đều cảm thấy hạnh phúc. Để triệt tiêu sự thù ghét, bạn nên thiền quán về lòng từ bi.

Tham ái, tham dục đòi hỏi những sự ham muốn về vật chất như thêm ăn, thêm ngủ, thêm ân ái, vân vân, là những khoái lạc về ngũ

quan. Con người còn ham muốn để được thỏa mãn những nhu cầu về tinh thần như ham chiếm đoạt, ham phô trương, ham quyền lực, ham lợi lộc. Những phiền não của lòng tham muốn che lấp tâm thức hữu tình thì không cho phép thiện pháp nảy sinh. Lòng ham muốn đắm mê không bao giờ biết ngừng, không bao giờ được thỏa mãn cả, như chiếc thùng không đáy. Để thỏa mãn dục vọng mà con người sanh ra vị kỷ, độc ác, làm hại, làm khổ người khác để mình được vui, được sung sướng. Vì lòng tham mà chúng ta không ngại xử dụng mọi thủ đoạn để đạt cho được mục đích, bất kể chuyện gì xảy đến cho người khác. Phật tử chúng ta nên thấy rõ vì không tu nên cõi đời trở thành một đấu trường mà nước mắt đổ như mưa rào, bể khổ dâng lên như nước thủy triều biển khơi. Tham dục là tham muốn của cải trần thế. Hầu hết người đời thường định nghĩa hạnh phúc trần tục như là sự thỏa mãn của mọi tham dục. Tham dục trần thế là vô hạn, nhưng chúng ta lại không có khả năng nhận ra chúng và tham dục không được thỏa mãn thường gây ra khổ đau phiền não cho mình và cho người. Khi chúng ta chỉ phần nào thỏa mãn tham dục, chúng ta luôn có khuynh hướng tiếp tục theo đuổi chúng cho đến khi được thỏa mãn, chính vì vậy mà chúng ta càng gây nên khổ đau cho mình và cho người. Ngay cả khi đã thỏa mãn tham dục, chúng ta cũng khổ đau. Chúng ta chỉ nghiệm được chân hạnh phúc và an nhin tự tại khi chúng ta có ít tham dục. Đây cũng là một trong những bước lớn đến bến bờ giải thoát của chúng ta. Đức Phật dạy: “Tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau. Mọi vật rồi sẽ thay đổi, vì thế không nên luyến ái hay vướng víu vào một thứ gì. Nên nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng.” Biết tri túc thiếu dục là biết sẽ giúp chúng ta diệt trừ tham dục. Điều này có nghĩa là biết thỏa mãn với những điều kiện vật chất khả dĩ giúp cho chúng ta có đầy đủ sức khỏe để tu tập. Đây là phương cách hữu hiệu nhất để cắt đứt lưới tham dục, an ổn thân tâm và có nhiều thì giờ giúp đỡ tha nhân.

Trong xã hội hôm nay người ta sợ đủ thứ, sợ không tiền, sợ không nhà, sợ già, sợ bệnh, sợ chết, vân vân. Kỳ thật vì không hiểu bản chất thật sự của đời sống nên chúng ta cố gắng duy trì những thứ mà chúng ta không thể duy trì được, rồi từ đó chúng ta đâm ra sợ hãi. Phật tử nên luôn nhớ rằng đời sống này luôn thay đổi. Nó được cấu tạo bởi một mô yếu tố có thể đổi thay (vô thường). Hiểu được như vậy chúng ta sẽ không còn cảm thấy sợ hãi trước những biến cố của cuộc đời này nữa.



Tình cảm, dù tiêu cực hay tích cực, đều vô thường (có nghĩa là không tồn tại), nhưng chúng ta không thể nói chúng ta không đếm xỉa tới tình cảm của chúng ta vì chúng vô thường. Người tu theo Phật không thể nói vì cả khổ đau lẫn hạnh phúc đều là vô thường nên chúng ta chẳng cần tìm mà cũng chẳng cần tránh chúng. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng những tình cảm bất thiện (tiêu cực) đưa đến khổ đau, trong khi tình cảm thiện lành đưa đến hạnh phúc, và mục tiêu của Phật tử là mong đạt được hạnh phúc. Như vậy chúng ta cần phải cố gắng thể thực hiện điều tạo nên hạnh phúc và ráng loại bỏ những gì làm cho ta đau khổ. Theo Phật giáo, lục tình là sáu tình khởi lên từ sáu căn: Nhãn Tình, tức là tình khởi lên từ nhãn căn hay mắt. Nhĩ Tình, tức là tình khởi lên từ nhĩ căn hay tai. Tỷ Tình, tức là tình khởi lên từ tỷ căn hay mũi. Thiệt Tình, tức là tình khởi lên từ thiệt căn hay lưỡi. Thân Tình, tức là tình khởi lên từ thân căn. Ý Tình, tức là tình khởi lên từ ý căn. Người tu tập tỉnh thức luôn coi Lục Căn là những đối tượng trong tu tập. Theo Tỳ Kheo Piyananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, bạn phải luôn tỉnh thức về những cơ quan của giác quan như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và sự tiếp xúc của chúng với thế giới bên ngoài. Bạn phải tỉnh thức về những cảm nghĩ phát sinh do kết quả của những sự tiếp xúc ấy: Mắt đang tiếp xúc với sắc; tai đang tiếp xúc với thanh; mũi đang tiếp xúc với mùi; lưỡi đang tiếp xúc với vị; thân đang tiếp xúc với sự xúc chạm; và ý đang tiếp xúc với vạn pháp.

### ***Organs-States-Consciousnesses Impact on Seven Emotions and Six Desires***

Craving (greed, affection, desire). Most people define happiness as the satisfaction of all desires. The desires are boundless, but our ability to realize them is not, and unfulfilled desires always create suffering. When desires are only partially fulfilled, we have a tendency to continue to pursue until a complete fulfillment is achieved. Thus, we create even more suffering for us and for others. We can only realize the true happiness and a peaceful state of mind when our desires are few. This is one of the great steps towards the shore of liberation. The Buddha taught: “Craving and desire are the cause of all unhappiness or suffering. Everything sooner or later must change, so do not become attached to anything. Instead devote yourself to clearing your mind and

finding the truth, lasting happiness.” Knowing how to feel satisfied with few possessions help us destroy greed and desire. This means being content with material conditions that allow us to be healthy and strong enough to cultivate. This is an effective way to cut through the net of passions and desires, attain a peaceful state of mind and have more time to help others. In the Middle Length Discourses, the Buddha taught: “O Bhikkhus, with sense desires as cause, with sense desires as motives, kings are fighting with kings, khattiya are fighting with khattiya, brahmanas are fighting with brahmanas, householders are fighting with householders, mother is fighting with son, son is fighting with mother, father is fighting with brother, brother is fighting with sister, sister is fighting with brother, friend is fighting with friend. When they engage themselves in fighting, in quarrels, in disputes, they attack each other with hands, they attack each other with stones, they attack each other with sticks, they attack each other with swords. Thus they are going to death, or to suffer like death. O Bhikkhus, with sense desires as cause, with sense desires as motives, they take hold of spears, they take hold of shields, they wear bows and arrows. They arrange themselves in two lines, and arrows are thrown at each other, knives are thrown at each other, swords are slashed at each other. They pierce each other with arrows, they slash each other with knives, they cut each other heads with swords. Thus they are going to death, or to suffer like death.”

Emotions, negative or positive, are impermanent (they would not last), but we cannot say we don't care about our emotions because they are impermanent. Buddhists cannot say both suffering and happiness are impermanent so we need not seek nor avoid them. We all know that negative emotions lead to suffering, whereas positive ones lead to happiness, and the purpose of all Buddhists is to achieve happiness. So should try to achieve things that cause happiness, and whatever causes suffering we should deliberately happiness. According to Buddhism, there are seven kinds of emotions.

What can be borne with ease is happiness. Ordinary happiness is the gratification of a desire. However, as soon as the thing desired is achieved then we desire something else or some other kind of happiness, for our selfish desires are endless. Money cannot buy happiness, or wealth does not always conduce to happiness. In fact,

real happiness is found within, and is not be defined in terms of wealth, power, honours, or conquests. The Buddha enumerates some kinds of happiness for a layman. They are the happiness of possession, health, wealth, longevity, beauty, joy, strength, property, children, etc. The Buddha does not advise all of us to renounce our worldly lives and pleasures and retire to solitude. However, he advised lay disciples to share the enjoyment of wealth with others. We should use wealth for ourselves, but we should also use wealth for the welfare of others. What we have is only temporary; what we preserve we leave and go. Only karmas will have to go with us along the endless cycle of births and deaths. The Buddha taught about the happiness of lay disciples as follows: “A poor, but peace life is real happiness. Leading a blameless life is one of the best sources of happiness, for a blameless person is a blessing to himself and to others. He is admired by all and feels happier, being affected by the peaceful vibrations of others. However, it is very difficult to get a good name from all. The wisemen try to be indifferent to external approbation, try to obtain the spiritual happiness by transcending of material pleasures.” Then the Buddha continued to remind monks and nuns: “Nirvana bliss, which is the bliss of relief from suffering, is the highest form of happiness.” Thus, the Buddha taught on Happiness in the Dharmapada Sutra: “Happy is the birth of Buddhas! Happy is the teaching of the True Law! Happy is the harmony in the sangha! Happy is the discipline of the united ones! (Dharmapada 194). Oh! Happily do we live without hatred among the hateful! Among hateful men we dwell unhating! (Dharmapada 197). Oh! Happily do we live in good health among the ailing! Among the ailing we dwell in good health! (Dharmapada 198). Oh! Happily do we live without greed for sensual pleasures among the greedy! Among the greedy we dwell free from greed! (Dharmapada 199). Oh! Happily do we live without any hindrances. We shall always live in peace and joy as the gods of the Radiant Realm (Dharmapada 200). Victory breeds hatred, defeat breeds suffering; giving up both victory and defeat will lead us to a peaceful and happy life (Dharmapada 201). If by giving up a small happiness or pleasure, one may behold a larger joy. A far-seeing and wise man will do this (a wise man will leave the small pleasure and look for a larger one) (Dharmapada 290). It is pleasant to have friends when need arises. Enjoyment is pleasant when shared with one

another. Merit is pleasant when life is at its end. Shunning of (giving up) all evil is pleasant (Dharmapada 331). To revere the mother is pleasant; to revere the father is pleasant; to revere the monks is pleasant; to revere the sages is pleasant (Dharmapada 332). To be virtuous until old age is pleasant; to have steadfast faith is pleasant; to attain wisdom is pleasant; not to do evil is pleasant (Dharmapada 333).

According to Buddhist theories, sorrow and joy, each producing the other, or each being inherent in the other. There is no greater love in this world than the love of the mother and father. If a person, carrying father on the left shoulder and mother on the right shoulder, were to walk around the Sumeru Mountain hundreds of thousands of times, with blood covering both feet, it would still not be enough to repay the love and hardship of child rearing (Dhammapada). The Buddha taught: "Love is the only way to destroy hatred. Hatred cannot be defeated with more hatred." Buddha taught: "When you hate others, you yourself become unhappy. But when you love others, everyone is happy." In order to eliminate "hate," you should meditate on loving-kindness, pity and compassion.

Greed and lust are unrestrained desires for material possessions such as food, sleeping, sexual intercourse, etc., all related to sensual pleasures. We also have a desire for appropriations, showing off, authority, and profits. The cover of desire which overlays the mind and prevents the good from appearing. Since they are like bottomless barrel, neither obsessive greed nor desire can be stopped or satisfied. Through tricks, expedients, and manipulations we try to reach our goal irrespective of whatever happens to others. We Buddhists must see that greedy people are generally selfish, wicked, and prone to cause sufferings to others. As a result, they transform this world into a battlefield where tears are shed like streams, and sufferings rise like an ocean tide. Desire for and love of the things of this life, such as craving (greed, affection, desire). Most people define happiness as the satisfaction of all desires. The desires are boundless, but our ability to realize them is not, and unfulfilled desires always create suffering. When desires are only partially fulfilled, we have a tendency to continue to pursue until a complete fulfillment is achieved. Thus, we create even more suffering for us and for others. We can only realize the true happiness and a peaceful state of mind when our desires are

few. This is one of the great steps towards the shore of liberation. The Buddha taught: “Craving and desire are the cause of all unhappiness or suffering. Everything sooner or later must change, so do not become attached to anything. Instead devote yourself to clearing your mind and finding the truth, lasting happiness.” Knowing how to feel satisfied with few possessions help us destroy greed and desire. This means being content with material conditions that allow us to be healthy and strong enough to cultivate. This is an effective way to cut through the net of passions and desires, attain a peaceful state of mind and have more time to help others.

In nowadays society, one fears everything, fear of no money, fear of homelessness, fear of sickness, old-age and death, etc. In fact, because of lack of understanding about the real nature of life, we try to maintain things that we are unable to, that’s why we feel fear of everything. Buddhists should always remember that life is changeable and it composes of a bundle of changeable (impermanent) elements. Once we understand the real nature of life, we don’t have the feeling of fear in life anymore.

Emotions, negative or positive, are impermanent (they would not last), but we cannot say we don’t care about our emotions because they are impermanent. Buddhists cannot say both suffering and happiness are impermanent so we need not seek nor avoid them. We all know that negative emotions lead to suffering, whereas positive ones lead to happiness, and the purpose of all Buddhists is to achieve happiness. So should try to achieve things that cause happiness, and whatever causes suffering we should deliberately happiness. According to Buddhism, six emotions arising from the six organs of sense: Emotions arising from the eyes. Emotions arising from the ears. Emotions arising from the nose. Emotions arising from the tongue. Emotions arising from the body. Emotions arising from the mind. Practitioners of mindfulness always consider the six senses are objects of cultivation. According to Bikkhu Piyananda in *The Gems of Buddhism Wisdom*, you must always be aware of the sense organs such as eye, ear, nose, tongue and body and the contact they are having with the outside world. You must be aware of the feelings that are arising as a result of this contact: eye is now in contact with forms (rupa); ear is now in contact with sound; nose is now in contact with smell; tongue is now in contact with taste;

body is now in contact with touching; and mind is now in contact with all things (dharma).

**Chương Ba Mười Sáu**  
**Chapter Thirty-Six**

**Ngũ Uẩn Và Căn-Cảnh-Thức**

Phạn ngữ “Skandha” có nghĩa là “nhóm, cụm hay đồng.” Theo đạo Phật, “Skandha” có nghĩa là thân cây hay thân người. Nó cũng có nghĩa là năm nhóm, năm hiện tượng hay năm yếu tố kết thành sự tồn tại của chúng sanh. Theo triết học Phật giáo, mỗi hiện hữu cá nhân gồm năm thành tố hay uẩn, đó là sắc, thọ, tưởng, hành, thức, và vì chúng luôn thay đổi nên những ai cố gắng luyến chấp vào chúng sẽ phải chịu khổ đau phiền não. Tuy những yếu tố này thường được coi như là “sự luyến ái của các uẩn” vì, dù chúng là vô thường và luôn thay đổi, phàm phu luôn luôn phát triển những ham muốn về chúng. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm nhóm cấu thành một con người (ngũ uẩn). Ngũ uẩn là năm thứ làm thành con người. Ngũ uẩn là căn đế của mọi si mê làm cho chúng sanh xa rời Phật tánh hằng hữu của mình. Ngũ uẩn được coi như là những ma quân chống lại với Phật tính nơi mỗi con người. Sắc cùng bốn yếu tố tinh thần cùng nhau kết hợp thành đời sống. Bản chất thực sự của năm uẩn này được giải thích trong giáo lý của nhà Phật như sau: “Sắc tương đồng với một đồng bọt biển, thọ như bọt nước, tưởng mô tả như ảo ảnh, hành như cây chuối và thức như một ảo tưởng.

**Sắc Uẩn** là tính vật thể gồm bốn yếu tố, rắn, lỏng, nhiệt và di động; các giác quan và đối tượng của chúng. Sắc uẩn là hình tướng của vật chất. Có nhiều loại sắc: vật chất, hình thể, hay hình dáng vật thể. Sắc là hình thể, nhưng thường dùng theo nghĩa thể chất, có một vị trí trong không gian, và ngăn ngại với những hình thể khác. Vậy, sắc có thể tích, do đó có hạn cuộc, bị tùy thuộc. Sắc phát hiện khi hội đủ những nhân duyên nào đó, và tùy những nhân duyên ấy mà trụ một thời gian, rồi tiêu diệt mất. Sắc vốn vô thường, lệ thuộc, hư giả, tương đối, nghịch đảo và sai biệt. Có hình tướng thì gọi là sắc. Sắc cũng có nghĩa là đủ thứ sắc đẹp, hay loại nhan sắc khiến cho chúng ta mờ mịt. Thói thường mà nói, mắt thấy sắc thường bị sắc trần mê hoặc, tai nghe âm thanh thì bị thanh trần mê hoặc, mũi ngửi mùi thì bị hương trần mê hoặc, lưỡi nếm vị thì bị vị trần mê hoặc, thân xúc chạm thì bị xúc trần mê hoặc. Trong Đạo Đức Kinh có dạy: “Ngũ sắc linh nhân mục manh;

ngũ âm linh nhân nhĩ lung; ngũ vị linh nhân khẩu sảng”, có nghĩa là năm sắc khiến mắt người ta mù, năm âm khiến tai người ta điếc, và năm vị khiến lưỡi người ta đờ. Những thứ này đều do bởi sắc uẩn mê hoặc. Có hai Loại Sắc: Nội sắc (những căn của giác quan như nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân). Ngoại sắc (những trần cảnh bên ngoài như màu sắc, âm thanh, mùi thơm, hương vị, sự xúc chạm). Lại có ba loại sắc: Khả kiến hữu đối sắc (các sắc trần, trắng, xanh, vàng, đỏ, v.v.). Bất khả kiến hữu đối sắc (thanh, hương, vị, xúc). Bất khả kiến vô đối sắc (những vật thể trừu tượng). Lại có mười loại sắc (Thập Sắc): Nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, sắc, thanh, hương, vị, và xúc. Trong Bát Nhã Tâm Kinh, Đức Phật cũng dạy: “Sắc Tức Thị Không, Không Tức Thị Sắc. Thế giới hiện tượng hay sắc tướng này là không, và không quả thực là thế giới hiện tượng. Không không khác với thế giới hiện tượng hay Sắc, thế giới hiện tượng hay Sắc không khác với Không. Cái gì là thế giới hiện tượng thì cái đó là Không, cái gì Không thì cái đó là thế giới hiện tượng”. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng bản chất của sắc hay vật chất là che đậy và làm cho chúng sanh mê muội (Sắc Cái). Cái giả luôn luôn che đậy cái thật (Sắc Cái). Tất cả các cảnh giới đều có hình sắc (các pháp xanh, vàng, đỏ, trắng đều là cảnh giới đối với nhãn căn). Bên cạnh đó, Sắc Tướng (Rupalakshana-skt) hay tướng mạo sắc thân bên ngoài, có thể nhìn thấy được hay các đặc trưng của cơ thể và Sắc Vị là hương vị của sự hấp dẫn dục tình. **Thọ Uẩn** là pháp tâm sở nhận lãnh dung nạp cái cảnh mà mình tiếp xúc. Thọ cũng là cái tâm nếm qua những vui, khổ hay đứng đứng (vừa ý, không vừa ý, không vừa ý mà cũng không không vừa ý). Thọ là lãnh thọ, phát sanh cảm giác. Khi cảnh giới đến, chẳng cần suy nghĩ, liền tiếp thọ, phát ra cảm giác. Như ăn món gì thấy ngon, là thọ. Mặc áo đẹp thấy thích, là thọ. Ở nhà tốt, cảm thấy thích, là thọ. Đi xe tốt, có cảm giác êm ái, là thọ. Khi thân xúc chạm bất cứ thứ gì với cảm giác ra sao, cũng là thọ. Khi chúng ta gặp những đối tượng hấp dẫn, chúng ta liền phát khởi những cảm giác vui sướng và luyến ái. Khi gặp phải những đối tượng không hấp dẫn, thì chúng ta sinh ra cảm giác khó chịu; nếu đối tượng không đẹp không xấu thì chúng ta cảm thấy đứng đưng. Tất cả mọi tạo tác của chúng ta từ thân, khẩu và ý cũng đều được kinh qua nhờ cảm giác, Phật giáo gọi đó là “thọ” và Phật khẳng định trong Thập Nhị nhân duyên rằng “thọ” tạo nghiệp luân hồi sanh tử. Hành giả tu Phật nên xem “Thọ” như những đối tượng của thiền tập. Quán chiếu những loại



cảm thọ như lạc thọ, khổ thọ và trung tính thọ. Thấu hiểu những thọ này đến đi thế nào. Quán chiếu thọ chỉ nảy sinh khi nào có sự tiếp xúc giữa những giác quan mà thôi (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý). Quán chiếu những điều trên để thấy rõ rằng dù thọ vui, thọ khổ hay thọ trung tính, hậu quả của chúng đều là “khổ”. Thân Thọ là những thứ lãnh nạp nơi thân hay tam thọ (khổ, lạc, phi khổ phi lạc). Tâm Thọ là những thứ lãnh nạp nơi tâm như ưu và hỷ. Tính tri giác gồm tất cả các loại cảm giác sung sướng, khó chịu hay đứng đưng. Có năm thọ uẩn: Thuộc về tinh thần có ưu thọ hay sầu bi, và hỷ thọ có nghĩa là vui mừng do có sự phân biệt. Thuộc về cảm giác bao gồm khổ thọ hay đau khổ và lạc thọ hay sung sướng không có sự phân biệt. Thuộc về cả tinh thần lẫn cảm giác bao gồm xả Thọ hay trung tính, không khổ không lạc. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có sáu thọ nơi thân: Thứ nhất là Nhãn xúc sở sanh thọ. Thứ nhì là Nhĩ xúc sở sanh thọ. Thứ ba là Tỷ xúc sở sanh thọ. Thứ tư là Thiệt xúc sở sanh thọ. Thứ năm là Thân xúc sở sanh thọ. Thứ sáu là Ý xúc sở sanh thọ. Hành Giả tu Phật nên suy gẫm cẩn thận lời dạy của Đức Phật về ‘Ba Loại Cảm Thọ’. Theo Tiểu Kinh Phương Quảng, Trung Bộ Kinh, số 44, để trả lời cư sĩ Visakha về sự tu hành của hành giả tu thiền và ‘Ba Loại Cảm Thọ’, Tỳ Kheo Ni Dhammadinna đã giải thích: “Có ba loại cảm thọ: lạc thọ, khổ thọ và bất lạc bất khổ thọ. Thế nào lạc thọ? Thế nào là khổ thọ? Thế nào là bất lạc bất khổ thọ? Hiền giả Visakha, cái gì được cảm thọ bởi thân hay tâm một cách khoái lạc khoái cảm là lạc thọ. Cái gì được cảm thọ bởi thân hay tâm một cách đau khổ không khoái cảm là khổ thọ. Cái gì được cảm thọ bởi thân hay tâm không khoái cảm cũng không đau khổ là bất lạc bất khổ thọ. Đối với lạc thọ, cái gì trú là lạc, cái gì biến hoại là khổ; đối với khổ thọ, cái gì trú là khổ, cái gì biến hoại là lạc. Đối với bất lạc bất khổ thọ, có trí là lạc, vô trí là khổ. Trong lạc thọ, tham tùy miên tồn tại; trong khổ thọ, sân tùy miên tồn tại; trong bất lạc bất khổ thọ, vô minh tùy miên tồn tại. Tuy nhiên, không phải trong tất cả lạc thọ, tham tùy miên tồn tại; không phải trong tất cả khổ thọ, sân tùy miên tồn tại; không phải trong tất cả bất lạc bất khổ thọ, vô minh tùy miên tồn tại. Muốn được như vậy, trong lạc thọ, tham tùy miên phải được từ bỏ; trong khổ thọ, sân tùy miên phải được từ bỏ; và trong bất lạc bất khổ thọ, vô minh tùy miên phải được từ bỏ. Khi hành giả ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và an trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm có tứ. Do vậy tham đã được từ bỏ, không

còn tham tùy miên ở đây. Hành giả suy nghĩ ‘chắc chắn ta sẽ chứng và an trú trong trú xứ mà các vị Thánh đang an trú.’ Vì muốn phát nguyện hưởng đến các cảnh giới vô thượng, do ước nguyện ấy, khởi lên ưu tư. Do vậy, sân được từ bỏ, không còn sân tùy miên tồn tại ở đây. Khi hành giả xả lạc và xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước đây, thì sẽ chứng và an trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Do vậy vô minh đã được từ bỏ, không còn vô minh tùy miên tồn tại nơi đây.” Hành giả tu thiền nên nhớ, tham dục nằm ngay trong lạc thọ và lạc thọ nằm ngay phía bên kia của khổ thọ. Sân hận nằm ngay trong khổ thọ và khổ thọ lại cũng nằm ngay phía bên kia của lạc thọ. Cái gì nằm phía bên kia của bất lạc bất khổ thọ? Vô minh nằm phía bên trong của bất lạc bất khổ thọ. Tuy nhiên, sự sáng suốt và giải thoát nằm ngay phía bên kia bờ của vô minh. **Tưởng Uẩn** là ý thức chia các tri giác ra làm sáu loại (sắc, thanh, hương, vị, xúc, và những ấn tượng tinh thần). Tưởng uẩn tức là tư tưởng, ý niệm. Vì năm căn tiếp xúc, lãnh thọ cảnh giới của năm trần nên phát sanh ra đủ thứ vọng tưởng, đủ thứ ý niệm. Chúng thoát sanh thoát diệt, khởi lên suy nghĩ đến sắc và thọ. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy loại tưởng: Vô Thường Tưởng, Vô Ngã Tưởng, Bất Tịnh Tưởng, Hoạn Nạn Tưởng, Đoạn Tưởng, Ly Tham Tưởng, và Diệt Tưởng. **Hành Uẩn** là khái niệm hay hành động bao gồm phần lớn những hoạt động tâm thần, ý chí, phán xét, quyết tâm, vân vân. Hành có ý nghĩa dời đổi, lúc đến lúc đi, chẳng khi nào ngừng nghỉ, trôi mãi không ngừng. Động cơ làm thiện làm ác ở trong tâm, nhưng do vọng tưởng, suy tư chi phối và phản ảnh qua những hành vi, cử chỉ của thân, khẩu, ý. Tất cả những hành vi này đều thuộc về hành uẩn. **Thức Uẩn** hay nhận thức bao gồm sáu loại ý thức nảy sinh từ sự tiếp xúc của giác quan tương ứng với một đối tượng tri giác. Thức có nghĩa phân biệt; cảnh giới đến thì sanh tâm phân biệt. Thí dụ như thấy sắc đẹp thì sanh lòng vui thích, nghe lời ác thì sanh lòng ghét bỏ, vân vân. Tất cả những phân biệt như thế này đều là một phần của thức uẩn. Phạm phu không nhìn ngũ uẩn như là những hiện tượng mà chúng ta lại nhìn chúng như một thực thể do bởi tâm mê mờ lừa dối chúng ta, do ham ham muốn bầm sinh của chúng ta ch những thứ trên là của ta để thỏa mãn cái “Ngã” quan trọng của chúng ta. Đức Phật dạy trong Kinh Sati Patthana: “Nếu chịu nhẫn nại và có ý chí, bạn sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật. Nếu bạn chịu quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm nhận

xét một cách khách quan, không liên tưởng đến bản ngã, và chịu trau dồi như vậy trong một thời gian, bạn sẽ thấy ngũ uẩn không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Rồi bạn sẽ không còn lầm lẫn cái bề ngoài với cái thực. Bạn sẽ thấy ngũ uẩn phát sinh và biến đi một cách liên tục và nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ tĩnh mà luôn động, không bao giờ là thực thể mà luôn biến hiện. Và Đức Phật dạy tiếp trong Kinh Lăng Già: “Như Lai không khác cũng không phải không khác với các uẩn.”

Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm uẩn thủ: *Sắc Thủ Uẩn* hay chấp thủ về sắc; *Thọ Thủ Uẩn* hay chấp thủ về thọ; *Tưởng Thủ Uẩn* hay chấp thủ về tưởng; *Hành Thủ Uẩn* hay chấp thủ hành; *Thức Thủ Uẩn* hay chấp thủ về thức. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” sắc uẩn thuộc về thân, còn bốn uẩn kia thuộc về tâm. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” sắc uẩn chứa đựng và bao gồm Tứ Đại: đất, nước, lửa, gió. Tuy nhiên, tứ đại không đơn thuần là đất, nước, lửa, và gió như chúng ta thường nghĩ. Trong tư tưởng Phật giáo, nhất là trong Vi Diệu Pháp, tứ đại có ý nghĩa rộng hơn. Mọi cảm thọ của chúng ta đều nằm trong nhóm “Thọ” này. Thọ có ba loại: Lạc thọ, khổ thọ, và phi lạc phi khổ thọ. Thọ phát sanh tùy thuộc nơi xúc. Thấy một sắc, nghe một âm thanh, ngửi một mùi, nếm một vị, xúc chạm một vật gì đó, nhận thức một ý niệm hay một tư tưởng, con người cảm nhận một trong ba loại thọ vừa nói trên. Chẳng hạn, khi mắt, hình sắc, và nhãn thức gặp nhau, chính sự tương hợp của ba yếu tố này được gọi là xúc. Xúc nghĩa là sự kết hợp của căn, trần, và thức. Khi ba yếu tố này cùng có mặt thì không có sức mạnh hay lực nào có thể ngăn được Thọ phát sinh. Tưởng uẩn, một trong năm uẩn. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” nhiệm vụ của tưởng là nhận biết đối tượng, cả vật chất lẫn tinh thần. Cũng như Thọ, Tưởng có sáu loại: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Tưởng trong đạo Phật không được dùng theo nghĩa mà các triết gia Tây phương đã dùng như Bacon, Descartes, v.v., mà chỉ đơn thuần như một sự nhận thức về giác quan. Có một sự tương đồng nào đó giữa Thức Tri (Vijñāna), hay nhiệm vụ của Thức, và Tưởng Tri (Samjñāna), hay nhiệm vụ của Tưởng. Trong khi Thức hay biết một đối tượng, lập tức Tâm Sở Tưởng bắt lấy dấu hiệu đặc biệt nào đó của đối tượng, nhờ vậy phân biệt

được nó với các đối tượng khác, dấu hiệu đặc biệt này là công cụ giúp nhận ra đối tượng vào các lần khác. Thật vậy, mỗi lần chúng ta trở nên biết rõ hơn về đối tượng. Như vậy, chính Tưởng làm nảy sinh ký ức. Hành uẩn bao gồm tất cả các tâm sở, ngoại trừ Thọ và Tưởng. Vi Diệu Pháp đề cập đến 52 tâm sở. Thọ và Tưởng là hai trong số đó, nhưng không phải là hoạt động thuộc ý chí. Năm mươi tâm sở còn lại gọi chung là Hành. Tư Tâm Sở (Cetana) đóng một vai trò rất quan trọng trong lãnh vực tinh thần. Theo Phật giáo, không có hành động nào được xem là Nghiệp (kamma), nếu hành động đó không có chủ ý, hay tách động của Tư. Cũng như Thọ và Tưởng, Hành có sáu loại: sắc tư, thanh tư, hương tư, vị tư, xúc tư, và pháp tư. Thức uẩn được coi là quan trọng nhất trong năm uẩn; có thể nói Thức uẩn là kho chứa 52 tâm sở, vì không có Thức thì không Tâm sở nào có được. Thức và các Tâm sở tương quan, tùy thuộc và đồng thời tồn tại với nhau. Thức cũng có 6 loại và nhiệm vụ của nó rất đa dạng, nó có các Căn và Trần của nó. Tất cả mọi cảm nhận của chúng ta đều được cảm nhận qua sự tiếp xúc giữa các căn với thế giới bên ngoài. Mặc dù có sự tương quan giữa các căn và đối tượng của chúng. Chẳng hạn, nhãn căn với các sắc, nhĩ căn với các âm thanh, sự biết vẫn phải qua Thức. Nói cách khác, các đối tượng giác quan không thể được cảm nhận với độ nhạy cảm đặc biệt nếu không có loại Thức thích hợp. Bây giờ, khi con mắt và hình sắc đều có mặt, Thức Thấy sẽ phát sinh tùy thuộc hai yếu tố này. Tương tự, với tai và âm thanh, vân vân, cho tới tâm và các pháp trần. Lại nữa, khi ba yếu tố mặt, sắc và nhãn thức gặp nhau, chính sự trùng hợp này được gọi là xúc. Từ xúc sanh Thọ, vân vân. Như vậy, Thức sanh khởi do một kích thích nào đó xuất hiện ở năm cửa giác quan và ý môn, căn thứ sáu. Vì Thức phát sanh do sự tương tác giữa các Căn và Trần, nên nó cũng do duyên sanh chứ không hiện hữu độc lập. Thức không phải là một linh hồn hay tinh thần đối lại với vật chất. Các tư duy và ý niệm là thức ăn cho căn thứ sáu gọi là “tâm” này cũng do duyên sanh, chúng tùy thuộc vào thế giới bên ngoài mà năm căn kia kinh nghiệm. Năm căn tiếp xúc năm trần, chỉ trong thời hiện tại, nghĩa là khi trần (đối tượng) tiếp xúc chạm với căn tương ứng của nó. Tuy nhiên, Tâm căn có thể kinh nghiệm trần cảnh, dù đó là sắc, thanh, hương, vị, hay xúc đã được nhận thức bằng các giác quan. Chẳng hạn, một đối tượng của sự thấy, mà với đối tượng này nhãn căn đã tiếp xúc trong quá khứ, có thể được tưởng tượng lại bằng tâm căn ngay lúc này mặc dù đối tượng

ấy không có trước mắt. Tương tự như vậy đối với các trần cảnh khác. Đây là chủ thể nhận thức và rất khó kinh nghiệm một số các cảm giác này. Loại hoạt động của Tâm này rất vi tế và đôi khi vượt quá sự hiểu biết thông thường.

Phàm phu chúng ta không nhìn ngũ uẩn như là những hiện tượng mà chúng ta lại nhìn chúng như một thực thể do bởi tâm mê mờ lừa dối chúng ta, do ham muốn bầm sinh của chúng ta cho những thứ trên là của ta để thỏa mãn cái “Ngã” quan trọng của chúng ta. Đức Phật dạy trong Kinh Sati Patthana: “Nếu chịu nhẫn nại và cố ý chí, bạn sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật. Nếu bạn chịu quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm nhận xét một cách khách quan, không liên tưởng đến bản ngã, và chịu trau dồi như vậy trong một thời gian, bạn sẽ thấy ngũ uẩn không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Rồi bạn sẽ không còn lầm lẫn cái bề ngoài với cái thực. Bạn sẽ thấy ngũ uẩn phát sinh và biến đi một cách liên tục và nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ tĩnh mà luôn động, không bao giờ là thực thể mà luôn biến hiện. Và Đức Phật dạy tiếp trong Kinh Lăng Già: “Như Lai không khác cũng. Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, ngũ uẩn bao gồm sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Nói chung, ngũ uẩn có nghĩa là con người và thế giới sự vật hiện tượng. Che lấp hay che khuất, ý nói các pháp sắc tâm che lấp chân lý. Uẩn còn có nghĩa là tích tập hay chứa nhóm (ý nói các sắc pháp tâm lớn nhỏ trước sau tích tập mà tạo ra tính và sắc). Uẩn chỉ là những hiện tượng hữu vi chứ không phải vô vi. Muốn thoát ly khổ ách, Phật tử nên luôn hành thâm bát nhã và chiếu kiến ngũ uẩn giai không. Đức Phật đã nhắc nhở Xá Lợi Phất: “Này Xá Lợi Phất, Sắc chẳng khác Không, Không chẳng khác Sắc. Sắc là Không, Không là Sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức lại cũng như vậy.” Như vậy, nếu chúng ta khiến được cho sắc uẩn là không thì bên trong không có tâm, bên ngoài không có hình tướng, xa gần không có vật thể. Nếu chúng ta làm được như lời Phật dạy thì chúng ta không còn gì nữa để mà chấp trước, tức là giải thoát rồi vậy.

Riêng về Thức Uẩn theo Phạn ngữ là “Vijnana-Skandha”, còn được gọi là “Hồn Thân” là tên gọi khác của tâm thức. Tiểu Thừa lập ra sáu thức, Đại Thừa lập ra tám thức này đối với nhục thể gọi là “hồn thân,” mà ngoại đạo gọi là “linh hồn”. Thức là tên gọi khác của tâm. Thức có nghĩa là liễu biệt, phân biệt, hiểu rõ. Tâm phân biệt hiểu rõ

được cảnh thì gọi là thức. Theo Phật giáo, “Tánh” tức là “Phật.” “Thức” tức là “Thần Thức”, “Ý” tức là “Tâm Phân Biệt”, và “Âm” tức là sự suy nghĩ vọng tưởng. Bản tánh thì lúc nào cũng quang minh sáng suốt, không có bỉ, không có thử, không đẹp, không xấu; không rơi vào số lượng hay phân biệt... Nhưng khi có “Thức” rồi thì con người lại bị rơi vào số lượng và phân biệt. “Ý” cũng tạo nên sự phân biệt, và đây chính là thức thứ sáu. Đây là thức tương đối ô nhiễm. Trong khi thức thứ bảy và thức thứ tám thì tương đối thanh tịnh hơn. Có tám loại thức: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mặt na, và a lại da thức. Về mặt cơ bản mà nói, thức không phải có tám loại dù nó có tám tên gọi. Thức chỉ là một nhưng lại có tám bộ phận khác nhau. Dầu có tám bộ phận khác nhau nhưng vẫn do chỉ một thức kiểm soát. Như trên đã nói, “Vijnana” là từ Bắc Phạn thường được dịch là “Thức.” Đây là hành động phân biệt bao gồm sự hiểu biết, nhận biết, trí thông minh, và kiến thức. Thức gồm có tám thứ. Năm thứ đầu là kết quả của những hành động liên hệ đến ngũ căn. Thức thứ sáu bao gồm tất cả những cảm giác, ý kiến và sự phán đoán. Thức thứ bảy là ý thức (cái ngã thâm thâm). Thức thứ tám là A Lại Da hay Tàng Thức, nơi chứa đựng tất cả những nghiệp, dù thiện, dù ác hay trung tính. Thức còn có nghĩa là sự nhận thức, sự phân biệt, ý thức, nhưng mỗi từ này đều không bao gồm hết ý nghĩa chứa đựng trong vijnana. Thức là cái trí hay cái biết tương đối. Từ này lắm khi được dùng theo nghĩa đối lập với Jnana trong ý nghĩa tri thức đơn thuần. Jnana là cái trí siêu việt thuộc các chủ đề như sự bất tử, sự phi tương đối, cái bất khả đắc, vân vân, trong khi Vijnana bị ràng buộc với tánh nhị biên của các sự vật. Theo Giáo lý duy thức, chỉ có duy thức bên trong là thực hữu chứ không phải là những vật thể bên ngoài. Còn gọi là Duy Thức Gia hay Pháp Tướng tông. Học thuyết của Duy Thức tông chú trọng đến tướng của tất cả các pháp; dựa trên đó, luận thuyết về Duy Thức Học được lập nên để minh giải rằng ly thức vô biệt pháp hay không có pháp nào tách biệt khỏi thức được. Mặc dù tông này thường được biểu lộ bằng cách nói rằng tất cả các pháp đều chỉ là thức, hay rằng không có gì ngoài thức; thực ra ý nghĩa chân chính của nó lại khác biệt. Nói duy thức, chỉ vì tất cả các pháp bằng cách này hay cách khác luôn luôn liên hệ với thức. Thuyết này dựa vào những lời dạy của Đức Phật trong Kinh Hoa Nghiêm, theo đó tam giới chỉ hiện hữu trong thức. Theo đó thế giới ngoại tại không hiện hữu, nhưng nội thức phát hiện giả tướng của nó như là thế giới ngoại tại. Toàn thể

thế giới do đó là tạo nên do ảo tưởng hay do nhân duyên, và không có thực tại thường tồn nào cả. Tại Ấn Độ, tông phái này chuyên chú vào việc nghiên cứu Duy Thức Luận và các kinh sách cùng loại, nên có tên là Duy Thức Tướng Giáo. Tác giả các bộ sách này là Vô Trước và Thiện Thân, họ từng có một đệ tử xuất sắc là Giới Hiền, một người Ấn Độ, sống trong tu viện Na Lan Đà. Giới Hiền là người đã lập ra Duy Thức Tông tại Ấn Độ và có nhiều công lao trong việc sắp xếp các kinh điển Phật Giáo. Tại Trung Quốc, sau khi Huyền Trang được Giới Hiền trao cho bộ luận, đã lập nên tông phái này. Về sau, tông này cũng có tên là Pháp Tướng Tông và do một đồ đệ của Huyền Trang là Khuy Cơ dẫn dắt. Sở Y Thức (Asraya), cơ sở mà mọi thứ phải tùy thuộc vào, hay căn bản của các thức. Đây là sự chuyển biến hay đột chuyển xảy ra giữa căn bản của tâm thức, nhờ đó người ta có thể nắm được cái chân lý thâm sâu nhất của tất cả sự hiện hữu, mà giải thoát chúng ta khỏi những ràng buộc của phân biệt. Tất cả việc tu tập trong Phật giáo đều nhằm vào cái biến cố này, không có nó sẽ không có sự cải tiến nào cả. Khi người ta hiểu thông rằng thế giới bên ngoài chỉ là sự biểu hiện của chính tâm mình; thì có một sự đột chuyển từ căn bản của phân biệt, đây là sự giải thoát chứ không phải là sự hủy diệt. Sự đột chuyển này là chân như, là chỗ trú thoát ngoài sự phân biệt. Tịnh Thức là tính chân thực của chư pháp hay chân lý tuyệt đối: Theo Nhiếp Luận Tông (tiền thân của Pháp Tướng Tông), tịnh thức có thể tẩy sạch phần ô nhiễm của tạng thức và còn khai triển thế lực trí tuệ của nó. Thế giới của tướng tượng và thế giới hỗ tương liên hệ được đưa đến chân lý chân thực, tức là viên thành thực tánh. Sau khi đạt đến đó, chủng tử tạng, tức là thức, sẽ biến mất và cuối cùng đưa đến trạng thái nơi mà chủ thể và đối tượng không còn phân biệt. Đây là “Vô Phân Biệt Trí.” Trạng thái tối hậu là vô trụ Niết Bàn, nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa.

***The Five Aggregates  
and Sense Organs-States-Consciousnesses***

“Skandha” in Sanskrit means “group, aggregate, or heap.” In Buddhism, Skandha means the trunk of a tree, or a body. Skandha also means the five aggregates or five aggregates of conditioned phenomena (constituents), or the five causally conditioned elements of

existence forming a being or entity. According to Buddhist philosophy, each individual existence is composed of the five elements and because they are constantly changing, so those who attempt to cling to the “self” are subject to suffering. Though these factors are often referred to as the “aggregates of attachment” because they are impermanent and changing, ordinary people always develop desires for them. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five aggregates (Five Skandhas). The aggregates which make up a human being. The five skandhas are the roots of all ignorance. They keep sentient beings from realizing their always-existing Buddha-Nature. The five aggregates are considered as maras or demons fighting against the Buddha-nature of men. In accordance with the Dharma, life is comprised of five aggregates (form, feeling, perception, mental formation, consciousness). Matter plus the four mental factors classified below as feeling, perception, mental formation and consciousness combined together form life. The real nature of these five aggregates is explained in the Teaching of the Buddha as follows: “Matter is equated to a heap of foam, feeling is like a bubble, perception is described as a mirage, mental formations are like a banana tree and consciousness is just an illusion.

***Aggregate of Matter*** or Aggregate of Form which comprises of four elements of our own body and other material objects such as solidity, fluidity, heat and motion comprise matter). Material or physical factors. The aggregate of form includes the five physical sense organs and the corresponding physical objects of the sense organs (the eyes and visible objects, the ears and sound, the nose and smell, the tongue and taste, the skin and tangible objects). Matter is form, appearance, object or material shape. There are several different categories of rupa. Form is used more in the sense of “substance,” or “something occupying space which will resist replacement by another form.” So it has extension, it is limited and conditioned. It comes into existence when conditions are matured, as Buddhists would say, and staying as long as they continue, pass away. Form is impermanent, dependent, illusory, relative, antithetical, and distinctive. Things with shape and features are forms. Forms include all colors which can dim our eyes. Ordinarily speaking, we are confused with forms when we see them, hear sounds and be confused by them, smell scents and be confused by them, taste



flavors and be confused by them, or feel sensations and be confused by them. In the Classic of the Way and Its Virtue, it is said: “The five colors blind the eyes; the five musical notes deafen the ears; and the five flavors dull the palate.” There are two kinds of rupa: Inner rupa as the organs of sense (eye, ear, nose, tongue, body). Outer rupa as the objects of sense (colour, sound, smell, taste, touch). There are three kinds of rupa: Visible objects (white, blue, yellow, red, etc.). Invisible objects (sound, smell, taste, touch). Invisible immaterial or abstract objects. There are also ten kinds of rupa: Eye, ear, nose, tongue, body, color, sound, smell, taste, and touch. In the Heart Sutra, the Buddha also taught: “Matter is just the immaterial, the immaterial is just matter (form is emptiness and the very emptiness is form/rupam eva sunyata, sunyataiva rupam). This phenomenal world or form is emptiness, and emptiness is truly the phenomenal world. Emptiness is not different from the phenomenal world, the phenomenal world is not different from emptiness. What is the phenomenal world that is emptiness, what is emptiness that is the phenomenal world.” Devout Buddhists should always remember that the nature of rupa or matter (character of the visible or material) is concealing and misleading sentient beings. The seeming is always concealing the reality. All visible objects are the realm of vision or form. Besides, Material appearance, external manifestation, the visible or corporeal features and the flavour of form means sexual attraction, or love of women. **Aggregate of Feeling** is knowledge obtained by the senses, feeling sensation. It is defined as mental reaction to the object, but in general it means receptivity, or sensation. Feeling is also a mind which experiences either pleasure, unpleasure or indifference (pleasant, unpleasant, neither pleasant nor unpleasant). The Aggregate of Feelings refers to the feelings that we experience. For instance, a certain state arises, we accept it without thinking about it, and we feel comfortable or uncomfortable. When we eat some delicious food and its flavor makes us feel quite pleasant, this is what we mean by feelings. If we wear a fine suit and it makes us feel quite attractive, this is also what we mean by feelings. If we live in a nice house that we feel like it, this is a feeling. If we drive a nice car that we love to have, this also a feeling. All experiences that our body accepts and enjoys are considered to be the Aggregate of Feelings. When we meet attractive objects, we develop pleasurable feelings and

attachment which create karma for us to be reborn in samsara. In the contrary, when we meet undesirable objects, we develop painful or unpleasurable feelings which also create karma for us to be reborn in samsara. When we meet objects that are neither attractive nor unattractive, we develop indifferent feelings which develop ignorant self-grasping, also create karma for us to be reborn in samsara. All actions performed by our body, speech and mind are felt and experienced, Buddhism calls this “Feeling” and the Buddha confirmed in the Twelve Nidanas that “Feeling” creates karma, either positive or negative, which causes rebirths in samsara. Buddhist practitioners should consider “Feelings” as objects of meditation practices. To contemplate various kinds of feelings such as pleasant, unpleasant and neutral feelings. To understand thoroughly how these feelings arise, develop after their arising, and pass away. To contemplate that “feelings” only arise when there is contact between the senses. To contemplate all of the above to have a better understanding of “feelings.” No matter what kinds of feelings, pleasant, unpleasant or indifference, they all lead to sufferings. Sensation of physical objects, or three states of sensation (vedana). Karma of pleasure and pain of the physical body. Sensation of mental objects or Karma of the mental or the mind, i.e. anxiety, joy, etc. Aggregate of feeling or sensation of three kinds pleasant, unpleasant and indifferent. When an object is experienced, that experience takes on one of these emotional tones, either of pleasure, of displeasure or of indifference. The five vedanas or sensations: Limited to mental emotion includes sorrow and joy. Limited to the senses includes pain and pleasure. Limited to both mental emotion and the senses includes indifference. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are six groups of feeling: First, Cakkhu-samphassaja-vedana or the Feeling based on eye-contact. Second, feeling based on ear-contact. Third, feeling based on nose-contact. Fourth, feeling based on tongue-contact. Fifth, feeling based on body-contact. Sixth, feeling based on mind-contact. Buddhist Practitioners should think over carefully the Buddha’s Teachings on the ‘Three Kinds of Feeling’. In order to provide answers to layperson Visakha on the cultivation of Buddhist practitioners of ‘Body-Mouth-Mind’, Bhikhuni Dhammadinna explained in the Culavedalla Sutta (the Shorter Set of Questions-and-Answers), in

Majjhima Nikaya, book 44: “There are three kinds of feeling: pleasant feeling, painful feeling, and neither-pleasant-nor-painful feeling. What is pleasant feeling? What is painful feeling? What is neither-pleasant-nor-painful feeling? Visakha, whatever is experienced physically or mentally as pleasant and gratifying is pleasant feeling. Whatever is experienced physically or mentally as painful and hurting is painful feeling. Whatever is experienced physically or mentally as neither gratifying nor hurting is neither-pleasant-nor-painful feeling. Pleasant feeling is pleasant in remaining, and painful in changing. Painful feeling is painful in remaining and pleasant in changing. Neither-pleasant-nor-painful feeling is pleasant in occurring together with knowledge, and painful in occurring without knowledge. The latent tendency to passion lies latent in pleasant feeling. The latent tendency to irritation lies latent in painful feeling. The latent tendency to ignorance lies latent in neither-pleasant-nor-painful feeling. However, the latent tendency to passion does not necessary lie latent in all pleasant feeling; the latent tendency to irritation does not necessary lie latent in all painful feeling; and the latent tendency to ignorance does not necessary lie latent in all neither-pleasant-nor-painful feeling. To be able to achieve these, the latent tendency to irritation is to be abandoned in pleasant feeling, the latent tendency to irritation is to be abandoned in painful feeling, and the latent tendency to ignorance is to be abandoned in neither-pleasant-nor-painful feeling. When practitioners quite withdraw from sensuality, and withdraw from unskillful qualities, they enter and remain in the first jhana: rapture and pleasure born from withdrawal, accompanied by directed thought and evaluation. With that they abandons passion. No latent tendency to passion lies latent there. At that time, practitioners will enter and remain in the sphere that those who are noble now enter and remain in. And as they thus nurses this yearning for the unexcelled liberations, there arises within them sorrow based on that yearning. With that he abandons irritation. No latent tendency to irritation lies latent there. There is the case where practitioners, with the abandoning of pleasure and pain, as with the earlier disappearance of elation and distress, they enter and remain in the fourth jhana: purity of equanimity and mindfulness, neither pleasure nor pain. With that they abandons ignorance. No latent tendency to ignorance lies latent there.”

Practitioners should remember, passion lies on the side of pleasant feeling, and pleasant feeling lies on the other side of painful feeling. Irritation lies on the side of painful feeling and painful feeling also lies on the other side of pleasant feeling. What lies on the other side of neither-pleasant-nor-painful feeling? Ignorance lies on the side of neither-pleasant-nor-painful feeling. However, clear knowing and emancipation lie on the other side of ignorance. ***Aggregate of Thinking***, aggregate of perception or activity of recognition or identification or attaching of a name to an object of experience. Perceptions include form, sound, smell, taste, bodily impression or touch, and mental objects. The Aggregate of Thoughts refers to our thinking processes. When our five sense organs perceive the five sense objects, a variety of idle thoughts arise. Many ideas suddenly come to mind and are suddenly gone: ideas of forms, ideas of feelings. According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are seven perceptions: Perception of impermanence, Perception of Not-Self, Perception of foulness (Asubhasanna (p)), Perception of danger, Perception of abandonment, Perception of dispassion, and Perception of cessation. ***Aggregate of Mental Formation***, a conditioned response to the object of experience including volition, attention, discrimination, resolve, etc. The Aggregate of Activities refers to a process of shifting and flowing. The Aggregate of Activities leads us to come and go, to go and come without end in a constant, ceaseless, flowing pattern. Our idle thoughts compel us to impulsively do good or do evil, and such thoughts then manifest in our actions and our words. ***Aggregate of Consciousness*** includes the six types of consciousness (seeing, hearing, smelling, tasting, touching and mental consciousness). Awareness or sensitivity to an object, i.e. the consciousness associates with the physical factors when the eye and a visible object come into contact, an awareness of a visible object occurs in our mind. Consciousness or a turning of a mere awareness into personal experience is a combined function of feeling, perception and mental formation. The Aggregate of Consciousness refers to the process of discrimination. As soon as a situation appears, we begin to discriminate in our thoughts about that situation. For example, when we see something beautiful, we have thoughts of fondness towards it; and when we hear ugly sounds, we have thoughts of dislike for those

sounds. All such discriminations are part of this Aggregate. We, ordinary people, do not see the five aggregates as phenomena but as an entity because of our deluded minds, and our innate desire to treat these as a self in order to pander to our self-importance. The Buddha taught in the Sati Patthana Sutra: “If you have patience and the will to see things as they truly are. If you would turn inwards to the recesses of your own minds and note with just bare attention (sati), not objectively without projecting an ego into the process, then cultivate this practice for a sufficient length of time, then you will see these five aggregates not as an entity but as a series of physical and mental processes. Then you will not mistake the superficial for the real. You will then see that these aggregates arise and disappear in rapid succession, never being the same for two consecutive moments, never static but always in a state of flux, never being but always becoming.” And the Buddha continued to teach in the Lankavatara Sutra: “The Tathatagata is neither different nor not-different from the Skandhas.” (Skandhebhyo-nanyo-nanayas-tathagata).

According to the Sangiti Sutta in the Long Discourses of the Buddha, there are five aggregates of grasping: Aggregate of grasping of body (form) or the form aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of feelings or the feeling aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of perceptions or the perception aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of mental formations or the volition aggregate subject to clinging. Aggregate of grasping of consciousness or the consciousness aggregate subject to clinging. According to Most Venerable Piyadassi in “The Buddha’s Ancient Path,” the skandha of form relates to the physical body, while the remaining four concern the mind. The skandha of rupa (or that which has form). According to Most Venerable Piyadassi in “The Buddha’s Ancient Path,” matter contains and comprises the Four Great Primaries which are traditionally known as, solidity, fluidity, heat or temperature, and motion or vibration. However, they are not simply earth, water, fire and wind, though conventionally they may be so called. In Buddhist thought, especially in the Abhidhamma, the Higher Doctrine, they are more than that. All our feelings are included in the group of “Aggregate of feeling”. Feelings are threefold: pleasant, unpleasant, and neutral. They arise dependent on contact. Seeing a form, hearing a

sound, smelling an odor, tasting a flavor, touching some tangible thing, cognizing a mental object, either an idea or a thought, man experiences feeling. When, for instance, eye, form and eye-consciousness (*cakkhuvinnana*) come together, it is their coincidence that is called contact. Contact means the combination of the organ of sense, the object of sense, and sense-consciousness. When these are all present together there is no power or force that can prevent the arising of feeling. According to Most Venerable Piyadassi in "The Buddha's Ancient Path," the function of perception is recognition of objects both physical and mental. Perception, like feeling, also is sixfold: perception of forms, sounds, smells, tastes, bodily contacts, and mental objects. Perception in Buddhism is not used in the sense that some Western philosophers like Bacon, or Descartes, etc. used the term, but as a mere sense perception. There is a certain affinity between awareness (a function of consciousness) and recognition (a function of perception). While consciousness becomes aware of an object, simultaneously the mental factor of perception takes the distinctive mark of the object and thus distinguishes it from other objects. This distinctive mark is instrumental in cognizing the object a second and a third time, and in fact, every time we become aware of the object. Thus, it is perception that brings about memory. Aggregate of volitional formations include all mental factors except feeling and perception. The *Abhidhamma* speaks of fifty-two mental concomitants or factors (*cetasika*). Feeling and perception are two of them, but they are not volitional activities. The remaining fifty are collectively known as mental or volitional formations. Volition (*cetana*) plays a very important role in the mental realm. In Buddhism, no action is considered as "kamma" if that action is void of volition. And like feeling and perception, it is of six kinds: volition directed to forms, sounds, smells, tastes, bodily contacts and mental objects. Aggregate of consciousness is the most important of the aggregates; for it is the receptacle, so to speak, for all the fifty-two mental concomitants or factors, since without consciousness no mental factors are available. Consciousness and the factors are interrelated, inter-dependent, and co-existent. Aggregate of consciousness has six types and its function is varied. It has its basis and objects. All our feelings are experienced through the contact of sense faculties with the external world. Although there is this functional relationship between

the faculties and their objects, for instance, eye with forms, ear with sounds, and so on, awareness comes through consciousness. In other words, sense objects can not be experienced with the particular sensitivity without the appropriate kind of consciousness. Now when eye and form are both present, visual consciousness arises dependent on them. Similarly with ear and sound, and so on, down to mind and mental objects. Again, when the three things, eye, form, and eye-consciousness come together, it is their coincidence that is called “contact”. From contact comes feeling and so on. Thus, consciousness originates through a stimulus arising in the five sense doors and the mind door, the sixth. As consciousness arises through the interaction of the sense faculties and the sense objects, it also is conditioned and not independent. It is not a spirit or soul opposed to matter. Thoughts and ideas which are food for the sixth faculty called mind are also dependent and conditioned. They depend on the external world which the other five sense faculties experience. The five faculties contact objects, only in the present that is when objects come in direct contact with the particular faculty. The mind faculty, however, can experience the sense object, whether it is form, sound, smell, taste, or thought already cognized by the sense organs. For instance, a visible object, with which the eye came in contact in the past, can be visualized by the mind faculty just at this moment although the object is not before the eye. Similarly with the other sense objects. This is subjective, and it is difficult to experience some of these sensations. This sort of activity of the mind is subtle and sometimes beyond ordinary comprehension.

We, ordinary people, do not see the five aggregates as phenomena but as an entity because of our deluded minds, and our innate desire to treat these as a self in order to pander to our self-importance. The Buddha taught in the Sati Patthana Sutra: “If you have patience and the will to see things as they truly are. If you would turn inwards to the recesses of your own minds and note with just bare attention (sati), not objectively without projecting an ego into the process, then cultivate this practice for a sufficient length of time, then you will see these five aggregates not as an entity but as a series of physical and mental processes. Then you will not mistake the superficial for the real. You will then see that these aggregates arise and disappear in rapid succession, never being the same for two consecutive moments, never

static but always in a state of flux, never being but always becoming.” And the Buddha continued to teach in the Lankavatara Sutra: “The Tathatagata is neither different nor not-different from the Skandhas.” (Skandhebhyo-nanyo-nanayas-tathagata). According to The Prajnaparamita Heart Sutra, the five aggregates are composed of form, feelings, perceptions, mental formations, and consciousness. Generally speaking, the five aggregates mean men and the world of phenomena. Things that cover or conceal, implying that physical and mental forms obstruct realization of the truth. An accumulation or heap, implying the five physical and mental constituents, which combine to form the intelligence or nature, and rupa. The skandhas refer only to the phenomenal, not to the non-phenomenal. In order to overcome all sufferings and troubles, Buddhists should engage in the practice of profound Prajnaparamita and perceive that the five aggregates are empty of self-existence. The Buddha reminded Sariputra: “O Sariputra, Form is not different from Emptiness, and Emptiness is not different from Form. Form is Emptiness and Emptiness is Form. The same can be said of feelings, perceptions, actions and consciousnesses.” Therefore, if we can empty out the Aggregate of Form, then we can realize a state of there being ‘no mind inside, no body outside, and no things beyond. If we can follow what the Buddha taught, we are no longer attached to Forms, we are totally liberated.

As for the skandha of consciousness, Sanskrit term is “Vijnana-Skandha”, another name for “Consciousness.” Hinayana considered the sixth kinds of consciousness as “Vijnana.” Mahayana considered the eighth kinds of consciousness as “Vijnana.” Externalists considered “vijnana” as a soul. Consciousness is another name for mind. Consciousness means the art of distinguishing, or perceiving, or recognizing, discerning, understanding, comprehending, distinction, intelligence, knowledge, learning. It is interpreted as the “mind,” mental discernment, perception, in contrast with the object discerned. According to Buddhism, our “Nature” is the “Buddha”. The “Consciousness” is the “Spirit”, the “Intention” or “Mano-vijnana” is the “Discriminating Mind”, and the “Mind” is what constantly engages in idle thinking. The “Nature” is originally perfect and bright, with no conception of self, others, beauty, or ugliness; no falling into numbers and discriminations. But as soon as there is “Consciousness”, one falls



into numbers and discriminations. The “Intention” or “Mano-vijnana” also makes discriminations, and it is the sixth consciousness. It is relatively turbid, while the seventh and eighth consciousnesses are relatively more pure. There are eight kinds of consciousness: eye, ear, nose, tongue, body, mind, klista-mano-vijnana, and alaya-vijnana. Fundamentally speaking, consciousness is not of eight kinds, although there are eight kinds in name. We could say there is a single headquarters with eight departments under it. Although there are eight departments, they are controlled by just one single headquarters. As above mentioned, the term “Vijnana” is a Sanskrit term generally translated as “consciousness.” This is the act of distinguishing or discerning including understanding, comprehending, recognizing, intelligence, knowledge. There are eight consciousnesses. The first five arise as a result of the interaction of the five sense organs (eye, ear, nose, tongue, and mind) and the five dusts (Gunas). The sixth consciousness comes into play, all kinds of feelings, opinions and judgments will be formed (the one that does all the differentiating). The seventh consciousness (Vijnana) is the center of ego. The eighth consciousness is the Alayagarbha (a lai da), the storehouse of consciousness, or the storehouse of all deeds or actions (karmas), whether they are good, bad or neutral. “Vijnana” also means cognition, discrimination, consciousness, but as any one of these does not cover the whole sense contained in Vijnana. Relative knowledge. This term is usually used as contrasted to Jnana in purely intellectual sense. Jnana is transcendental knowledge dealing with such subjects as immortality, non-relativity, the unattained, etc., whereas Vijnana is attached to duality of things. According to the Mind-Only, the doctrine of consciousness, or the doctrine of the Yogacaras that only intelligence has reality, not the objects exterior to us. Dharmalaksana sect, which holds that all is mind in its ultimate nature. The doctrine of Idealism School concerns chiefly with the facts or specific characters (lakshana) of all elements on which the theory of idealism was built in order to elucidate that no element is separate from ideation. Although it is usually expressed by saying that all dharmas are mere ideation or that there is nothing but ideation, the real sense is quite different. It is idealistic because all elements are in some way or other always connected with ideation. This doctrine was based on the teaching of the

Buddha in the Avatamsaka Sutra that the three worlds exist only in ideation. According to Ideation Theory, the outer world does not exist but the internal ideation presents appearance as if it were an outer world. The whole world is therefore, of either illusory or causal nature; and no permanent reality can be found. In India, two famous monks named Wu-Ch'o and T'ien-Ts'in wrote some sastras on Vijnana. They had an outstanding disciple named Chieh-Hsien, an Indian monk living at Nalanda monastery. Later, Chieh-Hsien established the Vijnanavada School and contributed much to the arrangement of the Buddhist canons. In China, Hsuan-Tsang, to whom Chieh-Hsien handed over the sastra, founded this school in his native land. Later, the school was also called Dharmalaksana (Fa-Tsiang-Tsung) and was led by Kwei-Chi, a great disciple of Hsuan-Tsang. Asraya is the base that on which anything depends, the basis of the vijñanas. This is a sudden revulsion or turning over which takes place at the basis of consciousness, whereby we are enabled to grasp the inmost truth of all existence, liberating us from the fetters of discrimination. All the Buddhist discipline aims at this catastrophe, without which there is no permanent conversion at all. When it is thoroughly comprehended that the external world is no more than the manifestation of one's own mind, there is a revulsion at the basis of discrimination, which is emancipation and not destruction. The revulsion is Suchness; the abode is free from discrimination. Bhutatathata or Parinirvana means the absolute reality, the pure ideation can purify the tainted portion of the ideation-store (Alaya-vijñana) and further develop its power of understanding. The world of imagination and the world of interdependence will be brought to the real truth (Parinirvana). This having been attained, the seed-store, as consciousness, will disappear altogether and ultimately will reach the state where there is no distinction between subject and object. The knowledge so gained has no discrimination (avikalpa-jñana). This ultimate state is the Nirvana of No Abode (apratisthita-nirvana), that is to say, the attainment of perfect freedom, not being bound to one place.

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

1. *The Buddha's Ancient Path*, Piyadassi Thera, 1964.
2. *Đạo Phật Trong Đời Sống*, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 1994.
3. *Đạo Phật An Lạc và Tỉnh Thức*, Thiện Phúc, USA, 1996.
4. *The Flower Ornament Scripture*, Shambhala: 1987.
5. *The Holy Teaching of Vimalakirti*, Robert A.F. Thurman: 1976.
6. *Kim Cang Giảng Giải*, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1992.
7. *The Long Discourses of the Buddha*, translated from the Pali by Maurice Walshe, 1987.
8. *The Method of Zen*, Eugen Herrigel, 1960.
9. *The Middle Length Discourses of the Buddha*, translated from the Pali by Bhikkhu Nanamoli, edited and revised by Bhikkhu Bodhi, 1995.
10. *Niệm Phật Thập Yếu*, Hòa Thượng Thích Thiện Tâm, 1950.
11. *Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)—Basic Buddhist Doctrines*, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009. Trích trong Chương 48, Tập III, và Chương 96, Tập V, bộ *Phật Pháp Căn Bản của cùng tác giả—Extracted from Chapter 48, Volume III, and Chapter 96, Volume V of the Basic Buddhist Doctrines of the same author.*
12. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh*, Tâm Minh Lê Đình Thám, 1961.
13. *Thủ Lăng Nghiêm Kinh*, Trí Độ và Tuệ Quang, 1964.
14. *Trung A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
15. *Trung Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
16. *Trường A Hàm Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
17. *Trường Bộ Kinh*, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
18. *Trường Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
19. *Tương Ưng Bộ Kinh*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
20. *Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary*, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
21. *Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary*, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
22. *The Vimalakirti Nirdeśa Sutra*, Charles Luk, 1972.

