TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Ý nghĩa cuộc đời từ góc nhìn Phật giáo

ISSN: 2734-9195 15:45 24/11/2026

Khi hiểu rằng đời người hữu hạn và không ai có thể nắm giữ mọi thứ mãi mãi, chúng ta càng có lý do để trân trọng hiện tại, sống tỉnh thức và lựa chọn những điều thực sự có giá trị.

Con người sinh ra để làm gì, khi cuộc đời dường như luôn song hành với khổ đau, biến đổi và cái chết? Từ hàng nghìn năm qua, câu hỏi ấy đã trở thành nỗi trăn trở của nhiều triết gia, nhà tư tưởng và các bậc lãnh đạo tinh thần.

Phật giáo tiếp cận vấn đề không bằng việc tìm kiếm ý nghĩa được định sẵn từ bên ngoài, mà bằng cách nhìn thẳng vào bản chất tồn tại, nhận diện khổ đau và tìm kiếm con đường giải thoát.

Nỗi trăn trở muôn thuở về ý nghĩa cuộc đời

Ý nghĩa cuộc đời gắn bó mật thiết với những quan niệm tôn giáo về sự tồn tại của con người.

"Ý nghĩa của cuộc đời là gì? Vì sao chúng ta có mặt ở đây? Vì sao chúng ta được sinh ra, nếu cuối cùng vẫn phải chịu khổ đau và đi đến cái chết? Mỗi người đều có cách nhìn nhận cuộc sống khác nhau, còn ý nghĩa đích thực của cuộc đời lại là vấn đề quá phức tạp để bất kỳ ai có thể thấu hiểu trọn vẹn. Đây là câu hỏi hiện sinh đầy phức tạp. Từ bao đời nay, nó luôn khiến các nhà lãnh đạo tinh thần, triết gia cùng nhiều nhà tư tưởng lớn phải trăn trở. Trong suốt chiều dài lịch sử, câu hỏi ấy cũng khơi nguồn cho vô số suy tư, giả thuyết và tranh luận trên các phương diện triết học, khoa học và thần học.



Theo Phật giáo, đời sống của chúng ta luôn mang đặc tính *dukkha* (khổ). Khổ có thể bắt đầu từ những phiền toái nhỏ nhặt trong đời thường, cho đến những đau đớn, bất hạnh cùng cực. Khái niệm này không chỉ bao hàm những bi kịch, cái chết và nỗi đau mất mát, mà còn bao gồm tuổi già, bệnh tật, phải sống gần gũi với những điều không mong muốn, chia lìa người thân yêu; cùng những thực tại như tính không có thực thể bền vững, sự vô thường và trạng thái không bao giờ được thỏa mãn trọn vẹn. Khổ đau còn hiện diện trong cảnh nghèo đói cùng cực, thiếu ăn, nạn đói và những mất mát mà con người phải gánh chịu do chiến tranh gây ra".

"*Con người sinh ra là để sống, để chịu đựng khổ đau và rồi chết đi. Những gì xảy đến với họ quả thực là một số phận bi thương. Rốt cuộc, không ai có thể phủ nhận điều đó*".

Câu nói ngắn gọn nhưng chất chứa nỗi niềm sâu sắc này, được cho là của Thomas Wolfe, nhà văn lớn người Mỹ, đã khái quát thân phận con người trên cõi đời. Đằng sau lời nhận định ấy là một sự chiêm nghiệm sâu sắc và triết lý thâm trầm về cuộc sống.

Đối diện với nhận định này, một câu hỏi tất yếu được đặt ra: Ý nghĩa của cuộc đời là gì? Vì sao chúng ta có mặt ở đây? Vì sao chúng ta được sinh ra, nếu cuối cùng vẫn phải chịu khổ đau và đi đến cái chết?

Mỗi người đều có cách nhìn nhận cuộc sống khác nhau, còn ý nghĩa đích thực của cuộc đời lại là vấn đề quá phức tạp để bất kỳ ai có thể thấu hiểu trọn vẹn. Đây là câu hỏi hiện sinh đầy phức tạp. Từ bao đời nay, nó luôn khiến các nhà

lãnh đạo tinh thần, triết gia cùng nhiều nhà tư tưởng lớn phải trăn trở. Trong suốt chiều dài lịch sử, câu hỏi ấy cũng khơi nguồn cho vô số suy tư, giả thuyết và tranh luận trên các phương diện triết học, khoa học và thần học.

Chúng ta đang sống trong một thế giới đầy bất an và cạnh tranh, nơi con người nhiều khi mất phương hướng, hoang mang, không biết mình tồn tại để làm gì và nên đi về đâu. Họ phải đối diện với tình thế tiến thoái lưỡng nan của chính sự hiện sinh: không biết phải làm gì với cuộc đời mình. Bởi vậy, con người không ngừng tìm kiếm ý nghĩa và phương hướng sống, đồng thời mong muốn thoát khỏi sự mong manh của kiếp người hữu hạn cùng những khổ đau luôn hiện hữu. Trong sâu thẳm mỗi người dường như luôn có một khuynh hướng hướng đến sự bền vững và khát vọng tìm kiếm mục đích sống.

Có người cho rằng mục đích của cuộc đời là theo đuổi hạnh phúc và khoái lạc. Họ sống trong ảo tưởng hưởng thụ, tin rằng có thể xây dựng một cuộc đời không đau đớn, không khổ sở bằng cách tối đa hóa niềm vui, giảm thiểu bất hạnh thông qua việc tích lũy của cải và sở hữu vật chất. Một số người khác lại tin rằng cuộc đời có ý nghĩa khi hoàn thành một sứ mệnh tôn giáo hoặc tâm linh. Trong khi đó, có những người nhìn nhận cuộc sống dưới góc độ sinh học, cho rằng mục đích tồn tại của con người chỉ đơn giản là sinh tồn, sinh sản và duy trì sự tiếp nối của các loài.

Ý nghĩa cuộc đời gắn bó mật thiết với những quan niệm tôn giáo về sự tồn tại. Nhiều tôn giáo độc thần, chẳng hạn như Kitô giáo, tin vào một Thiên Chúa toàn năng, Đấng sáng tạo đã tạo dựng con người và chịu trách nhiệm về sự hiện hữu của muôn loài. Chính Thiên Chúa sáng tạo là Đấng ban thưởng cho những việc thiện và trừng phạt những hành vi sai trái của các tạo vật do Ngài tạo ra. Theo quan niệm này, đời sống con người chỉ thực sự có ý nghĩa khi được sống theo thánh ý và những điều răn của Thiên Chúa. Ngài ban phúc lành vĩnh cửu cho những ai tuân theo lời dạy của mình; ngược lại, những người vi phạm các điều răn sẽ phải chịu sự hổ thẹn, cuộc đời trở nên vô nghĩa và cuối cùng đi vào địa ngục. Như vậy, ý nghĩa cuộc đời không do cá nhân tự quyết định, mà được đặt trong quyền định đoạt của Đấng sáng tạo.

Trái lại, đức Phật xây dựng giáo pháp của mình trên nền tảng nhận diện khổ đau của con người và bản chất của sự tồn tại. Theo Phật giáo, đời sống của chúng ta mang đặc tính *dukkha* (khổ), mọi chúng sinh đều phải trải qua khổ đau dưới hình thức này hay hình thức khác. Khổ có thể thuộc về thân thể, tinh thần hoặc đồng thời cả hai.

Khổ đau phát sinh từ các pháp hữu vi, tức những sự vật và hiện tượng do nhân duyên tạo thành. Chúng luôn biến đổi theo sự thay đổi của các nguyên nhân và

điều kiện, không có một hình thái cố định, thường hằng.

Kinh Đại Bát Niết Bàn (Mahāparinibbāna Sutta) có câu: "*Các hành đều vô thường, có sinh thì có diệt; bản chất của chúng là như vậy. Đã sinh khởi rồi cũng sẽ hoại diệt; sự lắng dịu, chấm dứt các hành ấy chính là an lạc tối thượng*".

Nguyên văn Pāli: *Aniccā vata saṅkhārā - uppāda-vaya-dhammino; uppajjitvā nirujjhanti, tesaṃ vūpasamo sukho.*

Tinh yếu giáo pháp của đức Phật được thể hiện trong Tứ Thánh đế, gồm: Khổ đế - sự thật về khổ, Tập đế - sự thật về nguyên nhân của khổ, Diệt đế - sự thật về sự chấm dứt khổ và Đạo đế - con đường đưa đến sự chấm dứt khổ, hướng tới giải thoát tối hậu, tức Niết bàn (Nirvāṇa).

Thánh đế thứ nhất chỉ rõ rằng đời sống con người luôn bị bao phủ bởi *dukkha* (khổ). Cuộc sống vẫn có những giai đoạn tươi đẹp, những khoảnh khắc hạnh phúc, nhưng cảm giác thất vọng, trống rỗng và khổ đau vẫn hiện diện trong đời sống của tất cả mọi người. Xét từ bản chất, cuộc đời con người luôn tiềm ẩn những bất toại nguyện và cảm thức khổ đau.

Khổ có thể bắt đầu từ những phiền toái nhỏ nhặt trong đời thường, cho đến những đau đớn, bất hạnh cùng cực. Khái niệm này không chỉ bao hàm những bi kịch, cái chết và nỗi đau mất mát, mà còn bao gồm tuổi già, bệnh tật, phải sống gần gũi với những điều không mong muốn, chia lìa người thân yêu; cùng những thực tại như tính không có thực thể bền vững, sự vô thường và trạng thái không bao giờ được thỏa mãn trọn vẹn. Khổ đau còn hiện diện trong cảnh nghèo đói cùng cực, thiếu ăn, nạn đói và những mất mát mà con người phải gánh chịu do chiến tranh gây ra.

Phần lớn những khổ đau mà con người phải đối diện có nguồn gốc từ chính bản thân họ. Điều quyết định chúng ta có thực sự bị khổ đau chi phối hay không, nhiều khi nằm ở cách chúng ta phản ứng trước những gì xảy đến. Theo Phật giáo, khổ đau có nguyên nhân và cũng có phương pháp chuyển hóa. Giải pháp không nằm ở việc nương tựa vào một đấng thiêng liêng toàn năng, cầu nguyện hay thờ phụng bất kỳ vị thần linh nào. Con đường cần thiết là rèn luyện tâm thức để nhìn nhận thực tại đúng như bản chất vốn có của nó.

Theo quan điểm được tác giả trình bày từ góc nhìn Phật giáo, đời sống con người không có một ý nghĩa tuyệt đối, cố hữu và được định sẵn. Cuộc đời có thể được nhìn nhận như một ảo tưởng do chính con người tạo dựng, không mang sẵn một ý nghĩa bất biến; thế giới hiện ra trước mắt chúng ta cũng không phải lúc nào có thể được lý giải một cách thỏa đáng. Chính con người, thông qua

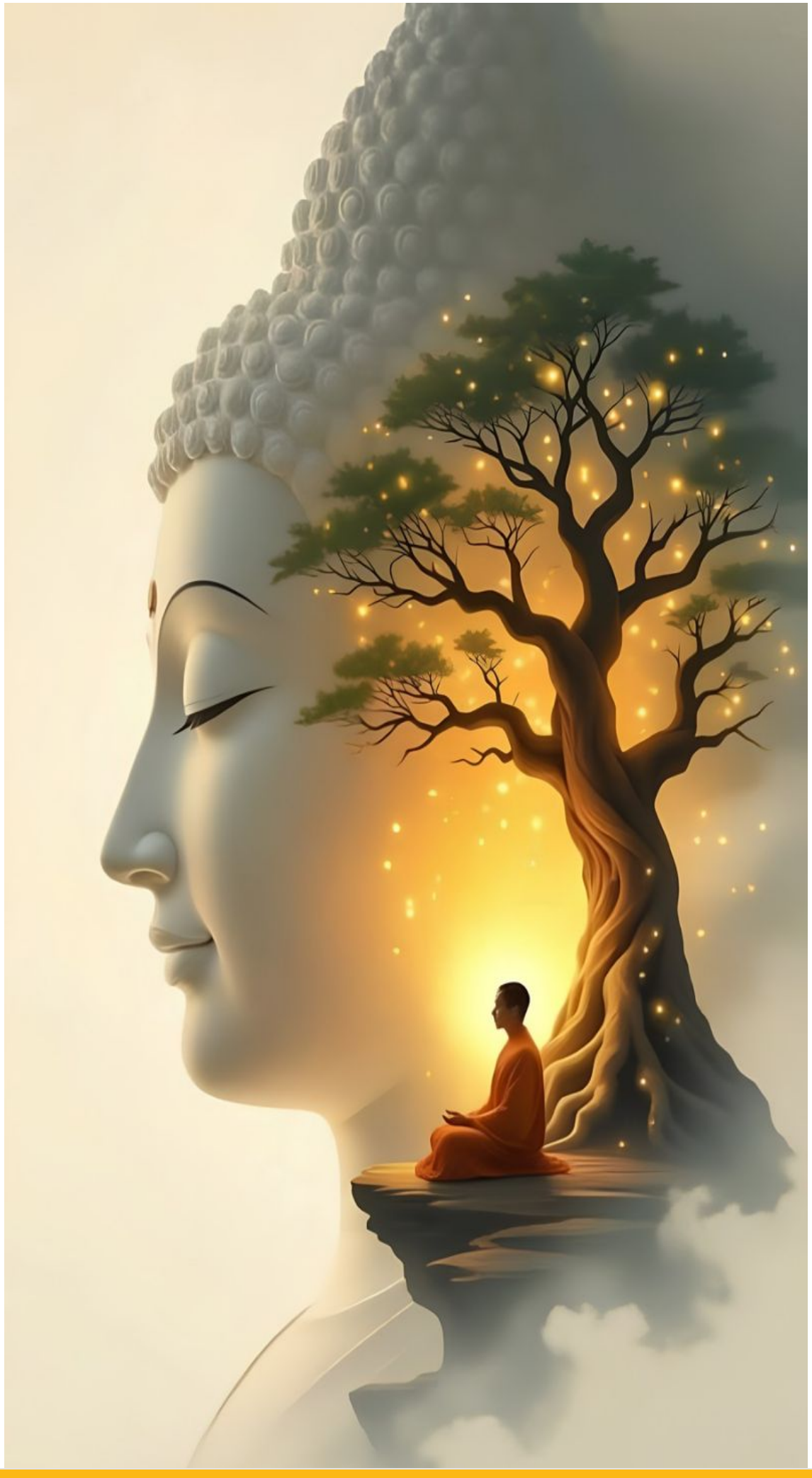
cách diễn giải và nhận thức của mình, trao ý nghĩa cho cuộc sống. Cũng chính chúng ta xác định mục đích đích thực và giá trị của đời mình. Cuộc đời sẽ trở thành như thế nào phụ thuộc vào cách mỗi người lựa chọn sống và kiến tạo nó.

Con người thường chìm trong khổ đau và bất mãn bởi họ không sẵn lòng thấu hiểu tính mong manh, ngắn ngủi và luôn biến chuyển của sự tồn tại. Từ thời cổ đại, nhà triết học Hy Lạp Heraclitus từng khẳng định rằng vạn vật luôn ở trong trạng thái vận động, biến đổi và biến đổi chính là bản chất cốt yếu của thực tại.

Mọi sự vật, dù thuộc thế giới tự nhiên hay đời sống con người, đều không ngừng thay đổi qua từng khoảnh khắc. Tất cả luôn vận động trong dòng chảy không ngừng; không gì có thể thoát khỏi quy luật biến đổi tất yếu và liên tục ấy. Không có bất cứ điều gì giữ nguyên trạng thái, dù chỉ trong một khoảnh khắc ngắn ngủi nhất.

Vô thường - sự thật không thể né tránh

Tính chất vô thường và luôn biến chuyển của vạn vật là một trong những nền tảng căn bản của giáo lý Phật giáo. Điều này cũng đúng với cơ thể con người. Thân thể chúng ta không ngừng thay đổi, từ khi hình thành trong bào thai cho đến lúc chào đời và trưởng thành.



(Ảnh: Internet)

Con người thường không nhận thức đầy đủ, thậm chí không muốn thừa nhận tính vô thường của các pháp hữu vi. Họ cũng không thích đối diện với sự thật rằng bản thân là những sinh thể hữu hạn, thường né tránh việc nói về cái chết vì cho rằng đó là chủ đề u ám, bi quan và đáng sợ. Thế nhưng, một sự thật nghiệt ngã vẫn không thể thay đổi: sớm hay muộn, tất cả chúng ta đều phải chết. Cái chết luôn hiện hữu như một bóng hình bao trùm kiếp người.

Đó là quy luật phổ quát của sự tồn tại: mọi sự vật, dù hữu tình hay vô tình, cuối cùng đều đi đến hồi kết. Đây là sự thật không dễ chấp nhận mà mỗi người rồi sẽ phải đối diện. Thời điểm cái chết xảy đến có thể bất định và không thể dự đoán, nhưng sự thật rằng cái chết sẽ đến thì không hề thay đổi. Đó là một phần tất yếu trong vòng tuần hoàn của đời người.

Nhận thức về cái chết giúp con người nhìn rõ hơn sự phù phiếm của những mối bận tâm và thú vui thế tục khi đặt trước giới hạn cuối cùng của kiếp sống. Cái chết luôn đè nặng trong tâm thức con người, như một lời nhắc nhở không thể né tránh về tính hữu hạn của sự tồn tại. Khi ý thức sâu sắc về thân phận hữu hạn của mình, con người có thêm động lực mạnh mẽ để sống một cuộc đời thực sự có ý nghĩa.

Tham ái và chiếc bẫy của hạnh phúc vật chất

Phật giáo chỉ ra rằng chính những ham muốn không có điểm dừng là một trong những nguyên nhân dẫn đến *dukkha* (khổ đau) của con người. Khát vọng và dục vọng của con người dường như vô hạn, trong khi đời sống của mỗi người lại hữu hạn. Dù vạn vật đều vô thường, mong manh và chóng tàn, con người vẫn không ngừng sinh khởi sự chấp trước, bám víu vào những thứ thuộc về vật chất như thể chúng có thể tồn tại vĩnh viễn.

Nhiều người dành cả cuộc đời để theo đuổi những giấc mơ rỗng không, cuống cuồng chạy theo những thú vui nhất thời và các giá trị vật chất, ngây thơ tin rằng tiền bạc, quyền lực cùng tài sản sở hữu sẽ mang lại hạnh phúc lâu dài.

Họ sống trong ảo tưởng rằng càng tích lũy nhiều của cải vật chất thì cuộc đời càng hạnh phúc, viên mãn và thỏa mãn. Thậm chí, họ còn cho rằng mức độ hạnh phúc tỷ lệ thuận với số lượng và giá trị tiền bạc của những gì mình sở hữu.

Thế nhưng, nếu nhìn sâu vào đời sống của những người mải miết theo đuổi khoái lạc thế gian, chúng ta có thể nhận ra rằng trong sâu thẳm tâm hồn họ, hạnh phúc và sự mãn nguyện đích thực lại rất ít ỏi.

Hạnh phúc không được quyết định bởi sự giàu có vật chất hay những thành công bên ngoài, mà nằm ở phẩm chất nội tâm, ở chiều sâu của tâm trí và trái tim; không phải ở những gì chúng ta sở hữu, mà ở chính con người chúng ta.

Nỗ lực thỏa mãn những ham muốn không có điểm dừng cũng giống như việc cố gắng giải khát bằng nước muối. Nước muối không những không làm dịu cơn khát mà còn khiến cơn khát thêm dữ dội. Một người bị vô minh (*avijjā*) che lấp tâm trí sẽ dễ rơi vào vòng xoáy tham cầu tiền bạc, quyền lực và địa vị. Điều đó không chỉ đem lại khổ đau cho chính họ mà còn gây tổn hại đến những người xung quanh. Những nỗi buồn và đau đớn lớn nhất trong cuộc đời nhiều khi bắt nguồn từ sự chấp trước, dính mắc.

Bởi vậy, mục tiêu của người phật tử là hướng đến giác ngộ thông qua việc nuôi dưỡng sự hiểu biết sâu sắc hơn về bản chất của sự tồn tại, từ đó vượt thoát *saṃsāra* (luân hồi) - vòng sinh tử nối tiếp với những kiếp sinh ra, chịu khổ đau và chết đi. Người tu tập được khuyến khích nỗ lực phát triển trí tuệ, tìm kiếm sự bình an nội tâm thông qua thực hành thiền định và chấm dứt vòng luân hồi. Đức Phật đã thuyết giảng Tứ Thánh đế cho thế gian, chỉ ra con đường giúp con người chấm dứt vòng khổ đau và đạt đến niềm an lạc tối thượng của Niết bàn (Nirvāṇa).

Đạo đức - nền tảng kiến tạo đời sống an lạc

Phật giáo đặc biệt nhấn mạnh việc thực hành các nguyên tắc đạo đức và luân lý trong đời sống hằng ngày. Đạo đức giữ vai trò quan trọng trong việc định hướng con người xây dựng một cuộc sống hài hòa, đồng thời điều chỉnh cách ứng xử và mối quan hệ giữa người với người.

Trong nhiều bản kinh và giới luật, Phật giáo đề cao những chuẩn mực đạo đức cao đẹp, đòi hỏi con người phải nghiêm túc thực hành. Qua nhiều bài thuyết giảng, đức Phật chỉ rõ rằng hạnh phúc chân chính chỉ có thể được hiện thực hóa khi con người sống ngay thẳng, có đạo đức và nuôi dưỡng những phẩm chất thiện lành.

Đạo đức và luân lý không chỉ giúp chúng ta từ bỏ những nhận thức sai lệch, những hình ảnh méo mó do suy nghĩ và cảm xúc chủ quan tạo ra, mà còn góp phần thúc đẩy tinh thần hợp tác và xây dựng đời sống cộng đồng. Các giá trị đạo đức chính là thước đo giúp con người phân biệt đúng - sai, thiện - ác trong hành vi và cách ứng xử.

Theo Phật giáo, mọi hành động xuất phát từ tham lam, sân hận và si mê đều thuộc về bất thiện, được gọi là *akusala-kamma* (nghiệp bất thiện). Ngược lại,

những hành động bắt nguồn từ lòng rộng lượng, tình thương và trí tuệ đều thuộc về thiện, được gọi là *kusala-kamma* (nghiệp thiện).

Mục tiêu tối hậu của Phật giáo là chấm dứt vòng khổ đau và chu kỳ sinh tử luân hồi bằng cách đoạn trừ ba độc căn bản: tham, sân và si. Đây chính là ba nguồn gốc phiền não chi phối tâm thức, khiến chúng sinh tiếp tục tạo nghiệp và trôi lăn trong vòng sinh tử.

Nhìn vào thế giới xung quanh, chúng ta có thể thấy rất nhiều người đang phải chịu đựng những khổ đau với mức độ chưa từng có. Nếu biết mở rộng sự quan tâm, dành cho họ lòng cảm thông và từ bi, chúng ta có thể mang đến sự an ủi và nâng đỡ tinh thần to lớn. Lựa chọn sống có đạo đức cũng chính là cách mỗi người góp phần xây dựng một thế giới giàu lòng trắc ẩn, công bằng và hài hòa hơn.

Phật giáo trao cho con người một phương thức để đối diện với những thách thức của cuộc sống khi phải trực tiếp chạm mặt với thực tại tồn tại. Việc đưa các giá trị Phật giáo vào đời sống thường nhật sẽ giúp chúng ta có thêm nền tảng và năng lực để vượt qua nhiều khó khăn, thử thách.

Toàn bộ tinh thần thực hành đạo đức mà người Phật tử cần tuân thủ có thể được khái quát trong bài kệ:

“Sabbapāpassa akaraṇaṃ,

Kusalassa upasampadā,

Sacittapariyodapanaṃ,
Etaṃ buddhāna sāsanaṃ”.

Nghĩa là:

"*Không làm mọi điều ác,*

Thành tựu các hạnh lành,

Giữ tâm ý trong sạch,

Đó là lời chư Phật dạy".

Đây là bài kệ thứ 183 trong kinh Pháp Cú (*Dhammapada*), cô đọng tinh thần cốt lõi của con đường tu tập: tránh xa điều ác, tích cực thực hành điều thiện và thanh lọc tâm ý. Ba phương diện ấy không chỉ là nền tảng đạo đức của người phật tử, mà còn là những nguyên tắc thiết thực giúp con người kiến tạo một đời sống an lành, có ý nghĩa.

[Góc nhìn biên tập]: Tìm thấy ý nghĩa cuộc đời từ sự thấu hiểu chính mình

Chúng ta dành phần lớn cuộc đời để kiếm tìm hạnh phúc, theo đuổi thành công và xây dựng những giá trị mà mình cho là bền vững. Thế nhưng, giữa thế giới không ngừng biến động, càng nắm giữ nhiều thứ, đôi khi con người càng bất an trước nguy cơ mất mát.

Câu hỏi về ý nghĩa cuộc đời vì thế không chỉ là vấn đề của triết học hay tôn giáo, mà còn là nỗi trăn trở rất thực trong đời sống hiện đại.



(Ảnh: Internet)

Từ góc nhìn Phật giáo, bài viết gợi mở cách tiếp cận đáng suy ngẫm: muốn hiểu ý nghĩa cuộc đời, trước hết cần nhận diện bản chất vô thường của sự tồn tại và những nguyên nhân khiến con người rơi vào khổ đau. Sự chấp chước, lòng tham muốn không có điểm dừng và tâm thức bị che lấp bởi vô minh khiến chúng ta dễ đồng nhất hạnh phúc với tiền bạc, quyền lực, địa vị và những thành tựu bên ngoài. Nhưng những giá trị ấy, dù có thể đem lại niềm vui nhất thời, không đủ bảo đảm sự bình an lâu dài.

Điều đáng chú ý, Phật giáo không khuyến khích con người trốn tránh cuộc sống hay phủ nhận những giá trị thế gian. Thay vào đó, giáo pháp hướng con người đến khả năng nhận thức đúng đắn, sống có trách nhiệm, biết tiết chế ham muốn, nuôi dưỡng lòng từ bi và thực hành các giá trị đạo đức. Hạnh phúc vì thế không đơn thuần được đo bằng những gì chúng ta sở hữu, mà còn được thể hiện

qua phẩm chất nội tâm và cách chúng ta đối xử với bản thân, người khác cũng như thế giới xung quanh.

Nhận thức về vô thường và cái chết cũng không nhằm gieo rắc bi quan. Trái lại, khi hiểu rằng đời người hữu hạn và không ai có thể nắm giữ mọi thứ mãi mãi, chúng ta càng có lý do để trân trọng hiện tại, sống tỉnh thức và lựa chọn những điều thực sự có giá trị.

Có lẽ, ý nghĩa cuộc đời không nằm ở việc tìm kiếm một câu trả lời duy nhất cho tất cả mọi người, mà bắt đầu từ cách mỗi người hiểu mình, chuyển hóa những bất an và lựa chọn sống như thế nào. Từ tinh thần ấy, lời dạy của đức Phật về không làm điều ác, siêng làm điều lành và thanh lọc tâm ý vẫn mang nguyên giá trị đối với con người hôm nay.

Theo: **dailymirror.lk**/Chuyển ngữ: **Thường Nguyên**

Nguồn link: **https://www.dailymirror.lk/news-features/The-Meaning-of-Life-from-a-Buddhist-Perspective/131-275678**

Chú giải thuật ngữ:

1. Dukkha (Khổ): Một trong những khái niệm nền tảng của Phật giáo, chỉ trạng thái khổ đau, bất toại nguyện và tính bất ổn của đời sống hữu vi. Dukkha không chỉ bao gồm đau đớn về thể xác, tinh thần mà còn hàm ý sự không trọn vẹn, không bền vững của mọi hiện tượng do duyên sinh.

2. Anicca (Vô thường): Tính chất luôn biến đổi, không tồn tại cố định của mọi pháp hữu vi. Không có sự vật hay hiện tượng nào có thể duy trì nguyên trạng mãi mãi.

3. Avijjā (Vô minh): Trạng thái không nhận thức đúng bản chất của thực tại, đặc biệt là không thấu hiểu Tứ Thánh đế, vô thường, khổ và vô ngã. Vô minh là một trong những căn nguyên khiến chúng sinh tiếp tục tạo nghiệp và trôi lăn trong luân hồi.

4. Taṇhā (Ái, tham ái): Sự khao khát, ham muốn và bám víu vào các đối tượng nhằm tìm kiếm sự thỏa mãn. Trong giáo lý Tứ Thánh đế, ái được xác định là nguyên nhân quan trọng dẫn đến khổ đau.

5. Saṃsāra (Luân hồi): Vòng sinh tử tiếp nối, trong đó chúng sinh liên tục tái sinh và chịu sự chi phối của nghiệp cùng các điều kiện duyên sinh.

6. Nibbāna/Nirvāṇa (Niết-bàn): Trạng thái giải thoát tối hậu, chấm dứt tham, sân, si và thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi. Niết bàn không đơn thuần là một cõi

sống hạnh phúc mà là sự đoạn tận các nguyên nhân dẫn đến khổ đau.

7. Kusala-kamma (Nghiệp thiện): Những hành động có chủ ý bắt nguồn từ các tâm thiện như không tham, không sân và không si, đem lại kết quả thiện lành.

8. Akusala-kamma (Nghiệp bất thiện): Những hành động có chủ ý bắt nguồn từ tham, sân và si, tạo ra những hệ quả bất thiện đối với bản thân và các mối quan hệ xung quanh.

9. Tứ Thánh đế (Four Noble Truths): Bốn sự thật căn bản trong giáo pháp của Đức Phật, gồm Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Đây là nền tảng giúp nhận diện khổ đau, tìm hiểu nguyên nhân, xác định khả năng chấm dứt khổ và thực hành con đường đưa đến giải thoát.

10. Pháp hữu vi (Saṅkhāra): Những pháp do các nhân duyên kết hợp tạo thành, luôn chịu sự chi phối của quy luật sinh khởi, biến đổi và hoại diệt.

11. Tam độc (Tham - Sân - Si): Ba căn bản phiền não gồm tham lam, sân hận và si mê. Đây là những nguyên nhân sâu xa khiến con người tạo nghiệp bất thiện và tiếp tục chịu khổ đau.

12. Kinh Pháp Cú (Dhammapada): Một bộ kinh thuộc Tiểu bộ kinh (Khuddaka Nikāya), gồm những bài kệ ngắn gọn, cô đọng lời dạy của đức Phật về đạo đức, trí tuệ và con đường tu tập. Bài kệ được trích dẫn ở cuối bài là kệ số 183, khái quát ba nguyên tắc căn bản: tránh làm điều ác, thực hành điều thiện và thanh lọc tâm ý.