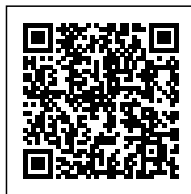


VAI TRÒ XÂY DỰNG NỀN TẢNG ĐẠO ĐỨC CỦA PHẬT GIÁO TRONG THẾ KỶ 21



I. DẪN NHẬP

Nền tảng đạo đức Phật giáo đặt trên sự giáo dục nhân cách và trí tuệ, mục đích hướng con người đến cái thiện, cao hơn là vượt thoát khỏi thiện ác đối đãi. Giáo dục nhân cách dựa trên giáo lý Nhân quả và Nghiệp (kamma) của Phật giáo, giáo dục Trí tuệ dựa vào tiến trình sinh diệt của tâm thức theo tâm lý học A-tỳ-đàm (Abhidhamma) và triết lý mười hai nhân duyên

(Paṭiccasamuppāda), để từ đó có thái độ sống đúng theo quy luật vận hành của các Pháp.

Phật giáo luôn quan tâm đến tiến trình chuyển hóa nội tâm, dứt trừ cái xấu, duy trì và phát triển cái tốt, trang bị cho mỗi cá nhân những nhận thức có chính kiến, những phẩm chất, ý chí và đạo đức nhân bản, giúp con người tự tin và tự chủ với tinh thần trách nhiệm đối với bản thân và xã hội.

Ý nghĩa này nhắc nhở những người con Phật không chỉ thực hành những lời dạy của đức Phật để tu tâm, dưỡng tính, điều chỉnh hành vi theo đúng chuẩn mực chân thiện mỹ, mà còn đóng vai trò là người truyền trao đạo lý đến mọi người, giúp mọi người áp dụng lời Phật dạy vào đời sống hằng ngày để có được cuộc sống an lạc, hạnh phúc.

Trong tham luận này, người viết không nhằm mục đích trình bày toàn bộ giáo lý nhân quả, tiến trình tâm thức hay lý duyên sinh. Nội dung chính của tham luận xoay quanh chủ đề: “Vai trò xây dựng nền tảng Đạo đức của Phật giáo trong thế kỷ 21”, với ba phần chính: Phần đầu giới thiệu những khái niệm liên quan đến Nhân quả và Đạo đức, các yếu tố ảnh hưởng đến nhân quả và giá trị của việc ứng dụng nhân quả trong đời sống hằng ngày.

Phần hai giải thích Tiến trình tâm thức liên quan đến nhân cách sống của mỗi cá nhân và ảnh hưởng của tiến trình tâm đến các hành động thiện ác. Phần ba đề cập đến giáo lý Duyên sinh và những nhân tố đưa đến thái độ sống đúng (yonisomanasikāra). Sau cùng là lời kết, tổng hợp toàn bộ tham luận, đồng thời đưa ra một vài ý tưởng cho các nghiên cứu trong tương lai.

II. NỘI DUNG

1. Nhân quả và Đạo đức xã hội

Theo triết lý Phật giáo, mọi sự vật hiện tượng trong vũ trụ đều vận hành theo một quy luật chung hay một tiến trình tất yếu đó chính là nhân quả. Luật nhân quả chi phối và tác động đến mọi sinh hoạt của con người từ quá khứ đến hiện tại và tiếp nối trong tương lai. Qua sự vận hành của nhân quả, chúng ta biết được thực trạng của mọi sự, mọi vật trên thế gian này một cách rõ ràng, thấu đáo.

Giáo lý nhân quả cũng dạy chúng ta những kỹ năng sống đúng nhất, thiết thực nhất, qua đó mỗi người tự xây dựng cho mình một đời sống an lạc, hạnh phúc. Việc tìm hiểu sự tương quan giữa Nhân quả và Đạo đức giúp chúng ta ý thức hơn về những hành vi tạo tác của cá nhân, định hướng cho mình một nếp sống đúng chính Pháp, góp phần kiến tạo nên xã hội an lành và hòa bình thế giới.

a. Khái niệm về **Nhân quả** và Đạo đức

Khái niệm Nhân quả

Nhân được hiểu là nguyên nhân, lý do, yếu tố đầu tiên đưa đến sự sanh khởi của một chúng sinh, một sự vật, sự việc, tiếng Pāli là Hetu. Trong Phụ chú giải Bộ Chất Ngữ, ngài Ānanda định

nghĩa ‘hetu’ như sau: “Nó được gọi là nhân (hetu) bởi vì các pháp do nơi đó mà được sinh trưởng” (Hinoti patitthāti etthāti hetu). Theo ngài Nyanatiloka, trong Kinh tạng Pāli từ Hetu được dùng đồng nghĩa với Paccaya, nghĩa là ‘nhân hỗ trợ’, ‘duyên’ hay ‘nhân duyên’. Trong Thanh Tịnh Đạo, Ngài Buddhaghosa giải thích: Nhân duyên (hetu paccaya) là nhân cần làm điều kiện cho các pháp hiện hữu hay sinh khởi.

Qua các định nghĩa trên cho chúng ta thấy, trong thế giới tương quan, các pháp hiện hữu đều có nguyên nhân. Yếu tố đưa đến sự có mặt chính là nhân (hetu) và sự hiện hữu gọi là quả (vipāka). Triết lý nhân quả trong Phật giáo được xem như nguyên tắc chung để quân bình trật tự các sự vật hiện tượng.

Tư tưởng này đã ảnh hưởng sâu đậm vào ca dao tục ngữ, vào văn thơ, vào kho tàng truyện kể dân gian; đặc biệt, đã bén rễ trong suy nghĩ, tình cảm của người Việt. Thế nên, người xưa đã vận dụng luật nhân quả như một quy luật bất thành văn để xây dựng đời sống đạo đức. Có thể nói, nhân quả trong Phật giáo có tác dụng giáo dục từ bên trong và mang tính tự giác từ mỗi người.

Khái niệm Đạo đức

Đạo đức là danh từ ghép, trong đó ‘đạo’ được hiểu là con đường, ‘đức’ chỉ cho phẩm chất tốt đẹp của con người được thể hiện hàng ngày trong cách đối xử giữa người với người, người với xã hội, với thiên nhiên và môi trường sống. Theo Từ điển tiếng Việt: “Đạo đức là những tiêu chuẩn, nguyên tắc được dư luận xã hội thừa nhận, quy định hành vi, quan hệ của con người đối với nhau và đối với xã hội”.

Từ điển Bách khoa cho rằng: “Đạo đức là những chuẩn mực xã hội điều chỉnh hành vi của con người trong quan hệ với người khác và với cộng đồng”. Trong Phật Quang đại từ điển, đạo đức được xem là: “Nguyên lý thiện ác, chính tà có liên quan đến hành vi của nhân loại”. Theo Hòa thượng Thích Minh Châu, đạo đức là con đường người ta phải theo để loại trừ những sai lầm, khổ đau, tiến đến hạnh phúc tối hậu.

Trong Thánh điển Pāli, đạo đức được dịch từ chữ ‘guṇa’, nghĩa là đức hạnh, bao gồm những hành động thiện căn bản như không sát sanh, không trộm cắp... cho đến những đức hạnh tuyệt đối như Tịnh đức (visuddhi-guṇa), Bi đức (karunā-guṇa), Tuệ đức (paññā-guṇa). Phụ chú giải Namakkara, định nghĩa ‘guṇa’ như sau: “Guṇa là những phẩm chất đạo đức, những chuẩn mực đưa đến sự đoan chánh, đức hạnh”.

Tóm lại, đạo đức Phật giáo là những nguyên tắc sống đúng Chánh pháp. Nói đến đạo đức là nói đến tính nhân bản, nhân cách của một con người, nói đến cái chân thiện mỹ, là nếp sống hài hòa với muôn loài chúng sanh, không tranh đấu hay ly gián mà luôn gần gũi sẻ chia.

b. Các yếu tố ảnh hưởng đến nhân quả

Tiến trình diễn biến từ nhân đến quả theo triết lý Phật giáo rất đa dạng và phong phú. Đôi khi, nhân nào quả nấy, nhưng có lúc nhân quả không tương ứng nhau. Đôi khi, quả trở sinh ngay

kiếp hiện tại (hiện báo), có lúc quả hình thành ở kiếp sau (sinh báo) hoặc nhiều đời nhiều kiếp sau (hậu báo). Sở dĩ, có sự khác biệt như vậy là do nghiệp duyên tạo tác khác nhau. Nói cách khác, cơ sở hình thành từ nhân đến quả có sự tác động của nghiệp (kamma).

Ở đây, nghiệp liên quan đến hai phạm trù: thiện (kusala) và bất thiện (akusala). Nghiệp nhân thiện (không tham, không sân, không si) đưa đến quả an lành, nghiệp nhân bất thiện (tham, sân, si) tạo ra quả khổ đau, và chúng ta chính là người thọ nhận những khổ vui này. Trong Kinh Tăng Chi, đức Phật khẳng định: “Ta là chủ nhân của nghiệp, là người thừa tự nghiệp, nghiệp là thai tạng, là quyến thuộc, là điểm tựa. Phàm nghiệp nào sẽ làm, thiện hay ác, ta sẽ thừa tự nghiệp ấy”.

Nghiệp (kamma) nghĩa đen là hành động, tạo tác của thân khẩu và ý. Như một cội cây cho quả không ngừng nghỉ; cũng vậy, ngày qua ngày chúng ta đang tích trữ vô số nghiệp. Thêm vào đó, còn có những nghiệp được lưu giữ từ những kiếp sống quá khứ. Theo đức Phật, tiến trình nhân quả nghiệp báo gắn liền với động cơ hay ý muốn làm (cetanā).

Chính động cơ sinh khởi đưa đến hành động thiện ác. Thế nên, đức Phật dạy: “Này các Tỳ-kheo, Như Lai tuyên bố động cơ (cetanā) chính là nghiệp”. Phật giáo không như các tôn giáo khác, một hành động đơn thuần không thể gọi là nghiệp. Nghiệp được tạo thành do sự tác động của một động lực, đó chính là động cơ. Tại đây, có thể khẳng định động cơ (cetanā) chính là yếu tố ảnh hưởng đến nhân quả thiện ác.

Theo ngài Nārada trong Vi Diệu Pháp Toát Yếu, động cơ (cetanā) là ý muốn làm, là những gì tạo duyên cho cái được cấu thành. Động cơ (cetanā) đóng vai trò quan trọng nhất trong các hành động thiện và bất thiện. Nói cách khác, động cơ là yếu tố tinh thần quan trọng nhất trong việc tạo nghiệp, chính động cơ quyết định phẩm chất đạo đức của hành động.

Vì vậy, để xây dựng nền tảng đạo đức, Phật giáo không căn cứ vào những triết lý suông mà dựa vào yếu tố chính tác động đến hành động thiện ác của con người, giáo dục tâm thức, giúp con người nhận chân được giá trị của hành động từ trong ý nghĩ, nghĩa là ghi nhận được ý muốn làm trước khi hành động được làm.

Có như vậy, chúng ta mới có thể ngăn ngừa được những hành động bất thiện và phát triển những việc thiện lành. Có thể nói, đường lối giáo dục nhân quả của Phật giáo nâng cao giá trị cũng như nhân phẩm của con người, giúp mỗi người thấm nhuần các giá trị đạo đức, nhận biết được gốc rễ của hành động để từ đó xác định cho mình một hướng đi đúng chính Pháp, lợi mình, lợi người.

c. Giá trị của việc ứng dụng giáo lý nhân quả đưa đến đời sống đạo đức

Ngày nay, cả thế giới đang trên đà phát triển nhanh. Về phương diện vật chất, chúng ta không phủ nhận những thành tựu khoa học đã mang lại cho con người. Nhưng về phương diện luân lý đạo đức, nguyên lý nhân quả vẫn mãi là quy tắc chuẩn mực mà chúng ta không thể vượt qua. Dù chúng ta có thành công đến đâu đi nữa thì vẫn không sao tránh khỏi những tác động âm thầm của luật nhân quả, bởi lẽ các pháp trên thế gian này luôn vận hành theo nhân quả,

không phải vận hành theo ý muốn của con người.

Có thể nói, hiện tại xã hội đang mất cân đối giữa đời sống vật chất và tinh thần. Một số bạn trẻ xem những chuẩn mực đạo đức như một định kiến cổ hủ.

Đây là dấu hiệu cho thấy sự suy thoái đạo đức trong thời đại mới. Trước thực trạng này, vấn đề giáo dục đạo đức nhằm giúp mọi người nhận biết và tin sâu vào giáo lý nhân quả càng trở nên quan trọng và cấp thiết. Điều đó không có nghĩa là áp đặt cho thế hệ trẻ một định kiến mà nhằm hướng dẫn các em nhận thức đúng đắn về giáo lý nhân quả ở một góc độ thiết thực và khoa học nhất.

Tại một số nước Phật giáo như Thái Lan, Miến Điện, Tích Lan... , việc giáo dục nhân quả được áp dụng song song với các kiến thức phổ thông, một số bài Kinh có nội dung giáo dục đạo đức được đưa vào học đường như: Chuyện tiền thân, Kinh Hạnh Phúc... Tại những đất nước này, giáo lý nhân quả không còn là những khuôn phép hay điều luật người Phật tử phải vâng giữ mà triết lý nhân quả đã trở thành nét văn hóa, trở thành nếp sống, nếp nghĩ mọi người cần phải hành theo dù người đó có phải là Phật tử hay không.

Do tin sâu nhân quả, nên nghèo nhưng không tham, họ luôn nghĩ về hiện tại và đề cao những gì xung quanh mình, trân quý những gì họ đang có. Người dân không tạo các nghiệp bất thiện như giết mổ, móc túi... không phải vì họ sợ luật pháp, mà vì họ sợ nhân, sợ quả.

Tóm lại, nhân quả là chìa khóa mở kho tàng đạo đức. Nhân quả phù hợp với lương tâm và đạo đức của con người. Nó đặt trách nhiệm nơi mỗi cá nhân với việc làm mà người đó đã thực hiện, không nô lệ vào thần thánh. Luật nhân quả là nền tảng đạo đức nhân bản, cao cả hơn mọi nền đạo đức nào khác. Trong đó, giá trị con người được nâng cao không giới hạn.

2. Tiến trình tâm liên quan đến nhân cách sống

a. Khái niệm “tiến trình tâm” (vīthi)

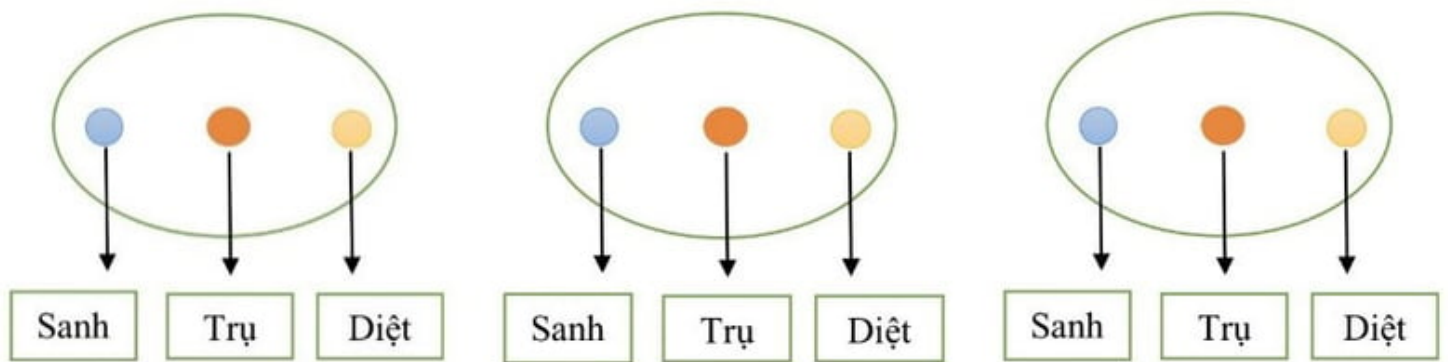
“Tiến trình tâm”, tiếng Pāli là ‘vīthi’, xuất nguyên từ tiền tố ‘vi’, cộng với căn vi, nghĩa là ‘đi’. ‘Vīthi’ là danh từ nữ tánh, nghĩa đen là ‘lối đi’ hay ‘con đường’. Trong triết học A-tỳ-đàm (Abhidhamma), ‘vīthi’ được dùng với nghĩa là “tiến trình tâm”, “dòng tâm thức”, hay “tiến trình chuyển động của tâm.”

Sở dĩ, từ ‘vīthi’ được dùng để chỉ cho tiến trình tâm vì người ta cho rằng ngày xưa nếu ai đi vào những con đường tại một thị trấn hay một thành phố của Ấn Độ, trên con đường đó có những ngôi nhà nối tiếp nhau hết nhà này đến nhà khác, không có khoảng trống giữa các nhà, gồm một dãy các ngôi nhà liên kế nhau. Nên khi nói ‘lối đi’ hay ‘con đường’ (vīthi) bao hàm nghĩa một dãy các ngôi nhà hay một chuỗi các ngôi nhà liên tiếp nhau.

Cũng như vậy, tâm của chúng ta có xu hướng sanh diệt nối tiếp nhau hết cái này đến cái khác, tạo thành một chuỗi liên tục để nhận biết đối tượng khi đối tượng xuất hiện qua một trong sáu giác quan. Do đây, tiến trình sanh diệt của tâm thức được các nhà Chú giải dùng từ ‘vīthi’ để diễn tả, nói đủ là ‘citta-vīthi’.

Theo A-tỳ-đàm (Abhidhamma), thời lượng cho một tâm sanh khởi và hoại diệt được gọi là một sát-na tâm (citta-kkhaṇa) hay một chớp tư tưởng. Sự sinh diệt này rất nhanh, ngoại trừ đức Phật không ai có thể thấy hay ghi nhận được sự sinh diệt của từng tâm thức. Theo Tiến sĩ Mehm Tin Mon, trong một cái nháy mắt của chúng ta có hơn một nghìn tỷ lần sát-na tâm sinh diệt. Lại nữa, mỗi một sát-na (khaṇa) gồm có ba tiểu sát-na (lakkhaṇa), đó là: sanh (uppāda), trụ (ṭhiti) và diệt (bhaṅga). Ba thời khắc này tương đương với ba giai đoạn: sinh, lão và tử của một chúng sinh có tình thức.

Mỗi sát-na tâm có 3 tiểu sát-na



Ngay sau giai đoạn diệt của một sát-na tâm là giai đoạn sinh của sát-na tâm tiếp theo. Như vậy, khi mỗi sát-na tâm diệt, làm duyên cho sát-na tâm tiếp theo sinh khởi, sát-na tâm trước truyền tất cả những năng lượng của nó vào sát-na tâm theo sau này. Do đó, có một dòng chảy liên tục của tâm thức không có sự gián đoạn. Dòng chảy đó chính là “tiến trình tâm thức” (citta-vīthi). Như vậy, một tiến trình tâm gồm có nhiều sát-na tâm, một sát-na tâm không được gọi là “tiến trình tâm”.

b. Tiến trình nhận biết đối tượng qua thị giác

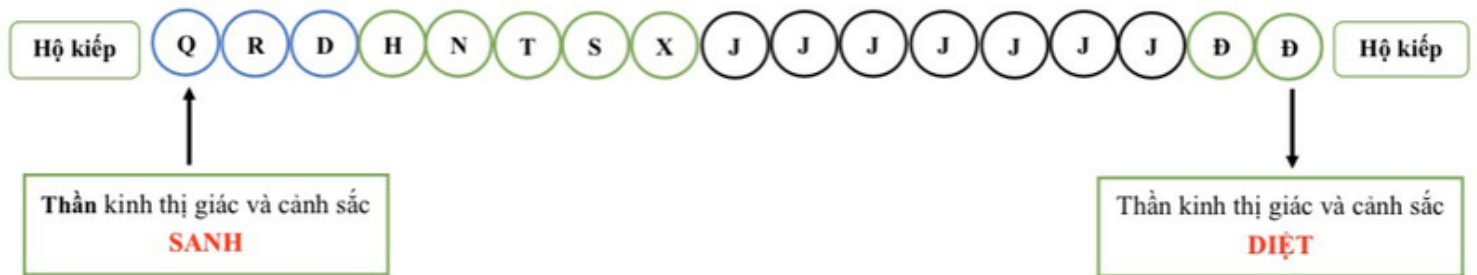
Theo A-tỳ-đàm (Abhidhamma), trong đời sống hằng ngày không có khoảnh khắc nào tâm thức chúng ta không ghi nhận đối tượng (ārammaṇa). Đối tượng của mắt (nhãn căn) có người vật núi sông cây cỏ, của tai (nhĩ căn) là âm thanh, của mũi (tỷ căn) là mùi, của lưỡi (thiệt căn) là vị, của thân (thân căn) là sự xúc chạm, và các đối tượng của tâm ý (tâm căn) theo A-tỳ-đàm có sáu loại. Qua các đối tượng này cho thấy, tâm có thể là chủ thể ghi nhận đối tượng (chủ động), và cũng có thể là đối tượng bị ghi nhận (bị động).

Do có 6 loại đối tượng sinh khởi qua sáu giác quan nên có tất cả 6 tiến trình tâm: tiến trình tâm nhận biết đối tượng qua thị giác (phần nhạy của mắt), tiến trình tâm nhận biết đối tượng qua thính giác (phần nhạy của tai), tiến trình tâm nhận biết đối tượng qua khứu giác (phần nhạy của mũi), tiến trình tâm nhận biết đối tượng qua vị giác (phần nhạy của lưỡi), tiến trình tâm nhận biết đối tượng qua xúc giác (phần nhạy của thân) và tiến trình tâm nhận biết đối tượng qua ý giác (phần nhạy của ý).

Thông thường, khi có một đối tượng xuất hiện qua thị giác hay phần nhạy của mắt (cakkhu-pasāda), lúc đó nhãn thức (cakkhu-viññāṇa) sinh khởi để ghi nhận đối tượng. Tuy nhiên, không

phải chỉ có nhãn thức sinh, mà là một chuỗi tâm thức sinh diệt theo quy luật vận hành của tâm, mỗi sát-na tâm sinh khởi đảm nhận một chức năng riêng, gọi chung là tiến trình tâm. Từ lúc đối tượng xuất hiện cho đến lúc đối tượng diệt mất, có tất cả 17 sát-na tâm (51 tiểu sát-na) sinh diệt liên tục. Ở đây, lấy ví dụ tiến trình tâm qua thị giác với đối tượng rất lớn (Ati-mahanta).

Tiến trình tâm qua thị giác với đối tượng rất lớn



Theo tiến trình tâm, khi không có đối tượng tác động vào các giác quan, tâm hộ kiếp (bhavaṅga) ghi nhận đối tượng quá khứ và dòng tâm thức tiếp tục trôi chảy. Đây là những tâm thức thụ động, chúng sinh khởi liên tục từ lúc thọ thai cho đến suốt kiếp sống để duy trì đời sống của chúng sinh khi không có tâm năng động sinh khởi. Dòng hộ kiếp thỉnh thoảng bị gián đoạn khi có một đối tượng xuất hiện qua một trong sáu giác quan.

Như khi có một đối tượng rất rõ xuất hiện qua thị giác (phần nhạy của mắt) đồng thời tác động vào dòng hộ kiếp. Khi ấy, nhãn thức không sinh khởi ngay lúc đó vì dòng hộ kiếp cần 3 sát-na tâm để dừng lại, 3 sát-na đó là: hộ kiếp vừa qua (Q), hộ kiếp rung động (R) và hộ kiếp dứt dòng (D). Như một người đang chạy không thể dừng lại ngay mà cần có thời gian để giảm tốc độ, nghĩa là phải chạy chậm lại rồi sau đó mới dừng.

Dòng hộ kiếp cũng vậy, khi có đối tượng tác động qua thị giác, dòng hộ kiếp cần 3 sát-na tâm để dứt dòng. Sau đó, ngũ môn hướng tâm (H) sinh khởi và hướng đến đối tượng. Kế đến, nhãn thức (N) sinh khởi và ghi nhận đối tượng (chỉ đơn thuần ghi nhận, không có sự phân biệt tốt xấu). Sát-na tiếp theo là tiếp thọ tâm (T) tiếp nhận đối tượng; sau đó suy đạt tâm (S) suy xét đối tượng đã tiếp nhận. Kế đến, xác định tâm (X) thực hiện vai trò xác định, chọn lựa – đây là giai đoạn ý thức góp phần vào.

Tiếp theo là giai đoạn tâm lý cực kỳ quan trọng, giai đoạn bảy Đồng lực tâm (J) sanh khởi. Chính những sát-na tâm này mà hành động của chúng ta được xác định là thiện hay bất thiện và nghiệp được tạo ở giai đoạn này. Sau bảy sát-na đồng lực tâm, hai chặp đăng ký tâm (Đ) sinh khởi để thụ hưởng đối tượng một cách trọn vẹn.

Tiến trình tâm cứ lập đi lập lại nhiều lần cho đến khi sự tác động của đối tượng mờ nhạt dần và mất hẳn. Khi ấy, tâm hộ kiếp sinh và dòng hộ kiếp tiếp tục trôi chảy cho đến khi có một đối tượng khác tác động vào. Cũng như vậy đối với thính giác (phần nhạy của tai), khứu giác

(phần nhạy của mũi), vị giác (phần nhạy của lưỡi)....

c. Ảnh hưởng của tiến trình tâm đến hành động thiện ác

Trong cuộc sống hằng ngày, để nhận biết một cảnh sắc, một âm thanh, hương, vị... cần phải có 17 sát-na tâm sinh khởi thực hiện các chức năng tương ứng với từng loại tâm. Trong 17 sát-na tâm như biểu đồ đã trình bày, 3 sát-na đầu (hộ kiếp vừa qua, hộ kiếp rung động và hộ kiếp dứt dòng) là điều kiện cần có để dòng hộ kiếp dừng nghỉ. Từ sát-na thứ tư (ngũ môn hướng tâm) đến sát-na tâm thứ tám (xác định tâm) là những tâm quả của nhân chúng ta đã gieo trong những kiếp sống quá khứ.

Những tâm quả này có thể là thiện và cũng có thể là bất thiện. Nếu là tâm quả thiện (kusala-vipāka-citta), đối tượng là thích ý, vừa lòng; nếu là tâm quả bất thiện (akusala-vipāka-citta), đối tượng luôn không được ưa thích. Theo sau xác định tâm là 7 sát-na đồng lực tâm (javana), những tâm thức này tùy thuộc vào thái độ của chúng ta tiếp nhận đối tượng mà có chiều hướng thiện hay bất thiện. Thông thường, có hai xu hướng: chúng ta tiếp nhận đối tượng với thái độ đúng (yonisomanasikāra) hay không đúng (ayonisomanasikāra).

Như đã nói, đối tượng không vừa ý, không vừa lòng là kết quả của nhân quá khứ chúng ta đã gieo, nếu chúng ta không chấp nhận, chúng ta phản ứng, khó chịu hay chối bỏ đối tượng đó. Như vậy, chúng ta đã tiếp nhận đối tượng với thái độ không đúng hay không như lý tác ý (ayonisomanasikāra), đồng lực tâm trong trường hợp này là tâm bất thiện.

Trái lại, nếu chúng ta tiếp nhận đối tượng với thái độ đúng hay như lý tác ý (yonisomanasikāra), đồng lực tâm trong trường hợp này là tâm thiện. Thế nên, trong tiến trình tâm thức, nghiệp được tạo ở giai đoạn bảy sát-na đồng lực tâm. Với vị A-la-hán, bảy đồng lực tâm không thiện (kusala) cũng không bất thiện (akusala) mà thuộc về tâm hành (kiriya-citta), nghĩa là chỉ có tạo tác mà không có kết quả của hành động.

Thế nào là tiếp nhận đối tượng với thái độ đúng? Khi mắt thấy cảnh sắc, tai nghe âm thanh, mũi ngửi mùi... chúng ta chỉ ghi nhận đó là đối tượng, không có tâm phân biệt thích hay không thích. Vì nếu thích thì tâm tham sinh, không thích thì tâm sân sinh. Như vậy, chúng ta đã gieo nhân bất thiện và do đây đời sống sẽ hướng theo chiều khổ đau.

Muốn có đời sống an lạc, đạo đức thì tự thân mỗi người nên hết sức cẩn trọng khi tiếp nhận đối tượng qua sáu giác quan, chúng ta nên giữ tâm an yên không phản ứng, chỉ ghi nhận và biết đó là đối tượng mà thôi, dù đối tượng vừa ý hay không vừa ý. Muốn được như vậy, chúng ta cần phải hành thiện, thiện giúp tâm chính niệm tỉnh giác. Trong tiến trình nhận biết đối tượng, thiện tập được xem như nền tảng vững chắc để xây dựng đời sống đạo đức cho mỗi cá nhân, gia đình và xã hội.

Thượng tọa Nyanaponika cho rằng: “Bằng cách thực hành thiện, người ta sẽ có được những tài sản cá nhân quý giá đó là sự tự kiểm soát thân và tâm, tài sản quý báu này sẽ không bao giờ bị đánh cắp. Đây chính là sự bảo vệ cao tột nhất mà chúng ta có thể ban tặng cho người, cho đời. Những ai có hành thiện sẽ luôn sống an tịnh, không náo hại, không bạo động”.

Tóm lại, bảy sát-na đồng lực tâm là những tâm lý cực kỳ quan trọng trong tiến trình nhận biết đối tượng vì chúng quyết định đời sống an lạc, hạnh phúc ở hiện tại và cả những kiếp sống tương lai. Với thái độ sống đúng, đồng lực tâm là thiện tâm, và kết quả là chúng ta sẽ có một đời sống an lạc, đạo đức, lợi mình, lợi người. Trái lại, với thái độ sống không đúng, đồng lực tâm là bất thiện tâm, kết quả là người đó sẽ sống trong phiền muộn khổ đau.

3. Giáo lý Duyên sinh và thái độ sống đúng

a. Duyên sinh và mười hai chi phần

Theo Chú giải Kinh Đại Duyên, ngày nọ sau giờ thọ trai Tôn giả A-nan suy niệm về giáo lý Duyên sinh (Paṭicca-samuppāda). Tôn giả nhớ đã từng nghe đức Phật dạy: Do vô minh làm điều kiện, Hành sinh khởi; do Hành là điều kiện, Thức sinh khởi; do Thức làm điều kiện, Danh sắc sinh khởi... Tôn giả quán ngược, quán xuôi rồi nghĩ thế này: Ai cũng nói giáo lý Duyên sinh là thâm sâu và khó hiểu, riêng đối với Tôn giả thì giáo lý này minh bạch rõ ràng như ban ngày, Tôn giả thông suốt tất cả mọi chi phần trong lý Duyên sinh.

Với suy nghĩ như vậy, Tôn giả A-nan muốn đến chỗ đức Thế Tôn để xác chứng lại suy nghĩ của mình. Khi đến nơi, Tôn giả đảnh lễ đức Phật rồi ngồi xuống một bên và thưa với đức Phật về sự việc Tôn giả đã nghĩ.

Khi ấy, đức Phật dạy Tôn giả A-nan: “Này A-nan, chớ có nói vậy! Này A-nan, giáo pháp Duyên sinh này thâm thúy, thật sự thâm thúy. Này A-nan, chính vì không giác ngộ, không thâm hiểu giáo pháp này mà chúng sinh hiện tại bị rối loạn như một ổ kén, rối ren như một ống chỉ, giống như cỏ muñja và lau sậy babaja, không thể nào ra khỏi khổ xứ, ác thú, đọa xứ, sinh tử luân hồi”.

Pháp Duyên sinh có 12 chi phần, đó là: Vô minh (avijjā), hành (saṅkhāra), thức (viññāṇa), danh sắc (nāma-rūpa), lục nhập (salāyatana), xúc (phassa), thọ (vedanā), ái (taṇhā), thủ (upādāna), hữu (bhava), sinh (jāti) và lão tử (jarā-maraṇa). Trong 12 chi phần này, có những chi phần là nhân quá khứ đưa đến quả hiện tại và có những chi phần là nhân hiện tại đưa đến quả trong tương lai. Nếu không nhận định rõ ràng, có thể chúng ta sẽ gieo nhân mới và như vậy vòng luân hồi sinh tử cứ mãi cuốn trôi.

Vậy chi phần nào là nhân quá khứ và chi phần nào là nhân hiện tại? Nhân quá khứ có hai là: vô minh và hành; đưa đến quả hiện tại là: thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ. Nhân hiện tại có ba là: ái, thủ, hữu; đưa đến quả tương lai là sinh và lão tử. Qua pháp Duyên sinh, đức Phật gửi đến nhân loại một thông điệp rằng, tất cả các hiện tượng vật lý tâm lý đều là pháp hữu vi, tùy thuộc vào các điều kiện mà tạo thành.

b. Ứng dụng lý duyên sinh và thái độ sống đúng (yonisomanasikāra)

Trong chương mục này, người viết không tập trung vào việc định nghĩa các khái niệm, mà chỉ trình bày cách ứng dụng giáo lý Duyên sinh trong đời sống hằng ngày để có thái độ sống đúng. Giáo lý Duyên sinh có 12 mắt xích gồm mười một tương quan tạo thành một vòng xoay,

với điểm bắt đầu thường được cho là vô minh, kế đến hành, thức... và cuối cùng là sinh, lão tử.

Do vô minh nên chúng sinh tạo các ác nghiệp đưa đến sanh tử luân hồi. Để có thể thoát khỏi vòng xoay sanh tử này, chúng ta phải phá vỡ từng mắt xích một, khi một mắt xích được cắt thì vòng tròn sanh tử sẽ tự chấm dứt. Vậy cần mở mắt xích nào để có thể thoát ra khỏi vòng sinh tử khổ đau?

Theo quy luật tương quan duyên sinh, khi đã có vô minh, hành sẽ sinh khởi; khi hành có mặt, thức sẽ sinh khởi; khi có thức, danh sắc; khi có danh sắc, lục nhập sẽ sinh; khi có lục nhập, sẽ có xúc; khi có xúc, thọ sẽ sinh. Tất cả những tương quan duyên hệ này, chúng ta không thể can thiệp vào, vì đã có cái này ắt sẽ có cái kia. Sau cảm thọ là ái hay sự ưa thích, theo Thiền sư Mogok và Hòa thượng Sīlananda, ngay tại kết nối này – kết nối giữa thọ (vedanā) và ái (taṇhā), chúng ta có hy vọng phá vỡ vòng sinh tử khổ đau.

Vì sao? Trong tương quan giữa thọ và ái, cảm thọ chính là nhân đưa đến tham ái. Nói cách khác, chính cảm thọ làm điều kiện cho ái sinh khởi, tiếp sau ái là thủ, hữu, rồi lại sinh và già chết ở một kiếp sống tương lai. Vì vậy, muốn dứt trừ tham ái, nguyên nhân đưa đến khổ đau ở đời này và đời sau, chúng ta cần phải chính niệm tỉnh giác với tương quan giữa thọ và ái.

Thọ hay cảm thọ là mắt xích thứ bảy trong mười hai nhân duyên, là một trong năm yếu tố tạo nên một chúng sinh (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), là một trong bảy tâm sở biến hành (xúc, thọ, tưởng, tác ý, nhất tâm, mạng căn, chú ý), và là một trong bốn đề mục để quán niệm (thân, thọ, tâm và pháp). Trong Kinh tạng và Luận tạng, cảm thọ được chia thành nhiều loại, nhưng thường có ba cảm thọ hay được nói đến, đó là: thọ lạc (sukha-vedanā), thọ khổ (dukkha-vedanā) và thọ xả hay thọ trung tính (upekkhā-vedanā).

Trong cuộc sống hằng ngày, cảm thọ xuất hiện khi mắt chúng ta thấy sắc, tai nghe âm thanh, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm và ý hay biết. Khi mắt thấy cảnh sắc, vì sao chúng ta ưa thích người hay vật đó? Chính do cảm giác lạc thọ về đối tượng đó, nếu không có lạc thọ sẽ không có ưa thích. Do đó, lạc thọ là điều kiện cho tham ái sinh khởi. Đối với khổ thọ, thường chúng ta sẽ không dính mắc vào những gì đem đến cảm giác khổ đau.

Tuy nhiên, khi bị đau khổ, chúng ta lại ao ước có được cảm giác an lạc. Do đây, một cách gián tiếp, khổ thọ cũng là điều kiện cho tham ái sinh khởi. Trường hợp thứ ba là thọ xả, cũng cho cảm giác an lạc nên chúng ta cũng ưa thích. Thế nên, đây cũng là điều kiện cho ái sinh khởi. Cũng thế ấy, khi tai nghe âm thanh, mũi ngửi mùi ..., tùy vào đối tượng ưa thích hay không ưa thích mà thọ lạc, thọ khổ hay thọ xả sinh khởi.

Thông thường, chúng ta bị dẫn dắt bởi thọ lạc, chúng ta muốn nắm giữ mãi cảm giác đó, do đây tham ái và chấp thủ sinh. Đối với thọ khổ, chúng ta có thái độ phản ứng và muốn xua đuổi, do đây tâm sân sinh khởi. Kết quả là tâm chúng ta thường bị dao động xuống lên. Bao lâu, chúng ta còn tham và sân thì vẫn còn tạo các hành động bất thiện, và như vậy vòng duyên sinh cứ mãi trôi lăn vô định.

Nói như vậy không có nghĩa là chúng ta vô cảm, không có chút cảm xúc nào khi mắt thấy, tai

nghe.... Cảm thọ hay cảm xúc sinh khởi là do sự vận hành tự nhiên của các pháp. Nói cách khác, khi căn, trần và thức tiếp xúc với nhau thì cảm thọ sinh. Chúng ta không thể can thiệp vào sự vận hành tự nhiên của các pháp, điều chúng ta có thể làm được là tự điều chỉnh thái độ của mình khi tiếp nhận đối tượng.

Ngài Trúc Lâm Đại Sĩ trong bài “Cư Trần Lạc Phú” đã chỉ rõ thái độ sống vô sầu vô ưu, tùy duyên thuận pháp: “Ở đời vui đạo hãy tùy duyên, hễ đói thì ăn mệt ngủ liền, trong nhà có báu thôi tìm kiếm, đối cảnh vô tâm mặc vấn thiên”. Chữ ‘vô tâm’ không có nghĩa là không có tâm, cũng không phải là không để ý hay không chú ý đến những việc xảy ra quanh mình, mà ‘vô tâm’ ở đây có nghĩa là không có tâm phân biệt hay không phản ứng với cảnh trái ý, nghịch lòng.

Thông thường, khi không có sự chú tâm quan sát, tâm chúng ta thường bị thay đổi theo đối tượng, nếu đối tượng đáng ưa thích thì tâm chúng ta vui, nếu đối tượng không đáng ưa thích thì tâm chúng ta bức mình. Nên vấn đề ở đây không phải do đối tượng mà do thái độ sai lầm của chúng ta khi tiếp nhận đối tượng. Đối tượng chỉ là đối tượng, nếu chúng ta có tâm phân biệt thích hay không thích khổ đau sẽ sinh khởi.

Theo sự vận hành của nhân quả, các pháp cứ đến đi theo quy luật của chúng chứ không phải theo ý muốn của chúng ta. Chúng ta không thể nào mong mọi điều tốt đẹp đến với mình, chúng ta cũng không thể nào tránh né khi duyên đã đủ, quả đã sinh. Càng cố tránh né chúng ta càng khổ đau vì điều mình mong muốn không được như ý. Trong bài Pháp đầu tiên – Kinh Chuyển Pháp Luân, đức Phật khẳng định ‘cầu bất đắc khổ’.

Do vậy, nếu chúng ta biết thực tập ‘vô tâm’ hay không có tâm phân biệt hơn thua, phải quấy thì chúng ta được an vui dù cho đối tượng đó mình thích hay không thích. Khi không có tâm phân biệt thì cảm thọ chỉ là cảm thọ, tham ái không có cơ hội phát sanh. Ngay tại đây, chúng ta đã rẽ sang một lối khác, lối sống đưa đến bình an, hạnh phúc.

Tại đây, tương quan duyên sanh đã bị phá vỡ, tham ái được đoạn trừ. Theo Hòa thượng Sīlananda, tương quan giữa ái và thọ có thể gọi là điểm yếu của bánh xe luân hồi, nếu biết cách đánh mạnh vào điểm yếu này, chúng ta có thể bẻ gãy vòng sinh tử khổ đau.

III. LỜI KẾT

Cuộc sống của mỗi người là chuỗi dài những thăng trầm được mất, hơn thua, thành bại, có không. Nếu không thể áp dụng những lời Phật dạy trong cuộc sống hằng ngày thì tâm chúng ta cứ mãi dao động, xuống lên theo chuỗi thăng trầm của cuộc sống. Khi gặp cảnh thích ý vừa lòng thì chúng ta hân hoan, vui sướng, nhưng khi đối diện với những trái ý nghịch lòng tâm trạng chúng ta chán nản, thất vọng, khổ đau.

Sự việc cứ đến đi, chúng ta không thể can thiệp vào sự vận hành của các pháp, điều chúng ta có thể làm là thấy được giá trị của nhân quả để tránh ác, hành thiện. Giáo lý nhân quả không phải là một khái niệm đặc thù trong Phật giáo mà là quy luật vận hành tự nhiên của mọi sự vật hiện tượng. Nó ảnh hưởng đến thế giới nội tâm và thế giới vật chất của mỗi người.

Người hiểu nhân quả sẽ thận trọng hơn trong từng lời nói, hành động và suy nghĩ của mình; khéo léo phân biệt, chọn lựa cái đúng và loại trừ những cái chưa hoàn hảo, hành động luôn đi đôi với chính kiến. Có thể nói, thấy biết đúng và hành động đúng là hai yếu tố dẫn đến đời sống đạo đức, an vui cho mình và mọi người xung quanh. Hơn thế nữa, tiến trình tâm thức và lý duyên sinh nhắc nhở chúng ta phải luôn chính niệm tỉnh giác khi tiếp xúc với các đối tượng.

Nếu chúng ta luôn thận trọng, chú tâm quan sát những sự việc mắt thấy, tai nghe... ghi nhận đối tượng với thái độ không phản ứng, không bình luận, không mong cầu nó 'phải là' hay 'sẽ là'; ghi nhận đối tượng với thái độ như lý tác ý (yonisomanasikāra), như vậy cuộc sống của chúng ta sẽ nhẹ nhàng hơn, đạo đức hơn và nhân văn hơn. Qua đây, cho chúng ta thấy những lời dạy của đức Phật không phải là những học thuyết suông hay những triết lý mang tính trừu tượng, mà là một nghệ thuật – nghệ thuật đưa đến đời sống an lạc, đạo đức cho bản thân, gia đình và xã hội.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Pāli

Ananda, Ven. Dhātukathāpakaraa-mūlaṭṭhaka. Ấn Độ: Viện Nghiên cứu Vipassana, 1995.

Tăng Chi Bộ Kinh III, tái bản lần thứ 6. Yangon: Ban Tôn giáo, 1960.

Buddhaghosa, trưởng lão. Sīlakkhandhavagga Aṭṭhakathā, tái bản lần thứ 6. Yangon: Ban Tôn giáo, 1993.

Digha Nikāya I & II, tái bản lần thứ 6. Yangon: Ban Tôn giáo, 1956.

Nikāya I & II, tái bản lần thứ 6. Yangon: Ban Tôn giáo, 1997.

Tương ưng bộ kinh II, tái bản lần thứ 6. Yangon: Ban Tôn giáo, 1993.

2. Tiếng Anh

Bồ-đề, Tỳ-kheo chuyển hóa. Những bài giảng liên quan của Đức Phật, tập. II. Boston: Nhà xuất bản Trí tuệ, 2000.

Bồ Đề, Tỳ Khưu. Cẩm nang toàn diện về Abhidhamma. Kandy: Hội Xuất bản Phật giáo, 1993.

Buddhaghosa, Thượng tọa. Con Đường Thanh Tịnh. Bhikkhu Ñānamoli dịch. Kandy: Hiệp hội xuất bản Phật giáo, 1991.

Đại Đình, U Than. Cittānupassanā và Vedanānupassanā - Con đường của Mogok Sayadaw. Myanmar: Hiệp hội Truyền bá Vipassanā, 1995.

Davids, TW Rhys và William Stede. Từ điển Pāli-Anh. Delhi: Nhà xuất bản Motilal Banarsidass, 1993.

Mogok, Sayadaw. Thiền về tâm trí và cảm giác. U Tin Aung và U Than Daing dịch. Myanmar: Hiệp hội Truyền bá Vipassanā, bản đánh máy.

Mon, Tiến sĩ Mehm Tin. Tinh túy của Phật Abhidhamma. Yangon: Nhà xuất bản Mya Mon Yadanar, 1995.

Ñāamoli, này Tỳ kheo. Người xưa tan ảo tưởng. Oxford: Hiệp hội văn bản Pāli, 1996.

Narada, Ven. Cẩm nang về Abhidhamma, tập. I. Yangon: Nhà xuất bản Soe Moe Weik, 1970.

Nyanaponika, Ven. Tầm nhìn của Giáo pháp. Kandy: Hiệp hội xuất bản Phật giáo, 1994.

Nyanatiloka, Ven. Từ Điển Phật Giáo. Myanmar: Nhà xuất bản Ban Tôn giáo, 1998.

Sīlānanda, Thượng tọa. Cẩm nang nghiên cứu Vi Diệu Pháp, tập II. Malaixia: NHNNVN, 2012.

Thiṭṭila, Ashin. Dịch. Sách Phân tích. Luân Đôn: Hiệp hội văn bản Pāli, 1969.

3. Tiếng Việt

Dr. Lê Mạnh Thát. Toàn Tập Trần Nhân Tông - Complete Works of Trần Nhân Tông. Việt Nam: Hồ Chí Minh Publisher, 2000.

Hoàng Phê chủ biên. Từ Điển Tiếng Việt. Hà Nội: Trung Tâm Từ Điển Học, 2003.

HT. Nandamāla, Pháp Triều dịch. Luận Giải về Nghiệp. Hà Nội: NXB Tôn giáo, 2018.

HT. Thích Minh Châu dịch. Kinh Tăng Chi Bộ. HCM: NXB Hồng Đức, 2019.

HT. Thích Minh Châu dịch. Kinh Trường Bộ. HCM: NXB Hồng Đức, 2019.

HT. Thích Minh Châu. Đạo Đức Phật Giáo và Hạnh Phúc Con Người. Hà Nội: Nhà xuất bản Tôn giáo, 2002.

Sīlananada, HT. Thiện Anh - Phạm Phú Luyện dịch. Mười Hai Nhân Duyên. San Jose: Như Lai Thiền Viện Ấn tống, 2008.

Thích Quảng Độ dịch. Phật Quang Đại Từ Điển, quyển 2. Đà Bắc: Hội Văn Hóa Giáo Dục Linh Sơn Đà Bắc Xuất bản, 2000.

Trần Nhân Tông. Cư Trần Lạc Đạo Phú. Accessed date: 02nd July 2021, vn.thuquan.net.

Từ Điển Bách Khoa Việt Nam, tập 1. Hà Nội: Trung tâm biên soạn Từ điển Bách khoa Việt Nam, 1995.

Ven. Nyanatiloka, Từ điển Phật giáo (Myanmar: Nhà xuất bản Ban Tôn giáo, 1998), 63.

Ven. Ānanda, Dhātukathāpakaraṇa-mūlaṭīkā (Ấn Độ: Viện Nghiên cứu Vipassanā, 1995), 168.

'Ko hetu ko paccayo?' (Do nhân gì, do duyên gì?) DN.1.143, 2.107...; MN.1.25, 1.442, 2.264...

Ven. Buddhaghosa, Con Đường Thanh Tịnh, bản dịch. Bhikkhu Ñānamoli (Kandy: Hiệp hội Xuất bản Phật giáo, 1991), 611.

Hoàng Phê chủ biên, Từ điển tiếng Việt (Hà Nội: Trung tâm từ điển học, 2003), 290.

Từ điển Bách khoa Việt Nam, tập 1 (Hà Nội: Trung tâm Biên soạn từ điển Bách khoa Việt Nam, 1995), 738.

Thích Quảng Độ dịch, Phật Quang đại từ điển quyển 2 (Hội Văn Hóa Giáo Dục Linh Sơn Đài Bắc Xuất bản, 2000), 1621-1622.

HT. Thích Minh Châu, Đạo đức Phật giáo và Hạnh phúc con người (Hà Nội: Nhà xuất bản Tôn giáo, 2002), lời nói đầu.

Namakkaratika, 25.

Bhikkhu Bodhi, Cẩm nang toàn diện về Vi Diệu Pháp (Kandy: Hội Xuất bản Phật giáo, 1993), 205.

HT. Thích Minh Châu dịch, Kinh Tăng chi bộ (HCM: NXB Hồng Đức, 2019), 556.

HT. Nandamāla, Pháp Triều dịch, Luận giải về nghiệp (Hà Nội: NXB Tôn giáo, 2018), 14.

Cetanāhaṃ, bhikkhave, kammaṃ vadāmi. (AN.3.415); HT. Thích Minh Châu dịch, Kinh Tăng Chi Bộ (HCM: NXB Hồng Đức, 2019), 803.

Ven. Nārada, Cẩm nang về Vi Diệu Pháp, tập. Tôi (Yangon: Nhà xuất bản Soe Moe Weik, 1970), 75.

TW Rhys Davids và William Stede, Từ điển Pāḷi-Anh (Delhi: Nhà xuất bản Motilal Banarsidass, 1993), 644.

Ven. Narada, Cẩm nang về Vi Diệu Pháp, tập. I (Yangon: Soe Moe Weik Set Press, 1970), 200;

Ven. Sīlānanda, Handbook of Abhidhamma Studies, tập II (Malaysia: SBVMS, 2012), 2; Bhikkhu Bodhi, Cẩm nang toàn diện về Vi Diệu Pháp (Kandy: Hội Xuất bản Phật giáo, 1993), 151.

Tiến sĩ Mehm Tin Mon, Tinh hoa của Phật Abhidhamma (Yangon: Mya Mon Yadanar Publications, 1995), 131.

Sáu đối tượng của tâm: phần nhạy của sắc (pasāda-rūpa), sắc tế (sukhuma-rūpa), tâm (citta), tâm sở (cetasika), Niết-bàn (Nibbāna) và các khái niệm (paññatti).

Ven. Sīlānanda, Handbook of Abhidhamma Studies, tập I (Malaysia: SBVMS, 2012), 376; Bhikkhu Bodhi, Cẩm nang toàn diện về Vi Diệu Pháp (Kandy: Hội Xuất bản Phật giáo, 1993), 135.

Đối tượng hay cảnh có nhiều dạng, đối tượng qua ngũ môn (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân môn) có 4: đối tượng rất lớn (ati-mahanta), đối tượng lớn (mahanta), đối tượng nhỏ (paritta), đối tượng rất nhỏ (ati-paritta). Ở đây, lớn hay nhỏ không căn cứ vào kích cỡ, mà là lực tác động của đối tượng vào tâm thức của chúng ta mạnh hay yếu. Đối tượng có thể có hình dáng nhỏ bé nhưng nó có đủ năng lực để tác động vào tâm và tồn tại suốt 17 sát-na tâm. Đối tượng như vậy được gọi là rất lớn.

Ven. Nyanaponika, Tầm nhìn của Pháp (Kandy: Hiệp hội Xuất bản Phật giáo, 1994), 327.

DA.2.480.

HT. Thích Minh Châu dịch, Kinh Trường Bộ (HCM: NXB Hồng Đức, 2019), 237.

Bhikkhu Ñāṇamoli, Con Đường Thanh Tịnh (Malaysia: The Penang PG Association, 1999), 696.

Mười một tương quan: Vô minh duyên hành, hành duyên thức, thức duyên danh sắc, danh sắc duyên lục nhập, lục nhập duyên xúc, xúc duyên thọ, thọ duyên ái, ái duyên thủ, thủ duyên hữu, hữu duyên sanh, sanh duyên lão tử, sầu bi khổ ưu não.

U Than Daing, Cittānupassanā và Vedānānupassanā - Con đường của Mogok Sayadaw (Myanmar: Hiệp hội Truyền bá Vipassanā, 1995), 59-60; Mogok Sayadaw, U Tin Aung và U Than Daing, tr. Thiền trên Tâm và Cảm thọ, (Myanmar: Hiệp hội Truyền bá Vipassanā, bản đánh máy), 6.

HT. Sīlananada, Thiện Anh - Phạm Phú Luyện dịch, Mười Hai Nhân Duyên (San Jose: Như Lai Thiền Viện Ấn tống, 2008), 160

S.II. 429; Tỳ kheo Bodhi, dịch. Những bài giảng liên quan của Đức Phật, tập. II (Boston: Nhà xuất bản Trí tuệ, 2000), 1280. S.II. 430: "Tisso imā, bhikkhu, vedanā – sukhā vedanā, dukkhā vedanā, adukkhamasukhā vedanā"; Ashin Thiṭṭila (Setṭhila), dịch. Sách Phân Tích (London: Pāli Text Society, 1969), 4; Bhikkhu Ñāṇamoli, Người xưa tan ảo tưởng (Oxford: The Pāli Text Society, 1996), 14; Anuruddhā Thera, Cẩm nang về Vi Diệu Pháp, tập. Tôi, chuyển giới. Thượng tọa Nārada (Myanmar: Trung tâm xuất bản Ti Ni, 1992), 83.

Dr. Lê Mạnh Thát, Toàn Tập Trần Nhân Tông - Complete Works of Trần Nhân Tông (Việt Nam: Hồ Chí Minh Publisher, 2000), 327; Trần Nhân Tông, Cư Trần Lạc Đạo Phú, accessed 25th September 2013, vn.thuquan.net.

HT. Sīlananada, Thiện Anh - Phạm Phú Luyện dịch, Mười Hai Nhân Duyên (San Jose: Như Lai Thiền Viện Ấn tống, 2008), 161.

Nguồn

link:

<https://daophatkhatsti.vn/phat-giao-cac-nganh/phat-giao-va-dao-duc-hoc/vai-tro-xay-dung-nen-tang-dao-duc-cua-phat-giao-trong-the-ky-21.html>