

# MƯỜI ĐIỀU THIỆN

## I. Dẫn:

Con người ta bị trôi lăn trong luân hồi cũng vì tạo tác những nghiệp ác, những nghiệp ấy do từ hành động (*thân*), lời nói (*khẩu*), và tưởng nghĩ (*ý*) mà sanh ra; để diệt trừ những nghiệp ác, đức Phật có nói Kinh Mười Điều Thiện (Thập Thiện Nghiệp Đạo Kinh), nó là muôn gốc lành, sẽ được thân tướng tốt đẹp, ở cõi thanh tịnh trang nghiêm, thành tựu viên mãn.

## II. Mười Điều Thiện:

Phật nói Kinh Mười Điều Thiện này ở cung Ta Kiệt La Long Vương. Trong pháp hội này, Phật gọi Ta Kiệt La Long Vương dạy rằng: *"Tất cả chúng sanh vì tâm sai khác nên tạo các hạnh nghiệp chẳng đồng ; do hạnh nghiệp ấy, chúng sanh bị luân hồi trong 6 đường. Long Vương! Ngươi có thấy đại chúng trong hội này và tất cả chúng sanh thân hình và sắc tướng của mỗi người đều sai khác chẳng ? Có những thân hình sắc tướng sai khác như vậy, là đều do tâm tạo thân nghiệp, ngữ nghiệp và ý nghiệp hoặc lành, hoặc dữ mà gây ra. Những người có trí tuệ, rõ biết lý nhân quả như vậy rồi, nên tu thiện nghiệp, bởi có tu thiện nghiệp mới cảm được thân tướng tốt đẹp, quốc độ trang nghiêm.*

*Long Vương! Ngươi thử xem thân tướng của Như Lai và các vị Bồ Tát có đủ các tướng tốt hào quang sáng chói như thế, đều do tu thiện nghiệp mà được. Còn tất cả chúng sanh hình*

sắc hoặc xấu hoặc tốt, hoặc lớn hoặc nhỏ, mỗi người đều do tự tâm tạo nghiệp chẳng lành gây ra. Bởi vậy nếu các người biết tu thiện nghiệp và dạy bảo mọi người hiểu lý nhân quả mà tu thiện nghiệp, thời quyết định sẽ khỏi các quả báo xấu xa, được thân tướng tốt đẹp, quốc độ trang nghiêm như chư Phật, Bồ Tát.

*Long Vương! Người phải biết Bồ Tát có một pháp có thể dứt tất cả sự khổ não trong các đường dữ, là Bồ Tát luôn luôn quan sát tu tập thiện pháp, làm các thiện pháp niệm niệm tăng trưởng; không một niệm ác xen lẫn, bởi vậy các ác pháp bị dứt hẳn, các thiện pháp được viên mãn..."*

Thiện pháp nghĩa là pháp lành: Tất cả đạo quả Thanh Văn, Duyên Giác, Bồ Tát và Phật đều y vào pháp ấy mà thành tựu. Pháp ấy là 10 nghiệp lành gồm có:

1. Không giết hại.
2. Không tà dục.
3. Không trộm cắp.
4. Không nói dối.
5. Không nói thêu dệt.
6. Không nói lưỡi hai chiều.
7. Không nói lời hung ác.
8. Không tham muốn.
9. Không giận hờn.
10. Không si mê.

Mười nghiệp lành này nằm trong ba nghiệp: Thân Nghiệp, Khẩu Nghiệp và Ý Nghiệp.

## **A) Thân Nghiệp:** Những hành vi thuộc về thân có 3 :

**a) Không giết hại:** Có nghĩa là không hủy hoại cuộc sống của mọi loài, không tự hủy hoại mình, không sai người khác giết hại, thấy người khác giết hại không sanh lòng mừng vui; trái lại người Phật Tử phải tìm mọi cách để cứu sống chúng sanh, chẳng hạn như mua chim, mua cá thả cho chúng sống đời tự do, không bị cảnh cá chậu, chim lồng. Cá nuôi trong chậu, chim bị nhốt trong lồng dù cho có được ăn uống đầy đủ nhưng nào có được tự do, khác chi với cảnh con người bị tù đầy, chúng ta không muốn bị tù đầy tại sao chúng ta lại tù đầy chúng, chúng ta muốn luôn luôn được tự do, chúng ta nên mua chim, cá thả để cho chúng tự do.

**b) Không trộm cắp:** Không chiếm đoạt về phần mình những của cải của người khác từ đất đai, nhà cửa, ruộng vườn, xe cộ là những vật lớn cho chí vật nhỏ như cây kim, sợi chỉ cũng không chiếm đoạt của người khác. Người ta không thuận cho, tìm cách chiếm đoạt, tự tiện lấy dùng cũng thuộc về trộm cắp. Dùng sức mạnh để chiếm đoạt của người khác là tội cướp, dùng những phương tiện xảo trá để lường gạt người, cho đến trốn thuế cũng thuộc về trộm cắp, tất cả những việc sai trái như thế đều không làm, trái lại đem tiền của, phương tiện của mình để giúp đỡ cho chúng sanh được an vui, ấm no đó là sự bố thí đáng làm.

**c) Không tà dục:** Nghĩa là không sống trác táng, ăn chơi, cờ bạc, rượu chè, hút sách. Trái lại phải tu hạnh tiết dục thanh tịnh, tu sĩ cấm hẳn tà dục, hàng cư sĩ lập gia đình phải tiết dục, chỉ sống một vợ một chồng, trong sạch từ thể chất đến tinh thần. Tà dục là gốc sanh tử luân hồi, người tu theo đạo Phật phải dứt bỏ dần dần tà dục, để trở nên người thanh khiết.

**B) Khẩu Nghiệp:** Thuộc về khẩu nghiệp là những lời nói thô, có 4 cách :

**a) Không nói dối:** Nghĩa là không nói sai sự thật như :

1. Không thấy nói thấy, thấy nói không thấy.
2. Nghe nói không nghe, không nghe nói nghe.
3. Biết nói không biết, không biết nói biết.
4. Biết trái nói phải, biết phải nói trái.

Gặp trường hợp đặc biệt phải nói không đúng sự thật để cứu mạng chúng sanh, buộc lòng phải nói, chẳng hạn như có một người đi săn đuổi theo một con thú, ta thấy lối con thú ấy chạy, người thợ săn đến gặp ta, hỏi ta có thấy con thú chạy lối nào không, để cứu con thú khỏi chết, ta có thể nói không thấy. Như vậy, ta đã thực hành được hạnh Từ Bi. Việc nói chơi cũng không nên nói, trong Kinh Di Giáo, Phật có cấm bất hý luận .

**b) Không nói lời hung ác:** Không nên chửi rủa người, dù là bậc trên trước, có quyền thế, như ông bà, cha mẹ cũng không nên ỷ vào quyền thế ấy mà chửi người hay con cháu, dù người đó có làm lỗi, trái lại nên dùng lời dịu dàng, chỉ dạy cho người ta thấy những lỗi lầm, để lần sau tránh.

**c) Không nói thêu dệt:** Không nên thêm bớt để chuyện không nói có, chuyện có nói không, dùng lời lẽ làm cho câu chuyện sai với sự thật trắng thành đen, đen thành trắng, hoặc dùng lời văn hoa, bóng bẩy để mê hoặc làm hại người, những việc đó đều không nên làm, trái lại nên nói lời đúng đắn, chơn thật với lòng mình.

**d) Không nói lưỡi hai chiều:** Không nên nói đồn xóc, đến bên A nói xấu bên B, đến bên B nói xấu bên A , mục đích gây chia rẽ, làm cho hai bên thù địch nhau. Trái lại nên dùng lời lẽ để hóa giải mọi sự thù nghịch.

**C) Ý Nghiệp:** Những suy nghĩ, tưởng tượng có 3 cách tạo thành ý nghiệp :

**a) Không tham muốn:** Không tham muốn năm món dục lạc ở đời: Sắc đẹp, của cải, danh vọng, ngủ nghỉ, ăn uống.

\* Tham muốn sắc đẹp hao tổn tiền của, nhiều khi phải dùng những mưu chước tội tệ làm mất phẩm chất con người, khi không thỏa mãn đâm ra ghen tương, thù hận giết chóc, tù đày.

\* Tham của cải phải đầy đọa tâm thân làm cho có nhiều tiền của, nhiều khi phải dùng mưu sâu, chước độc để hại người đoạt của.

\* Tham danh vọng phải vào lòn ra cúi, nhiều khi phải lao tâm cực trí để được cái danh hảo huyền.

\* Tham ăn cao lương mỹ vị làm cho thân thể dễ sanh bệnh tật.

\* Tham ngủ nghỉ làm cho trí não trở nên đần độn.

Năm món dục lạc làm cho con người bị tù đày, tội lỗi, là nguyên nhân chính trói buộc người ta trong sanh tử luân hồi. Chẳng những người tu phải biết tiết dục mà còn biết tri túc, tức là hạn chế dần lòng khát khao ham muốn, chỉ nên sống cuộc sống tạm đủ, không đua chen với đời, nhiều người tu cơm ăn chỉ cần đủ no, áo mặc chỉ cần đủ ấm, nơi ở chỉ cần có chỗ nằm tránh mưa, tránh nắng, tránh luồng gió độc mà thôi, những người đó không bị vật chất ràng buộc, họ sẽ được mau giải thoát.

**b) Không giận hờn:** Giận hờn là một tánh xấu, rất tai hại, nó như một ngọn lửa mạnh, đốt cháy cả mọi vật chung quanh cả mình lẫn người. Trong kinh Phật có dạy: Một niệm giận hờn nổi lên, thì trăm nghìn cửa nghiệp chướng đều mở. Lửa tức giận một phen phát ra, liền

đốt tất cả rừng công đức" . Trong kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo, người nào không giận tức, sẽ được tám món tâm pháp sau đây:

1. Không tâm khổ não.
2. Không tâm giận hờn.
3. Không tâm tranh giành.
4. Tâm nhu hòa ngay thẳng.
5. Tâm từ bi như Phật.
6. Thường làm lợi ích yên ổn cho các chúng sanh.
7. Thân tướng trang nghiêm, chúng sinh tôn kính.
8. Có đức tính nhẫn nhục được mau sanh lên cõi Phạm Thiên.

Nhờ quán từ bi, tâm sanh lòng từ bi, chúng ta mới không giận hờn khi có người làm cho chúng ta giận hờn, những người làm để cho ta sanh tâm giận hờn, vì sự ít hiểu biết nên họ mới làm như thế, chúng ta nên thương họ, chỉ có tấm lòng từ mới bao dung, tha thứ được lầm lỗi của kẻ khác.

*c) Không si mê:* Si mê là nguồn gốc của mọi tội lỗi, vì si mê người ta không phân biệt phải trái, không nhận định rõ đúng sai, chấp theo sự hiểu biết của riêng mình nó che lấp sự thật, chơn lý. Người không si mê là người có trí huệ, tu tập thiện nghiệp, nên quán nhân duyên sanh tử để diệt trừ vô minh, tinh tấn trên đường giải thoát.

### **III. Kết Luận:**

Phật dạy Kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo để cho chúng ta dứt bỏ những tội lỗi, nhen nhúm và tăng trưởng dần dần những nghiệp lành, để giải thoát dần những ràng buộc trong sanh tử luân hồi, tiến dần lên Phật quả.

Hành 10 điều thiện, chúng ta làm được những lợi ích sau đây:

**Cải tạo thân tâm:** Trước nhất chúng ta cải tạo thân tâm của chúng ta, nếu một người dốc lòng chí nguyện thì trong vòng 7 năm, thân tâm người ấy sẽ hoàn toàn thay đổi.

**Cải tạo hoàn cảnh:** Một người thực hành theo mười điều thiện, người ấy sẽ cảm hóa được những người chung quanh, người ấy ăn hiền, ở lành sẽ được những người khác yêu mến, không có những cuộc tranh đua, hóa giải những tị hiềm, đổ kỵ, tạo ra sự an lạc cho mọi người.

**Chánh nhân thiên giới:** Tu theo mười điều thiện là gieo nhân chân chánh, để kiếp sau sẽ sanh về cõi Trời, hưởng phúc lạc đầy đủ, tốt đẹp.

**Căn bản Phật quả:** Ba đời mười phương chư Phật đều phải trải qua công hạnh tu tập theo mười điều thiện, nó là cửa ngõ dẫn người ta đi dần lên Phật quả.

Vì vô minh che lấp trí huệ nên thân, khẩu, ý tạo tác ra nhiều điều ác, những điều ác trong thế gian quy thành mười loại nghiệp ác, muốn trừ nó, chúng ta đừng làm ác, đương nhiên là chúng ta tạo được nghiệp lành, hiện tại làm lợi ích cho chúng sanh, được mọi người kính yêu, tạo được hoàn cảnh yên vui, tránh khỏi bị đọa tam đồ khổ, lại còn được hưởng phước báo ở cõi Người, Trời và cõi Niết Bàn.

Tu theo mười điều thiện được lợi ích trước mắt như thế, chẳng những cho ta mà còn cho chúng sanh, kiếp này cũng như mai sau, người tu nên theo con đường quan trọng do Phật đã chỉ bày.

***Phúc Trung***