



# Hộ trì phạm hạnh là nền tảng của con đường giải thoát

ISSN: 2734-9195

09:05 07/03/2025

Một người không hộ trì các căn, không tiết độ ăn uống, không chú tâm tỉnh giác, sẽ thật phi lý khi có thể sống trọn đời thanh tịnh với phạm hạnh. Cũng giống như một chiếc bè trên dòng nước xiết muốn đi ngược chiều dòng nước, mà không có người lái bè

## Phần I. Điều kiện nhập “Niết bàn”

### 1. Đoạn kinh trong kinh Tương ưng bộ, Phần Ba: Năm mươi kinh thứ ba, Chương II: Phẩm thế giới dục công đức

Một thời, Thế Tôn ở Vương Xá, tại Linh Thúu. Thiên chủ Sakka đi đến Thế Tôn; sau khi đến, đánh lễ Thế Tôn rồi đứng một bên. Đứng một bên, Thiên chủ Sakka bạch Thế Tôn:

*“Bạch Thế Tôn, do nhân gì, do duyên gì, ở đây một số loài hữu tình ngay trong hiện tại không nhập Niết - bàn? Bạch Thế Tôn, do nhân gì, do duyên gì, ở đây một số loài hữu tình ngay trong hiện tại nhập được Niết-bàn?”*

*“Này Thiên chủ, có những sắc do mắt nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn. Nếu Tỷ-kheo hoan hỷ sắc ấy, tán dương, tham luyến an trú, y cứ vào đấy, thức khởi lên chấp thủ cái ấy. Vì có chấp thủ, này Thiên chủ, Tỷ-kheo ấy không nhập Niết-bàn.*

*Này Thiên chủ, có những tiếng do tai nhận thức... có những hương do mũi nhận thức... có những vị do lưỡi nhận thức... có những xúc do thân cảm giác... Này Thiên chủ, có những pháp do ý nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn. Nếu Tỷ-kheo hoan hỷ pháp ấy, tán dương, tham luyến an trú. Do Tỷ-kheo ấy hoan hỷ Pháp ấy, tán dương, tham luyến an trú, y cứ vào đấy, thức khởi lên chấp thủ cái ấy. Do có chấp thủ, này Thiên chủ, Tỷ-kheo ấy không nhập Niết-bàn.”*

Này Thiên chủ, đây là nhân, đây là duyên, ở đây một số loài hữu tình, ngay trong hiện tại không nhập Niết-bàn.

Và này Thiên chủ, có những sắc do mắt nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn. Nếu Tỷ-kheo không hoan hỷ sắc ấy, không tán dương, không tham luyến an trú; thời do vị ấy không hoan hỷ sắc ấy, không tán dương, không tham luyến an trú, không y cứ cái ấy, thức khởi lên không chấp thủ cái ấy. Do không chấp thủ, này Thiên chủ, Tỷ-kheo nhập Niết-bàn.

Có những tiếng do tai nhận thức... Có những hương do mũi nhận thức... Có những vị do lưỡi nhận thức... Có những xúc do thân cảm giác.... Này Thiên chủ, có những pháp do ý nhận thức khả lạc, khả hỷ, khả ý, khả ái, liên hệ đến dục, hấp dẫn. Nếu Tỷ-kheo không hoan hỷ pháp ấy, không tán dương, không tham luyến an trú; thời do Tỷ-kheo ấy không hoan hỷ pháp ấy, không tán dương, không tham luyến an trú, không y cứ vào cái ấy, thức khởi lên không chấp thủ cái ấy. Không chấp thủ, này Thiên chủ, Tỷ-kheo ấy nhập Niết-bàn.

Này Thiên chủ, đây là nhân, đây là duyên, do vậy ở đây một số loài hữu tình ngay trong hiện tại nhập Niết-bàn.



Ảnh minh họa, thiết kế bởi AI - Tạp chí Nghiên cứu Phật học

## 2. Luận giải đoạn kinh

**Niết bàn là như thế nào? Có phải là 1 cõi để chúng sinh cùng nhau về đấy?**

Niết-bàn theo kinh điển Nguyên thủy không phải là một cõi hay một nơi chốn, mà là trạng thái chấm dứt hoàn toàn mọi phiền não, không còn sinh tử luân hồi. Trong các bài kinh, đức Phật mô tả Niết-bàn là sự đoạn tận tham, sân, si, là sự dập tắt của ngọn lửa ái dục, là trạng thái tịch diệt hoàn toàn.

Điều này có nghĩa rằng, Niết-bàn không phải là một thiên đường hay một thế giới khác mà chúng sinh đi đến sau khi chết, mà chính là sự giải thoát khỏi tất cả mọi ràng buộc ngay trong hiện tại. Khi một vị A-la-hán chứng đắc Niết-bàn lúc còn sống, vị ấy vẫn tồn tại giữa thế gian, nhưng tâm đã hoàn toàn rỗng lặng, không còn bị bất kỳ pháp hữu vi nào chi phối.

Niết bàn mang tính ý niệm hơn là tính mô tả về 1 thế giới. Vì nếu ai cũng về đấy, thì chúng sinh lại tiếp tục tạo tác nhân duyên với nhau, lại thọ quả do nhân duyên đã tạo tác, thì còn gì là giải thoát?

Niết-bàn không phải là một nơi để “đi đến” mà là sự chấm dứt hoàn toàn của mọi tạo tác, mọi điều kiện duyên sinh, và do đó cũng là sự vượt thoát khỏi mọi khổ đau và tái sinh.

Trong kinh Tương ưng bộ, Thế Tôn giảng dạy về hai con đường đối lập: một số loài hữu tình không thể nhập Niết-bàn ngay trong đời này, trong khi một số khác có thể đạt được giải thoát. Thế Tôn đã chỉ rõ gốc rễ của vấn đề nằm ở sự chấp thủ. Những gì con người tri giác qua sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý, nếu được hoan hỷ, tán dương và tham luyến, sẽ trở thành đối tượng chấp thủ. Chính sự chấp thủ này khiến thức bám víu vào cảnh trần, tạo thành các nhân duyên dẫn đến luân hồi sinh tử.

Khi một người không còn bám víu vào các cảm thọ khả ái, khả hỷ, khả lạc, thức không còn y cứ vào đó mà chấp thủ, do vậy có thể đạt đến Niết-bàn ngay trong hiện tại.

Chấp thủ là mắt xích quan trọng trong chuỗi nhân duyên sinh tử, và chính sự đoạn diệt của chấp thủ sẽ mở ra con đường giải thoát. Điều này không chỉ áp dụng cho xuất gia mà còn mang ý nghĩa thực tiễn cho cư sĩ tại gia: Khi tâm không bị lôi cuốn bởi dục lạc, con người có thể đạt được sự bình an ngay giữa đời thường.

Một người thực hành buông xả tuyệt đối các tướng tốt đỉnh về chấp ngã sắc, thọ, tưởng, hành, thức, mới có cơ hội đạt đến an lạc tuyệt đối.

## **Phần II. Hộ trì phạm hạnh là nền tảng của sự giải thoát**

## 1. Đoạn kinh trong kinh Tương ưng bộ, Phần Ba: Năm mươi kinh thứ ba, Chương II: Phẩm thế giới dục công đức

Một thời, tôn giả Xá Lợi Phất trú ở Xá Vệ, tại Kỳ Viên, vườn ông Cấp Cô Độc. Rồi một Tỷ-kheo đi đến Tôn giả Xá Lợi Phất; sau khi đến, nói lên với Tôn giả những lời chào đón hỏi thăm, sau khi nói lên những lời chào đón hỏi thăm thân hữu, liền ngồi xuống một bên.

Ngồi xuống một bên, Tỷ-kheo ấy nói với Tôn giả Xá Lợi Phất:

“Tỷ-kheo đồng trú, thưa Tôn giả Xá Lợi Phất, đã từ bỏ học pháp và hoàn tục.

Này hiền giả, như vậy xảy đến cho vị nào không hộ trì các căn, không tiết độ trong ăn uống, không chú tâm tỉnh giác. Cho đến trọn đời, vị ấy có thể tiếp tục đời sống Phạm hạnh hoàn toàn thanh tịnh, sự việc như vậy không xảy ra.

Này Hiền giả, một Tỷ-kheo hộ trì các căn, tiết độ trong ăn uống, chú tâm tỉnh giác. Cho đến trọn đời, vị ấy có thể tiếp tục đời sống Phạm hạnh hoàn toàn thanh tịnh, sự việc như vậy có xảy ra.

Và này hiền giả, thế nào là hộ trì các căn? Này hiền giả, khi mắt thấy sắc, Tỷ-kheo không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Những nguyên nhân gì, vì đó nhãn căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác bất thiện pháp khởi lên, Tỷ-kheo tự chế ngự những nguyên nhân ấy, hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn. Khi tai nghe tiếng... khi mũi ngửi hương... khi lưỡi nếm vị... khi thân cảm xúc... khi ý nhận thức các pháp, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng: Những nguyên nhân gì, vì đó ý căn không được chế ngự, khiến tham ái, ưu bi, các ác bất thiện pháp khởi lên, Tỷ-kheo tự chế ngự những nguyên nhân ấy, hộ trì ý căn, thực hành sự hộ trì ý căn. Như vậy, này hiền giả, là sự hộ trì các căn.

Này hiền giả, thế nào là tiết độ trong ăn uống? Ở đây, này hiền giả, Tỷ-kheo như lý giác sát, thọ dụng các món ăn. Không phải để vui đùa, không phải để đắm mê, không phải để trang sức, không phải để tự mình làm đẹp mình mà chỉ để thân này được duy trì 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." Như vậy, này hiền giả, là tiết độ trong ăn uống.

Và này hiền giả, như thế nào là chú tâm tỉnh giác? Ở đây, này hiền giả, Tỷ-kheo ban ngày trong khi đi kinh hành và ngồi, tâm gột sạch các pháp triền cái. Ban đêm trong canh một, trong khi vị ấy đi kinh hành và ngồi, tâm gột sạch các

*pháp triền cái. Ban đêm trong canh giữa, vị ấy nằm phía hông bên hữu, trong tư thế con sư tử, chân này đặt trên chân kia, chính niệm tỉnh giác, tác ý tưởng đến lúc ngồi dậy. Ban đêm trong canh cuối, khi vị ấy đi kinh hành và trong khi ngồi, tâm gột sạch khỏi các pháp triền cái.*

*Như vậy, này hiền giả, là chú tâm tỉnh giác. Do vậy, này hiền giả, cần phải học tập như sau:*

*"Chúng tôi sẽ hộ trì các căn, tiết độ trong ăn uống, chú tâm tỉnh giác" Như vậy, này hiền giả, ông cần phải học tập.*

## **2. Tổng kết đoạn kinh II**

Những lời dạy của Tôn giả Xá Lợi Phất nhấn mạnh ba yếu tố cốt lõi trong đời sống phạm hạnh: hộ trì các căn, tiết độ trong ăn uống, và chú tâm tỉnh giác. Đây không chỉ là những nguyên tắc dành cho người xuất gia mà còn là phương pháp hữu hiệu cho một con người không tôn giáo cũng có thể thực hành được để cảm nhận an lạc.

Một người không hộ trì các căn, không tiết độ ăn uống, không chú tâm tỉnh giác, sẽ thật phi lý khi có thể sống trọn đời thanh tịnh với phạm hạnh. Cũng giống như một chiếc bè trên dòng nước xiết muốn đi ngược chiều dòng nước, mà không có người lái bè, chuyện đó không thể xảy ra.

Nếu một người xuất gia hộ trì các căn, tiết độ trong ăn uống, chú tâm tỉnh giác, thì một người không xuất gia vẫn có thể thực hành những điều đó mà chẳng có ngăn ngại. Đời sống một người không gia đình hay có gia đình đều có thể bảo vệ phạm hạnh thông qua cơ sở đời sống mình có.

## **Phần III. Kết luận**

Những lời dạy của đức Phật và các vị Thánh đệ tử không chỉ mang ý nghĩa triết lý mà còn là kim chỉ nam thực tiễn cho bất cứ ai muốn hướng đến sự an tịnh nội tâm.

Người cư sĩ hay bậc xuất gia, nếu khéo thực hành, đều có thể từng bước tháo gỡ vương mắc nội tâm, tự bảo vệ phạm hạnh cho chính mình mà không có sự phân biệt giữa hạng xuất gia hay tại gia.

### **Cư sĩ Phúc Quang**

**Tài liệu:** Kinh Tương ưng bộ, Phần Ba: Năm mươi kinh thứ ba, Chương II: Phẩm thế giới dục công đức, Bài IV, V, VI, VII, Dịch giả: HT. Thích Minh Châu.