

LỜI PHẬT DẠY TRONG KINH NỮ SẮC THUỘC TĂNG CHI BỘ



Lời Phật dạy trong bài kinh Sắc như một sự cảnh tỉnh chúng ta trên bước đường tu học. Cho chúng ta luôn tỉnh giác bản thân trước mọi trần cảnh trong cuộc đời. Dù trần cảnh ấy đẹp xấu hay cao quý hoặc thấp hèn, một khi ta bị dính mắc vào thì ta sẽ làm nô lệ của chúng. Chỉ với 2 cụm từ “xâm chiếm và ngự trị” nhưng lại nêu lên bài học sâu sắc.

Thích Nữ Quảng Hiền

Dẫn nhập

*“Từ bỏ thói quen hay đắm say
Say ăn say ngủ thêm say tài,
Say tình say rượu say danh vọng
Say quá khổ đau suốt tháng ngày”.*

Có thể nói ‘say’ là từ mà người ta thường hay đổ lỗi và vin có vào. Đi ra nắng mà bị choáng váng thì nói là bị say nắng, đi xe mà mệt thì gọi là say xe, đi ra đường gặp cô gái đẹp thì về nhà bị say tình, say sắc. Bị say là vậy nhưng người thế gian cũng không bao giờ tìm hiểu vì đâu ta bị say? Cái gì làm ta say? Cách thức để không bị say là gì? Họ cho đó như một điều bình thường trong cuộc sống. Có đôi khi họ còn muốn được say, vì có những cái say nó cho con người ta cảm giác dễ chịu, lâng lâng, nhẹ nhàng, sáng khoái, say để quên và say cũng dễ nhớ. Nhưng mấy ai sau cơn say lại khỏe mạnh? Khi tỉnh rồi thì người rã rượi mệt nhoài, buồn khổ và bị thương.

Đức Phật dạy *“vui ít, khổ nhiều, phiền não nhiều”*, chúng ta vội vã nhìn vào chữ ‘vui’ mà bỏ qua hết mọi điều đức Phật đã dạy.

Sắc cũng vậy, bản thân nó là vô hại, nhưng khi nó tác động vào tâm thức thì làm cho người ta điên đảo vọng tưởng, nó như mật ngọt dụ dỗ con người đi sâu vào tội lỗi, tạo nghiệp. Người ta vì chót say sắc, thanh, hương, vị và say xúc mà chết vì những thứ ấy. Tất cả những vấn đề trên qua lăng kính Phật giáo chính là những bệnh học tâm lý, gây khổ đau nhân sinh. Đức Phật thấy rõ được nguyên nhân của sự say khiến chúng sinh chịu khổ đau nên Ngài thị hiện nhân gian chỉ dạy cho chúng ta nhận chân ra được nó, tỉnh thức trong cuộc đời và chí hướng tu tập, đạt tuệ giác để không bị ‘men say’ dụ dỗ. Bài kinh Nữ Sắc như một minh chứng điển hình cho sự tỉnh giác ấy.

I. Kinh Nữ Sắc

Gọi là Kinh Nữ Sắc vì lấy sắc là trần cảnh đầu tiên của người nữ làm tiêu đề. Trong Kinh đề cập đến cả năm trần của nam nhân và nữ nhân. Kinh Nữ Sắc(1) thuộc Phẩm Sắc, trong chương một pháp Ekaka Nipāta.

Kinh Nữ Sắc được đức Phật thuyết tại Sāvattthi, rừng Jetavana, vườn ông Anāthapindika(2). Đối tượng được nói đến trong kinh là chúng Tỷ-kheo. Nội dung đề cập về việc đức Phật dạy chúng đệ tử rằng không có sắc, thanh, hương, vị, xúc nào khác xâm chiếm và ngự trị tâm của người đàn ông như sắc, thanh, hương, vị, xúc của người đàn bà. Và ngược lại sắc, thanh, hương, vị, xúc của người đàn ông cũng xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn bà một cách mãnh liệt nhất.



II. Vấn đề về giới tính

Trong sinh học, giới tính là khái niệm dùng để chỉ giống đực và giống cái của sinh vật. Giới tính là khái niệm chỉ sự khác biệt giữa nam và nữ về phương diện sinh học, các bộ phận phân biệt nam giới và nữ giới là rõ ràng, có cấu tạo riêng và không bị nhầm lẫn. Nói như theo định nghĩa trên thì giới tính mới chỉ là nhận dạng về mặt vật chất tức là dựa vào ngoại hình cấu tạo để xác định giới tính. Định nghĩa khác về giới tính nói *“giới tính là một kiểu tâm lý cá nhân, nó đòi hỏi những trải nghiệm.”* Theo đây thì rõ ràng giới tính lại do môi trường giáo dục gia đình, xã hội, quy tắc, xu hướng ..., tác động và xác quyết người đó giới tính gì mà không liên quan đến sự cấu tạo bộ phận sinh dục của cơ thể. *“Cách thể hiện giới được hình thành từ những yếu tố văn hóa, xã hội và môi trường sống. Nó đại diện cho những suy nghĩ bên trong bạn về giới tính của mình, là cách bạn nhận thức bản thân và muốn được người khác xưng hô như thế nào.”*(3)

Theo nhiều nguồn tài liệu thì sự phân loại giới tính và cách gọi có sự không thống nhất. Giới tính trong bài được đức Phật nói rõ là giới tính nam và giới tính nữ. Nhưng theo con, khi người bị đồng tính... họ đã tự cho mình là nam hay nữ, vì vậy có thể nói đối tượng mà được đức Phật đề cập là trong cả các loại giới tính trừ người vô tính.

III. Năm căn đối với năm trần

Căn chữ Pāli là Āyatana, năm căn là năm cửa ngõ đưa mọi pháp bên ngoài vào tâm thức. Gồm: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân. Do năm căn mà ta có thể thấy, nghe, ngửi, nếm và xúc chạm. Sinh học gọi là năm giác quan, nghĩa là dùng năm căn ấy để nhận biết đối tượng. *“Cả năm cơ quan này hoạt động một cách liên đới kỳ diệu, mà không một bác học chuyên phát minh nào có thể sáng chế được một sản phẩm hoàn hảo hơn.”*(4) Năm trần cảnh là đối tượng của năm căn, chúng từ bên ngoài đi vào tâm qua ngã các căn môn. Là năm cảnh giới bên ngoài, còn được gọi là năm dục trường dưỡng kāmaguna vì chúng là những thứ bên ngoài khả ái khả hỷ nhưng lại tác động mạnh mẽ đến ta và làm tăng trưởng dục phiền não, khiến ta trôi lăn trong sinh tử *“Này Sunakkhatta, có năm dục trường dưỡng này. Các sắc do mắt nhận thức, khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, liên hệ đến dục, hấp dẫn. Các tiếng do tai nhận thức... . Các hương do mũi nhận thức... . Các vị do lưỡi nhận thức... . Các xúc do thân cảm xúc... những pháp này là năm dục trường dưỡng.”*(5). Năm căn tiếp xúc với năm trần được xem như tiến trình tâm. *“Trong trạng thái bình thường không có khoảng khắc nào mà ta không có một loại tâm riêng biệt duyên theo một đối tượng vật chất hay tinh thần,... khoảng thời gian ngắn ngủi của một cái nháy trên trời hay trong một chớp mắt, hàng tỷ chớp tư tưởng có thể khởi sinh và hoại diệt.”*(6) Các trần ấy đi qua các cửa giác quan liên tục không ngừng nghỉ.

Cakkhu dvāra - nhãn căn để ta nhìn thấy sự vật hiện tượng, nó như máy chụp ảnh, lưu giữ toàn bộ những gì nó thấy. Đối tượng của mắt là sắc. Sắc là màu sắc, hình dạng bên ngoài, thấy và định hình được. Nếu một người khiếm thị thì không thể nhìn thấy. Không sắc nào hấp dẫn, lôi cuốn và ưa thích bằng sắc của người nữ và sắc của người nam. Sota dvāra - Nhĩ căn là cửa giác quan nhận đối tượng là âm thanh. Âm thanh được nghe thông qua tai và khoảng không. Âm thanh là những gì có tiếng. Nhưng âm thanh lôi cuốn và mê mị con người nhất đó

là âm thanh của người nam và âm thanh của người nữ. Ghāna dvāra – Tỷ căn là nơi tiếp nhận mùi hương phàm tục, men say, thuốc phiện, mùi da thịt, mùi nấu nướng chúng sinh... làm cho con người mê say đắm nhiễm. Nó cũng là nơi tiếp nhận mùi hương giải thoát, mùi hương thiền định, mùi hương giới, khiến cho ta thanh tịnh. Hương có mùi thơm, mùi hôi... nhưng hương thơm tuyệt vời, cảm dỗ và ưa thích nhất của mũi chính là hương da, thịt, mồ hôi của đàn ông, đàn bà. Jīvhā dvāra - Thiệt căn để nếm vị. Sáu loại vị phổ thông là mặn, ngọt, chua, chát, cay và đắng. Lưỡi nếm đồ ăn, thức uống ... nhưng hơn hết là vị nếm của đôi môi. Nó lôi cuốn, kích thích hứng thú, lâng lâng và ham dục của cả hai.

Vị của đôi môi và nước bọt khi hôn nhau cũng như vị thức ăn được chuẩn bị và dâng lên bởi người phụ nữ. Kāya dvāra – Thân căn chỉ cho toàn bộ làn da của thân thể, nhất là bàn tay. Bàn tay có thể cầm, nắm, sờ, mó, tiếp xúc, mơn trớn, va chạm vào da trên thân thể. Nó cảm nhận mọi thứ. Một người bị khiếm thị họ dùng đôi tay thay cho cặp mắt. Khi người ta yêu thương nhau họ thường nắm tay, nó tạo cảm giác gần gũi, gắn kết,

ấm áp và dẫn đến khoái lạc. Cũng vậy, không có gì mê, hấp dẫn và thích thú hơn khi xúc chạm da thịt với người họ thương yêu. Nó chính là cửa ngõ đi tới hành tà dâm tạo sự dâm dục.

Năm căn và năm trần không phải là kiết sử, *“con mắt không phải là kiết sử của các sắc, các sắc không phải là kiết sử của con mắt. Ở đây, do duyên cả hai khởi lên dục tham, dục tham ở đây là kiết sử ... Thế Tôn có mắt. Với con mắt, Thế Tôn thấy sắc. Tham dục không có nơi Thế Tôn. Khéo giải thoát là tâm Thế Tôn.”*(7) Bản thân căn và trần là vô hại. Người không tu, khi trần đưa vào tâm thức khởi lên cái biết, có sự phân biệt, so sánh và chấp thủ. Bậc tu tập, căn và trần khi tiếp xúc chỉ dừng lại ở cái biết, không có sự phân biệt yêu thích. Năm trần tùy theo cảm nhận và sở thích của con người mà xem là đẹp, nhẹ nhàng, thơm, ngon, dễ chịu. Hoặc là xấu, trói tai,... từ đây tạo nên lòng tham là thích, sân là ghét có khi là dửng dưng không cảm giác là si. Các giác quan khao khát thức ăn, mắt thấy sắc đẹp thì ưa thích, ... thân xúc chạm những vật trơn láng thì dễ chịu, tham đắm. Sự kiếm tìm hạnh phúc trong những giác quan, dục lạc là không bao giờ có bờ mé.

IV. Sự hấp dẫn giới tính

4.1. Sung lực mạnh mẽ nhất trong con người

Cõi ta ở là cõi dục, con người trong thế gian sinh ra là do ái dục. Nên ái dục - sự hấp dẫn của giới tính vốn có trong mọi loài từ vô thủy vô chung. Động vật và con người khi mới tạo hình đã do sung lực giới tính đưa đẩy mới có sự giao hợp giữa giống cái và giống đực, đưa đến sự nhập bào thai (trừ những loài tự mang thai). Nếu không nhờ tinh của người nam, trứng của người nữ và thức thì không thể tạo nên con người (trừ con người do khoa học nhân bản). Điều này chứng tỏ giới tính là một thứ cần thiết để tạo nên một con người.

Đức Phật coi giới tính là thứ năng lực rất mạnh, nó đẩy đưa và lôi kéo con người trượt dốc mà không thể kìm hãm. Sự thỏa mãn ấy chỉ đỡ khát trong một lúc và khi lên cơn khát ái dục mới nó lại lôi kéo và đưa đẩy, thúc dục con người. *“Với sự xuất hiện của tuổi dậy thì, các ước muốn*

tình dục trở nên quá mạnh không thể kiềm chế hoàn toàn được, chúng bắt đầu bộc lộ, tập trung lúc này là người khác phái với mình.”(8) Xu hướng tình dục như bản năng tự nhiên nên ngay cả ở những em nhỏ đã có các cử chỉ như mân mê, nghịch bộ phận sinh dục của mình.

Kinh Nữ Sắc là bài pháp nói về sự hấp dẫn giới tính, được đức Phật mô tả như một xung lực mạnh mẽ nhất trong con người. Đức Phật gọi như vậy vì khi đã rơi vào ma trận của vòng sung lực này rồi thì dù người đó có mạnh nhất như võ sĩ ... thậm chí là bậc tu chứng đến quả A-na-hàm cũng thành thấp kém. Người thánh thiện cũng thành cuồng si, người thông minh vô độ cũng trở nên khờ khạo. Người ta nói yêu thì con tim làm chủ lý trí.

Như ví dụ về vị hành giả chứng các tầng thiền nhưng vì sắc đẹp của hoàng hậu Từ Tâm mà rơi xuống khổ cảnh.(9) Phan Quang Định là nhà nghiên cứu tâm lý học nói *“Bản năng tình dục luôn là vô thức và được điều khiển bởi nguyên lý khoái lạc. Khi một nhu cầu nổi lên thì bản năng tình dục muốn thỏa mãn ngay lập tức nhu cầu ấy.”(10)* Bản năng này nó lôi cuốn và tương tác mạnh với nhau, như nguyên lý libido tạo thành một loạt các hành vi bất thiện.

4.2. Sự hấp dẫn của giới tính đối với người thế gian

Đức Phật dạy *“Ta không thấy một sắc nào khác, này các Tỷ-kheo, xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn ông như sắc người đàn bà. Này các Tỷ-kheo, sắc người đàn bà xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn ông... Ta không thấy một sắc nào khác, xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn bà như sắc người đàn ông. Này các Tỷ-kheo, sắc người đàn ông xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn bà.”(11)* Sắc, thanh, hương, vị và xúc của người nữ làm đắm đuối, mê say, giam cầm, trói buộc và chiếm đầy tâm trí người đàn ông. Và ngược lại, không một thứ nào khác trong đời này lại có khả năng mãnh liệt, thu hút, cám dỗ, ma mị, hớp hồn người nữ bằng người nam.

Sự thích thú của năm giác quan đối với năm trần vốn làm say mê và cám dỗ người đàn ông đều tập trung và kết tinh trong thân thể người đàn bà, đàn ông trở thành nô lệ tình dục, chịu sự sai khiến của người đàn bà. Cũng vậy trong sự tương giao qua lại người đàn bà cũng bị người đàn ông xâm chiếm ngự trị và cai quản.

Dân gian có câu *“gái yêu bằng tai, trai yêu bằng mắt”*, câu nói trên không hoàn toàn đúng, bởi sắc đẹp thì ai cũng yêu, chúng con thấy gái đẹp cũng phải ngắm nhìn. Đôi khi người nữ cuốn hút người nam chỉ vì mái tóc thể chấm lưng. Cô gái yêu say đắm chàng trai chỉ vì mùi hôi khác người. Tất cả điều ấy ta không lý giải nổi nên gọi là tiếng sét ái tình. Theo đức Phật nó là sung lực hấp dẫn, cùng với nghiệp và nhân duyên nên tạo ra sung lực cuốn hút đối phương. Do xã hội có nhiều đàn ông, đàn bà nên người ta có nhu cầu tìm kiếm lựa chọn người tình trong mộng. Nếu thế giới chỉ có một nam một nữ, không kể thân sơ, họ vẫn đến với nhau và giao hợp. Vì theo bản năng của tình dục, quy luật của sự sinh tồn và duy trì nòi giống.

Người thế gian đề cao nhu cầu tình dục, họ tìm những loại thức ăn để tăng sự ham muốn, thuốc bổ hay thậm chí cả bào thai con người đem ngâm rượu với lý do để cương dương, hạnh phúc hơn trong khi giao hợp, giữ lửa vợ chồng. Ngày nay tình dục như một điều bình thường khi nói chuyện. Các báo đài có xu hướng tán dương hưởng ứng tình dục. Họ xem nó như nhu

cầu hàng ngay trong sinh hoạt cuộc sống. Họ khuyến khích và bắc cầu để trai gái tìm đến nhau. “*Nữ nhân trói buộc nam nhân với sắc, với tiếng cười, với lời nói, với lời ca, với nước mắt, với áo quần, với vật tặng, với xúc chạm.*”(12) Do trói buộc đời nhau như vậy mà con người cứ mãi đau khổ, nhưng lại không muốn tìm lối ra.

Bậc Đạo Sư luôn ý thức rõ những điều trên là bản năng và sự thôi thúc của con người, những thèm khát và kích thích của họ. Ngài không cấm quan hệ tình dục đối với hàng tại gia cư sĩ, nên Ngài thuyết giới không tà dâm, chỉ một vợ một chồng, không quan hệ bất chính. Tình dục và quan hệ vợ chồng trong sự lành mạnh và thủy chung để đem đến hạnh phúc gia đình, có thái độ sống và hành vi ứng xử đúng mực.

4.3. Sự hấp dẫn của giới tính đối với người xuất gia

Người xuất gia khác người thế tục ở hình thức đầu tròn áo vuông và công phu tu tập, nhưng vẫn còn các lậu hoặc vì đang tập đi trên con đường giác ngộ. Người xuất gia đối với sự hấp dẫn của giới tính là có, có những tâm sinh lý, nhu cầu dục vọng của một người bình thường. Còn trong cõi dục giới thì “*chạy trời cho khỏi nắng*”. Có khác nhau là về cái nhìn và nhận thức. Với người thế gian giới tính là sự hấp dẫn lôi cuốn, nhưng với người xuất gia thì giới tính như một đề mục.

Trước một cô gái đẹp mỹ miều, một vị tăng có thể say, nhưng không đắm. Bối say là vì nét đẹp khả ái và đáng yêu, nhưng vị ấy rõ biết được đó là nguy hiểm, khổ đau. Coi như một chùm nho chưa chín thì dễ dàng chấp nhận và tự nguyện bỏ đi mà không đắm chìm vào trong đó. Trong con mắt của người xuất gia, 5 dục được ví như hầm lửa, bề mặt không thấy nguy hiểm nhưng ẩn dưới lớp tro tàn là lửa hầy hừng, chỉ cần sơ xuất là bỏng nặng hoặc mất mạng. Vấn đề thân cận giữa tăng và ni cũng như vậy.

“*Sắc là vô thường, trong quá khứ, trong vị lai, còn nói gì đến hiện tại. Thấy vậy, này các Tỷ-kheo, bậc Đa văn Thánh đệ tử đối với sắc quá khứ không tiếc nuối, đối với sắc vị lai không hoan hỷ, đối với sắc hiện tại hướng đến yếm ly, ly tham, đoạn diệt. Sắc, này các Tỷ-kheo, là khổ, ... Sắc, này các Tỷ-kheo, là vô ngã ...*”(13) Với cái nhìn như vậy thì có gì là đẹp trong sắc, thanh, hương, vị và xúc này. Thân của đức Phật luôn được tán tụng với 32 vẻ đẹp 80 tướng tốt nhưng cũng có gì để chúng sinh phải sinh tâm yêu ghét. Thân tứ đại lại trả về tứ đại, các trần cảnh chỉ là giả tạm mong manh, không thật có. Để phá sự chấp thủ vào cái sắc vốn không thật, đức Phật xác định chính thân Ngài vẫn bị hôi thối “*Này Vakkali, có gì đáng thấy đối với cái thân hôi hám này.*”(14) Kinh Kim Cang Ngài cũng nói:

“*Nếu dùng sắc thấy Ta
Dùng tiếng tăm cầu Ta
Người ấy tu đạo tà
Chẳng thấy được Như Lai*”(15)

Năm thứ trần cảnh chỉ là đối tượng để căn tiếp xúc, mà không có sự phân biệt là đẹp xấu. Người xuất gia cũng không rơi vào cực đoan của ngoại đạo về người nữ, không suy nghĩ lệch

lạc, khinh rẻ và coi người nữ là không có giá trị.

Thời nay, người nữ vẫn bị ghẻ lạnh, ruồng bỏ. Gia đình nào ở Ấn Độ mà sinh con gái thì họ như bị mất gia tài, các bé gái bị mang làm vật trao đổi giữa cha mẹ và chủ nợ. Họ luôn có tư tưởng rằng người nữ là ô uế, dơ bẩn, không thanh tịnh, nghiệp nặng, cần phải tránh xa. Lời Phật dạy trong Kinh Nữ Sắc cũng như tiếng nói bênh vực cho phái yếu. Mọi người đều giống nhau, nam cũng như nữ, không ai không bất tịnh. Máu chốt đưa đến sự tái sinh, bất tịnh, nghiệp nặng là ái dục. Sắc dục là hấp dẫn lực của tất cả những ai đang sống trong vòng cương tỏa Dục giới, bất tịnh có mặt trong thân 32 thể trước của cả nam và nữ.

Là một nhà tâm lý vĩ đại, đức Phật rõ biết chúng xuất gia có người tu tập chuyển hóa được dục vọng nam nữ, có người thì không. Nên Ngài luôn mở ra cho chúng đệ tử một con đường hoàn tục, trở về đời sống cư sĩ tại gia. Tình dục nó như một vấn đề tâm lý cần được giải tỏa. Nhưng đã chọn đường tu thì phải cắt bỏ, phải tuyệt ái dục. Đức Phật chế giới không dâm dục đối với chúng đệ tử xuất gia. Những gì liên hệ đến tình dục đều bị nghiêm cấm, dù là thủ dâm hay giải tỏa tâm lý với loài phi nhân. Vì nó không phải chỉ còn là hình thức phạm giới mà còn là vấn đề về giới tâm.

V. Nguy hiểm của sự hấp dẫn giới tính

Kẻ ngu cho rằng giới tính là sự thể hiện đẳng cấp tình dục của bản thân, nên họ “xem sắc pháp: Cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là tự ngã của tôi, ... sau khi chết, tôi sẽ thường còn, thường hằng, thường trú, không biến chuyển.”(16) Với tư duy và kiến chấp như vậy họ đi vào tà kiến. Sự trụy lạc trong khoái cảm xác thân khiến con người mê mờ, tối tăm. Tham dục là mối nguy hại khởi đầu của các pháp bất thiện, mở ra cánh cửa đi vào ác đạo, trôi lăn trôi hụp không một ngày ra. Làn sóng dục vọng cuốn chúng ta vào trong biển nghiệp lực và dễ bị vướng mắc vào những hệ lụy, tâm bị tán loạn giao động, không an định. “Tỷ-kheo thấy sắc với con mắt, thức truy cầu sắc tướng, bị trói buộc bởi vị của sắc tướng, bị cột chặt bởi vị của sắc tướng, bị triền phược bởi kiết sử vị của sắc tướng, như vậy gọi là thức đối với ngoại trần bị tán loạn, tán rộng.”(17)

Mắt thấy sắc đẹp thì sinh tâm thích muốn chiếm hữu, chiếm không được thì sinh hận thù, lấy không được thì phá cho tan. Nên mới có tình trạng yêu nhau, vì chia tay mà người nữ bị đánh đập, bị giết chết.

Đâu phải sự hấp dẫn của giới tính là chỉ có với người dung, một khi dục vọng bùng khởi và nó lấn áp đi lý trí thì họ bất chấp tất cả chỉ để thỏa mãn cơn dục vọng bản năng. Tâm lý học đã chứng minh được rằng đa phần người con trai tìm kiếm bạn gái đều có nét giống mẹ. Vì “đứa con trai ước muốn mẹ nó, thù nghịch với cha nó là người tranh giành tình yêu của mẹ nó. Vì nguồn khoái cảm của nó đối với mẹ ... các ước muốn bị ức chế này không bị biến mất, chúng tồn tại như những mãnh lực trong vô thức, ảnh hưởng quan trọng trong cuộc đời con người.”(18) Nếu không có lý trí thì mẹ và con vẫn còn nguy hiểm(19) dẫn đến sự loạn luân trong gia đình. Có nhiều tình trạng đau lòng cha ruột cưỡng hiếp con gái tới mang thai, chú với cháu, anh với em ... tình trạng này đang là hồi chuông cho sự cảnh tỉnh và phản ánh đạo đức

con người đang dần đi xuống trầm trọng. Con người đang bị thối lui trong sự tiến hóa, trở về với thời ăn lông ở lỗ, sinh hoạt tình dục như bản năng giao cấu của động vật mà mất đi nhân tính làm người. Từ xưa đến nay có bao bài học về sự mất nước vì nữ nhân, nàng Tây Thi làm khuynh thành đổ nước, vua Phù Sai chết rồi vẫn không thấy mình ngu. Năm trần hay nói rõ hơn là sắc đẹp tự thân nó không nguy hiểm, nhưng tâm luyến sắc làm cho con người điêu đứng, tán gia bại sản đất nước tiêu vong. Chỉ vì một chữ sắc mà các cường quốc giao tranh làm dân tình cơ cực, gia đình tan nát. Sự nguy hiểm của giới tính, con người không bao giờ nhìn thấy hết, nó được che đậy và làm hào nhoáng, tinh vi. Con người như những con phù dũ, cứ thấy đèn sáng là lao như con thiêu thân vào để rồi chết thảm.

Sự hấp dẫn của giới tính như lực hút của hai cực nam châm. Người nữ thường quyến rũ lôi kéo và ma mị người khác giới bởi cái liếc mắt đưa tình, nụ cười duyên e ấp, ngại ngùng e thẹn, dáng điệu lả lướt, cái vuốt tóc, nhẹ nhàng của cử chỉ hay giọng nói êm dịu. Đàn ông cuốn hút bằng sự mạnh mẽ, ga lăng, hào phóng, xông pha, sự chở che, điềm đạm. Tất cả đều khiến cho đối phương rơi vào cạm bẫy của lưới tình và bị trói buộc trong đó. Màng nhện tuy sợi tơ mảnh mai nhưng lại giữ được con mồi, con mồi chết dần ở đó mà không thể nào thoát ly ra được, càng vùng vẫy thì càng dính tơ. Lưới tình cũng thế, bề mặt là ngon ngọt hấp dẫn, khi xa lưới rồi lại làm nô lệ của nhau. Lúc đầu tình đẹp như mơ, cười về lại đánh đập chửi rủa và trách móc lẫn nhau. Dục vọng mới là mặt nổi của tảng băng trôi, mặt chìm của khổ đau và trách nhiệm trói buộc chiếm cứ hết ba phần. Trần cảnh làm mê mờ nên tin mù quáng, khiến con người cứ lao vào để rồi tin rằng đó là tình yêu thủy chung son sắc để rồi gánh chịu những khổ đau. Chưa kể nguy hiểm khi nhiều người cùng tranh giành một người, sống chết vì cái sắc, thanh, hương, vị, xúc vốn là không thật có. Làm thân người đã khó, mà ta lại vui mình trong những thứ vô bổ như vậy sao? Năm tháng qua đi uống kiếp làm người, ta bị lực hấp dẫn của giới tính sai khiến thì chẳng khác nào hạng người lặn một lần rồi chìm luôn(20) trong ác đạo.



VI. Phương pháp thoát ly

6.1. Hộ trì các căn

“Khi mắt thấy sắc, không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nguyên nhân gì, vì nhãn căn không được bảo vệ, khiến tham ưu, các ác bất thiện pháp khởi lên, Tỷ-kheo tự bảo vệ nguyên nhân ấy, phòng hộ nhãn căn, thực hành phòng hộ nhãn căn.”(21) Tương tự với tai nghe thanh, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm. Mắt thấy sắc ngay lúc đó ta không chế ngự nó thì sẽ phát sinh sự tham đắm. Theo 12 nhân duyên, khi có xúc thì có thọ, thọ thì ái sinh, ái có mặt thì chấp thủ cái này của tôi, là tôi ... với sự phi như lý tác ý ấy sẽ đưa đến khổ. Phải như thật quán: *“Sau khi mắt thấy sắc, tâm không hướng đến các sắc khả ái, tâm không ghét bỏ các sắc không khả ái, sống với niệm an trú, với tâm vô lượng. Vị ấy như thật biết rõ tâm giải thoát và tuệ giải thoát. Do vậy, các ác bất thiện pháp đã khởi lên được đoạn diệt không có dư tàn.”(22)*

Một người bị khiếm khuyết về các căn nhưng không có nghĩa là họ đang hộ trì các căn môn, bởi dù khiếm khuyết nhưng ý căn của họ còn hoạt động mạnh và lanh lẹ hơn, những căn không bị khiếm khuyết hoạt động mạnh hơn để bù và thay thế cho căn bị khiếm khuyết. Như vậy hộ trì sáu căn là làm chủ chúng, chỉ dừng lại ở chỗ tiếp xúc căn và trần mà không để phát sinh tâm phân biệt và thái độ thích hay không thích. Nếu không chế ngự được ở ngay chỗ này thì mọi khổ đau, tham muốn, các hệ lụy đều xuất phát từ đây.

“Cái biết nào được thành lập, nó cũng phải là kết quả của sự hội đủ cả ba yếu tố là đối tượng, căn thức và tâm thức.”(23) Để cái biết không đi xa, không bị soi mói, so sánh, ưa thích, ghét thương thì đơn giản là phá vỡ đi sự liên kết trên. Cách dễ nhất chính là đóng cửa thu nhận đối tượng. Khi các căn được hộ trì thì nghiệp hiện tại không tạo tác, nghiệp tương lai bị đoạn trừ, nghiệp quá khứ được giảm bớt. Đức Phật dạy nếu thực hành hộ trì căn môn đúng cách thì một người dù ở tuổi thanh xuân hỷ hưng của dục vọng xác thân cũng sẽ buông bỏ, không bị dính mắc, sống một đời sống trọn vẹn và phạm hạnh thanh tịnh.(24)

6.2. Tiết độ trong ăn uống

“Tỷ-kheo như lý giác sát thọ dụng các món ăn, không phải để vui đùa, không phải để đam mê, không phải để trang sức, không phải để tự làm đẹp mình, mà chỉ để thân này được an trú và được bảo dưỡng, để thân này khỏi bị thương hại, để hỗ trợ Phạm hạnh, nghĩ rằng: Như vậy, ta diệt trừ các cảm thọ cũ, và không cho khởi lên các cảm thọ mới, và ta sẽ không có lỗi lầm, sống được an ổn.”(25) Tiết độ trong việc ăn uống cũng để tránh sự dư thừa năng lượng calo, dục vọng không sinh khởi. Không để vui đùa là để từ bỏ si tăng trưởng. Không để đam mê là từ bỏ sân tăng trưởng, không phải để trang sức và làm đẹp là để từ bỏ tham tăng trưởng. Ba thứ độc không tăng trưởng nữa thì ta mới thanh tịnh thân tâm tiến lên đạo quả giải thoát. *“Vị xuất gia phải quán sát sự sống của ta tùy thuộc vào người khác nên bậc xuất gia phải là người để nuôi dưỡng.”*(26)

Nhiều người ăn không biết mình ăn, ăn để vui chơi như tụ tập nhau lại ngồi ăn nhậu thâu đêm suốt sáng, coi việc ăn uống như là một niềm vui. Nhiều người quan trọng hóa việc ăn uống, hàng ngày chỉ lo ăn gì ngon, nấu sao cho hấp dẫn? Say mê trong việc bếp núc, quên rằng việc sinh tử mới là việc trọng đại trong đời này. Ăn ngon thì dục sinh, cả đời luẩn quẩn trong vị của thức ăn và vị hấp dẫn của tình dục. Quá đặt nặng việc ăn uống thì thời gian đâu để lo học Phật hành thiền? Đời người có một gang tay, ai lo ăn ngủ còn lại nửa gang. Trong nửa gang ấy cũng bận bịu nọ kia, cứ thế tiêu sài hết một kiếp làm người. Chúng ta không phải sống để ăn. Mà ăn để sống, để nuôi thân mạng khỏe mạnh lo tu học.

Ăn cũng phải biết lựa chọn và tiết độ. Ăn no và ăn những đồ bổ thì dục tính tăng trưởng, khi dục tính lên cao trào thì bất chấp luân lý đạo đức, chỉ muốn sao có thể thỏa mãn cơn thèm khát, nó là lý do vì sao người nam có thể làm chuyện giao hợp với cả bé gái mới vài tuổi, thậm chí với cả con gái của mình. Dục hỷ hưng chi phối và làm chủ ta, khiến ta mất kiểm soát, tâm trí như kẻ ngu si. Để yên tu thì tốt nhất nên ăn vừa phải, không ăn chất cay nồng, chất quá bổ dưỡng, nhiều vitamin. Ăn đủ no để luôn tỉnh thức. Ăn uống có tiết độ ta sẽ làm giảm sự dối

khát, hỗ trợ cho thân này tu tập, tham dục dập tắt, cảm thọ về ham muốn không còn. Ngày nay việc ăn lại càng được chú trọng. Có nhiều công thức ăn cho vòng 1 vòng 3 nở ra, vòng 2 thu lại, để có thân hình đồng hồ cát, tạo sự gợi dục, hấp dẫn đối phương. Ăn vì để cho da đẹp không mụn ... tất cả chỉ với mục đích khêu gợi, mời gọi và dụ dỗ.

Lối sống và cách ăn uống ảnh hưởng trực tiếp đến cuộc sống và tuổi thọ. Vì sao có những căn bệnh ung thư, những cục bướu trong cơ thể? Tất cả là do sinh hoạt của ta không lành mạnh. Ăn ngon cửa miệng nhưng hại cho thân “*bệnh từng khẩu nhập*”, “*vòng bụng to ra thì vòng đời ngắn lại*”, “*Căng da bụng thì trùng da mắt*.”

“*Người ưa ngủ ăn lớn
Nằm lẫn lóc qua lại
Chẳng khác heo no bụng
Kẻ ngu nhập thai mãi.*”(27)

6.3. Chú tâm cảnh giác

Đức Phật dạy rằng chính niệm là cội nguồn của mọi pháp lành, giúp tâm quý phát huy tác dụng, các căn được chế ngự, giới được hộ trì, chính định được thành tựu, tri kiến được khai mở và thành tựu giải thoát tri kiến. Chú tâm cảnh giác tức là “*Tỷ-kheo ban ngày trong khi đi kinh hành và ngồi, gột sạch tâm khỏi các triền cái, ban đêm trong canh một, trong khi đi kinh hành và ngồi, gột sạch tâm khỏi các triền cái, ban đêm trong canh giữa, nằm xuống như con sư tử về phía hông bên phải, hai chân gác lên nhau, chính niệm tỉnh giác, tác ý tưởng thức dậy, ban đêm trong canh cuối, sau khi thức dậy trong khi đi kinh hành và ngồi, gột sạch tâm khỏi các triền cái. Như vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo chú tâm cảnh giác.*”(28) Chính niệm tỉnh giác trong từng oai nghi nhỏ nhất. Luôn giữ tâm vắng lặng không để bất cứ một pháp bất thiện nào xen vào. Không cho vọng tưởng khuấy nhiễu, trú dạ lục thời đều phải tỉnh giác chính niệm, an trú trong hiện tại, từng phút giây luôn thấy rõ tâm mình. Đối với người tu thì việc ngủ ít, chuyên hành thiền là pháp hành thiết yếu.

6.4. Nghiêm trì giới luật

Muốn thoát lực hấp dẫn của giới tính thì phải giữ gìn giới luật tinh nghiêm. Giới luật Phật giáo là chuẩn tắc luân lý để xây dựng xã hội đạo đức lý tưởng. Dựa trên giới luật chúng đệ tử nghiêm trì theo nhờ đó các căn được thu thúc, tâm không buông lung. “*Giới là để chế ngự, chế ngự là để khỏi hối hận, không hối hận là để được hân hoan, hân hoan để được hỷ, hỷ để được khinh an, khinh an để được lạc, lạc để được định, định để được chính kiến, chính kiến để được vô dục, vô dục để được ly tham, ly tham để giải thoát, giải thoát tri kiến, vô thủ trước Niết-bàn.*”(29) Giới luật như khuôn khổ và hàng rào bảo vệ chúng con không bị ô nhiễm trần cảnh bên ngoài qua các giác quan đi vào trong tâm.

Khi đã quyết chí xuất gia tu học chúng ta nên bỏ bớt những sinh hoạt thể tục, lấy giới làm trang sức, lấy định làm áo giáp che thân. Có tu học như vậy mới báo đáp ơn Phật khai đường trí huệ, ơn cha mẹ tạo thành thân người, ơn thầy tổ cho giới thân huệ mạng. Giới luật chính là

đạo đức, là giá trị cao nhất đối với cuộc sống con người trong mọi thời đại. “Đạo đức là môn học đánh giá các hành vi thiện ác của con người biểu hiện qua thân lời và ý. Được thực hiện bởi lý trí tình cảm và ý chí”(30) Aristote nói rằng mục đích trực tiếp của con người là hạnh phúc. Hạnh phúc là sự phát triển hoàn toàn đầy đủ đức tính của con người, hạnh phúc đồng nghĩa với đạo đức. Vậy nên đạo Phật là đạo hạnh phúc(31) vì giới mà đức Phật chế định không gì khác hơn là giúp con người có đạo đức, có tinh thần trách nhiệm bốn phần. Đối với người tại gia năm giới là năm điều kiện đạo đức tối thiểu, là năm điều kiện sống tốt yếu, cần và đủ để làm người, là chuẩn mực đạo đức tạo ra một con người lý tưởng. Đối với người xuất gia giới là phương tiện để chúng con đoạn trừ sự nguy hiểm của dục tính, sống đời sống an lạc và phạm hạnh thanh cao.

6.5. Quán bất tịnh

Chúng sinh có cái nhìn sai lạc về thực tính của các pháp, nên cho nó là trường tồn, thanh tịnh. Đức Phật dạy “Ta không thấy một pháp nào khác này các Tỷ-kheo, dẫn đến dục tham chưa sinh được sinh khởi, hay dục tham đã sinh được tăng trưởng quảng đại, này các Tỷ-kheo như tịnh tướng.”(32) Không như lý tác ý nên khiến dục tham càng tăng trưởng. Một người xấu nhưng khi nghiệp tới thì xấu trở thành đẹp và đem lòng yêu tức là có ái sinh. Nguyên nhân làm lòng lấy tham ái là tịnh tướng. Do phù hợp với căn cơ của mình nên cái đó hiển nhiên trở thành nhất, rồi khởi lên lòng ái dục thèm khát và ham muốn tình dục. Tịnh tướng ở đây là tướng phù hợp với từng người. Điển hình như công chúa Kanhā(33) dù lấy được năm hoàng tử khôi ngô tuấn tú, lại đem lòng yêu kẻ hầu cận của chính năm người chồng.

Thân con người được Nagasena ví như một cỗ xe, khi tháo ra từng thứ thì nào có cái xe. Con người do nhiều yếu tố tạo nên, có gì đâu là một con người. Nếu nhìn đẹp xấu theo từng bộ phận thì người được xem là đẹp là do có được các mảnh ghép hoàn hảo. Nhưng 32 tướng tốt 80 vẻ đẹp của đức Phật mà ghép lại thành một con người thì chắc sẽ làm cho người ta khiếp sợ. Như vậy thì có cái đẹp xấu chỉ là do sự đặt để của mỗi thời đại, mỗi xã hội mà thôi. Thanh Tịnh đạo nói rằng một người đã đắc thiên nhò tu bất cứ pháp quán bất tịnh nào thì người ấy sẽ thoát khỏi tham dục(34). Quán bất tịnh có hiệu quả như một thuốc giải độc chống lại mọi ham muốn của nhục dục, ái luyến lục căn, tham luyến lục trần.

6.6. Biết Tàm và Quý

Tàm là biết hổ thẹn với chính mình, do một ý thức về tính tự trọng. Quý là biết hổ thẹn và sợ hãi với người khác, do quan tâm đến dư luận. Nhờ biết hổ thẹn nên chúng ta có thể vượt thắng, làm chủ được bản thân trước những thôi thúc của tham lam, sân hận và si mê. Do ảnh hưởng đến lòng tự trọng của bản thân và sợ bị xã hội lên án, xa lánh, nguyên rủa, sợ mang tiếng với tổ tông nên con người sống biết thu thúc trong các giác quan, biết sợ hãi khi làm sai. Nhất là về bản năng tính dục, khi phạm vào tội tà dâm, ấu dâm hay cưỡng hiếp thì người đó sẽ bị xã hội lên án gay gắt, dòng họ bị mang tiếng nhơ. Bởi biết hổ thẹn và sợ hãi nên người ta mới sống trong tinh thần của giới luật, tiết chế tình dục, không làm càn làm bậy để giữ thanh danh dòng tộc. Tàm giúp con người ngăn tránh mọi hành vi bất thiện. Quý là tâm lý biết lo sợ

về hậu quả nguy hại của mọi hành vi bất thiện, phản kháng và ngăn chặn mọi điều ác. Một người có tâm quý thì hành vi đạo đức của người ấy sẽ hiền thiện, tăng trưởng và lớn mạnh.

Đức Phật dạy “*này các Tỷ-kheo, khi tâm quý không có, với người không có tâm quý, chế ngự các căn đi đến hủy diệt... giải thoát tri kiến đi đến hủy diệt.*” (35) Như vậy tâm quý rất quan trọng cho việc chế ngự các căn môn, tránh xa sự nguy hiểm của sung lực hấp dẫn giới tính. Nhờ đó mà các trần cảnh, nhất là sắc thanh hương vị xúc của người nữ không thể thâm nhập vào trong tâm thức của người nam để hấp dẫn, chế ngự tâm chí người nam được. Và ngược lại, năm trần của người nam cũng không có cơ hội để tạo tác, ra oai, lộng hành trong tâm thức người nữ.

6.7. Tu tâm từ

Ngoại đạo thường thắc mắc rằng: Vì sao các Tỷ-kheo tuổi trẻ mới học, xuất gia chưa lâu ở trong pháp luật, nhưng lại sống rất an lạc, các căn hòa hợp, tướng mạo sáng sủa, da dẻ tươi tốt, thích tĩnh, ít động, suốt đời tu trì phạm hạnh, thanh tịnh thuần nhất? Đáng lẽ ở độ tuổi thanh xuân với dục vọng mãnh liệt nhất, là tuổi đẹp hưởng thụ khoái lạc nhục dục của thân thể, nhưng các Tỷ-kheo lại không có sự tham dục và nhu cầu về tình dục, không có dục vọng khởi lên và không hành dâm dục. Vì chúng đệ tử nhìn nhận trần cảnh khi tiếp xúc như sau: “*Nếu gặp người nữ lớn tuổi thì nên coi như mẹ. Gặp người trung niên thì nên coi như chị em. Gặp người non trẻ thì nên coi như con.*” (36)

Đây là phương pháp quán tâm từ (mettā), với tâm từ hành giả luôn coi đối tượng khác phái như cha, mẹ, anh, chị, em. Quán như vậy vị ấy luôn có tâm kính, yêu thương và che chở cho người trước mắt ta mà không có tâm coi đó như một đối tượng để ta sinh khởi dục tính. Với việc tu tập tâm từ vô lượng có thể diệt hết mọi gốc rễ của tham dục, sân hận và si mê. Tu tập tâm từ trong tứ vô lượng tâm chính là phương pháp đối trị hay nhất để không khởi tà hạnh.

VII. Ứng dụng trong sự tu học của tự thân

Lời Phật dạy trong bài kinh Sắc như một sự cảnh tỉnh chúng ta trên bước đường tu học. Cho chúng ta luôn tỉnh giác bản thân trước mọi trần cảnh trong cuộc đời. Dù trần cảnh ấy đẹp xấu hay cao quý hoặc thấp hèn, một khi ta bị dính mắc vào thì ta sẽ làm nô lệ của chúng. Chỉ với 2 cụm từ “*xâm chiếm và ngự trị*” nhưng lại nêu lên bài học sâu sắc. Nếu như ta để sắc, thanh, hương, vị, xúc của đối tượng chiếm cứ toàn bộ tâm trí ta thì nó sẽ ngự trị trong tâm ta, làm chủ cuộc đời ta và sai sử ta. Trong thế gian này không một hành động nào xuất phát từ dục ái thấp hèn mà đưa đến kết quả thanh cao. Nó chỉ xui khiến ta tạo tác các hành vi bất chính, không đạo đức. Bởi tất cả hành vi nó xúi dục đều không ngoài mục đích phục vụ nhu cầu dục vọng ham muốn bản năng, thỏa mãn thân xác.

Đức Phật dạy “*hãy sống tự mình làm hòn đảo cho chính mình, này các Tỷ-kheo, hãy nương tựa nơi chính mình, không nương tựa một ai khác. Hãy lấy pháp làm hòn đảo, lấy pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa một ai khác.*” (37) Theo người viết, tự mình làm chủ mình ở đây là làm chủ các căn môn. Chỉ khi nào chúng ta không bị sự hấp dẫn của giới tính chi phối và lôi

kéo thì chúng ta làm chủ được cuộc đời của mình.

*“Tịnh thanh tịnh tự mình
Không ai thanh tịnh ai.”(38)*

Với nhãn căn, ta học hạnh nhìn xuống. Khi giao tiếp hay nói chuyện với mọi người nên nhìn xuống dưới mà không nhìn trực diện vào đối phương, không liếc mắt ngược xuôi, đưa tình mở lối. Đối với nhĩ căn, ta nên tập hạnh lắng nghe, nhưng có chọn lọc. Nghe pháp, nghe giáo lý, nhưng nhất quyết không tham gia tùm năm bảy nói chuyện thị phi, nên học cách nói ngay thẳng, không nói những lời thể tục, nói bằng chính pháp, ai nói những lời dung tục khêu gợi về dục vọng thì chấm dứt và không giao du với những người như vậy. Đối với tỷ căn, ta biết hương thơm là mối nhử của ong bướm, nên không dùng hương thơm xoa ướp thân. Hương của người giới hạnh mới là hương hoa thơm nhất. Đối với thiệt căn, ta nên thường hay áp dụng Tam đề ngũ quán, ăn trong chính niệm, không phân biệt ngon dở. Hộ trì thân căn rất quan trọng. Bởi sự cọ sát của hai thân thể càng khiến dục vọng mãnh liệt. Chỉ cái cầm tay thôi cũng khiến người ta chết lặng, ngày nhớ đêm mong. Vậy nên không những giữ khoảng cách mà còn luôn bảo vệ mình, không nắm tay, xoa bóp, cạo gió, vuốt hơi, hộ trì thân căn bằng tứ oai nghi trong giới luật, luôn tỉnh giác chính niệm trong việc mình làm, không ướn ẹo, lừa dối, lắc mông, tạo sự thu hút người khác.

Tổng kết

Như vậy, vấn đề xung lực hấp dẫn giới tính luôn là điều được quan tâm hàng đầu trong các tôn giáo và tín ngưỡng nhân gian. Thiên Chúa giáo cho rằng xung lực ấy là con rắn đen ma mãnh đã dụ dỗ Eva và Adam ăn trái cấm. Hồi giáo thì đề cao luật không tà dâm, trừng phạt những người làm tà hạnh bằng cách thị chúng vệt roi. Lão giáo lại coi việc bị lực hấp dẫn giới tính lôi kéo là không thể chấp nhận, làm nhơ danh tiết nên phải bỏ lông trôi sông. Đối nghịch với tư tưởng cho rằng xung lực hấp dẫn của giới tính là nguy hiểm thì tín ngưỡng Phồn thực lại đề cao giới tính và sự kết hợp âm dương. Họ thờ cả linh vật người nam và người nữ giao hợp với nhiều tư thế và coi đây như một biểu tượng của sự sinh sôi, duy trì nòi giống. Những tư tưởng trên chỉ là phù hợp với chí nguyện tầm thường của thế gian, không tìm ra nguồn cội của xung lực hấp dẫn ấy. Đạo Phật vượt xa những tôn giáo khác về tư tưởng và quả vị giải thoát vì vậy cái nhìn về xung lực giới tính cũng khác biệt. Là người mang xứ mệnh truyền bá giáo pháp Như Lai, hơn ai hết chúng ta phải nhận chân ra con đường nào đi đến thế gian và con đường nào dẫn tới an lạc, hạnh phúc, giải thoát Niết-bàn.

Quan điểm điển hình của đức Phật về vấn đề xung lực hấp dẫn giới tính là bài kinh Nữ Sắc. Bài kinh Nữ Sắc là bài pháp nói về giới tính được giải thích bằng ngôn ngữ bình dân, gần gũi, dễ hiểu. Sự thực của vấn đề không một người sáng suốt nào có thể phủ nhận. Hấp dẫn giới tính được đức Phật mô tả như một xung lực mạnh mẽ nhất trong con người. Bài kinh như lời cảnh báo đối với mọi con người. Say rượu một đời thì lâng lâng mê muội. Say trần một kiếp thì trầm luân muôn đời. Nếu như chúng ta có chút duyên lành được gặp giáo lý, hành pháp Như Lai, thì nên thường tắm gội trong dòng nước thanh lương của giới luật, mắt trần tìm về pháp thân Như

Lai, tai nghe vi diệu pháp du dương suốt đêm ngày, mũi ngửi hương thơm của giới đức, lưỡi nếm vị đề hồ giải thoát, thân cảm nghiệm sự nhiệm màu của việc tu tập chuyển hóa nội tâm để soi sáng nẻo vườn tâm, tìm về cõi Phật.

Thích Nữ Quảng Hiền

Ni sinh lớp Thạc sĩ Phật học khóa V, Học viện PGVN tại Tp.HCM

*Tạp chí Nghiên cứu Phật học **Số tháng 7/2023***

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

1. Minh Châu, thích, dịch. Kinh Trung Bộ. Tp HCM: VNCPHVN, 1992.
2. Minh Châu, thích, dịch. Kinh Tương Ưng Bộ. Tp HCM: VNCPHVN, 1993.
3. Minh Châu, thích, dịch. Kinh Tăng Chi Bộ. Tp HCM: VNCPHVN, 1996.
4. Minh Châu, thích, dịch. Tiểu Bộ kinh, tập IV, Jātaka. Tp HCM: VNCPHVN, 2001.
5. Minh Châu, thích, dịch. Kinh Pháp cú. Nxb Tôn giáo, 2017.
6. Tuệ Sỹ, hiệu đính và chú thích. Tập A-hàm. <http://www.quangduc.com>.
7. Trí Hải, dịch. Thanh Tịnh Đạo Luận. Nxb Hồng Đức, 1992.
8. Phạm Kim Khánh, dịch. Vi Diệu Pháp Toát yếu. Ebook, 2009.
9. Viên Trí, Thích. Ý nghĩa giới luật. Nxb Phương Đông, 2016.
10. Giác Giới, thích. Kho Tàng Pháp Học. Phật giáo Nguyên Thủy, 2005.
11. Quảng Tánh, thích. Lời Phật dạy. Nxb Tôn giáo, 2016.
12. Tuệ Lạc. Khoa học và Sự Tái sanh. Nxb Hồng Đức, 2017.
13. Phan Quang Định, dịch. Lịch sử Tâm lý học. Nxb Hồng Đức, 2019.

CHÚ THÍCH:

- (1) HT. Thích Minh Châu dịch, Kinh Tăng Chi Bộ I, Chương 1 pháp, Phẩm Sắc, (VNCPHVN,1998), tr.9-10.
- (2) Kinh Tăng Chi Bộ I, Chương 1 Pháp, Phẩm Sắc, phần Nữ Sắc, sđd, tr.9-10.
- (3) <https://vietcetera.com/vn/> Phân biệt giới tính sinh học, bản dạng giới và xu hướng tình dục. Xem ngày 02/11/2020.
- (4) Tuệ Lạc, Khoa học và sự tái sanh, (Nxb. Hồng Đức, 2017), tr.231.
- (5) HT. Thích Minh Châu, dịch, Kinh Trung Bộ, Tập III, (VNCPHVN, 1992), tr.81.
- (6) Phạm Kim Khánh, dịch, Vi Diệu Pháp Toát yếu, (Ebook, 2009), tr.174-175.
- (7) HT. Thích Minh Châu, dịch, Tương Ưng bộ, tập IV, (VNCPHVN, 1993), tr.72.
- (8) Phan Quang Định, dịch, Lịch sử Tâm lý học, (Nxb.Hồng Đức, 2019), tr.680.
- (9) HT Thích Minh Châu dịch, Tiểu Bộ Kinh, tập IV, Jātaka, Phẩm Nữ Nhân, chuyện Hoàng hậu Từ Tâm (Tiền thân Mudulakkhana số 66), (VNCPHVN, 2001), tr.172.
- (10) Lịch sử Tâm lý học, sđd, tr.675.
- (11) Kinh Tăng Chi, Tập I, sđd, tr.9.
- (12) Kinh Tăng Chi, Tập III, sđd, tr.555.
- (13) Tương Ưng bộ, tập III, sđd, tr.40.
- (14) Tương Ưng bộ, Tập III, sđd, tr.219.

- (15) Thuvienhoasen. org, Kinh Kim Cang Bát-nhã Ba-la-mật, Hán dịch: Cưu Ma La Thập – Việt dịch: Thích Trí Tịnh.
- (16) Kinh Trung bộ, Tập I, Kinh Ví dụ Con rắn, sđd, tr.307.
- (17) Kinh Trung bộ, Tập III, Kinh Tổng thuyết và biệt thuyết, sđd, tr.516.
- (18) Lịch sử Tâm lý học, sđd, tr.678.
- (19) Kinh Tăng Chi Bộ, Tập II, Pháp 5 Chi, VI, Phẩm Triển Cái, 55, sđd.
- (20) Tăng Chi Bộ, Tập II, Chương Bảy Pháp, Phẩm Tùy Miên, Ví dụ nước, sđd.
- (21) Kinh Tăng Chi, Tập I, sđd, tr.202.
- (22) Tương Ưng bộ, Tập IV, sđd, tr.204.
- (23) Khoa học và sự tái sanh, sđd, tr.298.
- (24) Tương Ưng IV, Thiên Sáu Xứ, sđd, tr.127.
- (25) Kinh Tăng Chi, Tập I, sđd, tr.202.
- (26) Kinh Tăng Chi, Tập III, sđd, tr.382.
- (27) Hòa thượng Thích Minh Châu, dịch, Kinh Pháp cú, (Nxb.Tôn giáo, 2000), tr.89.
- (28) Kinh Tăng Chi, Tập I, sđd, tr.203.
- (29) Vin, V, sđd, tr.164.
- (30) Will Durant, Bửu Đích dịch, Câu chuyện triết học, (Tu thư Vạn Hạnh, 1971).
- (31) Thượng tọa thích Viên Trí, Ý nghĩa giới luật, (Nxb Phương Đông, 2016), tr.103.
- (32) Kinh Tăng Chi Bộ, Pháp 1 chi, Phẩm đoạn triển cái, Phần tịnh tướng, sđd, tr.12.
- (33) Tiểu Bộ kinh, Jātaka, chuyện Vương hậu Kinnarā, chuyện Công chúa Kanhā. (Kuṇāḷajā số 536), sđd.
- (34) Thanh Tịnh Đạo, sđd, tr.289-291.
- (35) Kinh Tăng Chi, tập III, sđd, tr.417.
- (36) Tuệ Sỹ, hiệu đính và chú thích, Tập A-hàm, (<http://www.quangduc.com>), tr.1165.
- (37) Kinh Tương ưng, Tập 3, sđd, tr.83.
- (38) Kinh Pháp Cú, sđd, tr.47.