

TỊNH ĐỘ NHÂN GIAN QUA TỨ VÔ LƯỢNG TÂM TRONG KINH VÔ LƯỢNG THỌ

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

PHẬT HỌC

CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

ISSN: 2734-9195

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

Viết dịch: HT. THÍCH TUỆ DẰNG



KINH VÔ LƯỢNG THỌ



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO



Tác giả: **Thích Nữ Liên Thân**
Học viên Thạc sĩ khóa III, Học viện PGVN tại Tp.HCM

Dẫn nhập

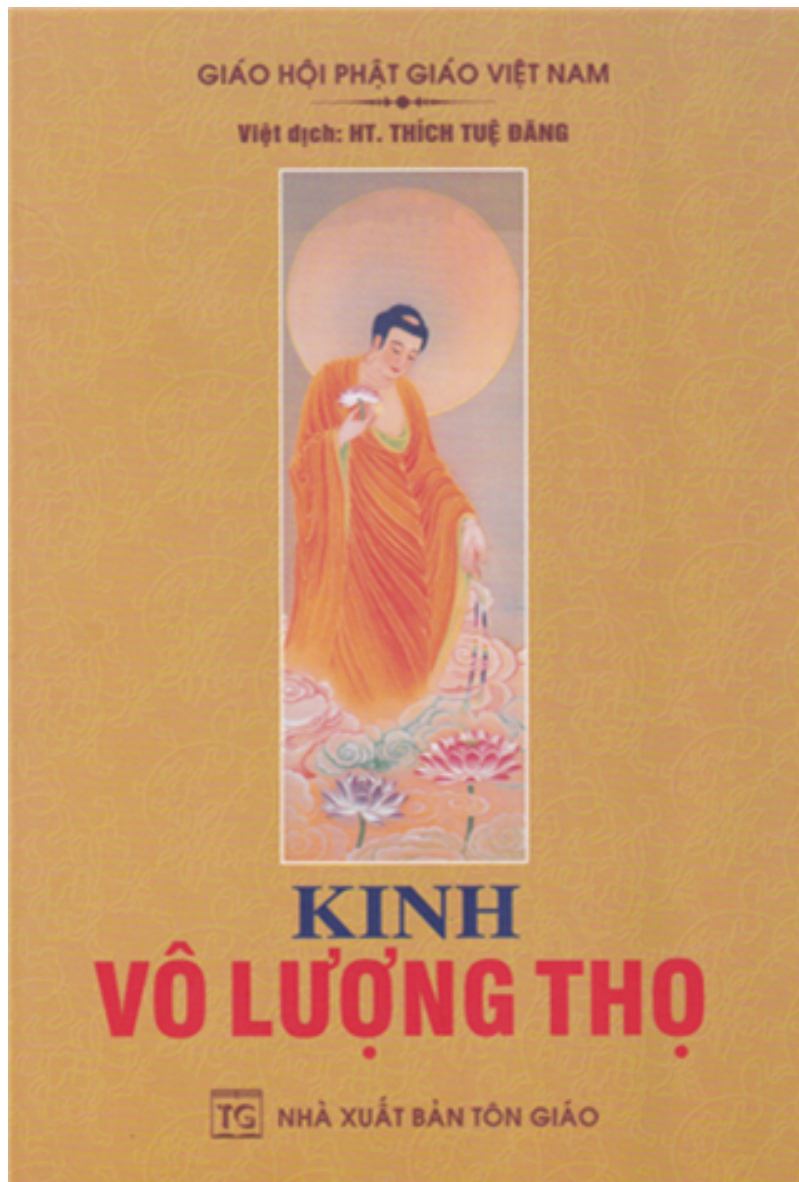
Tứ vô lượng tâm là một trong những phương pháp giúp hành giả tu tập đối trị lại những pháp bất thiện tham lam, sân giận, si mê,... Phật giáo với tinh thần Từ bi, trí tuệ, vô ngã và vị tha là những nhân tố, là điều kiện, là chất liệu để Tịnh độ có thể hiện hữu ngay trong cõi nhân gian này. Giúp cho hành giả đi đến con đường an lạc và hạnh phúc không phải trôi lăn trong luân hồi sinh tử, xa lìa nỗi khổ niềm đau.

1. Giới thiệu Kinh Vô Lượng Thọ

Kinh Vô Lượng Thọ (H. 無量壽經, S. Amitābhavyūha Sūtra, Amitāyuh Sūtra; E. “*Infinite Life Sūtra*” hay “*Longer Sukhāvatīvyūha Sūtra*”) là một trong ba bộ kinh căn bản cốt lõi, cũng là bộ kinh chính yếu của Tịnh độ tông.

Kinh Vô Lượng Thọ có từ thời Hậu Hán đến đầu thời Bắc Tống, gồm có 12 bản dịch nhưng trong lúc truyền dịch do chiến tranh đã thất lạc 7 bộ, hiện tại còn lại 5 bản dịch là:

- Phật thuyết Vô Lượng Thanh Tịnh Bình Đẳng Giác Kinh.
- Phật thuyết A Di Đà Tam Da Tam Phật Tát Lâu Phật Đản Quá Độ Nhân Đạo Kinh, còn gọi tắt là Đại A Di Đà Kinh.
- Phật thuyết Vô Lượng Thọ kinh
- Vô Lượng Thọ Như Lai Hội kinh
- Phật thuyết Đại thừa Vô Lượng Thị Trang Nghiêm Kinh



Bản kinh mà chúng ta lấy làm căn cứ y điển là bản dịch của Ngài Pháp sư Khương Tăng Khải thời Tào Ngụy.

Kinh Vô Lượng Thọ được chia thành hai quyển Thượng và Hạ, tổng cộng có 17.434 chữ Hán.

Bản kinh Vô Lượng Thọ nội dung chủ yếu nói về vị Tỳ-kheo Pháp tạng đã phát 48 lời thệ nguyện trước Đức Thế Tự Tại Vương Phật, sau này khi thành tựu được xưng hiệu là Vô Lượng Thọ Như Lai, tức là Phật A Di Đà. Nếu hành giả nào trì tụng trì xưng danh hiệu Phật của Ngài cho đến “*Nhất tâm bất loạn*” thì sẽ được vãng sinh Cực lạc. Cực lạc là nơi cõi đó không có ba đường ác, không có các sự khổ. Nơi đó không gian rộng lớn vô biên, khí hậu mát mẻ ôn hòa, đất đai bằng phẳng làm bằng bảy báu, từ dưới đất cho lên đến hư không hiện ra các thứ lầu gác nguy nga tráng lệ, có ao tắm bằng tám nước công đức, có những mùi hương và chim hót líu lo tuôn ra pháp âm.

Trong kinh cũng chia làm ba bậc vãng sinh là:

“Bậc thượng là hạng bỏ nhà, lìa dục, làm Sa môn, phát Bồ Đề Tâm, một bề chuyên niệm A Di Đà Phật, tu các công đức nguyện sách cõi kia.

Bậc trung là những người tuy chẳng thể thực hành hạnh Sa môn, tu các công đức lớn lao, nhưng phải phát Bồ Đề tâm, một bề chuyên niệm A Di Đà Phật.

Bậc hạ là những người giả sử chẳng có thể làm các công đức thì nên phát tâm Bồ Đề, một dạ chuyên niệm A Di Đà Phật, hoan hỷ tin ra, chẳng sinh ngờ vực, dùng tâm chí thành nguyện sinh cõi kia.”

Hành giả tu tập phát tâm Bồ Đề và nhất hướng chuyên niệm xưng danh hiệu A Di Đà Phật thì nhất định được vãng sinh Tịnh độ. Đây cũng chính là hai chính nhân để được vãng sinh Tịnh độ.

2. Tổng quan Tứ Vô Lượng Tâm

Tứ vô lượng (S. Catvāry apramāmi, P. Catasso appamaññāyo) hay còn gọi là Tứ vô lượng tâm, Tứ đẳng tâm, Tứ đẳng, Tứ tâm. Đây là bốn tinh thần của Phật, Bồ Tát để độ khắp vô lượng chúng sinh, làm cho chúng sinh lìa khổ được vui.

Tứ vô lượng tâm gồm có, Từ vô lượng tâm, Bi vô lượng tâm, Hỷ vô lượng tâm và Xả vô lượng tâm.

Từ vô lượng tâm (P. Mettā-appamaññā citta) là lòng thương yêu, lòng nhân ái, lòng thành thật ước mong tất cả chúng sinh đều được sống an lành hạnh phúc. Là lòng mong mỗi chân thành của người bạn hiền, thành thật muốn cho bằng hữu mình được an vui hạnh phúc.

Tu tập tâm Từ sẽ dập tắt được lòng sân, diệt trừ được những mầm mống bất thiện. Người có tâm từ sẽ không bao giờ nghĩ đến việc hại người khác. Tâm từ bao la rộng lớn, đồng đều đối với bản thân cũng như đối với những người xung quanh.

Bi vô lượng tâm (P. Karuṇā-appamaññā citta) là đức tính thứ hai giúp con người trở nên cao thượng. Bi là động lực làm cho Tâm rung động trước sự đau khổ của người khác, thoa dịu niềm đau khổ của người khác. Tâm Bi là tâm muốn giúp người khác thoát ra khỏi cảnh khổ. Người thực hành tâm bi là người luôn có tâm vị tha.

Tâm Bi bao trùm tất cả những chúng sinh đau khổ đoạn trừ được những âu sầu, phiền muộn.

Hỷ vô lượng tâm (P. Muditā-appamaññā citta) là tâm vui thích trước hạnh phúc và thành công của người khác. Tâm hỷ là niềm vui làm tiêu tan lòng ganh tỵ. Người tu tập tâm hỷ sẽ không bao giờ làm cản trở sự tiến bộ và an lạc của ai.

Xả vô lượng tâm (P. Upekkhā-appamaññā citta) là tâm khó thực hành nhất trong bốn tâm cao thượng này. “Upekkhā” do hai căn “Upa” và “Ikkha” hợp thành. “Upa” là đúng đắn, chân chính, vô tư. “Ikkha” là trông thấy đúng đắn, nhận định chân chính. Không luyến ái, không ghét bỏ, không ưa thích cũng không bất mãn.

Như vậy, tâm Từ bao trùm tất cả chúng sinh, tâm Bi những chúng sinh đau khổ, tâm Hỷ những

chúng sinh hạnh phúc, tâm Xả phủ khắp tất cả những gì tốt đẹp và xấu xa, những điều thích thú và không thích thú.

Tứ vô lượng tâm là tâm giúp con người trở hoàn thiện nhân cách và có lối sống cao thượng hơn, tạo nên một thế giới hòa bình và an lạc hơn.

3. Tịnh độ nhân gian qua triết lý Tứ vô lượng tâm trong kinh Vô Lượng Thọ

Tịnh độ nhân gian là cảnh sống an lạc của chúng ta ngay trong hiện tại. Tịnh độ nhân gian không phải là một thế giới cao siêu nào, cũng không phải là một thế giới Tây phương sau khi chết được vãng sinh về đó. Mà Tịnh độ nhân gian ngay ở cõi trần gian này, đó là một cách giới tâm linh thanh tịnh, làm cho tâm được an lạc nhẹ nhàng, ai ai cũng muốn được sống một cách thanh tịnh và nhẹ nhàng.

“Khởi lòng Đại bi thương xót chúng sinh, dẫn lời Đại từ, trao con mắt pháp, ngăn ba chốn dữ, mở cửa Bồ Đề, đem lại pháp không ai cầu thỉnh mà thí hóa cho chúng sinh như người con trọn hiếu, kính thương cha mẹ, đối với chúng sinh như đối với chính mình.”

Chúng ta thấy tâm bi ở đây chính là tâm thương xót chúng sinh, là tình thương vô hạn, là tình thương vô điều kiện, chính tâm Đại bi giúp cho chúng sinh sống một cuộc sống bình an và hạnh phúc.

“Lại có tâm đại từ đại bi nhiều ích đối với chúng sinh, không có tâm ương ngạnh giận hờn. Là khỏi hết những phiền não làm dao động, nên tâm hoàn toàn thanh tịnh, không chán nản biếng nhác.”

Tâm từ và tâm bi thường đi chung với nhau. Đầu tiên dùng tâm bi để cảm nhận chia sẻ, sau đó dùng tâm từ để ban cho họ thêm niềm vui. *“Từ là ban vui; Bi là cứu khổ”*. Tu tập tâm từ và tâm bi giúp cho tâm luôn được an lạc và thanh tịnh, mọi hận thù sẽ được tiêu tan ngay trong kiếp sống hiện tại.

*“Con thề khi thành Phật,
Làm hết những nguyện này,
Tất cả đều sợ hãi,
Biến thành niềm an vui.”*

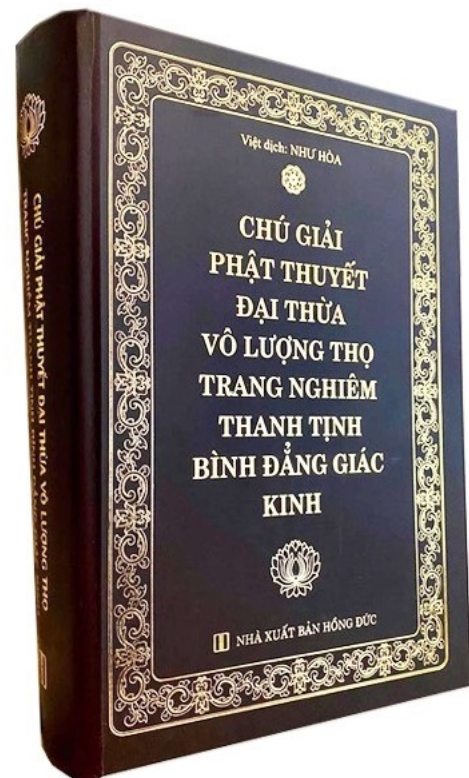
Chúng ta thấy đây là một ý chí phát tâm mạnh mẽ. Một trạng thái tâm cao thượng, tốt đẹp, đó chính là tâm hỷ. Niềm vui ở đây chính là niềm vui thánh thiện, tịnh khiết. Tâm hỷ làm đoạn trừ được có mặt của tâm sân, tâm đố kỵ, tâm ganh ghét và phiền não. *“Những nguyện này”* là 48 lời nguyện của Tỳ kheo Pháp Tạng trước đức Tự Tại Vương Bồ Tát. Ngài phát nguyện không chỉ là một mình ngài an vui, mà chúng sinh cũng được an vui và thanh tịnh, đây chính là tư tưởng của một vị Bồ Tát với tinh thần tự lợi, lợi tha.

“Lại có tâm bình đẳng, tâm đắc thắng, tâm thân diệu, tâm thiền định, tâm ham pháp, vui pháp và mừng pháp. Lại dứt các phiền não, là tâm ác thú, suy xét việc làm tường tận của Bồ Tát,

đầy đủ vô lượng công đức, được pháp thiên định thâm diệu và thần thông quang minh trí tuệ.”

Đây chính là tâm xả, buông bỏ các phiền não để tâm được thanh tịnh. Tu tập tâm xả đoạn trừ được tâm tham ái và tâm cố chấp. Luôn được sống an nhiên và điềm tĩnh trước những biến đổi thăng trầm của cuộc sống.

Như vậy, tu tập và hành trì Tứ vô lượng tâm sẽ làm cho tăng trưởng công đức, tâm được thanh tịnh và an lạc. Tịnh độ nhân gian sẽ được thiết lập ngay tại cõi trần gian này. Tinh thần từ bi hỷ xả là đôi tay giúp ích cho đời, đem lại làn gió mát chuyển hóa nóng giận thành mát mẻ với đôi mắt từ bi đem lại sự thân thiện. Đây là tư tưởng của Tịnh độ nhân gian.



4. Giá trị và ứng dụng thực tiễn

Bất cứ một hành giả tu tập pháp môn nào thì cũng có giá trị của pháp môn đó. Trên thực tiễn chúng ta thấy rằng, tịnh độ tại nhân gian là một nhu cầu cần thiết của xã hội. Bởi cuộc sống này đầy những nhiều khô, những khổ đau chồng chất, phiền não, tham sân dấy dấy. Những nỗi khổ tâm từ sâu trong tâm thức. Người có được tiền tài, địa vị, danh vọng, quyền lực,... nhưng chưa chắc họ đã được an lạc và hạnh phúc. Do đó, họ luôn nỗ lực tìm kiếm một thế giới tâm linh để họ thoát được những cảnh khổ này, tìm kiếm một lý tưởng sống mạnh mẽ mang đậm tính nhân văn. Cho nên tịnh độ nhân gian là một xã hội mang tính nhân văn lành mạnh.

Trong Kinh Vô Lượng Thọ, 48 lời nguyện mà ngài Tỳ Kheo Pháp Tạng đã thệ nguyện trước Phật Tự Tại Vương Bồ Tát nhằm mở ra một thế giới Cực lạc mà ngài tự trang nghiêm bằng công đức tu tập của ngài. Nhằm đưa đến một cuộc sống an vui, hòa bình mà không có chiến tranh,

tham nhũng, bệnh tật, đói nghèo,... đang tràn lan khắp xã hội ảnh hưởng đến cuộc sống con người rất là nhiều. Cùng nhìn lại hai năm trở lại chúng ta thấy rằng dịch bệnh Covid đã lấy đi tính mạng của biết bao nhiêu người, cha mẹ mất con, con mất cha mẹ, người thân mất đi thì người ở lại vô cùng đau buồn, nuối tiếc. Rồi thất nghiệp, nào thì đói nghèo. Ở lời thệ nguyện đầu tiên *“Nếu con được thành Phật, mà trong cõi nước con còn có địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, thì con chẳng trụ ở ngôi Chính giác.”* Nếu người nào đã từng trải qua như là nạn nhân của đại dịch Covid kia thì họ sẽ dễ dàng chấp nhận quan điểm trên. Tịnh độ là nơi không có ba đường dữ địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh. Do vậy, tịnh độ là nơi không có những nỗi khổ niềm đau, nơi có những con người chân thật, hiền lương.

Trong giai đoạn xã hội phát triển hiện nay, Phật giáo cũng đang dần phát triển theo tư tưởng nhập thế vào xã hội, đưa đạo vào đời. Phật pháp được phổ cập rất phổ biến qua các hệ thống mạng internet, kinh điển cũng được ấn tống rộng rãi. Các bài thi kệ, câu niệm Phật được phổ thành nhạc. Hình ảnh chư tăng, ni dẫn thân vào các công việc tình nguyện qua đại dịch Covid vừa qua, tham gia các hoạt động từ thiện xã hội. Những hình ảnh trên đã cho thấy sự gần gũi của nhân loại đối với đạo, tiếp thu lời Phật dạy một cách dễ dàng hơn. Đến với đạo cần phát khởi một niềm tin đối với Tam bảo một cách vững chãi và phát khởi Bồ Đề tâm một cách mạnh mẽ. Điều đó giúp cho họ thấu hiểu giáo lý một cách tường tận, cải thiện cuộc sống của mình và góp phần làm cho lợi ích ngày càng văn minh hơn.

Tịnh độ nhân gian qua triết lý Tứ vô lượng tâm sẽ giúp cho cuộc sống ấm no hạnh phúc, xã hội hòa bình, không còn phải lo lắng sợ hãi. Từ bi là giáo lý căn bản nền tảng của đạo Phật. Từ bi cũng là nguyên lý hòa bình trong tư tưởng của đạo Phật, nơi nào có từ bi nơi đó có hòa bình, không có sự hiện diện của tham sân si.

Từ sự thành tựu lời phát thệ nguyện của Ngài Tỳ Kheo Pháp Tạng và phương pháp trì danh niệm Phật, cũng là nhân duyên lành để được sinh về thế giới của Ngài và cũng giúp cho tâm được an vui và an trú ngay trong hiện tại, giúp cho tâm chuyển mê thành ngộ. Bất cứ ai cũng có thể niệm danh hiệu Phật, không phân biệt tuổi tác, giới tính, địa vị, giàu nghèo. Mỗi hành giả tu tập đều được tự do dân chủ tìm hiểu giáo lý và phương pháp tu tập mà mình chọn. Tịnh độ vốn là cõi thanh tịnh trang nghiêm thì Tịnh độ nhân gian còn đẹp hơn vì đẹp từ trong trong tâm đẹp ra.

KẾT LUẬN

Tịnh độ nhân gian là một mô hình lý tưởng, là một nhu cầu cần thiết của xã hội. Dù ở quốc độ nào, xuất thân trong địa vị nào trong xã hội, tinh tấn tu tập, thanh tịnh tự thân thì Tịnh độ sẽ hiện khởi ở ngay cõi nhân gian này. Tinh thần *“Từ bi- Trí tuệ”* của đạo Phật là nền tảng cho hành giả tu tập, hoàn thiện đạo đức nhân tự thân hướng đến giải thoát an lạc tự tâm chính là đang thiết lập Tịnh độ ở cõi nhân gian. Ứng dụng Tứ vô lượng tâm vào cuộc sống tu tập hằng ngày thì cuộc sống ngày càng yên bình và hạnh phúc thì ba cõi địa ngục, ngạ quỷ và súc sinh sẽ bị triệt tiêu. Từ đó đưa con người đến giải thoát từ tâm.

Tác giả: **Thích Nữ Liên Thân**

Học viên Thạc sĩ khóa III, Học viện PGVN tại Tp.HCM

CHÚ THÍCH

Trung tâm dịch thuật Hán nôm Huệ Quang (2021), Nhuận Đạt (dịch), Đại ý kinh Vô Lượng Thọ, NXB. Hồng Đức.

Theo <https://blog.phapthihoi.org/tu-dien-phat-giao/bay-bau/> Bảy báu âm Hán đọc là Thất bảo. Là bảy món báu dùng để trang nghiêm các cõi Tịnh độ. Gồm có: Vàng, bạc, Lưu ly, Pha lê, Xà cừ, Mã não và Xích châu.

Theo <https://phatgiao.org.vn/tu-dien-phat-hoc-online/> Tám nước công đức, âm Hán được đọc là Bát công đức thủy, là nước có tám tính chất như sau:

- + Trừng tịnh tức lắng gạn trong sạch
- + Thanh lãnh tức trong trẻo mát lạnh
- + Cam mỹ tức mùi vị ngon ngọt
- + Khinh nhuyển tức nhẹ nhàng mềm mại
- + Nhuận trạch tức thấm nhuần tươi mát
- + An hòa tức yên ổn hòa nhã
- + Trừ được đói khát và vô số khổ não
- + Trưởng dưỡng thân tứ đại, tăng trưởng các thiện căn.

Như Hòa (dịch) (2011), Chú giải Kinh Phật thuyết Đại thừa Vô Lượng Thọ trang nghiêm thanh tịnh bình đẳng giác, NXB. Phương Đông.

Thích Minh Cảnh (chủ biên) (2010), Từ điển Phật học Huệ Quang, NXB. Tổng hợp Tp. Hồ Chí Minh.

Phạm Kim Khánh (dịch) (2019), Đức Phật và Phật Pháp, NXB. Tổng hợp Tp. Hồ Chí Minh.

Thích Tuệ Đăng (dịch) (2006), Kinh Vô Lượng Thọ, NXB. Tôn giáo.