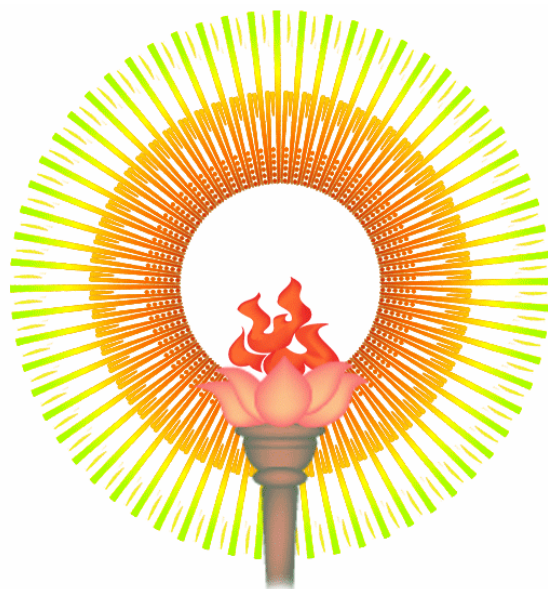


**PHÁP LUẬN 3**

**Pháp Thể  
Nhập Chân Trí**

**Phổ Nguyệt**



**Phổ Nguyệt, 2009**

## Mục Lục

1. Kinh Bất Tử
2. Kinh Trí
3. Kinh Niết Bàn
4. Kinh Bát Đại Nhân Giác:
  - 4.1. Điều Giác Ngộ 1
  - 4.2. Điều Giác Ngộ 2
  - 4.3. Điều Giác Ngộ 3
  - 4.4. Điều Giác Ngộ 4
  - 4.5. Điều Giác Ngộ 5
  - 4.6. Điều Giác Ngộ 6
  - 4.7. Điều Giác Ngộ 7
  - 4.8. Điều Giác Ngộ 8
5. Bát Nhã Tâm Kinh Qua Lăng Kính Thời Không
6. Minh Sát Tuệ
7. Pháp Chánh Niệm Lúc Đi Đứng
8. Yếu Chỉ Kinh Nhất Dạ Hiền Giả
9. Pháp Chánh Tri Kiến
10. Hiểu Biết Là Sự Giải Thoát

# 1. Kinh Bất Tử

## Bất Tử: Sự Đoạn Tận Các Nhân Sanh Tử Luân Hồi

\*  
\*

### I. Đại Cương

Chúng ta sống trong không gian vô cùng và thời gian vô tận tất phải có nhận thức về thế gian. Thế gian là một thế giới hiện tượng. Lưu chuyển mãi không ngừng nghỉ từng sát-na **sanh diệt** bất thường như vậy. Không gian luôn biến đổi. Chúng ta cũng chứng kiến được ruộng dâu biến thành bể cả và ngược lại. Thời gian huyền hóa làm cho sự vật trở thành sanh trụ hoại diệt; con người thì sanh già bệnh chết. Chúng ta nhận thức đúng đắn và chơn thật rằng thế gian quả là vô thường. Thế giới hiện tượng vô thường mà sự vật hiện hữu do nhân duyên kết hợp, do đó chúng không có lúc nào tự mình độc lập tồn tại (sanh diệt). Tâm con người cũng vậy. Theo Đại Thừa Khởi Tín Luận, “Sinh diệt của Tâm là do Như lai tạng mà có tâm sinh diệt. Tâm sinh diệt ấy hóa hợp bất diệt và sinh diệt một cách không phải đồng nhất cũng không phải biệt lập, và gọi là a lại da thức. A lại da thức có hai mặt, bao gồm và phát sinh tất cả các pháp; hai mặt ấy là tuệ giác và bất giác” Từ đó chúng ta biết được có sanh có diệt là hiện tượng vô thường đổi thay, và không sanh không diệt là sự thường hằng bất biến. Cho nên trong cái lưu chuyển biến đổi có cái thường hằng bất biến. Do đó, Phật đã dạy pháp từ nhân sanh diệt trở về cái bất sanh bất tử, như Kinh Bất Tử sau đây.

### II. Nội Dung Kinh

#### 26. KINH BẤT TU

*Tôi nghe như vậy:*

*Một thời, Phật du hóa tại nước Xá-vệ, trong rừng Thắng, vườn Cấp cô độc.*

*Bấy giờ Đức Thế Tôn nói rằng:*

*“Này A-nan, người giữ giới **không nên nghĩ** rằng: ‘Mong sao tôi **không có sự hồi hận**’.  
Này A-nan, bởi vì **pháp tánh** vốn vậy ai giữ giới, người ấy được sự không hồi hận.*

*“Này A-nan, người đã được sự không hồi hận, không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi **được hân hoan**’.  
Này A-nan, bởi vì **pháp tánh** vốn như vậy, ai không hồi hận người ấy được hân hoan.*

“Này A-nan, người đã được sự hân hoan không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi được hỷ’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn vậy, ai có **hân hoan**, người ấy được **hỷ**.”

“Này A-nan, người đã có hỷ không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi được tĩnh chỉ’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn như vậy, ai có **hỷ**, người ấy được **tĩnh chỉ**.”

“Này A-nan, người đã được tĩnh chỉ không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi có lạc’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn vậy, ai đã có **tĩnh chỉ**, người ấy được cảm **thọ lạc**.”

“Này A-nan, người đã có lạc không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi có định’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn vậy, ai có **lạc**, người ấy có **định**.”

“Này A-nan, người đã có định không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi thấy như thật, biết như chân’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn vậy, ai có **định**, người ấy **thấy như thật, biết như chân**.”

“Này A-nan, người thấy như thật, biết như chân không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi có sự yếm ly’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn như vậy, ai **thấy như thật, biết như chân**, người ấy có **sự yếm ly**.”

“Này A-nan, người đã có sự yếm ly không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi được vô dục’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn như vậy, ai có **sự yếm ly** người ấy được **vô dục**.”

“Này A-nan, người đã vô dục không nên nghĩ rằng: ‘Mong sao tôi được giải thoát’. Này A-nan, bởi vì pháp tánh vốn như vậy, ai **đã vô dục** người ấy được **giải thoát hết thấy dâm, nộ, si**.”

“Này A-nan, **đây là nhân trì giới mà được không hối hận, nhân không hối hận mà được hân hoan, nhân hân hoan mà được hỷ, nhân hỷ mà được chỉ, nhân chỉ mà được lạc, nhân lạc mà được định**.”

“Này A-nan, Đa văn Thánh đệ tử **nhân định mà có tri kiến như thật, nhân có tri kiến như thật mà có yếm ly, nhân có yếm ly mà được vô dục, nhân vô dục mà được giải thoát, nhân giải thoát mà có giải thoát tri kiến, biết đúng như thật rằng: ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa’**.”

“Này A-nan, đó chính là các pháp hỗ trợ lẫn nhau, làm nhân cho nhau. Như vậy, giới này đưa đến chỗ cao tột, tức là đưa từ bờ này đến tận bờ kia.”

Phật thuyết như vậy. Tôn giả A-nan và các Tỳ-kheo sau khi nghe Phật thuyết, hoan hỷ phụng hành.

## Lý giải kinh:

Pháp tánh là gì? Theo TĐPHVA, “**Pháp Tánh**: Tathagata-garbha or Dharmata (skt)—Chơn tánh tuyệt đối của vạn hữu là bất biến, bất chuyển và vượt ra ngoài mọi khái niệm phân biệt.” Pháp tánh có thể nói là tự tính không của sự vật. Nó là hư không hay pháp không chấp thủ, có đặc điểm không sanh không diệt, không tăng không giảm và

không sạch không nhớ. Khi ai giữ giới không nên nghĩ “Mong sao tôi không có sự hối hận” thì cảm giác trong tôi không có ghi lại trong tâm, vì lẽ sự không hối hận không dính mắc thì tâm trống rỗng như hư không, phù hợp với pháp tánh. Từ nguyên nhân đầu tiên muốn không hối hận mà sanh khởi. Thật ra khi không nghĩ “Mong sao tôi không có sự hối hận” là đã có cảm giác không hối hận, là sự phủ định hay đối nghịch sự hối hận là được hân hoan trong lòng. Không suy nghĩ đến sự hân hoan, vì sự hân hoan là có sự hỷ. Không nghĩ đến hỷ thì phù hợp với pháp tánh, vì ai có hỷ thì được tĩnh chỉ. Khi không nghĩ có tĩnh chỉ, đó là pháp tánh, vì có tĩnh chỉ là được thọ lạc. Khi không có lạc là pháp không, vì có lạc là được định. Có định, đừng nghĩ tôi mong thấy như chân biết như thật, vì ai được thấy biết như chân như thật thì được sự yếm ly. Ai có sự yếm ly, thì được vô dục. Có sự vô dục, đừng nghĩ mong có giải thoát, vì đã vô dục là được giải thoát hết thầy dâm, nộ, si. Khi có nhân trì giới mà được không hối hận và từ đó nhân pháp trước có quả pháp sau và quả pháp sau tiếp làm nhân pháp sau nữa, và cứ thế liên tiếp mãi theo các pháp như hân hoan, hỷ, lạc, định, thấy biết như chân như thật, yếm ly, vô dục, giải thoát, giải thoát tri kiến. **Như vậy biết đúng như thật rằng: ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa’.** Không sanh thì không diệt đó là sự bất tử. Sự bất tử do nhân bất sanh, được tu tập từ tướng không của sự vật sanh diệt trở về tánh không của pháp tánh không sanh không tử..

### III. Luận Giải

Bất tử là trạng thái bất sanh bất diệt, đó là một thực tướng trong dòng lưu chuyển của trạng thái sanh diệt hay thay đổi ở thế giới hiện tượng vô thường. Cái bất sanh bất tử, bất biến có thể gọi là chân trí hay chân như pháp tính. Pháp tánh là chơn tánh tuyệt đối của vạn hữu. Theo Chân Như Quan của Phật Giáo, sự thực hiện giáo điều này sẽ trở thành tiêu chuẩn của chân tri kiến của Phật Giáo. Tuy Phật nói là chân trí, nhưng thật ra nó chỉ là sự phù hợp với Chân-như Pháp-tính. Do đó, cái Chân-như quan cố hữu của Phật Giáo Nguyên thủy tuy nói lấy chân tướng của các pháp làm mục tiêu, nhưng tóm lại thì chỉ đứng trên cơ sở mê, ngộ của nhân sinh quan tôn giáo để thấu suốt chân tướng của mê, ngộ mà thôi.

Phật nói: **"Này các Tỷ Khưu! Tứ Đế này là Chân-như (tathani), là tính không hư vọng (avitathani), tính không biến dị (anannathani)".** Xem câu này ta đủ rõ cái chủ ý chân như pháp tính ở trên. Lại tiến thêm một bậc nữa mà khảo sát, cái nhân sinh quan lấy mê, ngộ làm tiêu chuẩn này vẫn coi sự thật là sự thật mà quan sát vũ trụ nhân sinh; có nắm được cái chân tướng của sự thật đó mới có thể kiến lập một cách xác thực.. (Kimura Taiken)

Khi dòng tâm thức từng sát-na sanh diệt theo thời gian làm cho tâm chứa nhiều tri kiến hỗn tạp, tạo lớp màn vô minh, vốn gốc sanh tử luân hồi. Giải thoát những tri kiến tâm trở nên trong sáng phù hợp với chân như pháp tánh. Phương pháp mà Phật dạy từ mê vọng (bất giác) trở lại (giác) pháp tánh trong sáng như hư không. Giải thoát là xa lìa mọi sai lầm của các pháp của tâm thức, không bị xúc thọ ái ràng buộc. "trong sự giải thoát là sự hiểu biết." Thật vậy, sự hiểu biết sáng suốt, là tuệ tri, là cái biết vô thời không, trong sát na hiện tiền. Khi hành giả tuệ tri (biết của Trí) về lục căn, lục trần, hay

lục thức, tâm thức và không có thời gian, thì xúc, thọ, ái không có kẻ hở để khởi sanh. Như hành giả quán, " tuệ tri ' Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa" thì dòng tâm thức ngừng chảy (vô thời không), tức là **đoạn diệt các nhân sanh diệt**, không suy nghĩ thêm quan niệm, hay tư tưởng gì về tâm thức đó. Khi xúc, thọ, ái không khởi sanh trong tâm, thì đoạn được thân kiến cũng như chúng không ràng buộc và gây ba độc, thì lúc ấy được giải thoát khỏi các lậu hoặc không có chấp thủ.

**Suy nghĩ** tức **tưởng tri** là biết do tưởng thức hoặc suy nghĩ lại những ý tưởng so đo của tự ngã, tưởng tượng những đối tượng không thật có do tiền ngũ căn trực tiếp nhận thức, nên sự nhận thức chấp trước, lệch lạc và không chơn thật của tri kiến phàm phu, chúng sanh thường tình do sở tri và tự ngã. Trong kinh Sáu Xứ, Phật thuyết giảng:

Những vị hữu học và bậc giác ngộ dùng **chánh trí** hay chơn tri để **tuệ tri** tri kiến thể nhập pháp tánh. **Không nên nghĩ** tức **tuệ tri** hay **biết** rõ ràng (Thấy biết như chơn lục căn, chơn lục trần, chơn lục thức). Cho nên **biết** mong mỗi không hối hận, mong hỷ, tĩnh chỉ, lạc, định, thấy biết như chơn như thật, yếm ly, vô dục, giải thoát dâm, nộ, si thí tất cả tri kiến đó đã thể nhập vào **pháp tánh** rồi, tâm thức không còn vẩn đục, không còn sanh khởi nữa, tức trạng thái bất sanh bất diệt hay sự bất tử hiển hiện.

## IV. Thực Hành

Dùng chân trí hay chánh trí (tuệ giác) để quán sát tức dùng tri thức nguyên thủy là **tướng không** của vạn hữu hòa nhập với pháp tánh hay **tánh không** như hư không vô tận. Phật dạy từ cái sanh diệt như hối hận, hỷ, tĩnh chỉ, thọ lạc, định, thấy biết như chân, yếm ly, vô dục, giải thoát tất cả dâm, nộ, si v.v..xoay lại tướng không hay tự tánh không của chúng để rồi hòa nhập tánh không của chân như pháp tánh. Như trong kinh Phật dạy phương pháp thực hành giải thoát tri kiến theo thời thiền theo ba cách như sau:

### 1. Định Niệm Xứ

- Tuệ tri (biết) Mong sao tôi không có sự hối hận;
- Tuệ tri mong sao tôi được hân hoan;
- Tuệ tri mong sao tôi được hỷ;
- Tuệ tri mong sao tôi được tĩnh chỉ;
- Tuệ tri mong sao tôi có lạc;
- Tuệ tri mong sao tôi có định;
- Tuệ tri mong sao tôi thấy như thật biết như chân;
- Tuệ tri mong sao tôi được vô dục;

- Tuệ tri mong sao tôi được giải thoát tất cả dâm, nộ, si;
- Tuệ tri mong sao tôi được tận diệt các nhân sanh diệt;
- Tuệ tri ***sự sanh đã dứt, phàm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa.***

## 2. Định Niệm hơi thở (còn dùng trí)

\*1). **Nhắm biết niệm hay đọc hơi thở** (ngôn hành): Định niệm bằng tướng hơi thở (có lời, có tiếng): Định niệm bằng **thể tướng** hơi thở.

Định Niệm Hơi Thở bằng lời. Biết Nhắm Đọc hơi thở.

***Khi thở vô, “Tôi biết tôi thở vô.”***

***Khi thở ra, “Tôi biết tôi thở ra”***

\*2) **Thăm hội biết Thức Hơi Thở (Thức Hành)**. Định niệm bằng nhận thức luồng hơi thở (ý thức thăm hội hơi thở)

***“Biết tôi thở vô***

***Biết tôi thở ra”***

Chỉ dùng **căn ý là chủ** (lặng lẽ) để nhận thức (với ý tác động) **hơi thở vô hơi thở ra là khách**.

*Đó là cách Tĩnh Thức.*

\*3). **Ngộ nhập biết + ý trí Hơi Thở (Trí hay Tánh Hành)**. Định niệm bằng ý trí ngộ nhập hơi thở (tri nhận đối tượng trong trí: ngộ nhập luồng hơi thở vào cái biết). **Biết** tri nhận **luồng hơi thở**. Định và chánh niệm hơi thở nên gọi là Trí Hành hay Tĩnh Giác.

***“Biết tôi biết thở vô***

***Biết tôi biết thở ra.”***

Biết rõ hơi thở vô hơi thở ra. Định và chánh niệm bằng ý trí (ý tác năng)

Đó là **Tĩnh Giác** về hơi thở. Chỉ có thở vô thở ra được ý trí ý niệm hóa mà thôi.

## 3. Vô Niệm (không dùng trí)

**Thể Nhập Cảm giác Vô Ra (Thân Hành: Vô Niệm)**: không niệm tướng niệm thức cả niệm trí): Pháp bản như vô pháp: Như là không thở: **Thể Nhập** chốn tịch tĩnh như nhiên, cảm nhận luồng hơi thăm lặng Vô Ra.

***“Cảm giác vô,***

***“Cảm giác ra.”***

Cảm giác Vô Ra, vì khi nhận dạng cảm giác (bóng dáng) của một đối tượng mà chưa được nhận thức (chưa được đặt tên hay đọc tên) tên đối tượng là chỉ thể nhập nơi tịch tĩnh y nhiên, tức là cảm giác chỗ đối tượng chưa thành hình, chưa có tên (giả danh), đó cũng gọi là tri thức nguyên thủy hay tuệ giác của chân trí. **Cảm nhận** luồng hơi vô luồng hơi ra vô mà thôi. Khi không có mặt đối tượng thì năng s song vong.

## V. Kết Luận

Kinh bất tử là pháp học trì giới rèn luyện phạm hạnh, đồng thời Phật dạy tu tập giải thoát tri kiến để vượt dòng tâm thức luân sanh diệt. Giải thoát tri kiến có nghĩa là khôi phục lại cái thực tính của tri kiến, tức là sự hiểu biết chân thật trở về chân như pháp tánh. Vượt thoát khỏi đối tượng và biết tìm đến tự tính của nó là đường về chân nguyên. Lộ xác tri kiến giả lập để thể hiện tri thức thực sự tức là Tri thức đúng hay hiểu biết chân thật tức là đoạn tận các nhân sanh diệt. Quán sát tướng không của vạn hữu hay tự ngã không của tâm hòa nhập tánh không của chân như pháp tánh, cõi thường hằng bất biến, đó là sự bất sanh bất tử

Từ đó chúng ta mới có thể mở ra tuệ giác vượt khỏi thời gian và không gian đến bờ Giác Ngộ Giải Thoát để Sống Đời Tự Do Tự Tại, trong cõi vô cùng hằng hữu của trạng thái bất tử.

### Tham khảo

Chân Như Quan của Phật Giáo. *Tác giả:* Kimura Taiken *Việt dịch:* Thích Quảng Độ, trích trong website Quảng Đức:: <http://www.quangduc.com>.

43. Kinh Bất Tử. Số 26-Kinh Trung A-Hàm. Do Thích Tuệ Sỹ Việt dịch từ Hán văn, trích trong website Quảng Đức..

146. Kinh Sáu Xứ. Kinh Trung Bộ. HT. Thích Minh Châu Việt dịch, đăng trên website Quảng Đức.

TĐPGVA. (Tự Điển Phật Giáo Việt Anh). Thiện Phúc trong website Quảng Đức.

## 2. Kinh Trí

### Thực Tướng Nhân Duyên của Pháp Giới

\*

\*

### I. Đại Cương

Chủ đích Kinh Trí đức Phật lý giải một cách sâu sắc về pháp giới đồng thời tuyên bố cứu cánh của trí. Chứng trí là thực tướng của trí giác, trí tuệ hay trí bát nhã, tức tri thức đúng cái tri thức sai lầm (nhi nguyên) là giải thoát mọi phiền não, nhân duyên chẳng chịt, cũng là tự giác và giác tha. Khi tuyên bố chứng đắc trí là đã đoạn tận sự sanh diệt, Chứng trí là một thực tại tuyệt đối là thấy biết như thật như chân. Nhân duyên pháp giới là dòng lưu chuyển của hiện tượng luôn đổi thay, tuy vậy trong cái chuyển động có cái thường hằng bất biến. Chơn không diệu hữu là hình trạng hằng hữu của không tướng



các pháp, là tự tính sự vật, đầy đủ tính, muôn hình vạn trạng, biến hóa khôn lường, hay sanh, trùng trùng duyên khởi trong hư không, trong tầng thức của chúng sinh. Pháp giới duyên khởi là hiện tượng vô thường nên không có tự tính, công đồng hiện hữu, đồng thời hiện khởi. Trong pháp giới duyên khởi, mọi hiện tượng đều tùy thuộc lẫn nhau, cái này tùy thuộc cái kia, do đó một trong tất cả và tất cả trong một. Mỗi một pháp là một cục bộ (bộ phận riêng) trong toàn bộ và toàn bộ hỗ tương giao thiệp với hết thảy mọi cục bộ trong toàn bộ. Muốn tháo gỡ một hay nhiều pháp (cục bộ) ra khỏi vòng nhân duyên chằng chịt của pháp giới (toàn bộ mắc xích), theo lời Phật dạy, có thể tự tuyên bố chứng đắc trí là phải thấy thế nào, biết thế nào. để thoát ra khỏi vòng mắc xích sanh diệt triền miên đó. Kinh Trí Phật dạy rất rõ về nghĩa lý các pháp trong pháp giới duyên khởi, đồng thời dạy pháp mở trí khỏi nhân duyên ràng buộc của dòng bộc lưu sanh tử..

## II. Nội Dung Kinh

### 23. KINH TRÍ<sup>[1]</sup>

.....

Thế Tôn hỏi rằng:

**1\*** “*Này Xá-lợi-phất, có thật vừa rồi thầy tự tuyên bố là chứng đắc trí, biết như thật, rằng ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa’ chăng?*”

Tôn giả Xá-lê Tử bạch rằng:

“*Bạch Thế Tôn, không phải với lời văn ấy, không phải đi với câu ấy mà con nói về nghĩa ấy*”.

Đức Thế Tôn bảo:

“*Này Xá-lê Tử, một thiện nam tử tùy phương tiện<sup>[5]</sup> mà tuyên thuyết, hề có chứng đắc trí, thì tuyên bố chứng đắc trí*”.

Tôn giả Xá-lê Tử bạch rằng:

“*Bạch Thế Tôn, con vừa nói không phải với lời ấy, không phải với câu ấy mà con nói về nghĩa ấy*”.

Đức Thế Tôn hỏi:

“*Này Xá-lê Tử nếu có vị phạm hạnh nào đến hỏi thầy thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, biết thế nào, thấy thế nào, để có thể tự tuyên bố là chứng đắc trí, biết như thật rằng: ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa?’* *Này Xá-lê Tử nghe như vậy thầy sẽ trả lời sao?*”

Tôn giả Xá-lê Tử trả lời rằng:

“Bạch Thế Tôn, nếu có vị phạm hạnh đến hỏi con rằng: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, biết thế nào, thấy thế nào, để có thể tự tuyên bố là chứng đắc tri, biết như thật rằng: ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa?’ Bạch Thế Tôn, nếu có người phạm hạnh đến hỏi con như vậy, con sẽ trả lời như vậy: ‘Chư Hiền, sanh có nhân. Nhân của sự sanh ấy diệt tận, thì biết nhân của **sự sanh diệt tận**; tôi tự tuyên bố là **chứng đắc tri**, biết như thật rằng: ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa?’ Bạch Thế Tôn nếu có người phạm hạnh đến hỏi con như vậy, con sẽ trả lời như thế”.

Đức Thế Tôn khen rằng:

“Hay thay! Hay thay! Nếu các vị phạm hạnh đến hỏi như thế, thầy nên trả lời như vậy. Vì sao thế? Vì nói như thế nên biết đó là **ngiã**”.

Đức Thế Tôn hỏi rằng:

**2.\*** “Này Xá-lê Tử, nếu có vị phạm hạnh đến hỏi thầy thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, **sự sanh** do **nhân** gì, do **duyên** gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc<sup>[6]</sup>?’ Thầy nghe những câu hỏi đó, trả lời như thế nào?”

Tôn giả Xá-lê Tử thưa:

“Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con rằng: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, **sự sanh** do nhân gì, do duyên gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc?’ Con nghe như vậy sẽ trả lời rằng: ‘Này chư Hiền, **sự sanh** lấy **hữu** làm nhân, lấy hữu làm duyên, từ **hữu** mà **sanh**, lấy **hữu** làm gốc’. Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con như thế, con sẽ trả lời như vậy”.

Đức Thế Tôn khen:

“Hay thay! Hay thay! Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy như thế, thầy nên trả lời như thế. Vì sao thế? Vì nói như vậy nên biết đó là **ngiã**”.

Đức Thế Tôn hỏi rằng:

“Này Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, **hữu** do **nhân** gì, do **duyên** gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc?’ Thầy nghe những lời ấy sẽ trả lời thế nào?”

Tôn giả Xá-lê Tử thưa rằng:

**3.\*** “Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con rằng ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, **hữu** do nhân gì, do duyên gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc?’ Bạch Thế Tôn con nghe như vậy, con sẽ trả lời thế này: ‘Này chư Hiền, **hữu** lấy **thủ**<sup>[7]</sup> làm nhân, lấy thủ làm duyên, từ thủ mà sanh, lấy thủ làm gốc.’ Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con như thế, con sẽ trả lời như vậy.”

Đức Thế Tôn khen rằng:

“Hay thay! Hay thay! Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy như thế, thầy nên trả lời như thế. Vì sao thế? Vì nói như vậy nên biết đó là nghĩa”.

Đức Thế Tôn hỏi rằng:

“Này Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, thủ do nhân gì, do duyên gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc?’ Thầy nghe những lời ấy sẽ trả lời thế nào?”

Tôn giả Xá-lê Tử thưa rằng:

**4.\*** “Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con rằng ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, **thủ** do nhân gì, do duyên gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc?’ Bạch Thế Tôn, con nghe như vậy, con sẽ trả lời thế này: ‘Này chư Hiền, **thủ** lấy **ái** làm nhân, lấy **ái** làm duyên, từ **ái** mà sanh, lấy **ái** làm gốc’. Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con như thế, con sẽ trả lời như vậy”.

Đức Thế Tôn khen rằng:

“Hay thay! Hay thay! Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy như thế, thầy nên trả lời như thế. Vì sao thế? Vì nói như vậy nên biết đó là nghĩa”.

Đức Thế Tôn hỏi rằng:

“Này Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, thế nào là **ái**?’ Thầy nghe những lời ấy sẽ trả lời thế nào?”

Tôn giả Xá-lê Tử thưa rằng:

**5.\*** “Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con rằng ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, thế nào là **ái**?’ Bạch Thế Tôn, con nghe như vậy, con sẽ trả lời thế này: ‘Này chư Hiền, có **ba cảm thọ**; **cảm thọ lạc, cảm thọ khổ, cảm thọ không lạc không khổ**. Ở trong đó mà **ham muốn, dấn trước, đó gọi là ái**’. Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi con như thế, con sẽ trả lời như vậy”.

Đức Thế Tôn khen rằng:

“Hay thay! Hay thay! Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy như thế, thầy nên trả lời như thế. Vì sao thế? Vì nói như vậy nên biết đó là nghĩa”.

Đức Thế Tôn hỏi rằng:

**6\*** “Này Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, **biết thế nào, thấy thế nào để đối với ba thọ không ham muốn, dấn trước?**’ Thầy nghe vậy rồi trả lời thế nào?”

Tôn giả Xá-lê Tử thưa rằng:

“Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi rằng: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, biết thế nào, thấy thế nào để đối với ba thọ không ham muốn, đắm trước?’ Nghe vậy rồi, con sẽ trả lời rằng: ‘Này chư Hiền, **ba thọ này là pháp vô thường pháp khổ, pháp diệt. Pháp vô thường tức là khổ; thấy khổ rồi liền không còn ham muốn, đắm trước đối với ba thọ**’. Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi như thế, con sẽ trả lời như vậy”.

Đức Thế Tôn khen rằng:

“Hay thay! Hay thay! Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy như thế, thầy nên trả lời như thế. Vì sao thế? Vì nói như vậy nên biết đó là nghĩa”.

Bấy giờ Đức Thế Tôn bảo rằng:

**7.\*** “Này Xá-lê Tử, lời nói này còn có ý nghĩa nữa để lời nói ấy có thể trả lời vẫn tất. Này Xá-lê Tử, **những gì được cảm thọ, những gì được tạo tác, thấy đều là khổ** <sup>[9]</sup>. Này Xá-lê Tử, đó gọi là còn một ý nghĩa nữa để lời nói ấy có thể được **trả lời vẫn tất**”.

Đức Thế Tôn hỏi rằng:

“Này Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, bội xả thế nào để tự tuyên bố là chứng đắc trí, biết như thật, rằng ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa?’”

Tôn giả Xá-lợi-phất thưa rằng: “Bạch Thế Tôn, nếu có vị phạm hạnh đến hỏi con thế này: ‘Thưa Tôn giả Xá-lê Tử, **bội xả** thế nào để tự tuyên bố là chứng đắc trí, biết như thật, rằng ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa?’ Con nghe như vậy sẽ trả lời thế này: ‘Này chư Hiền, **tôi do bội xả bên trong mà diệt tận các ái, không kinh hãi, không sợ sệt, không nghi, không hoặc, thực hành sự thủ hộ như vậy. Thủ hộ như thế rồi không sanh ra lậu bất thiện**’. Bạch Thế Tôn, nếu các vị phạm hạnh hỏi con như thế, con sẽ trả lời như vậy.

Đức Thế Tôn khen rằng:

“Hay thay! Hay thay! Xá-lê Tử, nếu các vị phạm hạnh đến hỏi thầy như thế, thầy nên trả lời như thế. Vì sao thế? Vì nói như vậy nên biết đó là nghĩa”.

Đức Phật bảo rằng:

**8.\*** “Này Xá-lê Tử, lời nói này còn có ý nghĩa nữa để lời nói ấy có thể trả lời vẫn tất. ‘Đối với những kết sử mà Sa-môn nói đến<sup>[14]</sup>, **những kiết sử ấy không tồn tại nơi ta, thực hành sự thủ hộ như vậy; thủ hộ như thế rồi không còn sanh ra lậu bất thiện nữa**’. Này Xá-lê Tử, đó gọi là còn có ý nghĩa nữa để lời nói ấy có thể trả lời vẫn tất”.

Đức Thế Tôn nói như vậy rồi, liền từ chỗ ngồi đứng dậy đi vào tịnh thất tĩnh tọa. Sau khi Đức Thế Tôn đi vào tịnh thất chẳng bao lâu, Tôn giả Xá-lê Tử bảo các Tỳ-kheo rằng:

**9.\*** “Này chư Hiền, thoát tiên tôi chưa kịp gọi ý mà Đức Thế Tôn lại hỏi ý nghĩa đó, tôi đã nghĩ rằng sợ không trả lời được. Này chư Hiền, khi tôi nói ra ý nghĩa thứ nhất liền được Đức Thế Tôn tán thán, tôi lại nghĩ thế này: ‘Nếu Đức Thế Tôn trong một ngày một đêm, với những lời khác với những câu khác, mà hỏi tôi về nghĩa này, thì tôi vẫn có thể trong một ngày một đêm, với những lời khác, câu khác mà trả lời Đức Thế Tôn về nghĩa ấy. Nếu Đức Thế Tôn trong hai, ba, bốn ngày cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác câu khác mà hỏi tôi về nghĩa này, thì tôi vẫn có thể trong hai, ba, bốn cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác, câu khác mà trả lời Đức Thế Tôn về nghĩa ấy.’”

Tỳ-kheo Hắc Xi nghe Tôn giả Xá-lê Tử nói những lời ấy rồi, liền từ chỗ ngồi đứng dậy, vội đến chỗ Phật bạch rằng:

“Sau khi Thế Tôn vào tịnh thất chẳng bao lâu, Tôn giả Xá-lê Tử nói rất to chẳng thua gì tiếng rống của sư tử, rằng: ‘Này chư Hiền, thoát tiên tôi chưa kịp gọi ý mà Đức Thế Tôn lại hỏi ý nghĩa đó, tôi đã nghĩ rằng sợ không trả lời được. Này chư Hiền, khi tôi nói ra ý nghĩa thứ nhất liền được Đức Thế Tôn tán thán, tôi lại nghĩ thế này: Nếu Đức Thế Tôn trong một ngày một đêm, với những lời khác với những câu khác, mà hỏi tôi về nghĩa này, thì tôi vẫn có thể trong một ngày một đêm, với những lời khác, câu khác mà trả lời Đức Thế Tôn về nghĩa ấy. Nếu Đức Thế Tôn trong hai, ba, bốn ngày cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác câu khác mà hỏi tôi về nghĩa này, thì tôi vẫn có thể trong hai, ba, bốn cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác, câu khác mà trả lời Đức Thế Tôn về nghĩa ấy.’”

Đức Thế Tôn bảo rằng:

**10.\*** “Này Hắc Xi, thật như vậy! Thật như vậy! Nếu Ta trong một ngày một đêm, với những lời khác với những câu khác, mà hỏi Tỳ-kheo Xá-lê Tử về nghĩa này, thì Tỳ-kheo Xá-lê Tử vẫn có thể trong một ngày một đêm, với những lời khác, câu khác mà trả lời Ta về nghĩa ấy. Này Hắc Xi, nếu Ta trong hai, ba, bốn ngày cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác câu khác mà hỏi Tỳ-kheo Xá-lê Tử về nghĩa này, thì Tỳ-kheo Xá-lê Tử vẫn có thể trong hai, ba, bốn cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác, câu khác mà trả lời Ta về nghĩa ấy. Vì sao thế?”

### III. Lý Giải

#### A. Trực Giải

**1.\* Chứng đắc trí: ‘biết như thật, rằng ‘Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa’**

Chứng đắc trí sự là thực hiện đầy đủ và trọn vẹn đức trí theo đệ nhất nghĩa các pháp trong pháp giới duyên khởi.

**Thứ nhất** là phải dùng chơn trí: thấy biết như chân như thật sự sanh diệt không còn nữa.

Nếu thấy biết như chơn lục căn, chơn lục trần và chơn lục thức thì những hệ lụy và say đắm không xảy ra. (theo Đại Kinh Sáu Xứ). Nói cách khác, thấy biết chơn lục căn, lục trần, lục thức là thể cách nhận thức sự vật một cách sáng suốt vô thời không; đó cũng là sự nhận thức của chơn trí.

Phật đã giải rõ về nhãn căn sắc trần và nhãn thức theo chơn trí. Chúng ta nhìn một vật thì thấy và biết như chơn mắt, thấy biết như chơn các sắc, thấy biết như chơn nhãn thức vì chúng ta đã hiểu được chơn mắt, chơn các sắc, và chơn nhãn thức theo thật tướng của chúng như đã trình bày trên. Chơn mắt, chơn sắc, và chơn nhãn thức là một khi nhìn một vật gì thì sử dụng một lần mà thôi (vô thời gian). Nếu không kéo dài thời gian thì vật đó còn nguyên thủy: nó-là-nó tại đó và lúc đó, vô thời không hay mắt, sắc (vật), hay thấy (nhãn thức) vẫn còn chơn nguyên, thấy biết không bị xúc thọ ái lặn trôi theo thời gian mà có những khái niệm, nên mắt, sắc, thấy biết không thay đổi, cố định. Có thể nói, **thấy** do ngũ giác quan là **thức** bên ngoài; **biết** là **Trí** do **ý trí** tri nhận bên trong. Thấy như chơn (**chơn thức**), biết như thật là **chơn trí**, (tri thức nguyên thủy) là sự giải thoát bên trong.

**Thứ hai**, khi chúng ta đã thực hiện nghiêm túc và thực hành tuệ giác và giới luật là không còn chấp thủ tất cả lậu hoặc cò thể gọi là phạm hạnh đã vững vàng, đó cũng là đã nhận thức thực tại toàn diện về trí năng tình năng hoạt năng theo chơn trí.

**Thứ ba**, các việc cần làm đã thực hiện theo **đệ nhất nghĩa các pháp**, tức các pháp được nhận thức trọn vẹn **ý nghĩa** của nó không thêm không bớt, nghĩa là pháp không sanh không diệt không còn tái sanh nữa bất biến, vô thời không tức là không biến đổi theo thời gian và không gian như *“vẫn có thể trong hai, ba, bốn cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác, câu khác mà trả lời Đức Thế Tôn về nghĩa ấy”*

.Nói chung, trong Trí (hay Tâm) chúng ta đều có chứa sẵn biểu hiện Trí Năng, Tình Năng và Hoạt Năng, nên dây thần kinh dẫn truyền lên não hình ảnh của chơn sắc từ chơn mắt để có chơn nhãn thức thì đồng thời đã xúc chạm dây thần kinh thị giác, có nhãn xúc; do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ. Vì chúng ta thấy biết chơn cảm thọ không có thời gian, nên không có ái trước (trong A Lại Da thức) đối với mắt (mắt không lập lại), không có ái trước đối với các sắc (hình ảnh các sắc có sẵn tích tụ) và ái trước đối với nhãn xúc (Xúc có sẵn trong A-Lai-Da Thức: ký ức). Từ đó do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, bất khổ bất lạc thọ mà không có ái trước đối với cảm thọ ấy.

Vậy, thấy như chơn biết như thật tức là:

- sự sanh đã dứt, cái biết sát-na hiện tiền: **vô niệm**;
- phạm hạnh đã vững là không còn chấp thủ tất cả lậu hoặc, là không tánh, cái biết trống rỗng, vô không gian: **vô tướng**;
- không còn tái sanh nữa, cái biết không lập lại: **vô trụ**.
- Đó là cái biết **sát-na hiện tiền**, cái biết **vô thời không**.

Có thể tự tuyên bố chứng đắc trí, trong mắc xích pháp giới, là mở ra một pháp được tri nhận một cách tuyệt đối (đệ nhất nghĩa của nó), vì đã tận diệt sanh khởi. Khi thực hiện toàn diện chơn trí là thể nhận nghĩa sâu sắc về pháp giới duyên khởi, sanh đã diệt,

không còn tái sinh nữa. Đó không phải ngôn từ suông mà là nghĩa sâu sắc của pháp giới và nghĩa chơn thật của mỗi pháp.

## 2. Sự sanh do nhân gì, do duyên gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc?

Sự sanh lấy hữu làm nhân, lấy hữu làm duyên, từ hữu mà sanh, lấy hữu làm gốc.. Từ sự tập khởi của hữu có sự tập khởi của sanh, Có hữu mới khởi sanh, không có hữu lấy gì sanh. Sanh: Jati (skt) khởi từ nghiệp lực quá khứ đưa đến kết quả trong tương lai một cách chính xác theo nghĩa của chi thứ mười một trong mười hai nhân duyên.

3. Hữu lấy thủ làm nhân, lấy thủ làm duyên, từ thủ mà sanh, lấy thủ làm gốc. Thủ dẫn đến sanh Hữu: Do sự chấp giữ có cái của ta hay của người mà gìn giữ sợ mất. Hữu: Bhava (skt). Từ những tham dục mà chấp hữu, cố gắng làm chủ những gì mình muốn như tiền bạc, nhà cửa, danh vọng, vân vân. Qua chấp thủ mà “hữu” theo liền.

4. Thủ do nhân gì, do duyên gì, từ đâu mà sanh, lấy gì làm gốc? Thủ lấy ái làm nhân, lấy ái làm duyên, từ ái mà sanh, lấy ái làm gốc. Do sự yêu ái được tích trữ thời sự chiếm hữu hay chấp giữ mới có. Thủ: Upadana (skt)-Chấp thủ vào những thứ mà mình ham thích

5. Thế nào là ái? Có ba cảm thọ; cảm thọ lạc, cảm thọ khổ, cảm thọ không lạc không khổ. Ở trong đó mà ham muốn, đắm trước, đó gọi là ái. Từ tập khởi của thọ, có tập khởi của ái. Ái: Trsna (skt)-Ham muốn vui sướng kéo dài. Từ ham muốn đưa đến trói buộc.

6. Biết thế nào, thấy thế nào để đối với ba thọ không ham muốn, đắm trước? Ba thọ này là pháp vô thường pháp khổ, pháp diệt. Pháp vô thường tức là khổ; thấy khổ rồi liền không còn ham muốn, đắm trước đối với ba thọ. Thọ: Vedana- Những cảm giác vui, buồn, sướng khổ. Qua cảm giác đưa tới sự ham muốn

7. Những gì được cảm thọ, những gì được tạo tác, thấy đều là khổ. Do bội xả (giải thoát bên trong) mà diệt tận các ái, không kinh hãi, không sợ sệt, không nghi, không hoặc, thực hành sự thủ hộ như vậy. Thủ hộ như thế rồi không sanh ra lậu bất thiện

8. Những kiết sử ấy không tồn tại nơi ta, thực hành sự thủ hộ như vậy; thủ hộ như thế rồi không còn sanh ra lậu bất thiện nữa. Kiết và sử, hai tên gọi khác nhau của phiền não, kiết là trói buộc thân tâm kết thành quả khổ, sử là theo đuổi và sai sử chúng sanh. Theo Thanh Tịnh Đạo, kiết sử là mười pháp khởi từ sắc tham; gọi là kiết sử vì chúng trói buộc các uẩn trong đời này với các uẩn đời kế tiếp, hoặc trói buộc nghiệp với quả, hoặc trói buộc hữu tình vào đau khổ. Vì bao lâu cái này còn hiện hữu thì cái kia không chấm dứt. (TĐPHVA)

9. Ý nghĩa đó, dù trong một ngày một đêm, với những lời khác với những câu khác, mà hỏi tôi về nghĩa này, thì tôi vẫn có thể trong một ngày một đêm, với câu khác mà trả lời Đức Thế Tôn về nghĩa ấy. Nghĩa đó rất sâu sắc do duyên

khởi của sự vật và tánh thấy như chân biết như thật, không phải là những lời nói câu văn là những ngôn ngữ giả lập.

**10. Nghĩa ấy.** là sự **thấu đạt sâu xa về pháp giới** vậy. Tên của sự vật khi nói chung cả lý lẫn sự; là chân lý tuyệt đối hay chân như pháp tính là nhân,

## B. Luận Giải

Đi tìm thực tướng của nhân duyên chúng ta cần thiết phải dùng chơn tri để nhận thức mọi biến đổi trong pháp giới. Từ những bài học Phật dạy trong kinh luận có thể mở ra con đường sáng mà soi rọi các pháp điền hình như sau:

### • Chơn Trí.

*Này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn mắt, thấy và biết như chơn các sắc, thấy và biết như chơn nhãn thức, thấy và biết như chơn nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ, thấy và biết như chơn cảm thọ ấy; vị ấy không ái trước đối với con mắt, không ái trước đối với các sắc, không ái trước đối với nhãn thức, không ái trước đối với nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; vị ấy không ái trước đối với cảm thọ ấy.*

*Khi vị ấy trú, quán sát vị ngọt, không bị ái trước, hệ lụy và tham đắm, nên năm thủ uẩn đi đến tàn diệt trong tương lai. Và ái của vị ấy, đưa đến tái sanh, cấu hữu với hỷ và tham, tìm sự hoan lạc chỗ này chỗ kia; ái ấy được đoạn tận; những tâm ưu não của vị ấy được đoạn tận; những tâm ưu não được đoạn tận; những tâm nhiệt não được đoạn tận; những tâm nhiệt não được đoạn tận; những tâm khổ não được đoạn tận; vị ấy cảm thọ thân lạc và tâm lạc (Đại Kinh Sáu Xứ)*

Tóm lược, nếu thấy biết như chơn lục căn, chơn lục trần và chơn lục thức thì những hệ lụy và say đắm không xảy ra. Nói cách khác, thấy biết chơn lục căn, lục trần, lục thức là thể cách nhận thức sự vật một cách sáng suốt vô thời không; đó cũng là sự nhận thức của chơn trí

Theo tinh thần trí bát nhã - Giải Kiến: Tánh Không của Trí và Đắc -."Chân Trí hay Chân Đắc là thực tướng của Trí và Hành. Trí thức đúng (tự tính tuyệt đối) là Chứng, là giác ngộ, mà giác ngộ mới thực hành đúng là Đắc. Chứng (Trí) và Đắc (Hành) tự nó đầy đủ, là chân lý tối hậu, không có gì áp đặt lên nó như dùng ngôn từ hay công ước. Như vậy Không Trí Không Đắc được giải kiến bằng Tướng Không (tuyệt đối) của Trí và Đắc. Vì Trí và Đắc là thực tại giả lập, nên tri thức đúng thực thể của chúng tức là nắm bắt tự tính tuyệt đối của chúng." (Phổ Nguyệt)

### • Nhân Duyên

Mười hai nhân duyên là pháp được đức Phật hiện quán xuôi nghịch trong lúc Ngài tọa thiền dưới bóng cây Bồ Đề mà khám phá ra bộ mặt thật của các pháp là vô thường-khổ-vô ngã; nhưng vì vô minh mê mờ nên chúng sanh không nhận ra bộ mặt thật của chúng mà chấp vào chúng cho là thường còn bất diệt, để rồi từ vô minh mê mờ mà tạo ra nghiệp nhân đau khổ rồi cầm quả trong ba cõi sáu đường. Sự khám phá bộ mặt thật của các pháp này là một sự kiện phát hiện mới về những nguyên nhân trói buộc chúng



sanh vào con đường sanh tử luân hồi, và phương pháp để diệt trừ những khổ đau mà chung sanh phải gánh chịu. Đây là những điều mà trước kia Ngài đã từng cứu mang. Đạo lý giải thoát của Ngài được đặt nền tảng chính yếu qua thập nhị nhân duyên. Với thập nhị nhân duyên Ngài đã khám phá ra nguyên nhân chính yếu của vòng tròn sinh khởi và hủy diệt khổ đau của sinh tử luân hồi. Theo phương pháp quán thuận nghịch, tức là cách quán lưu chuyển và hoàn diệt của thập nhị nhân duyên. Trong 49 ngày đêm Ngài ngồi tư duy dưới bóng cây Bồ Đề không ngoài vấn đề này. Vấn đề sanh, lão, bệnh, tử được Ngài đặt ra như là một tiên quyết là làm sao biết được vấn đề từ đâu sinh ra? Và khi chết sẽ đi về đâu?

Đây là giáo nghĩa cơ bản của đức Phật đối với ngoại hàm trong cách giải thích mọi hiện tượng trong nhân duyên sinh khởi và biến dịch của nhân sinh cùng vũ trụ được Ngài triển khai rộng theo thời gian và không gian của ba đời theo luật tác nhân quả, qua nhận thức quán chiếu lưu chuyển và hoàn diệt theo định thức duyên khởi quán hay còn gọi là duyên sanh quán. Mười hai nhân duyên được dịch nghĩa tiếng Phạn dvādasā, gapratīya-samutpāda, còn gọi là mười hai duyên sanh, hay mười hai duyên khởi. Mười hai duyên này làm nhân và duyên vào nhau mà hiện khởi theo chiều lưu chuyển sinh khởi hay ngược lại, làm nhân duyên cho nhau mà biến diệt theo chiều hoàn diệt trong nhận thức quán lưu chuyển và hoàn diệt. (Thập Nhị Nhân Duyên, Thích Đức Thắng)

- **Pháp Giới.**

Trong pháp giới hay thế giới hiện tượng, có ba thế giới là dục, sắc và tâm. Hết thảy các loài tạo vật, cả Thánh lẫn phàm, nhân và quả, đều ở trong pháp giới đó. Chỉ có Phật là ở ngoài pháp giới; Pháp Giới có đến hai nghĩa:

a) Vũ trụ hiện thực:.

b) Thế giới không hạn định hay Niết Bàn. Nó chính là Chân Như của Phật. Niết Bàn tịch diệt vừa có nghĩa là sự diệt vọng của thể xác con người (theo nghĩa tiêu cực), và vừa là sự diệt tận của **các điều kiện sinh tử (theo nghĩa tích cực):**

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, pháp giới trong ý nghĩa là cảnh giới của lý tắc và vừa là sự tương của tất cả sự tương, đồng nghĩa với Như Lai Tạng và cũng đồng nghĩa với vũ trụ hay thế giới hiện thực, nghĩa là cảnh giới của tất cả sự tương

Theo triết học Trung Quán, Pháp Giới cũng có nghĩa là Chân Như hoặc Thực Tại hay Niết Bàn. Ở đây chữ 'Giới' có nghĩa là bản chất thâm sâu nhất, hay bản chất tối hậu. Pháp Giới và Chân Như đều là siêu việt và nội tồn. Nó là siêu việt như Thực Tại tối hậu, nhưng nó hiện hữu trong mỗi người như là cơ sở và bản chất thâm sâu nhất của họ—nương dựa vào đó mà vạn pháp sanh ra. Đây là một trong 18 pháp giới. (TĐPHVA)

- \* **Duyên Khởi ( Pratiyasamutpada,skt).**

(A) Những định nghĩa này căn cứ trên sự giải thích về Duyên Khởi của Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo: 1) Sự vật chờ duyên mà nảy sinh, đối lại với tánh giác hay chân như; 2) Vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên

mà khởi lên, chứ không có tự tánh; 3) Phật giáo không coi trọng ý niệm về nguyên lý căn nhân hay nguyên nhân đệ nhất như ta thường thấy trong các hệ thống triết học khác; và cũng không bàn đến ý niệm về vũ trụ luận. Tất nhiên, triết học về Thần học không thể nào phát triển trong Phật giáo. Đừng ai mong có cuộc thảo luận về Thần học nơi một triết gia Phật giáo. Đối với vấn đề sáng thế, đạo Phật có thể chấp nhận bất cứ học thuyết nào mà khoa học có thể tiến hành, vì đạo Phật không thừa nhận có một xung đột nào giữa tôn giáo và khoa học; 4) Theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.”

(B) Theo Triết Học Trung Quán, thuyết Duyên Khởi là một học thuyết vô cùng trọng yếu trong Phật Giáo. Nó là luật nhân quả của vũ trụ và mỗi một sinh mạng của cá nhân. Nó quan trọng vì hai điểm. Thứ nhất, nó đưa ra một khái niệm rất rõ ràng về bản chất vô thường và hữu hạn của mọi hiện tượng. Thứ hai, nó cho thấy sanh, lão, bệnh, tử và tất cả những thống khổ của hiện tượng sinh tồn tùy thuộc vào những điều kiện như thế nào và tất cả những thống khổ này sẽ chấm dứt như thế nào khi vắng mặt các điều kiện đó. Trung Quán lấy sự sanh và diệt của các thành tố của sự tồn tại để giải thích duyên khởi là điều kiện không chính xác. Theo Trung Quán, duyên khởi không có nghĩa là nguyên lý của một tiến trình ngăn ngừa, mà là nguyên lý về sự lệ thuộc vào nhau một cách thiết yếu của các sự vật. Nói gọn, duyên khởi là nguyên lý của tương đối tánh. Tương đối tánh là một khám phá vô cùng quan trọng của khoa học hiện đại. Những gì mà ngày nay khoa học khám phá thì Đức Phật đã phát hiện từ hơn hai ngàn năm trăm năm về trước. Khi giải thích duyên khởi như là sự lệ thuộc lẫn nhau một cách thiết yếu hoặc là tánh tương đối của mọi sự vật, phái Trung Quán đã bác bỏ một tín điều khác của Phật giáo Nguyên Thủy. Phật giáo Nguyên Thủy đã phân tích mọi hiện tượng thành những thành tố, và cho rằng những thành tố này đều có một thực tại riêng biệt. Trung Quán cho rằng chính thuyết Duyên Khởi đã tuyên bố rõ là tất cả các pháp đều tương đối, chúng không có cái gọi là ‘thực tánh’ riêng biệt của chính mình. Vô tự tánh hay tương đối tánh đồng nghĩa với ‘Không Tánh,’ nghĩa là không có sự tồn tại đích thực và độc lập. Các hiện tượng không có thực tại độc lập. Sự quan trọng hàng đầu của Duyên Khởi là vạch ra rằng sự tồn tại của tất cả mọi hiện tượng và của tất cả thực thể trên thế gian này đều hữu hạn, chúng không có sự tồn tại đích thực độc lập. Tất cả đều tùy thuộc vào tác động hỗ tương của vô số duyên hay điều kiện hạn định. Ngài Long Thọ đã sơ lược về Duyên Khởi như sau: “Bởi vì không có yếu tố nào của sự sinh tồn được thể hiện mà không có các điều kiện, cho nên không có pháp nào là chẳng ‘Không,’ nghĩa là không có sự tồn tại độc lập đích thực.” (TĐPHVA)

#### \* Pháp Giới Duyên Khởi

Pháp giới duyên khởi có nghĩa là, vì hết thảy mọi hiện tượng đều không có tự tính, cộng đồng hiện hữu, và đồng thời hiện khởi, nên mỗi hiện tượng là một cơ quan trong toàn bộ, và toàn bộ là hỗ tương giao thiệp nhịp nhàng giữa hết thảy mọi cơ quan thuộc nó. Như vậy tính chất của mỗi hiện tượng thành phần trong toàn bộ là do toàn bộ xác định, và tính chất của toàn bộ là do mỗi và mọi hiện tượng thành phần của nó xác định. Vì toàn bộ không gì khác là hỗ tương giao thiệp giữa các thành phần, nên mỗi hiện tượng có thể xem như tác dụng định đoạt tính chất của tất cả các hiện tượng khác, đồng thời tính chất của chính nó cũng do tất cả các hiện tượng khác tác dụng định đoạt. (Tánh Khởi và Duyên Khởi, Hồng Dương)

- **Chân Như Duyên Khởi**

“Chân Như duyên khởi” là một “học thuyết” có mặt trong hầu hết các tông phái Đại Thừa như Không tông (Trung Quán, Trung Đạo), Duy Thức tông, Hoa Nghiêm tông, Thiên Thai tông, Mật tông... Sở dĩ chúng ta dùng chữ “học thuyết” như một lý thuyết triết học, vì khi chỉ nghiên cứu trên bình diện tư tưởng và khái niệm- và đó là việc chúng ta đang làm- thì nó là một học thuyết (chân lý tương đối, tục đế). Còn ngày nào chúng ta thật sự thể nghiệm Chân Như thì đó không còn là một học thuyết, một ngón tay chỉ mặt trăng, mà đó chính là chân lý tuyệt đối, chân đế; là chính là mặt trăng.

Chân Như (tathata) là gì? Định nghĩa tổng quát, Chân Như là thực tại “bất sinh bất diệt, bất tăng bất giảm” nghĩa là thực tại nguyên sơ và tối hậu từ đó tất cả mọi thế giới hiện tượng sinh ra. Chỉ lấy một số từ ngữ trong Đại Thừa Khởi Tín thì Chân Như là Tâm Chân Như (đối lại với tâm sinh diệt). Pháp tánh Chân Như, Như Lai tạng, Nhất tâm, Thể Đại tổng tướng của Nhất Pháp Giới, tánh Không, Pháp thân, Bản Giác, Cứu Cánh giác, cái gương như hư không, tánh giác, Tâm, Pháp tánh, Phật thể.

Chúng ta có thể định nghĩa khái quát Chân Như duyên khởi như sau: “Tất cả những gì ta thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc, chạm, suy nghĩ. (nhãnhĩ tử thiết thân ý, sắc thính hương vị xúc pháp) đều sinh ra, duyên khởi từ Chân Như, hiện hữu trong Chân Như, và diệt mất trong Chân Như. Nói cách khác, tất cả mọi hiện tượng mà chúng ta kinh nghiệm đều là Chân Như.

Chân Như duyên khởi được nói rộng và sâu trong kinh Hoa Nghiêm và kinh Pháp Hoa. Kinh Hoa Nghiêm nói ‘ba cõi chỉ là Nhất tâm’ phẩm Thập Địa. Kinh Pháp Hoa thì hai phẩm Như Lai thân lực và Như Lai thọ lượng (nằm trong phần Bồ Môn theo phân tích của Đại sư Trí Khải) nói một cách trực tiếp và sâu xa về Chân Như duyên khởi. Kinh Lăng Già nói: Như Lai tạng là nhân của thiện và bất thiện, từ nó tất cả mọi hình thức đời sống được khởi sinh. Giống như một diễn viên mặc lấy các hình tướng khác nhau, trong đó không có cái ta và cái của ta. Do không biết điều này nên ba duyên hòa hợp làm phương tiện mà sinh khởi. Ngoại đạo không biết nên chấp là có một tác giả, có một nguyên nhân. Vì tập khí xấu và hư vọng đã huân tập từ vô thủy nên gọi là Tạng thức (A lại da thức),

chúng chuyển biến cùng với bảy thức và vô minh căn bản xông ướp, như một đại dương có sóng sinh mãi chẳng dứt. Nếu lìa lỗi làm do không thấy vô thường, lìa khỏi chấp ngã thì (đại dương) Như Lai tạng không dơ uế và rất ráo thanh tịnh trong bản tính của nó.

“Đại Bồ tát muốn tiến bộ đến rốt ráo thì phải thanh tịnh Như Lai tạng đang còn là thức A Lai da này. Nếu không có thức A Lai da này, ắt không có sinh diệt... Nay Đại Huệ cảnh giới của Như Lai tạng vốn là thanh tịnh, nhưng người chưa giác ngộ thì bị khách trần nhiễm ô che đậy nên vẫn thấy chẳng thanh tịnh.” (quyển 8)

### **Kinh Thắng Man**

“sanh tử y trên Như Lai tạng...Có Như Lai tạng cho nên có sanh tử, đó gọi là người trí nói. Sinh và tử, hai pháp này tức là Như Lai tạng. Do lời nói thế gian nên nói có sanh tử, chứ không phải Như Lai tạng có sanh tử. Như Lai tạng nếu lìa ngoài tướng hữu vi Như Lai tạng vốn thường trụ, bất biến, cho nên Như Lai tạng là nền tảng y cứ, là cái dung từ, là cái là cái kiến lập. (phẩm Tự Tánh thanh tịnh) Tất cả tướng đều là tánh, tất cả sóng đều là đại dương thanh tịnh bất động, tất cả hiện hữu đều là Như Lai tạng. Kinh Đại Bát Nhã, phẩm Đăng học nói”Tất cả pháp bốn tánh thanh tịnh ở trong pháp đó, nếu Bồ Tát tâm thông đạt chẳng mê mờ, đó là Trí Huệ Ba La Mật”

### **Kinh Lăng Nghiêm, quyển IV, nói:**

“Như Lai tạng không phải là tâm, không phải là đất nước gió lửa, không phải là nhãn nhĩ thân ý, không phải là sắc thanh hương vị xúc pháp, không phải là nhãn thức giới cho đến không phải là vô minh hay không vô minh, không phải là hết vô minh, không phải không hết vô minh. Như vậy không phải là lão tử, không phải hết lão tử, không phải khổ tập diệt đạo, không phải trí, không phải đắc, không phải bố thí trì giới nhẫn nhục thiền định trí tuệ, không phải Ba La Mật, như vậy cho đến không phải Như Lai, ứng, Chánh Biến Tri, không phải Đại Niết bàn, không phải Thường Lạc Ngã Tịnh. Tất cả đều chẳng phải, chẳng phải pháp thế gian hay xuất thế gian.”

“Như Lai tạng tức là tâm, tức là không, tức là đất nước gió lửa, tức là nhãn nhĩ thân ý thiệt thân ý...cho đến tức là Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, tức là Đại Niết bàn, tức là Thường Lạc Ngã Tịnh, tức là pháp thế gian, tức là pháp xuất thế gian.

Như Lai tạng lìa “tức là”, lìa “chẳng phải”, cũng “tức là”, cũng “chẳng phải”

Tóm lại Chân Như duyên khởi hay Như Lai tạng duyên khởi hay Pháp giới duyên khởi là Chân Như Diệu Hữu. Hay nói theo thuật ngữ của Đại Thừa Khởi Tín, Chân Như duyên khởi là không Như Lai tạng (Chơn Không) và Bất Không Như Lai tạng (Diệu Hữu). Nói theo ngôn ngữ bình thường thì Chân Như là cái dung chứa mọi mâu thuẫn; đối nghịch; động và tĩnh, một và nhiều, như thật và như

huyền, tướng và vô tướng... đồng thời vẫn thanh tịnh, không bị nhiễm ô bởi chúng. Có điều Chân Như duyên khởi hay Chân Không Diệu Hữu phải được thực hành thể nghiệm. Nếu không, nó chỉ là một thứ triết học tư biện bàn luận suông thay vì là một ngón tay chỉ mặt trăng, một dấu hiệu chỉ đường nhắm đến thực tại tối hậu. Nếu chỉ là một loại triết học, nghĩa là dựa trên và làm việc với những khái niệm, thì với phật giáo, nó không tránh khỏi rơi vào vòng lẩn quẩn của ý thức hữu hạn và sinh diệt. Kinh Lăng Già nói: “Cái sinh diệt kia là thức, cái chẳng sinh chẳng diệt là trí. Cái bị các tướng rang buộc hoặc ngăn ngại là thức. Cái không bị rang buộc ngăn ngại là trí... Đại Huệ! Ta nói rằng thức vọng tướng diệt là Niết bàn (là một tên gọi khác của Chân Như).

Đưa vào trong đời sống thực tế

Chân Như là tất cả đời sống, vậy thì ứng dụng của Chân Như duyên khởi có mặt trong lãnh vực của đời sống. Ở đây chúng ta chỉ nhìn sơ lược trong vài lãnh vực. Mặc dầu con đường của con người là để đạt tới chân lý tuyệt đối, đạt đến trí chẳng sinh chẳng diệt, nhưng ở bước khởi đầu và trên đường đi, chúng ta cần sử dụng cái thức sinh diệt nghĩa là chân lý tương đối, tư tưởng. Nói cách khác, chúng ta chưa chứng thực được Chân Như duyên khởi thì chúng ta hãy sống với nó trên bình diện ý thức, bình diện tư tưởng, bình diện con đường đang đi nhưng định hướng đúng. Nhân là một ý thức tương đối nhưng tiến hành đúng, thì quả sẽ là một trí huệ chẳng sanh chẳng diệt thấu đạt Chân Như. (Chân Như duyên khởi, Nguyễn Thế Đăng)

- **Chân Không Diệu Hữu**

Riêng Đại Thừa Khởi Tín thì chỉ rõ 2 mặt của chân như: **bản chất** không của mọi **hiện tượng** (chơn không) mà vẫn có sự tồn tại của các pháp (diệu hữu), nghĩa là Đại thừa chỉ dương thống hợp cả hai quan niệm đó mà chủ trương Chân không tức Diệu hữu. Đó là chỗ lập cước căn bản của Đại thừa. Dĩ nhiên, về triết học Đại thừa, cũng có người chỉ thiên về phương diện Chân Không mà lập thành thế giới quan nhưng cũng có người phản đối chủ trương ấy mà nghiêng về phương diện Diệu Hữu để khảo sát các hiện tượng. Tuy có những chủ trương tương phản đó, nhưng bất luận chủ trương nào cũng đều thừa nhận rằng: Chân Không không ngoài Diệu Hữu và ngược lại. Nghĩa là khi đã đạt đến tuyệt đối thì Chân Không là Diệu Hữu, Diệu Hữu tức Chân Không. Đó là điểm cộng thông của tất cả các Bộ phái Đại thừa.

Chơn Không Diệu Hữu là không tướng các pháp cũng là sự “ Sinh diệt của Tâm là do Như lai tạng mà có tâm sinh diệt. Tâm sinh diệt ấy hóa hợp bất diệt và sinh diệt một cách không phải đồng nhất cũng không phải biệt lập, và gọi là a lại da thức. A lại da thức có hai mặt, bao gồm và phát sinh tất cả các pháp; hai mặt ấy là tuệ giác và bất giác”. Bản chất và hiện tượng tuy hai mà một. Cái bất biến thường hằng thật có trong cái lưu chuyển vô thường. Nói cho cùng Chân như của Tâm là pháp tánh đồng nhất, cơ sở của tiết mục giáo pháp Phật dạy về khái niệm vĩ đại và tổng quát, Pháp tánh ấy là tâm thể phi sinh diệt. Hết thầy các pháp chỉ do phân biệt mà có sai biệt, tách rời phân biệt thì đối tượng cũng không có. Do vậy mà biết các pháp xưa nay phi ngôn ngữ, phi

văn tự, phi nhận thức, tuyệt đối nhất quán, không hề chuyển biến, không thể phá hủy, toàn là tâm thể đồng nhất nên mệnh danh chân như. Mọi ngôn ngữ đều không thực chất, chỉ tùy phân biệt chứ không có gì có thể thủ đắc. Gọi là chân như thì cũng không phải là một đối tượng, mà là ngôn ngữ tốt đỉnh, do ngôn ngữ ấy mà hủy bỏ ngôn ngữ. Nhưng chân như thì phi hủy bỏ, vì các pháp toàn là chân, lại phi xây dựng, vì các pháp toàn là như. Phải hiểu các pháp phi diễn tả, phi phân biệt, đó là chân như.”

## IV. Pháp Học

Rèn luyện trí theo kinh Phật dạy rất nhiều cách, nhưng tựu chung chỉ có cách tưởng tri và tuệ tri (chánh trí) trong Kinh Căn Bản Tất Cả Pháp là tối ưu.

Để biết được tri kiến chúng sanh hay bậc giác ngộ, Phật đã giảng "Pháp môn căn bản tất cả pháp" trong Trung Bộ Kinh tại rừng Subhaga (rừng Hạnh phúc). Phật cũng đã phân biệt bốn loại tri kiến: Phạm phu, vị Hữu học, bậc A-la-hán và đấng Như Lai. Tri kiến phạm phu thường dùng tưởng thức; cho vị hữu học thì dùng thắng tri căn bản và đơn thuần, không dục hỷ. Bậc A-la-hán dùng pháp thắng tri, không dục hỷ và đoạn trừ được tham sân si. Đặc biệt, đấng Như Lai dùng pháp thắng tri, không dục hỷ, đoạn trừ được tham sân si, giác ngộ Niết bàn, giải thoát khỏi dòng bộc lưu sanh tử và đạt được chánh đẳng chánh giác. Hiểu được các hạng tri kiến, sự phân biệt dùng tưởng thức để biết sự vật (**tưởng tri**) là Vô minh của tri kiến phạm phu và **thắng tri, tuệ tri hay tuệ quán** (Chánh tri kiến, tuệ giác) của bậc hữu học và giác ngộ là cần thiết, đó là **cái biết sát-na hiện tiền**

Chẳng hạn cốt tủy các kinh:

### **Kinh Nhất Dạ Hiền Giả**

....

*Quá khứ không truy tìm*

*Tương lai không ước vọng.*

*Quá khứ đã đoạn tận,*

*Tương lai lại chưa đến,*

*Chỉ có pháp hiện tại*

***Tuệ quán chính ở đây.***

***Không động không rung chuyển***

*Biết vậy nên tu tập,*

....

Phật dạy, Tuệ Quán ở nơi pháp hiện tại, không động không rung chuyển. Tuệ quán là tri nhận một cách sáng suốt, vô thời gian. Vì lẽ chơn thức (tri giác nguyên sơ) là một điểm nhận thức có thật trong động tác nhận thức đầu nguồn của tri giác. Thực tại điểm này thì không động, không rung chuyển vì một điểm có thật một cách toàn diện không thêm không bớt, chính nó là nó ở đó và lúc đó (vô thời không). Vậy tri nhận thực tại

điểm của giác thức nguyên sơ, chúng ta có tri thức nguyên thủy của chân trí

Theo đạo Phật, mọi sự mọi vật trong vũ trụ không thể đứng riêng một mình mà có được; trái lại phải nương nhờ nhau mà thành. Riêng về loài hữu tình như con người thì do mười hai nhân duyên nương nhau mà thành một chuỗi sinh tử vô hạn, nối tiếp từ quá khứ đến hiện tại và vị lai. Muốn hiểu rõ guồng máy của của sự sinh tử luân hồi của kiếp người trong bể khổ trần gian, Phật tử nên thông đạt thuyết “**Thập Nhị Nhân Duyên**” và phải tìm hiểu phương pháp để diệt trừ cái vòng lẩn quẩn sinh tử luân hồi ấy. **Nhân** là công năng sinh trưởng tất cả sự vật, **duyên** là sự trợ giúp cho công năng được thực hiện. Cũng như gieo đậu được đậu, nhưng trước hết chúng ta phải có hạt đậu giống, gieo xuống đất, rồi nhờ ánh sáng mặt trời, mưa, tưới, bón phân, nhân công chăm sóc mới có sự nảy mầm thành cây đậu, trái đậu. Hạt giống là nhân; đất, ánh sáng, nước, vân vân là duyên. Do nhân có duyên trợ giúp nên có quả. Theo Phật giáo, quả không bao giờ do một nhân duy nhất mà thành; nhiều nhân và nhiều duyên mới thành một quả. Vì vậy chúng ta có thể kết luận vạn vật trong vũ trụ nương nhau mà phát sanh, đây là định luật tất yếu. Thập Nhị Nhân Duyên là mười hai mắt xích trong vòng sanh tử. Nhân duyên sinh sản trong lệ thuộc. Tất cả các hiện tượng thể chất và tâm thần tạo thành sự sống của chúng sanh đều có những liên hệ phụ thuộc lẫn nhau. Đây là mười hai ràng buộc sinh linh vào luân hồi sinh tử.

Con đường đưa đến đoạn diệt **Lậu hoặc** đó là **Pháp Chánh Tri Kiến** nói chung và riêng cho từng ngành như Tứ Diệu Đế, Thánh Đạo Tám Ngành (Bát Chánh Đạo) và Thập Nhị Nhân Duyên v.v...

Pháp học mà Phật dạy trong Thập Nhị Nhân Duyên là điển hình trích ra thích hợp cho việc tu hành theo kinh Trí như:

### **Kinh Chánh Tri Kiến**

.....

#### **Thọ**

*Chư Hiền, thế nào là thọ, thế nào là tập khởi của thọ, thế nào là đoạn diệt của thọ, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của thọ? Chư Hiền, có sáu loại thọ này: thọ do nhãn xúc sanh, thọ do nhĩ xúc sanh, thọ do tỷ xúc sanh, thọ do thiệt xúc sanh, thọ do thân xúc sanh, thọ do ý xúc sanh. Từ tập khởi của xúc, có tập khởi của thọ; từ đoạn diệt của xúc, có đoạn diệt của thọ; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của thọ, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri thọ như vậy, tuệ tri tập khởi của thọ như vậy, tuệ tri đoạn diệt của thọ như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của thọ như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Thọ dẫn đến chấm dứt Ái: Khi sự thọ dụng không có thì không có yêu ái, thương mến, và ham mong, vân vân...

*Chư Hiền, thế nào là ái, thế nào là tập khởi của ái, thế nào là đoạn diệt của ái, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của ái? Chư Hiền, có sáu loại ái này: sắc ái, thanh ái, hương ái, vị ái, xúc ái, pháp ái. Từ tập khởi của thọ, có tập của ái, từ đoạn diệt của thọ, có đoạn diệt của ái, và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của ái, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri ái như vậy, tuệ tri tập khởi của ái như vậy, tuệ tri đoạn diệt của ái như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của ái như vậy, khi ấy, vị*

ấy, đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp.

Chấm dứt Ái dẫn đến chấm dứt Thủ: Do sự yêu ái không sanh thời sự chiếm hữu hay chấp giữ cũng không do đâu mà sanh khởi được.

### **Thủ**

*Chư Hiền, thế nào là thủ, thế nào là tập khởi của thủ, thế nào là đoạn diệt của thủ, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của thủ? Chư Hiền, có bốn thủ này: dục thủ, kiến thủ, giới cấm thủ, ngã luận thủ. Từ tập khởi của ái, có tập khởi của thủ; từ đoạn diệt của ái, có đoạn diệt của thủ; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của thủ, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri thủ như vậy, tuệ tri tập khởi của thủ như vậy, tuệ tri đoạn diệt của thủ như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của thủ như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Thủ dẫn đến chấm dứt Hữu: Do sự chấp giữ không còn, thời cũng không có cái của ta hay của người.

### **Hữu**

*Chư Hiền, thế nào là hữu, thế nào là tập khởi của hữu, thế nào là đoạn diệt của hữu, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của hữu? Chư Hiền, có ba hữu này: dục hữu, sắc hữu, vô sắc hữu. Từ tập khởi của thủ, có tập khởi của hữu; từ đoạn diệt của thủ có đoạn diệt của hữu và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của hữu, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri hữu như vậy, tuệ tri tập khởi của hữu như vậy, tuệ tri đoạn diệt của hữu như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của hữu như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Hữu dẫn đến chấm dứt Sanh: Do cái của ta hay của người không còn, thời không còn tái sanh nữa.

### **Sanh**

*Chư Hiền, thế nào là sanh, thế nào là tập khởi của sanh, thế nào là đoạn diệt của sanh, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của sanh? Thuộc bất kỳ hữu tình giới nào trong từng mỗi loại hữu tình, sự sanh, hiện khởi, xuất hiện, hiện diện, hiện hành các uẩn, tụ đặc các xứ; Chư Hiền, như vậy gọi là sanh. Từ sự tập khởi của hữu có sự tập khởi của sanh, từ sự đoạn diệt của hữu, có sự đoạn diệt của sanh, và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của sanh, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

Chấm dứt sanh còn dẫn tới chấm dứt Lão, Tử, Sầu Muộn, Ta Thán, Đau Khổ, Phiền Não, và Thất Vọng.

.....

## **V. Pháp Hành**

Dùng chơn trí (tuệ tri hay biết rõ ràng) để hành pháp.



- Tôi biết rõ rằng ‘**Sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa**’
- Tôi biết rõ rằng “ **sự sanh lấy hữu làm nhân, lấy hữu làm duyên, từ hữu mà sanh, lấy hữu làm gốc**’
- Tôi biết rõ rằng, “**hữu lấy thủ<sup>71</sup> làm nhân, lấy thủ làm duyên, từ thủ mà sanh, lấy thủ làm gốc.**’ Đức Thế Tôn khen rằng:
- Tôi biết rõ rằng, “**thủ lấy ái làm nhân, lấy ái làm duyên, từ ái mà sanh, lấy ái làm gốc**” Tôi biết rõ rằng, “**có ba cảm thọ; cảm thọ lạc, cảm thọ khổ, cảm thọ không lạc không khổ. Ở trong đó mà ham muốn, đắm trước, đó gọi là ái.**”
- Tôi biết rõ rằng, “**biết thế nào, thấy thế nào để đối với ba thọ không ham muốn, đắm trước**”
- Tôi biết rõ rằng, “**ba thọ này là pháp vô thường pháp khổ, pháp diệt. Pháp vô thường tức là khổ; thấy khổ rồi liền không còn ham muốn, đắm trước đối với ba thọ**”,
- Tôi biết rõ rằng, “**những gì được cảm thọ, những gì được tạo tác, thấy đều là khổ**”
- Tôi biết rõ rằng, “**tôi do tội xả bên trong mà diệt tận các ái, không kinh hãi, không sợ sệt, không nghi, không hoặc, thực hành sự thủ hộ như vậy. Thủ hộ như thế rồi không sanh ra lậu bất thiện**’-
- Tôi biết rõ rằng, “**những kiết sử ấy không tồn tại nơi ta, thực hành sự thủ hộ như vậy; thủ hộ như thế rồi không còn sanh ra lậu bất thiện nữa**’.
- Tôi biết rõ rằng, **dâu u cho có thể trong hai, ba, bốn cho đến bảy ngày bảy đêm với những lời khác, câu khác mà tôi khẳng định thấy như chơn biết như thật theo ý nghĩa ấy**. vậy. Tê
- Tôi biết rõ rằng, “**Nghĩa ấy. là sự thấu đạt sâu xa về pháp giới n của sự vật khi nói chung cả lý lẫn sự; là chân lý tuyệt đối hay chân như pháp tính là nhân,**”

.....

## VI. Kết Luận

Thật vậy, kinh Trí là Phật giảng rõ ý nghĩa sâu xa về pháp giới, một sự duyên khởi nhân duyên chẳng chịt luôn trói buộc con người trong vòng mắc xích của thế giới hiện tượng vô thường, và phương pháp giải thoát các xiềng xích đó tức sự giải thoát bên trong (hay nội tâm) để diệt tận tất cả chấp thủ trong tâm. Chân như pháp giới hay pháp giới duyên khởi, hay chân không diệu hữu là thực tại hiện hữu trong không gian và thời gian. Thực tại duyên khởi này là một hỗn hợp chơn thật và giả dối, tốt và xấu, thiện và ác v.v... của tâm thức luôn lôi kéo con người vào vòng lậu hoặc trong dục giới mà phải bị sanh tử luân hồi mãi. Cho nên Phật dạy phải dùng chánh trí để nhận thức thấy như chơn biết như thật (đệ nhất nghĩa của đối tượng) để xa lánh những điều không thật, ác, xấu hay vô minh, mới có thể mở ra thế giới tuệ giác vượt khỏi đám mây mù vốn che lấp bản thể trong sáng của chơn tâm. Rèn luyện trí tuệ là một chuỗi dài tu tạo; chân trí, thấy như thật biết như chân, liễu tri ý nghĩa sâu xa của pháp giới, là biết rõ nhân duyên quả của các pháp, để hoàn thiện trí giác và giới luật, đó là phạm hạnh đã vững, nhưng chưa đủ, còn phải không còn tái sanh, tức không còn sanh diệt, không lập lại nữa, khi

nhân duyên đoạn diệt là thể nhập thể giới chơn thường, chơn lạc, chơn ngã, chơn tịnh...

### Tham khảo

Chân Như Duyên Khởi. Nguyễn Thế Đăng. Trích trong website Chùa Phật Huệ, phần Pháp Học: : <http://chuaphathue.com/>

Đại Kinh Sáu Xứ. HT. Thích Minh Châu Việt dịch, đăng trên website Quảng Đức, phần Kinh Điển: <http://www.quangduc.com>

ĐạiThừa Khởi Tín Luận. HT Thích Trí Quang dịch giả, trích trong website Tạng Thư Phật Học: <http://www.tangthuphathoc.net>.

Kinh Chánh tri kiến (Sammàditthi sutta). Trung Bộ Kinh (*Majjhima Nikaya*). Và Nhất Dạ Hiền Giả.Thích Minh Châu Việt dịch đăng trong website Quảng Đức (Kinh Điển):

Kinh Pháp Môn Căn Bản (Mùlapariyàya sutta). Trung Bộ Kinh (*Majjhima Nikaya*). Thích Minh Châu Việt dịch , trích trong website Quảng Đức. :

Kinh Trí (23) thuộc Kinh Trung A-H àm. *Việt dịch* Thích Tuệ Sỹ, trích trong website Quảng Đức.

Pháp Giới Duyên Khởi. Hồng Dương Nguyễn văn Hai. Luân Giải Trung Luận: Tánh Khởi và Duyên Khởi. Nguyệt san Phật học xuất bản - Phật lịch 2547.

TĐPHVA.Tự Điển Phật Học Việt Anh. Thiện Phúc đăng website Quảng Đức.

Thập Nhị Nhân Duyên. Thích Đức Thắng. Trích trong website Chùa Phật Huệ, phần Phật Học.

## **3. Kinh Niết Bàn**

### **Niết Bàn: Trạng Thái Của Bản Chất Vạn Hữu**

\*

\*

#### **I. Đại Cương**

Giác ngộ Niết Bàn là một quá trình tu tập lắm chông gai với nỗ lực và kiên nhẫn liên tục cho đến chí đạo. Những sự hành trì giới luật nghiêm minh, đoạn trừ những tham dục của tự ngã, diệt tận các lậu hoặc và phải rèn luyện trí tuệ để soi sáng sự vô minh che mờ tâm trí là gốc sanh tử luân hồi. Chứng đắc niết bàn là một kỳ tích mà đức Phật mở ra con đường sáng để chúng sanh noi theo đó tu tập. Duyên khởi từ niết bàn tập được giải thoát khỏi dòng tâm thức vẫn đục trong cõi dục giới và sắc giới vốn làm cho chúng sanh lặn ngụp trong chốn trầm luân của thế giới vô thường. Muốn đạt được trạng thái Chân Không theo ngài Long Thọ gọi là “Trung Không Diệu Hữu” nghĩa là trong nguyên lý Chân Không, thế giới Niết Bàn hiện diện một cách màu nhiệm, phải học

kỹ lời dạy của đức Phật trong Kinh Niết Bàn mà hành trì không thối chuyển ắt không thất vọng.

## II. Nội Dung Kinh

### 55. KINH NIẾT-BÀN

*Tôi nghe như vậy:*

*Một thời Đức Phật du hóa tại nước Xá-vệ, trong rừng Thắng, vườn Cấp cô độc.*

*Bấy giờ, Đức Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo rằng:*

*“Niết-bàn có tập chứ không phải không tập. Tập của Niết-bàn là gì? -Giải thoát là tập.*

*“Giải thoát cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của giải thoát là gì? Vô dục là tập.*

*“Vô dục cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của vô dục là gì? Yếm ly là tập.*

*“Yếm ly cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của yếm ly là gì? Thấy như thật, biết như chơn là tập.*

*“Thấy như thật, biết như chơn cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của thấy như thật, biết như chơn là gì? Định là tập.*

*“Định cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của định là gì? Lạc là tập.*

*“Lạc cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của lạc là gì? Chỉ là tập.*

*“Chỉ cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của chỉ là gì? Hỷ là tập.*

*“Hỷ cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của hỷ là gì? Hân hoan là tập.*

*“Hân hoan cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của hân hoan là gì? Không hối hận là tập.*

*“Không hối hận cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của không hối hận là gì? Hộ giới là tập.*

*“Hộ giới cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của hộ giới là gì? Thủ hộ các căn là tập.*

*“Thủ hộ các căn cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của thủ hộ các căn là gì? Chánh niệm chánh trí là tập.*

*“Chánh niệm chánh trí cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của chánh niệm chánh trí là gì? Chánh tư duy là tập.*

*“Chánh tư duy cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của chánh tư duy là gì? Tín là tập.*

*“Tín cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của tín là gì? Khổ là tập.*

*“Khổ cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của khổ là gì? Già chết là tập.*

*“Già chết cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của già chết là gì? Sanh là tập.*

*“Sanh cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của sanh là gì? Hữu là tập.*

*“Hữu cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của hữu là gì? Thủ là tập.*

*“Thủ cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của thủ là gì? Thọ là tập.*

*“Thọ cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của thọ là gì? Xúc là tập.*

*“Xúc cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của xúc là gì? Sáu xứ là tập.*

*“Sáu xứ cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của sáu xứ là gì? Danh sắc là tập.*

*“Danh sắc cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của danh sắc là gì? Thức là tập.*

*“Thức cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của thức là gì? Hành là tập.*

*“Hành cũng có tập chứ không phải không tập. Tập của hành là gì? Vô minh là tập.*

*“Như vậy, duyên vô minh có hành; duyên hành có thức; duyên thức có danh sắc; duyên danh sắc có sáu xứ; duyên sáu xứ có xúc; duyên xúc có thọ; duyên thọ có ái; duyên ái có thủ; duyên thủ có hữu; duyên hữu có sanh; duyên sanh có già chết; duyên già chết có khổ. Tập khổ mới có tín; tập tín mới có chánh tư duy; tập chánh tư duy mới có chánh niệm chánh trí; tập chánh niệm chánh trí mới có thủ hộ các căn, hộ trì giới, không hối hận, hân hoan, hỷ, lạc, định, tri kiến như thật, yếm ly, vô dục, giải thoát. Có tập giải thoát mới chứng đắc Niết-bàn”.*

*Phật thuyết như vậy. Các Tỳ-kheo sau khi nghe Phật thuyết, hoan hỷ phụng hành.*

## **Lý Giải:**

Từ duyên khởi Niết Bàn mà tu tập giải thoát. Muốn giải thoát thì phải tu tập vô dục. Muốn được vô dục thì phải tu tập yếm ly. Muốn có yếm ly thì phải tu tập thấy như thật biết như chân. Muốn được thấy như thật biết như chân thì phải tu tập định. Muốn được định thì phải tu tập lạc. Muốn có lạc thì phải tu tập chỉ. Muốn có chỉ thì phải tu tập hỷ.

Muốn được chỉ thì phải tập hân hoan. Muốn có hân hoan thì hộ trì không hời hện. Muốn không hời hện thì phải tập hộ giới. Muốn có hộ giới thì phải tập thủ hộ các căn. Muốn được thủ hộ các căn thì phải tập chánh niệm chánh trí. Muốn được chánh niệm chánh trí thì phải tập chánh tư duy. Muốn có chánh tư duy thì phải tập tín. Từ tín lần lượt tu tập khổ, già chết, sanh, hữu, thủ, thọ, xúc, sáu xứ, danh sắc, thức, hành, vô minh. Rồi từ duyên vô minh lần lượt tu tập ngược lại theo các duyên trên cho tới tu tập giải thoát mới chứng đắc niết bàn.

### III. Pháp Luận

Theo TĐPGVA, nghĩa của Niết Bàn; Nirvana gồm ‘Nir’ có nghĩa là ra khỏi, và ‘vana’ có nghĩa là khát ái. Nirvana có nghĩa là thoát khỏi luân hồi sanh tử, chấm dứt khổ đau, và hoàn toàn tịch diệt, không còn ham muốn hay khổ đau nữa (Tịch diệt hay diệt độ). Niết Bàn là giai đoạn cuối cùng cho những ai đã dứt trừ khát ái và chấm dứt khổ đau. Nói cách khác, Niết Bàn là chấm dứt vô minh và ham muốn để đạt đến sự bình an và tự do nội tại. Niết Bàn với chữ “n” thường đối lại với sanh tử. Niết bàn còn dùng để chỉ trạng thái giải thoát qua toàn giác. Niết Bàn cũng được dùng theo nghĩa trở về với tánh thanh tịnh xưa nay của Phật tánh sau khi thân xác tiêu tan, tức là trở về với sự tự do hoàn toàn của trạng thái vô ngại. Trạng thái tối hậu là vô trụ Niết Bàn, nghĩa là sự thành tựu tự do hoàn toàn, không còn bị ràng buộc ở nơi nào nữa. Niết Bàn là danh từ chung cho cả Tiểu Thừa lẫn Đại Thừa. Theo Kinh Lăng Già, Đức Phật bảo Mahamati: “Này Mahamati, Niết Bàn nghĩa là thấy suốt vào trú xứ của thực tính trong ý nghĩa chân thật của nó. Trú xứ của thực tính là nơi mà một sự vật tự nó trú. Trú trong chính cái chỗ của mình nghĩa là không xao động, tức là mãi mãi tĩnh lặng. Nhìn thấy suốt vào trú xứ của thực tính đúng như nó nghĩa là thông hiểu rằng chỉ có cái được nhìn từ chính tâm mình, chứ không có thể giới nào bên ngoài như thế cả.” Sau khi Đức Phật vắng bóng, hầu hết các thảo luận suy luận siêu hình tập trung quanh đề tài Niết Bàn. Kinh Đại Bát Niết Bàn.

(A). Đặc tính tổng quát của Niết Bàn: 1) Thường Trụ: 2) Tịch Diệt: 3) Bất Lão: 4) Bất Tử: 5) Thanh Tịnh: 6) Giải Thoát: 7) Vô Vi: 8) Bất Sanh: 9) An lạc: 10) Diệt Độ (Diệt Sanh Tử; Diệt Tham Dục; Chấm dứt hết thủy khổ đau để đi vào an lạc.

(B) Đặc Tính riêng của Niết Bàn:

1) Niết Bàn có thể được vui hưởng ngay trong kiếp này như là một trạng thái có thể đạt được:.

2) Theo Kinh Niết Bàn thì Niết Bàn có đầy đủ những bản chất của cõi siêu việt sau đây: Thường, Lạc, Ngã, Tịnh: ..

Phân loại Niết Bàn: Theo Keith trong Trung Anh Phật Học Từ Điển, có hai loại Niết Bàn:

1) Hữu Dư Niết Bàn: Saupadisesa-nibbana (p)—Hữu Dư Y—Những vị đã đắc quả Niết Bàn, cái nhân sanh tử luân hồi đã hết, nhưng quả khổ ngũ uẩn vẫn chưa hoàn toàn dứt hẳn. Vị Thánh này có thể nhập Niết Bàn ngay trong kiếp này, nhưng phải đợi đến lúc thân ngũ uẩn chết đi thì quả khổ mới thật sự chấm dứt

2) Vô Dư Niết Bàn: Anupadisesa-nibbana or Khandha-parinibbana (p)—Vô Dư Y—Nơi không còn nhân quả, không còn luân hồi sanh tử

Những vấn đề liên quan đến Niết Bàn:

Theo Kinh Pháp Cú, mỗi khi có người hỏi Phật còn tồn tại sau khi chết hay không, hay Ngài đi vào thế giới nào sau khi Niết Bàn, luôn luôn Ngài im lặng. Khi Phật im lặng trước một câu hỏi cần trả lời là “phải” hay “không,” thì sự im lặng của Ngài thường có nghĩa là thừa nhận. Nhưng sự im lặng của Ngài trước câu hỏi về Niết Bàn là bởi vì thính giả của Ngài không thể hiểu nổi cái triết lý sâu xa nằm trong đó:.

Theo Bồ Tát Long Thọ trong Triết Học Trung Quán, Niết Bàn hoặc **thực tại tuyệt đối** không thể là hữu (vật tồn tại), bởi vì nếu nó là hữu, nó sẽ bị kèm chế ở nơi sanh, hoại, diệt, vì không có sự tồn tại nào của kinh nghiệm có thể tránh khỏi bị hoại diệt. Nếu Niết Bàn không thể là hữu, thì nó càng không thể là vô, hay vật phi tồn tại, bởi vì phi tồn tại chỉ là một khái niệm tương đối, tùy thuộc vào khái niệm hữu mà thôi. Nếu chính ‘hữu’ được chứng minh là không thể áp dụng cho thực tại, thì vô lại càng không thể chịu nổi sự soi xét chi li, bởi vì ‘vô’ chỉ là sự tan biến của ‘hữu’ mà thôi.’ Như vậy khái niệm ‘hữu’ và ‘vô’ không thể áp dụng đối với thực tại tuyệt đối, lại càng không thể nghĩ tới chuyện áp dụng những khái niệm nào khác, bởi vì mọi khái niệm khác đều tùy thuộc vào hai khái niệm này. Nói tóm lại, tuyệt đối là siêu việt đối với tư tưởng, và vì nó siêu việt đối với tư tưởng nên nó không thể được biểu đạt bằng tư tưởng, những gì không phải là đối tượng của tư tưởng thì chắc chắn không thể là đối tượng của ngôn từ. (T ĐPHVA)

### **Cái Vô Sanh. tức Thực Tại Tuyệt đối**

Từ cái Sanh hay bị sanh của thế gian, đức Phật (lúc còn là Bồ Tát) nhận rõ rằng con người với dòng tâm trí mê muội mãi chìm đắm trong cuộc sống xa hoa dục lạc, và cứ lăn trôi trong ngũ dục thì làm sao tránh khỏi thế giới sanh già bệnh chết, khổ, ô nhiễm. Sự vật trong thế giới hiện tượng là cái bị sanh, thì phải tìm đến cái vô sanh hay **bản chất của thế giới** này (hay **Niết Bàn**), cái luôn thường tồn bất biến. Khi con người đạt đến thế giới vô sanh thì không còn **duyên sanh khởi**, tức là thoát khỏi cảnh sanh già bệnh chết, ưu khổ. Tâm trí mê muội của con người trong thế giới hiện tượng biến dị trong dòng bọc lưu sanh tử phải được vượt thoát ra khỏi nó để đến thế giới vô sanh, thường tồn, giải thoát khỏi duyên sanh diệt, tức là tìm về **chân trí** mà soi sáng vạn pháp để **làm chủ cái bị sanh** trong thế gian. Dùng **chân trí** (cái **Vô Sanh**) mới có thể mở ra con đường đi đến **Niết Bàn**. Như Phật đã thuật lại sự tìm cái Vô sanh và đã chứng được cái vô sanh trong kinh Thánh Cầu-26 (kinh Trung Bộ).

Thật vậy muốn chứng đắc niết bàn hay giác ngộ niết bàn, tu sĩ cần rèn luyện trí tuệ, trí giới nghiêm minh. Riêng giới luật từ sự yếm ly dâm nộ si đã là một việc khó khăn rồi,

còn biết bao nhiêu điều luật khác nữa như thúc liễm thân khẩu ý v.v.cần phải giữ gìn cẩn cẩn...

## **IV. Thực Hành**

### **1. Định Niệm Xứ**

- Tuệ tri (biết) có chứng đắc niết bàn thì phải tu tập giải thoát;
- Tuệ tri được giải thoát phải tu tập vô dục;
- Tuệ tri được vô dục thì phải tu tập yếm ly;
- Tuệ tri được yếm ly thì phải tu tập thấy như thật biết như chân;
- Tuệ tri được thấy như thật biết như chân thì phải tu tập định;
- Tuệ tri được định thì phải tu tập lạc;
- Tuệ tri có lạc thì phải tu tập chỉ.
- Tuệ tri có chỉ thì phải tu tập hỷ.
- Tuệ tri được chỉ thì phải tập hân hoan.
- Tuệ tri có hân hoan thì hộ trì không hối hận;
- Tuệ tri muốn được không hối hận thì phải tập hộ giới;
- Tuệ tri có hộ giới thì phải tập thủ hộ các căn;
- Tuệ tri muốn được thủ hộ các căn thì phải tập chánh niệm chánh trí;
- Tuệ tri muốn được chánh niệm chánh trí thì phải tập chánh tư duy;
- Tuệ tri muốn có chánh tư duy thì phải tập tín.
- Biết từ tín lần lượt tu tập khổ, già chết, sanh, hữu, thủ, thọ, xúc, sáu xứ, danh sắc, thức, hành, vô minh. Rồi từ duyên vô minh lần lượt tu tập ngược lại theo các duyên trên cho tới tu tập giải thoát mới chứng đắc niết bàn.

#### *2. Định Niệm Hơi Thở*

##### *a). Định niệm hơi thở*

**Định niệm hơi thở** được tu tập từ sơ thiền đến tứ thiền theo pháp tu chứng chánh đẳng chánh giác của đức Phật.

\*1). **Nhắm biết niệm hay đọc hơi thở** (ngôn hành): Định niệm bằng tướng hơi thở (có lời, có tiếng): Định niệm bằng **thể tướng** hơi thở. Định Niệm Hơi Thở bằng lời. Biết Nhắm Đọc hơi thở.

***Khi thở vô, “Tôi biết tôi thở vô.”***

***Khi thở ra, “Tôi biết tôi thở ra”***

Sơ định có tầm tứ và hỷ lạc có lời là có tầm, có tướng là có tứ và hỷ lạc.

Đồng thời cũng dùng thiền định để luôn trao đổi giới lẫn định.

Từ bỏ sân, từ bỏ hôn trầm thụy miên, từ bỏ trạo hối, từ bỏ nghi, thành tựu tầm, tứ, hỷ, lạc và nhất tâm.

\*2) **Thâm hội biết Thức Hơi Thở (Thức Hành)**. Định niệm bằng nhận thức luồng hơi thở (ý thức thâm hội hơi thở)

***“Biết tôi thở vô***

***Biết tôi thở ra”***

Chỉ dùng **căn ý là chủ** (lặng lẽ) để nhận thức (với ý tác động) **hơi thở vô hơi thở ra là khách**.

Đó là **Cách Tĩnh Thức**. Khi có định và chánh niệm thì tầm và tứ được đoạn diệt chỉ được nội tĩnh nhất tâm. Còn Thức là còn trạng thái hỷ lạc.

Diệt tầm và tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm

\*3). **Ngộ nhập biết + ý trí Hơi Thở (Trí hay Tánh Hành)**. Định niệm bằng ý trí ngộ nhập hơi thở (tri nhận đối tượng trong trí: ngộ nhập luồng hơi thở vào cái biết). **Biết** tri nhận **luồng hơi thở**. Định và chánh niệm hơi thở nên gọi là Trí Hành hay Tĩnh Giác.

***“Biết Tri nhận thở vô***

***Biết Tri nhận thở ra.”***

Biết rõ hơi thở vô hơi thở ra. Định và chánh niệm bằng ý trí (ý tác năng)

Đó là **Tĩnh Giác** về hơi thở. Chỉ có thở vô thở ra được ý trí ý niệm hóa mà thôi.

Hành này dùng pháp tánh không (biết=định), dùng trí (tuệ tri) để tri nhận hơi thở. Còn đối tượng thì còn lạc thọ vì có định của trí (tĩnh giác), nên lạc thọ này không ảnh hưởng đến tâm.

Ly hỷ trú xả, chánh niệm tĩnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và an trú Thiền thứ ba.

\*4). **Thể Nhập Cảm giác Vô Ra (Thân Hành: Vô Niệm**: không niệm tướng niệm thức cả niệm trí): Pháp bốn như vô pháp: Như là không thở: **Thể Nhập** chốn tịch tĩnh như nhiên, biết cảm nhận luồng hơi thở lặng Vô Ra. Năng sở song vong.

***“Cảm giác vô,***

***Cảm giác ra.”***

Cảm giác Vô Ra, vì khi nhận dạng cảm giác (bóng dáng) của một đối tượng mà chưa được nhận thức (chưa được đặt tên hay đọc tên) tên đối tượng là chỉ thể nhập nơi tịch tĩnh y nhiên, tức là cảm giác chỗ đối tượng chưa thành hình, chưa có tên (giả danh), đó cũng gọi là tri thức nguyên thủy hay tuệ giác của chân trí. **Cảm nhận** luồng hơi vô luồng hơi ra mà thôi. Khi không có mặt đối tượng thì làm gì có hỷ lạc trong tâm.



Khi xả lạc xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, vị ấy chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh.

### **Vô niệm: buông xả**

Buông xả và ngưng động: Từng cảm giác ra vô tự nhiên tự động hiện hữu rõ ràng: nó-là-nó tại-đó và lúc đó mà thôi, một trạng thái trống rỗng: Vô Niệm

**Trạng thái thân chứng nhờ thể nhập chôn tịch tĩnh như nhiên**

## **V. Kết Luận**

Muốn giải thoát khỏi bộc lưu sanh diệt, thì hư không hóa mọi hữu tồn dầu tâm hay vật để trong sạch dòng tâm thức, không còn duyên sanh diệt tức thì vạn hữu trở về tự tánh không. Hữu Dự Niết Bàn là trạng thái vô ngã vô dục, nên các nhân sanh tử đã dứt, còn quả khổ ngũ uẩn vẫn chưa hết; chỉ khi thân ngũ uẩn chết thì quả khổ mới thật sự chấm dứt và lúc đó mới chứng đắc Vô Vi Niết Bàn, nơi không còn nhân quả, không còn sanh tử luân hồi.

Tham khảo

55. Kinh Niết Bàn. thuộc Kinh Trung A -hàm. Do Thích Tuệ Sỹ Việt dịch, trong website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>.

TĐPGVA. (Tự Điển Phật Giáo Việt Anh). Thiện Phúc trong website Quảng Đức Kinh Thánh Cầu-26 (kinh Trung Bộ). Trích trong website Quảng Đức.

## **4. Kinh Bát Đại Nhân Giác Tám Điều Giác Ngộ**

\*

\*

### **4.1. Điều Giác Ngộ 1 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến**

Kinh này có tám phương pháp tu hành thành Phật, mà bậc Đại nhân gánh vác sự nghiệp lớn liễu sinh thoát tử, hóa độ chúng sinh cần phải giác ngộ, nên gọi là Kinh Tám Điều Giác Ngộ Của Bậc Đại Nhân. (Bát Đại Nhân Giác Kinh). Từ tiếng Pali, Ngài An Thế Cao dịch ra Hán văn, rồi có những vị đạo học dịch ra Việt văn và diễn giảng, trong đó có bản của dịch giả Thích Minh Quang, Thích Thanh Từ, v.v mà Phổ Nguyệt sẽ trình bày điều giác ngộ 1 nhận định về thế giới quan và pháp giải thoát tri kiến sau. Xuất xứ kinh Đại Nhân Giác và tác giả dịch ra Hán văn được các dịch giả trên đã trình bày rõ ràng, nên sự lập lại không cần thiết.

## I. Chánh Tri Kiến

Chánh tri kiến là thấy biết một cách sáng suốt. Mọi sự việc muốn được thấy biết phân biệt rõ ràng, tốt xấu, thiện ác, phải quấy thì cần phải trau dồi học hỏi. Trau dồi trí tuệ, nói theo thế tục, gọi là học hỏi ở trong trường hay ngoài đời để tư tưởng ngày thêm phong phú; nói theo đạo pháp, đó là thanh lọc dòng tâm thức vốn chứa những mầm móng của vô minh-- là hành trình tu dưỡng thân tâm theo Bát Chánh Đạo. Tinh túy của trau dồi Trí Tuệ là thanh lọc dòng tâm thức luôn trôi chảy và giảm trừ nghiệp chướng trong Tầng Thức đã chất chứa nhiều đời nhiều kiếp. Đó là một hành động thực hiện phương pháp chuyển Thức (Vô Minh: sự tối tăm) thành Trí (Giác Ngộ: sự sáng suốt) hay pháp chánh tri kiến. Quán sát điều giác ngộ 1 về thế giới quan của Phật Giáo vô thường, khổ, không, và vô ngã thì con đường tìm đến chơn thường, chơn lạc, chơn tịnh, và chơn ngã dễ dàng hơn.

Điều giác ngộ 1 tư tưởng về thế giới quan của Phật Giáo. :

.Phiên Âm (Hán văn)

*Đệ nhất giác ngộ: Thế gian vô thường, quốc độ nguy thúy, tứ đại khổ không, ngũ ấm vô ngã, sinh diệt biến dị, hư nguy vô chủ, tâm thị ác nguyên, hình vi tội tâu; như thị quán sát, tiệm ly sinh tử.*

Dịch Nghĩa (Việt văn)

*Điều giác ngộ thứ nhất: Thế gian vốn vô thường, cõi nước rất mong manh, bốn đại lại khổ không, năm ấm là vô ngã, luôn sinh diệt biến đổi, giả dối không có chủ, tâm là nguồn việc ác, thân là rừng nghiệp tội; nếu quán sát như thế, lần lần lìa sinh tử.*

### **a). Thế gian vô thường.**

Thế gian cũng đồng nghĩa với vũ trụ. Thời gian từ xưa đến nay gọi là vũ; không gian bốn phương trên dưới gọi là trụ. Chúng ta sống trong không gian vô cùng và thời gian vô tận tất phải có nhận thức về thế gian. Thế gian là một thế giới hiện tượng. Lưu chuyển mãi không ngừng nghỉ từng sát-na sanh diệt bất thường như vậy. Không gian luôn biến đổi. Chúng ta cũng chứng kiến được ruộng dâu biến thành bể cả và ngược lại. Thời gian huyền hóa làm cho sự vật trở thành sanh trụ hoại diệt; con người thì sanh già bệnh chết. Chúng ta nhận thức đúng đắn và chơn thật rằng thế gian quả là vô thường. Thế giới hiện tượng vô thường mà sự vật hiện hữu do nhân duyên kết hợp, do đó chúng không có lúc nào tự mình độc lập tồn tại.

Chúng tôi muốn bàn đến thời gian và không gian là yếu tố quan trọng trong vấn đề sanh diệt nhân quả (vô thường). Mọi vật trong không gian này đều bị nhân quả của năng lực Thời Không chi phối. Như trong không gian có vũ trụ, thái dương hệ... , địa cầu. Mọi vật trong địa cầu đều bị sức hút (trọng lực) làm ảnh hưởng đến chất và lượng của bản thân chúng; ngay cả trái đất cũng lệ thuộc vào vận hành của thái dương hệ và chuyển động quanh quỹ đạo v. v.. đều nằm trong không gian. Trọng lực của trái đất

(không gian) và lực cản của sự vật (nội chất), dung chứa trong không gian là hai lực mâu thuẫn Hút và Cản, tạo ra sự sanh diệt của sự vật. Lực Kéo của vũ trụ vô cùng to lớn -- trong khi lực Cản của sự vật quá nhỏ, ngay cả núi Thái Sơn, đối với không gian bao la vô tận cũng không thấm vào đâu. Cho nên theo thời gian, sự vật sẽ bị lực Kéo (không gian) hủy diệt mà thôi. Chúng tôi không muốn đề cập đến những nhân duyên phụ khác (không đáng kể trong trạng thái bình thường so với trọng lực) như ánh sáng, âm thanh, không khí v. v. . Tất cả sự vật được dung chứa trong không gian đều có lực cản của chính nó và bị trọng lực thu hút và ảnh hưởng của sáu đại khác, có thể gây thêm cho sự vật ấy di động với những tốc độ khác nhau và có thể làm tổn hại đến chính nó và các sự vật khác. Trung Không Diệu Hữu cũng có nghĩa là trong không gian chứa biết bao điều huyền diệu. Trong không gian dung chứa tất cả mầm sanh diệt hay không gian đồng hóa với mầm sanh diệt tức là không gian coi như là mầm sanh diệt, vô thường.

### **b). Cõi Nước Rất Mong Manh.**

Cõi nước mong manh (nguy thúy) là điều tất nhiên vì quốc độ nằm trong (hư không) không gian và ảnh hưởng của thời gian, nên nó cũng biến diệt và không bền vững. Thế gian vô thường thì quốc độ làm sao an ổn. Do sự vận hành của vũ trụ mà ảnh hưởng của thời gian và không gian làm biến đổi cõi nước không được an ổn và không còn thật là nó nữa, như động đất, cháy rừng, đại hồng thủy, núi lửa, phong ba bão tố làm làng xóm hư hại gây cảnh đau khổ và nguy hại cho con người.

### **c). Bốn Đại Khô Không.**

“Tứ Đại Giai Không” là tư tưởng nói đến bản chất và hiện tượng của mọi vật và con người.

Tứ Đại: Catudhatuvavatthana (p)—Mahabhuta (skt)— Four tanmatra(theo TĐVA)—Bốn yếu tố lớn cấu tạo nên vạn hữu. Bốn thành phần này không tách rời nhau mà liên quan chặt chẽ lẫn nhau. Tuy nhiên, thành phần này có thể có ưu thế hơn thành phần kia. Chúng luôn thay đổi chứ không bao giờ đứng yên một chỗ trong hai khoảnh khắc liên tiếp. Theo Phật giáo thì vật chất chỉ tồn tại được trong khoảng thời gian của 17刹那 tư tưởng, trong khi các khoa học gia thì cho rằng vật chất chỉ chịu đựng được 10 phần 27 của một giây. Nói gì thì nói, thân thể của chúng ta chỉ là tạm bợ, chỉ do nơi tứ đại hòa hợp giả tạm lại mà hành, nên một khi chết đi rồi thì thân tan về cát bụi, các chất nước thì từ từ khô cạn để trả về cho thủy đại, hơi nóng tắt mát, và hơi thở hoàn lại cho gió. Chừng đó thì thần thức sẽ phải theo các nghiệp lực đã gây tạo lúc còn sanh tiền mà chuyển vào trong sáu nẻo, cải hình, đổi xác, tiếp tục luân hồi không dứt. Vì nó do nhân duyên hoà hợp, nên giả tạm, như huyễn, không chân thật. Trong cái hư giả ấy, con người lại phải chịu hành hạ bởi tám thứ khổ: Sinh, già, bệnh, chết, ân ái chia lìa, oán thù gặp gỡ, ước muốn không thành, thân tâm đều khổ. Cho nên nói: Bốn đại khổ không là vậy.

### **d). Ngũ Âm Vô Ngã**

Theo giáo lý Phật, vạn pháp cấu tạo hình thành theo quy luật DUYÊN SANH, Y THA KHỞI. Dù hình dạng của sự vật sai khác, nhưng căn bản do ngũ uẩn hay ngũ ấm hợp thành. Chính đức Phật đã xác định trong các kinh điển rằng ngũ ấm hay ngũ uẩn tuy khác nhau về mặt hình thức như uẩn thì thuộc loại trược khí, ấm thì thuộc loại thanh khí (như sắc ấm là thân trung ấm), nhưng chúng giống nhau về tánh chất.

Trong kinh A-hàm, Phật dạy ngũ ấm là vô ngã. Phật phân tích cho thấy thân này có năm phần, gọi là năm ấm. Năm ấm luôn luôn phủ che Phật tánh có sẵn nơi mọi người.

1- Sắc ấm: là phần thể xác con người do bốn chất đất, nước, gió, lửa hợp thành.

2- Thọ ấm: là phần cảm giác khổ vui, gặp cảnh thuận thì thân tâm cảm thấy thoải mái, vui thích đắm trước; gặp cảnh nghịch thì thân tâm cảm thấy bức bối buồn bã sân hận. Khi vui thì nói tôi vui, khi buồn thì nói tôi buồn. Chấp cái vui cái buồn đó là tâm ta.

3- Tưởng ấm: là nhớ tưởng về chuyện quá khứ, mơ ước những chuyện tương lai, rồi chấp chặt cái nhớ tưởng đó là tâm ta.

4- Hành ấm: là sự nghĩ suy tính toán phát ra hành nghiệp, rồi chấp chặt cái suy nghĩ tính toán đó là tâm ta.

5- Thức ấm: là sự phân biệt cái này tốt cái kia xấu, cái này hay cái kia dở... rồi chấp cái phân biệt đó là tâm ta.

Như thế, chấp sắc là thân ta, chấp thọ là tâm ta, chấp tưởng là tâm ta, chấp hành là tâm ta, chấp thức là tâm ta. Chấp như vậy thì một người có năm cái ta. Một người mà có năm cái ta có hợp lý không? Sắc thân có đây rồi sẽ hoại diệt tan rã. Thọ, tưởng, hành, thức cũng là pháp sanh diệt, chợt hiện chợt mất, không thường không thật, lại mê chấp là thường là thật là ta. Vì vậy mà bị nó kéo đi mãi trong vòng sanh tử không dừng.

Giờ đây nghe Phật nói sắc, thọ, tưởng, hành, thức là cái không thật, không thường hằng, có đó rồi mất đó, là cái sanh diệt không thật là ta, là vô ngã. Thấy biết rõ như vậy là giác ngộ. Trong kinh Thủ Lăng Nghiêm, Phật dụ những cái sanh diệt có rồi mất là khách, vì nó đến rồi đi, nên không phải là chủ. Nếu là chủ thì không mất, lúc nào cũng hằng hữu. Thế mà chúng ta nhận cái chợt có chợt không đó là mình, tức là nhận khách làm chủ; do mê làm như thế nên trầm luân sanh tử. Chúng ta thấy rõ sắc, thọ, tưởng, hành, thức không phải là ta, nó là tạm bợ, có rồi mất, đó là chúng ta đã thấu suốt được lý vô ngã mà Phật đã dạy.

Theo “Bát Nhã Tâm Kinh Qua Lăng Kính Thời Không: Quán Tự Tại hành thâm Bát Nhã Ba La Mật Đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thế khổ ách.

Quán Tự Tại Bồ Tát, chủ thể quan sát, hay hành giả, trong quá trình tư duy sâu sắc (Trí quan sát) mới thấy được ngũ uẩn đều không, nên vượt qua mọi khổ ách.



## - Sự Sanh Diệt Từ Vật Chất Đến Phi Vật Chất

Sự giao lưu năng lượng và vật chất với bên ngoài nên bản thân sự vật không những lệ thuộc vào nhân duyên nội tại mà phải bị ảnh hưởng nhiều bởi môi trường ngoại giới. Như ảnh hưởng vật chất từ thức ăn đến sinh dục con người, mà những yếu tố sinh lý ấy ảnh hưởng lớn đến tư tưởng tình cảm và hành động. Khi không thỏa mãn dục tính hoặc đói khát, sanh ra đau khổ, phiền não; còn khi đã thỏa mãn sinh lý thì cảm thấy sung sướng và khoái lạc. Hệ thống cân bằng sinh lý của con người được tạm thời ổn định là lịch trình tiêu tán của trạng thái đau khổ và khoái lạc. Lý Duyên Khởi được nhận thức sâu sắc qua *Sự sanh diệt làm biến dị sự vật* và chúng sanh.

### **f). Thân Là Rừng Nghiệp Tội;**

Nghiệp và Quả Báo—Karmas and Recompenses. Nghiệp là sản phẩm của thân, khẩu, ý, như hạt giống được gieo trồng, còn quả báo là kết quả của nghiệp, như cây trái. Khi thân làm việc tốt, khẩu nói lời hay, ý nghĩ chuyện đẹp, thì nghiệp là hạt giống thiện. Ngược lại thì nghiệp là hạt giống ác. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Muốn sống một đời cao đẹp, các con phải từng ngày từng giờ cố gắng kiểm soát những hoạt động nơi thân khẩu ý chớ đừng để cho những hoạt động này làm hại cả ta lẫn người.” Nghiệp và quả báo tương ứng không sai chạy. Giống lành sanh cây tốt quả ngon, trong khi giống xấu thì cây xấu quả tệ là chuyện tất nhiên. Như vậy, trừ khi nào chúng ta hiểu rõ ràng và hành trì tinh chuyên theo luật nhân quả hay nghiệp báo, chúng ta không thể nào kiểm soát hay kinh qua một cuộc sống như chúng ta ao ước đâu. Theo Phật Pháp thì không có thiên thần quỷ vật nào có thể áp đặt sức mạnh lên chúng ta, mà chúng ta có hoàn toàn tự do xây dựng cuộc sống theo cách mình muốn. Nếu chúng ta tích tụ thiện nghiệp, thì quả báo phải là hạnh phúc sướng vui, chứ không có ma quỷ nào có thể làm hại được chúng ta. Ngược lại, nếu chúng ta gây tạo ác nghiệp, dù có lạy lục van xin thì hậu quả vẫn phải là đắng cay đau khổ, không có trời nào có thể cứu lấy chúng ta. Ý (Tâm) khởi niệm, thân làm theo, tất cả hành vi đã làm hoặc khởi niệm mà chưa làm đều gọi là nghiệp. Tạo thiện nghiệp được phước báo, tạo ác nghiệp bị khổ báo, gọi là nghiệp báo. Hành vi do thân tâm sở khởi, sở tác, huân nhiễm nơi thức thứ tám thành chủng tử, tức là nghiệp nhân. Gặp duyên mà hiện hành, tức là nghiệp quả. Bất cứ thiện nghiệp hoặc ác nghiệp đều là *chương ngại sự kiến tánh giải thoát*, nên gọi là nghiệp chướng, nên điều giác ngộ 1, Phật dạy, *nếu quán sát như thế, lần lần lìa sinh tử*

## **II. Giải Thoát Tri Kiến**

Giải thoát là xa lìa mọi sai lầm của các pháp của tâm thức, không bị xúc thọ ái ràng buộc."trong sự giải thoát là sự hiểu biết." Rõ ràng hơn trong sự giác ngộ bằng nhận thức các tri kiến dù là chánh tri kiến đi nữa thì chỉ là những tri thức thuần lý, chưa giải thoát khỏi tri thức bên trong của tâm trí. Đó là pháp học để có kiến thức, và chỉ là sự giác ngộ cái bóng dáng của tri kiến, mà cần phải thực hành để thâm nhập vào tâm trí những tri kiến thật sự, để diệt tận mọi hình thái tri kiến giả danh. Thật vậy, sự hiểu biết sáng suốt, là tuệ tri, là cái biết rõ ràng, cái biết sát na hiện tiền, cái biết vô thời không. Khi hành giả tuệ tri (biết của Trí) về tri kiến và không có thời gian, thì xúc, thọ, ái không có kẻ hở để khởi sanh. Như hành giả quán, " tuệ tri ' Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa" thì dòng tâm thức

ngừng chảy (vô thời không), tức là không suy nghĩ thêm quan niệm, hay tư tưởng gì về tri kiến đó. Khi xúc, thọ, ái không khởi sanh trong tâm, thì đoạn diệt được thân kiến cũng như chúng không ràng buộc và gây ba độc, thì lúc ấy được giải thoát khỏi các lậu hoặc và không có chấp thủ. **Giác Ngộ** là Biết Gặp Thực Tướng của Vạn Hữu, là **Giải Thoát** khỏi nhận thức sai lầm về Tự Tính Giả Lập hay Tùy Thuộc của chúng, không còn hệ lụy đến sở tri hay tự ngã, không còn dính dáng đến vô minh khổ ưu sanh tử luân hồi. Thiên định là phương tiện tối ưu để tuệ quán thực tướng sự vật mà giải thoát khỏi dòng sanh diệt.

Thường xuyên thực hành như sau để giác ngộ thiện pháp trong lúc ngồi thiền:

**a)- Định Niệm Xứ**

Tôi *Tuệ tri* thế giới là vô thường  
Tôi *Tuệ tri* vũ trụ lưu chuyển và thay đổi không cố định  
Tôi *Tuệ tri* không gian là hư ảo  
Tôi *Tuệ tri* thời gian là huyễn hóa  
Tôi *Tuệ tri* cõi nước thì mong manh, biến đổi không bền vững  
Tôi *Tuệ tri* ngũ ấm thì vô ngã  
Tôi *Tuệ tri* sanh diệt biến dị  
Tôi *Tuệ tri* thân là rừng nghiệp tội, v.v...

**Hay dùng**

**b)- Định Niệm Hơi Thở và Niệm Xứ**

- Khi thở vô, Tôi *biết* thế giới là vô thường  
  
Khi thở ra,, Tôi *biết* thế giới là vô thường  
Có thể dùng một đề mục này trong thời thiền hoặc dùng nhiều đề mục khác nữa.  
Và các niệm sau cũng kết hợp với định niệm hơi thở vô ra như trên.
- Tôi *biết* vũ trụ lưu chuyển và thay đổi không cố định
- Tôi *biết* không gian là hư ảo
- Tôi *biết* thời gian là huyễn hóa
- Tôi *biết* cõi nước thì mong manh, biến đổi không bền vững
- Tôi *biết* ngũ ấm thì vô ngã
- Tôi *biết* sanh diệt biến dị
- Tôi *biết* thân là rừng nghiệp tội, v.v...

*Nếu tuệ quán sát như thế, lần lần lià sanh tử*

**III. Kết Luận.**

Điều giác ngộ thứ nhất về tri kiến thuần lý đưa chúng ta đến tư tưởng thấm nhuần những bài học về thế giới quan của Phật Giáo, những chân tướng của vạn hữu mà có những tư tưởng đúng đắn về thế giới vô thường, thái độ khẳng định tin tưởng con đường đi đến Niết Bàn. Tạo ý nghĩ trong tâm để rèn luyện trí tuệ thiện pháp để được thanh thản, nhẹ nhàng dòng tâm thức không bị đè nặng bởi những pháp bất thiện. Trong thế giới quan được nhận xét là sự sống con người là mỏng manh vô thường, vô vọng và cần có những tư tưởng nhận định về cuộc sống này một cách tích cực không còn bị lôi kéo bởi các pháp bất thiện. và có pháp giải thoát để đạt đến cái thường hằng, thường lạc, thường tịnh và thường ngã. Khi *giải thoát* được tri kiến thuần lý thì mở ra con đường *giác ngộ thật sự*, vượt khỏi dòng bộc lưu sanh diệt, vì lẽ chúng ta không dùng tưởng tri hay quán tưởng tri kiến thuần lý vì còn liên hệ để *sở tri và tự ngã* mà phải dùng *tuệ tri hay tuệ quán* để nhận thức tri kiến chơn thật và vô ngã, lần lần lìa sanh tử.

### Tham khảo

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ và Thích Minh Quang Việt dịch trích trong website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>

Nhất Nguyên Luận. Phổ Nguyệt trích trong websie Tạng Thư Phật Học:  
<http://www.tangthuphathoc.net>

Thực Tại và Chí Đạo. Phổ Nguyệt, trích trong website Tạng Thư Phật Học.

TĐPHVA.Tự Điển Phật Học Việt Anh. Thiệu Phúc trích trong website Quảng Đức

## 4.2. Điều Giác Ngộ 2 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến

### I. Điều Giác Ngộ 2.

Tiếp theo điều giác ngộ 1, thử phân tích rõ ràng và khảo sát những điều giác ngộ 2 “Đa dục là căn bản của sanh tử luân hồi” để từ đó soi sáng thêm đường đi đến giải thoát.

Chánh văn của kinh như sau:

Phiên âm:

**Đệ nhị giác tri: Đa dục vi khổ, sinh tử bì lao, tòng tham dục khởi; thiểu dục vô vi, thân tâm tự tại.**

Dịch nghĩa:



**Điều giác ngộ thứ hai: Tham muốn nhiều là khổ, bao sinh tử nhọc nhằn, đều từ tham dục ra; nếu ít muốn vô vi, thân tâm được tự tại**

## 1. Tham muốn nhiều là khổ

Tham muốn nhiều là khổ, được phân tích qua 4 cặp phạm trù như lợi hại, vui buồn, vinh nhục, khen chê (còn gọi là bát phong hay tám gió làm khuấy lên dục vọng con người). Trong thế giới vô thường dòng sanh diệt luôn trôi chảy, như khi hết khoái lạc thì đau khổ lại đến. Cặp phạm trù này tương phản nhau không dứt. Do đó càng ham muốn khoái lạc thì càng đau khổ. Tám ngọn gió này mãi đeo đuổi chúng sanh bám theo danh lợi tính mà lăn trôi sanh tử luân hồi. Cần phải biết Bát phong ra sao mà có tác dụng lớn lao quá trong đời sống chúng ta như trong kinh Phùng Tụng đã dạy con đường tu tập giác ngộ..

**Bát Phong:** Attha-vayubheda (p)- (TĐPHVA). Còn gọi là Bát Pháp, hay Bát Thế Pháp. Theo Kinh Phùng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có tám ngọn gió khuấy lên dục vọng, làm cản trở hành giả trên bước đường tu tập giác ngộ. Chúng còn được gọi là Bát Pháp Thế Gian vì chúng cứ theo nhau tiếp diễn khi thế giới còn tồn tại. Sự vừa ý khi vinh, khi được..., và sự phẫn uất khi nhục thua. Sở dĩ gọi là “Bát Phong” vì chúng là tám ngọn gió làm ngăn trở sự phát triển của hành giả trên bước đường giác ngộ và giải thoát.

**1) Lợi Hại** (Được Thua)—Người ta luôn có khuynh hướng bám víu lấy lợi lộc, danh thơm, tiếng khen, và vui sướng; ngược lại, ghét bỏ sự thua lỗ, tiếng xấu, sự chê trách, và khổ đau. Thật vậy, đời là một chuỗi được thua, nhưng con người chỉ thỏa mãn nếu được và khổ sở nếu thua, chính vì thế mà cứ mãi khổ sở. Cuộc đời nếu mãi được thì cười thua thì khóc, thì cuộc đời không đáng để sống nữa. Chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Trong mọi ngang trái, ta phải tỏ ra có tinh thần mạnh và can đảm, duy trì tinh thần quân bình thích hợp. Cuộc đời của những người tại gia phải có lúc lên lúc xuống khi tranh đấu với đời, muốn ít bị thất vọng, con người phải sẵn sàng chấp nhận điều tốt cũng như điều xấu.” Vào thời Đức Phật còn tại thế, có một mệnh phụ quý phái cúng dường thực vật cho ngài Xá Lợi Phất và chư Tăng. Trong khi đang dâng thực phẩm cúng dường, bà nhận được giấy báo tin bất hạnh đã xảy ra cho gia đình bà. Không chút rối loạn, bà bình tĩnh bỏ lá thư vào túi rồi vẫn tiếp tục dâng thức ăn đến chư Tăng làm như không có chuyện gì xảy ra. Một nô tỳ mang bình sữa để cúng dường, ngạc nhiên đến nỗi trượt té làm bể bình sữa vì ngỡ rằng khi nghe tin này chắc chắn bà này sẽ không khỏi khổ đau phiền não. Nghĩ rằng thế nào bà này cũng buồn vì cái bình bị vỡ, ngài Xá Lợi Phất liền khuyên giải bà và nói rằng tất cả những gì có thể vỡ được thì một ngày nào đó cũng sẽ bị vỡ. Bà nói: “Thế nào là cái mất không đáng kể? Tôi vừa nhận được tin bất hạnh đã xảy ra cho gia đình tôi. Tôi chấp nhận, tôi vẫn bình tĩnh. Tôi vẫn tiếp tục hầu hạ quý ngài mặc dù nhận được tin buồn.” Sự dũng cảm của người đàn bà này thật đáng được ca ngợi.

## 2. Vinh Nhục:

Vinh nhục là một cặp hoàn cảnh trần thế không thể tránh được mà ta phải đương đầu trong đời sống hằng ngày.

Chúng ta luôn thích thú với vinh và luôn ghét nhục. Danh dự làm ta vui sướng và nhục làm chúng ta buồn khổ. Chúng ta ham thích trở nên nổi tiếng. Nhiều người ao ước thấy hình ảnh của mình trên tạp chí bằng bất cứ giá nào. Chúng ta rất vui mừng khi thấy những hoạt động của mình được đem ra quảng bá, dù những sinh hoạt ấy hoàn toàn không có nghĩa lý gì, và đôi khi chúng ta quảng bá quá mức. Chúng ta phải công nhận rằng bản chất tự nhiên của con người là cảm thấy sung sướng và hạnh phúc khi danh của ta lan rộng. Nhưng qua kinh nghiệm thực tế, danh dự nào rồi cũng sẽ qua đi, chúng sẽ tiêu tan thành mây khói trong một sớm một chiều..

Chắc chắn chúng ta sẽ không nghe lọt tai hay xao động khi phải chịu những điều nhục nhã. Lần nữa, đây là bản chất tự nhiên của con người. Phải mất nhiều thời gian mới xây dựng được vinh dự, nhưng vinh dự này có thể bị vùi chôn trong nháy mắt. Chuyện này dễ hiểu vì bản chất con người là luôn thích khen mình chê người. Không ai có được miễn trừ những lời chê trách. Bạn có thể sống một đời như Đức Phật, nhưng bạn vẫn không được miễn trừ những lời phê bình, tấn công hay mạ lỵ.

### **3. Khen Chê**

### **4. Vui Buồn:**

Hạnh phúc và phiền não—Bình thường chúng ta chào đón hạnh phúc, nhưng không vui vẻ với sự phiền não—điều đau khổ.

Đức Phật dạy: “Người tự giữ được im lặng trước những lời tấn công chửi bới và lạm dụng, người đó đang ở ngay tại Niết Bàn dù rằng chưa đạt được Niết Bàn thực sự.”

## **2. Bao sanh tử nhọc nhằn**

Trong quá trình sanh tử của con người có vô số nỗi khổ. Tuy nhiên, trong “Khổ Đế” của Đức Thế Tôn có tám địa hạt:

### 1) Sanh Khổ:—

Ngay khi còn trong bụng mẹ, con người đã có ý thức và cảm thọ. Thai nhi cũng cảm thấy sung sướng và đau khổ. Khi mẹ ăn đồ lạnh thì thai nhi cảm như đang bị đóng băng. Khi mẹ ăn đồ nóng, thai nhi cảm như đang bị thiêu đốt, vân vân. Thai nhi sống trong chỗ chật hẹp tối tăm như nhớp, vừa lọt lòng đã kêu khóc oa oa. Rồi từ đó khi lạnh, nóng, đói, khát, côn trùng cắn đốt, chỉ biết kêu khóc mà thôi. Huệ nhãn của Phật thấy rõ những chi tiết ấy, nên ngài xác nhận sanh đã là khổ. Chính vì thế cổ đức có nói:

### 2) Già Khổ:

a) Chúng ta khổ đau khi chúng ta đến tuổi già, đó là điều tự nhiên. Khi đến tuổi già, cảm quan con người thường hết nhạy bén; mắt không còn trông rõ nữa, tai không còn thính nữa, lưng đau, chân run, ăn không ngon, trí nhớ không còn linh mẫn, da mồi, tóc bạc, răng long. Dù cho bực thanh niên tuấn nhã, hay trang thiếu nữ tiên dung, khi đến tuổi này âu cũng:

“Bao vẻ hào hoa đâu thấy nữa.

Một thân khô kiệt nghĩ buồn tênh!”

Lắm kẻ tuổi già lú lẫn, khi ăn mặc, lúc đại tiểu tiện đều như nhóp, con cháu dù thân, cũng sanh nhàm chán. Kiếp người dường như kiếp hoa, luật vô thường chuyển biến khi đã đem đến cho hương sắc, nó cũng đem đến cho vẻ phai tàn. Xét ra cái già thật không vui chút nào, thân người thật không đáng luyến tiếc chút nào! Vì thế nên Đức Phật bảo già là khổ và Ngài khuyên Phật tử nên tu tập để có khả năng bình thản chịu đựng cái đau khổ của tuổi già;

### 3) Bệnh Khổ: .

a) Có thân là có bệnh vì thân này mở cửa cho mọi thứ bệnh tật. Vì vậy bệnh khổ là không tránh khỏi. Có những bệnh nhẹ thuộc ngoại cảm, đến các chứng bệnh nặng của nội thương. Có người vướng phải bệnh nan y như lao, cùi, ung thư, bại liệt. Trong cảnh ấy, tự thân đã đau đớn, lại tốn kém, hoặc không có tiền thuốc thang, chính mình bị khổ lụy, lại gây thêm khổ lụy cho quyến thuộc:

b) Cái khổ về bệnh tật này nó đau đớn hơn cái đau khổ do tuổi già gây ra rất nhiều. Hãy suy gẫm, chỉ cần đau răng hay nhức đầu nhẹ thôi mà đôi khi cũng không chịu đựng nổi. Tuy nhiên, dù muốn hay không muốn, chúng ta cũng phải chịu đựng cái bệnh khổ này. Thậm chí Đức Phật là một bậc toàn hảo, người đã loại bỏ được tất cả mọi ô trược, mà Ngài vẫn phải chịu đựng khổ đau vật chất gây ra bởi bệnh tật. Đức Phật luôn bị đau đầu. Còn căn bệnh cuối cùng làm cho Ngài đau đớn nhiều về thể xác. Do kết quả của việc Đề Bà Đạt Đa lẩn đá mong giết Ngài. Chân Ngài bị thương bởi một mảnh vụn cần phải mổ. Đôi khi các đệ tử không tuân lời giáo huấn của Ngài, Ngài đã rút vào rừng ba tháng, chịu nhịn đói, chỉ lấy lá làm nệm trên nền đất cứng, đối đầu với gió rét lạnh buốt. Thế mà Ngài vẫn bình thản. Giữ cái đau đớn và hạnh phúc, Đức Phật sống với một cái tâm quân bình:

### 4) Tử Khổ:

a) Sự khổ trong lúc chết. Tất cả nhân loại đều muốn sanh an nhiên chết tự tại; tuy nhiên, rất ít người đạt được thỏa nguyện. Khi chết phần nhiều sắc thân lại bị bệnh khổ hành hạ đau đớn. Thân đã như thế, tâm thì hãi hùng lo sợ, tham tiếc ruộng vườn của cải, buồn rầu phải lìa bỏ thân quyến, muôn mối dập dồn, quả thật là khổ. Đa phần chúng sanh sanh ra trong tiếng khóc khổ đau và chết đi trong khổ đau gập bội

b) Cái chết chẳng ai mời mà nó vẫn đến, và không ai biết nó sẽ đến vào lúc nào. Như trái rơi từ trên cây, có trái non, trái chín hay trái già; cũng vậy, chúng ta chết non, chết lúc tuổi thanh xuân hay chết lúc già. Như mặt trời mọc ở phía Đông và chỉ lặn về phía Tây. Như hoa nở buổi sáng để rồi tàn vào buổi chiều. Đức Phật dạy: “Cái chết không thể tránh được, nó đến với tất cả mọi người chứ không chừa một ai. Chỉ còn cách tu tập để có thể đương đầu với nó bằng sự bình thản hoàn toàn:

5) Ái Biệt Ly Khổ:

a) Thương Yêu Xa Lìa Khổ—Không ai muốn xa lìa người thân thương; tuy nhiên, đây là điều không tránh được. Người thân chúng ta vẫn phải chết và chúng ta phải xa họ trong khổ đau tuyệt vọng. Cảnh sanh ly tử biệt với người thân yêu quả là khổ.

b) Nếu chúng ta chịu lắng nghe lời Phật dạy “Cảnh đời có hợp có tan” thì đây là dịp tốt cho chúng ta thực tập hạnh “bình thản”:

6) Oán Tắng Hội Khổ:

a) Phải chịu đựng người mà mình không ưa, người mình ghét, người thường hay chế nhạo phỉ báng và xem thường mình quả là khó; tuy nhiên, chúng ta phải luôn chịu cảnh này trong cuộc sống hằng ngày. Lại có nhiều gia đình bà con họ hàng thường không đồng ý kiến, nên thường có sự tranh cãi giận ghét buồn phiền lẫn nhau. Đó khác nào sự gặp gỡ trong oan gia, thật là khổ!—

b) Chính vì thế mà Đức Phật khuyên chúng ta nên cố gắng chịu đựng, và suy nghĩ rằng có lẽ chúng ta đang gặt hái hậu quả của nghiệp riêng của mình ở quá khứ hay hiện tại. Chúng ta nên cố gắng thích nghi với hoàn cảnh mới hoặc cố gắng vượt qua các trở ngại bằng một số phương tiện khác:

7) Cầu Bất Đắc Khổ:

Lòng tham của chúng ta như thùng không đáy. Chúng ta có quá nhiều ham muốn và hy vọng trong đời sống hằng ngày. Người nghèo thì mong được giàu; người giàu mong được giàu hơn; kẻ xấu mong đẹp; người đẹp mong đẹp hơn; người không con mong được có con. Những ước mong này là vô kể, chúng ta không thể nào mãn nguyện đâu. Thế nên cầu bất đắc là khổ..

8) Ngũ Âm Thanh Suy Khổ:

Có thân là có bệnh đau hằng ngày. Năm âm là sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Sắc âm thuộc về thân, còn bốn âm kia thuộc về tâm. Nói một cách đơn giản đây là sự khổ về thân tâm hay sự khổ về sự thanh suy của thân tâm.

Điều thứ tám này bao quát bảy điều khổ kể trên: thân chịu sanh, già, bệnh, chết, đói, khát, nóng, lạnh, vất vả nhọc nhằn:

Tâm thì buồn, giận, lo, thương, trăm điều phiền lụy. Ngày trước Thái Tử Tất Đạt Đa đã dạo chơi bốn cửa thành, thấy cảnh già, bệnh, chết. Ngài là bậc trí tuệ thâm sâu, cảm thương đến nỗi khổ của kiếp người, nên đã liả bỏ hoàng cung tìm phương giải thoát:

### 3. Đều do tham dục ra

**Tham Ái:**—Tham ái, tham dục đòi hỏi những sự ham muốn về vật chất như thèm ăn, thèm ngủ, thèm ân ái, vân vân, là những khoái lạc về ngũ quan. Con người còn ham muốn để được thỏa mãn những nhu cầu về tinh thần như ham chiếm đoạt, ham phô trương, ham quyền lực, ham lợi lộc. Lòng ham muốn đấm mê không bao giờ biết ngừng, không bao giờ được thỏa mãn cả, như chiếc thùng không đáy. Để thỏa mãn dục vọng mà con người sanh ra vị kỷ, độc ác, làm hại, làm khổ người khác để mình được vui, được sung sướng. Vì lòng tham mà chúng ta không ngại xử dụng mọi thủ đoạn để đạt cho được mục đích, bất kể chuyện gì xảy đến cho người khác. Phật tử chúng ta nên thấy rõ vì không tu nên cõi đời trở thành một đấu trường mà nước mắt đổ như mưa rào, bể khổ dâng lên như nước thủy triều biển khơi.

#### *Nguồn gốc phát sanh ra tham muốn*

Freud lựa chọn thân thể liên tục tạo ra năng lực tinh thần, cũng như máy phát điện liên tục sản xuất ra điện năng. Freud gọi năng lực tinh thần này là dục tình và ông tin rằng nó là lực thúc đẩy các khả năng của tất cả tư tưởng, tình cảm và tư cách của chúng ta. Sự xây dựng năng lực dục tình tạo nên trạng thái xu hướng đau khổ, nó ép buộc chúng ta trở thành hiểu biết một vài nhu cầu không được thỏa mãn. Lúc đó chúng ta nhắm tới tập trung vào những hoạt động sẽ cho chúng ta giải thoát năng lực đè nén đó và do đó mà giảm trừ được xu hướng. Như vậy năng lực dục tình tiêu thụ được kết hợp với niềm vui cảm giác, trong khi đó sự trấn áp năng lực dục tình hầu như luôn luôn dẫn đến áp lực đau khổ và lo âu do đó sự ham muốn khoái lạc là đương nhiên.

- *Sự sanh diệt từ vật chất đến phi vật chất tác động đến khoái lạc và đau khổ*

Sự giao lưu năng lượng và vật chất với bên ngoài nên bản thân sự vật không những lệ thuộc vào nhân duyên nội tại mà phải bị ảnh hưởng nhiều bởi môi trường ngoại giới. Như ảnh hưởng vật chất từ thức ăn đến sinh dục con người, mà những yếu tố sinh lý ấy ảnh hưởng lớn đến tư tưởng tình cảm và hành động. Khi không thỏa mãn dục tính hoặc đói khát, sanh ra đau khổ, phiền não; còn khi đã thỏa mãn sinh lý thì cảm thấy sung sướng và khoái lạc. Hệ thống cân bằng sinh lý của con người được tạm thời ổn định là lịch trình tiêu tán của trạng thái đau khổ và khoái lạc.

Vậy nguồn gốc phát sanh ra dục vọng là do hệ thống cân bằng sinh lý của con người.

### 4. Nếu ít muốn vô vi, thân tâm tự tại

Trong thế gian này, mọi vật đều thay đổi thành trụ hoại không; con người thì sanh lão bệnh tử. do **Dục Lộ** tức Dòng luân hồi sanh tử bị khuấy lên bởi tham dục, tà kiến, và tà tư. Càng tham dục hay nhiều ham muốn khoái lạc thì nhiều nhu cầu, nên càng nhiều gian nan, khổ cực; tâm thức lúc nào cũng bận rộn lo âu.. Đã biết đa dục là khổ, chúng ta cần tìm cách giảm bớt hay ít ham muốn, thì tâm ta an nhiên, vì ít ham muốn thì ít bị lệ thuộc nhu cầu trói buộc. Quán xét tứ vô tức bốn cái không hay bốn điền đảo(**vô thường** mà cho là thường, **khổ** cho là vui sướng, **không** tịnh mà cho là tịnh, vô ngã không chơn thật, cho là ngã chơn thật), thì từ đó dùng **Vô Lộ Pháp**: Phép thanh tịnh xa lìa mọi phiền não cấu nhiễm để vượt thoát khỏi dục vọng và luân hồi sanh tử.

\* **Vô Thường**: Mọi vật trên đời này đều phải thay đổi và hoại diệt; không vật gì thường hằng dù chỉ trong phút giây, hay sát na ngắn ngủi. Mọi vật, mọi hiện tượng đều phải qua giai đoạn sanh, trụ, dị, diệt. Kinh Kim Cang dạy: “Nhứt thiết hữu vi pháp, như mộng, huyễn, bào, ảnh, như lộ diệc như điện, ưng tác như thị quán.” Nghĩa là hãy xem các pháp hữu vi, nào khác chi bóng bọt, điểm sương, quán xem tất cả vô thường, sanh sanh diệt diệt như tuồng chớp chạng.” Quán chiếu được sự vô thường của vạn hữu sẽ giúp chúng ta không bị trói buộc bởi sự vật của thế gian, thì chúng ta biết có lúc thì phải chết, đó là quy luật không thay đổi, **nên không sợ hãi và ít ham muốn, cuộc sống được thông dong.**

\* **Khổ**: Biết rằng ham muốn nhiều thì khổ nhiều vì .Trạng thái khổ não bức bách thân tâm (tâm duyên vào đối tượng vừa ý thì cảm thấy vui, duyên vào đối tượng không vừa ý thì cảm thấy khổ). Khổ nằm trong nhân, khổ nằm trong quả, khổ bao trùm cả thời gian, khổ bao trùm cả không gian, và khổ chi phối cả phạm lãn Thánh, nghĩa là khổ ở khắp nơi nơi: Xem thế nổi khổ lớn lao vô cùng; riêng chỉ các vị Bồ Tát nhờ lòng đại bi, thường ra vào sinh tử, lấy pháp lục độ để cứu độ chúng sanh, mà vẫn ở trong Niết Bàn tự tại. **Biết đời là bể khổ bến mê, ít tham muốn thì thân tâm không cực khổ lo âu, mà được thanh thản.**

\* **Không**: . Vô tự tánh, tự tánh không, hay vô tự tướng: Không có thể tánh: Tất cả các sự vật trong tam giới đều không phải là thật

*Trung Quán Luận* là Pháp Học cũng như Pháp Hành đều được quán sát sâu sắc con người, vạn vật cùng thuộc tính, với Chánh Kiến Chánh Tư Duy và phân tách hệ quả của các hành thức trên mà Bát Chánh Đạo trong Giáo Lý Phật đã soi rọi và **hư không hóa** mọi hữu tồn dù tâm hay vật.. BT Long Thọ dùng **phủ định tính** (*dòng duyên khởi: dòng tâm thức con người với tất cả mọi phiền trược nghiệp thức kể cả sự biến dị của thời không*) để hướng dẫn dần đến sau cùng không còn gì phủ định nữa tức là tiến đến **khẳng định tánh không là Trung Đạo**.Tựu trung diệu dụng của người thực hành Trung Đạo là nhận ra tánh giác của chính mình, tánh giác này không sanh không diệt không tướng mạo mà hằng giác. Bởi hằng giác nên chẳng phải không, không tướng mạo nên chẳng phải có. Sống được với tánh giác là thoát ly sanh tử, tuổi thọ tánh giác đồng với hư không. Cho nên trong kinh nói tuổi thọ của Phật không biết bao nhiêu tính kể. Đạt được tuổi thọ vô lượng vô biên ấy, còn gì hạnh phúc bằng, còn gì quý bằng. Sống với cái vĩnh cửu chẳng sanh chẳng diệt này, mới thực là đến chỗ chân thật tuyệt đối hay Trung Đạo. Còn có gì ở thế gian có thể so sánh với tánh giác. Tánh giác này

mới thực ta (Chơn Ngã), tánh giác không bao giờ mất (Chơn thường), tánh giác là chơn thực hạnh phúc (Chơn lạc), tánh giác không có gì ô nhiễm được (Chơn tịnh). Sống đến chỗ chơn ngã, chơn thường, chơn lạc, chơn tịnh này, mới là điểm cứu cánh của Trung Luận cũng như đích đến của thiền tông. (Xem Nhất Nguyên Luận, Phổ Nguyệt) **Vô Vi Pháp**: Nghĩa của Vô Vi Pháp là Pháp xa lìa nhân duyên tạo tác hay không còn chịu ảnh hưởng của nhân duyên; Pháp thường hằng, không thay đổi, vượt thời gian và siêu việt: Niết Bàn và hư không. Sống trung dung là phương cách tốt **Không chấp thủ ít ham muốn hay không tánh thì chúng ta cảm thấy tự do ung dung và an tịnh.**

- **Vô Ngã.** Phật giáo chủ trương sự vắng mặt của một bản ngã thường hằng bất biến. Theo Kinh Duy Ma Cật, vô ngã có nghĩa là sự hiểu biết chơn chánh rằng thân gồm ngũ uẩn chứ không có cái gọi là “bản ngã trường tồn.” Tứ đại chỉ hiện hữu bởi những duyên hợp. Không có vật chất trường tồn bất biến trong thân này. Khi tứ đại hết duyên tan rã thì thân này lập tức biến mất. Vì vật chất do tứ đại cấu thành, trống rỗng, không có thực chất, nên con người do ngũ uẩn kết hợp, cũng không có tự ngã vĩnh cửu. Con người thay đổi từng giây từng phút. Theo giáo lý Tiểu Thừa thì “Vô Ngã” chỉ áp dụng cho loài người, nhưng trong Phật giáo Đại Thừa thì vạn hữu đều vô ngã. Dùng pháp từ bi hỷ xả và vô lậu huệ để đoạn trừ ham muốn, vì trí huệ thanh tịnh, không bị ô nhiễm vì vị kỷ. **Tu tập Dục Giác tức sự tỉnh thức về lòng tham thì con người không còn vị kỷ, cõi lòng rộng mở, khoan dung độ lượng với tha nhân..**

Con người khi ít tham muốn vô vi thì lòng rộng rãi thanh thanh, thanh thản, thông dong, không lo âu, tự do tự tại.

## II. Giải Thoát Tri Kiến.

Trong việc giải thoát các dục lậu, có nhiều cách làm giảm bớt cường độ quá đáng của nó; mà việc rèn luyện phạm hạnh được các nhà đạo học khuyên thuyết rất nhiều, và đặc biệt hơn là các pháp thực hành và thiền định mà Phật dạy cần phải tín ngưỡng phụng hành..

Riêng một thí dụ điển hình về vinh nhục (một trong bát phong) theo lời dạy của HT.Hòa Thượng Dhammananda đáng học hỏi::

### A. Đối trị Vinh Nhục

- 1) Không cần thiết phải phí phạm thì giờ để cải chánh những báo cáo sai lầm trừ phi những hoàn cảnh bắt buộc cần thiết sự sáng tỏ. Kẻ địch sẽ hài lòng khi thấy bạn bị đau. Đó là điều kẻ địch mong muốn. Nếu bạn đứng vững thì những xuyên tạc như vậy sẽ rơi vào những lỗ tai điếc. Không thể nào có thể ngăn chặn những lời buộc tội, đồn đãi và rỉ tai sai lầm, nên trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, Hòa Thượng Dhammananda đã dạy:
  - a) Thấy lỗi người khác, ta nên cư xử như một người mù:

- b) Khi nghe thấy những lời bình phẩm bất công của người khác, chúng ta nên xử sự như một người điếc:
  - c) Nói xấu về người khác, ta nên cư xử như một người ngu:
  - d) Chớ sửa mặc chớ, khách lữ hành vẫn tiếp tục tiến bước:
  - e) Chúng ta nghĩ sẽ bị ném bùn nhờ thay vì hoa hồng. Như vậy chúng ta sẽ không bị thất vọng:.
  - f) Dù khó khăn chúng ta nỗ lực trau dồi không luyến chấp. Một mình ta đến, một mình ta đi. Không luyến chấp là hạnh phúc trên thế giới này:
  - g) Không quan tâm đến những mũi tên độc phóng ra bởi giọng lưỡi buông lung, một mình chúng ta lang thang phục vụ tha nhân với hết khả năng:.
  - h) Thật là lạ lùng những vĩ nhân bị phỉ báng, nói xấu, đầu độc, hành xác và bị bắn. Nhà hiền triết Socrates bị đầu độc, chúa Jesus cao thượng bị đóng đinh tàn nhẫn trên thập tự giá, Gandhi bị bắn chết, vân vân:
- 2) Thế giới này đầy rẫy chông gai sỏi đá, không thể nào chúng ta chuyển chúng hết được. Nhưng nếu chúng ta phải bước vào những chướng ngại ấy, thay vì cố gắng loại bỏ chúng đi là không thể được, chúng ta hãy theo lời khuyên là nên mang một đôi giày để bước cho khỏi bị đau
- 3) Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy:
- a) Giống như sư tử không run sợ trước những tiếng động:
  - b) Giống như luồng gió không bám víu vào mắt lưới:
  - c) Giống như hoa sen không bị hôi tanh bởi bùn nơi nó mọc lên. Chúng ta đang sống trong một thế giới vẫn đục bùn nhờ. Nhiều đóa hoa sen mọc lên từ đó nhưng không nhiễm bùn nhờ, chúng tô điềm thế giới. Giống như hoa sen, chúng ta hãy cố gắng sống cuộc đời cao thượng thì không ai chê trách được, không quan tâm tới bùn nhờ có thể ném vào chúng ta;
  - d) Đi lang thang một mình như con tê giác;
  - e) Như chúa sơn lâm, sư tử không hề biết sợ. Do bản chất chúng không sợ hãi trước những tiếng rống của các con vật khác. Trong thế giới này, chúng ta có thể nghe những báo cáo trái ngược, lời kết tội sai lầm, lời nhận xét đê hèn của những giọng lưỡi buông lung. Giống như sư tử, ta không nên nghe. Giống như quả tạ Bu-mơ-ren, ném ra rồi sẽ quay về chỗ cũ, tin đồn sai lầm sẽ chấm dứt ngay nơi chúng phát xuất:



- 4) Đại trượng phu không màng tới danh dự hay mất danh dự, vinh hay nhục. Họ không rối trí khi bị công kích hay phỉ báng, vì những việc làm của họ không phải vì muốn có tên tuổi hay danh dự. Họ không màng tới người khác công nhân hay không công nhận sự phục vụ của họ. Làm việc, họ có toàn quyền nhưng không phải là để hưởng cái quả của việc làm ấy..

## B. Pháp Hành

.Đức Phật giảng dạy bảy phương pháp loại trừ những bấn rĩ sâu đậm làm vẩn đục tâm như ái dục, cảm xúc, cảnh sắc, và si, làm che khuất sự nhận thức của Giác Ngộ. “Này các Tỷ-kheo, những pháp nào do vị ấy tác ý mà dục lậu chưa sanh Không được sanh khởi, hay dục lậu đã sanh không được tăng trưởng; hay hữu lậu chưa sanh... (như trên)... hay vô minh lậu chưa sanh không được khởi, hay vô minh lậu đã sanh không được tăng trưởng”. Đó là những pháp khô, đó cũng là pháp vô tự ngã.

### 1. Hành Đoạn Trừ Lậu Hoặc

a). Hành giả cần tư duy tứ vô hay bốn điên đảo mà hậu quả của lậu hoặc như dục tham, hữu tham, tà kiến và vô minh, vì những cấu uế này tiết lậu từ các căn môn không được thúc liễm, như nước rỉ từ bình chảy, hoặc vì chúng phát sanh những khổ sanh tử. Nhờ tác ý các pháp cần phải tác ý nên các lậu hoặc chưa sanh không sanh khởi và các lậu hoặc đã sanh được trừ diệt. Vị ấy như lý tác ý:

*"Đây là khổ", vị ấy giác tri;*

*: "Đây là khổ tập", vị ấy giác tri;*

*"Đây là khổ diệt", vị ấy giác tri;*

*: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt" vị ấy giác tri.*

Nhờ vị ấy tác ý như vậy, ba kiết sử được trừ diệt: thân kiến, nghi, giới cấm thủ. Các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ

b). bằng phòng hộ là biết được lậu hoặc nguy hiểm như vậy mà phòng thủ là không cho nó lộ ra nghĩa là nhốt nó trong lòng không nghĩ nó nữa. làm thế nào là các lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ?

*."Sống phòng hộ với sự phòng hộ con mắt, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa". Vị ấy giác tri;*

*"Sống phòng hộ với sự phòng hộ lỗ tai... (như trên)"*

*"Sống phòng hộ với sự phòng hộ lỗ mũi... (như trên)";*

*"Sống phòng hộ với sự phòng hộ lưỡi... (như trên)";*

*"Sống như lý giác sát phòng hộ với sự phòng hộ thân căn... (như trên)";*

*."Sống như lý giác sát phòng hộ với sự phòng hộ ý căn. các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa"*

Các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ.

c). bằng thọ dụng

Các vị như lý giác sát, thọ dụng y phục, chỉ để ngăn ngừa lạnh, ngăn ngừa nóng, ngăn ngừa sự xúc phạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loài bò sát, chỉ với mục đích che đậy sự trần truồng. Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng món ăn khát thực không phải để vui đùa, không phải để đam mê, không phải để trang sức, không phải để tự làm

đẹp mình, mà chỉ để thân này được sống lâu và được bảo dưỡng, để (thân này) khỏi bị thương hại, để hỗ trợ phạm hạnh,

Nghĩ rằng (giác tri): "*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*".

Vị ấy như "*lý giác sát, thọ dụng sàng tọa, chỉ để ngăn ngừa lạnh, ngăn ngừa nóng, ngăn ngừa sự xúc phạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loại bò sát, chỉ để giải trừ nguy hiểm của thời tiết, chỉ với mục đích sống độc cư an tịnh; vị ấy như lý giác sát thọ dụng được phẩm trị bệnh, chỉ để ngăn chặn các cảm giác khổ thống đã sanh, để được ly khổ hoàn toàn*".

. Nếu vị ấy thọ dụng như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ

**d). bằng kham nhẫn?**

Hành giả như lý giác sát, kham nhẫn lạnh, nóng, đói, khát, sự xúc phạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loài bò sát; kham nhẫn những cách nói mạ ly, phỉ báng. Vị ấy có tánh kham nhẫn các cảm thọ về thân, những cảm thọ thống khổ, khổ liệt, đau nhói, nhức nhối, không sung sướng, không thích thú, chết điếng người.

Nếu vị ấy nghĩ "*kham nhẫn như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa*".

Các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ.

**e) bằng tránh né**

Hành giả như lý giác sát tránh né voi dữ, tránh né ngựa dữ, tránh né bò dữ, tránh né chó dữ, rắn, khúc cây, gai góc, hố sâu, vực núi, ao nước nhớp, vũng nước. Có những chỗ ngồi không xứng đáng ngồi, những trú xứ không nên lai vãng, những bạn bè ác độc mà nếu giao du thì bị các vị đồng phạm hạnh có trí nghi ngờ, khinh thường; vị ấy như lý giác sát tránh né chỗ ngồi không xứng đáng ấy, trú xứ không nên lai vãng ấy và các bạn ác ấy. Vị ấy "*giác tri tránh né như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa*".

, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do tránh né được đoạn trừ

**f). bằng trừ diệt**

Hành giả như lý giác sát không có chấp nhận dục niệm đã khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (dục niệm ấy); không có chấp nhận sân niệm đã khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (sân niệm ấy); không có chấp nhận hại niệm đã khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (hại niệm ấy); không chấp nhận các ác bất thiện pháp luôn luôn khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (các ác bất thiện pháp ấy). Vị ấy "*giác tri trừ diệt như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa*".

Các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do trừ diệt được đoạn diệt.

**g). bằng tu tập**

Hành giả như lý giác sát tu tập niệm giác chi, niệm giác chi này y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, hướng đến từ bỏ; như lý giác sát tu tập trạch pháp giác chi... (như trên)... tu tập tinh tấn giác chi... tu tập hỷ giác chi... tu tập khinh an giác chi... tu tập định giác

chi... tu tập xả giác chi; xả giác chi này y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, hướng đến từ bỏ. Vì ấy “*giác tri tu tập như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa.*”

Các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do tu tập được đoạn trừ.

### III. Kết Luận

Quán sát được tham dục rõ ràng là nguồn khổ ưu làm cho cuộc sống con người sanh lão bệnh tử lắm đau thương. Biết được **Dục Giới**: Kamadhatu (skt). là một trong tam giới, nơi đó có đầy đầy những thứ ham muốn, mà **Dục Lậu** lại làm cho dòng luân hồi sanh tử bị khuấy lên bởi tham dục, tà kiến, và tà tư. Với sự rèn luyện phạm hạnh và các pháp trong kinh “Tất Cả Lậu Hoặc” mà đức Phật giảng dạy bảy phương pháp loại trừ những bèn rễ sâu đậm làm vẩn đục tâm như tham dục che khuất sự nhận thức của Giác Ngộ. Biết được đa dục là căn bản của sanh tử luân hồi luôn làm đảo điên con người, nên phải rèn luyện đạo đức; thực hành thiểu dục và tu tập pháp Phật “đoạn diệt bốn điên đảo hay tứ vô” thì tâm thức được nhẹ nhàng thông dong tự do tự tại vô ngại và thanh thang..

Tham khảo

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ v à Thích Minh Quang Việt dịch trích trong website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>

Tự Điển Phật Học Việt Anh. Thiện Phúc trích trong website Quảng Đức

002-Kinh Tất cả các lậu hoặc - MN 2: Sabbasava Sutta do HT.Thích Minh Châu Việt dịch, trích trong website Quang Đức.

Trung Đạo: Pháp Trục Nhận Tánh Không. Phổ Nguyệt trích trong website Tạng Thư Phật Học:

<http://www.tangthuphathoc.net>

## 4.3. Điều Giác Ngộ 3 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến

\*

\*

### I. Điều Giác Ngộ 3

Điều Giác Ngộ 3: Tri túc là căn bản để giúp gìn giữ đạo nghiệp..

Phiên âm:

**Đệ tam giác tri: Tâm vô yểm túc, duy đắc đa cầu, tăng trưởng tội ác. Bồ tát bất nhĩ, thường niệm tri túc, an bản thủ đạo, duy tuệ thị nghiệp.**

Dịch nghĩa:

**Điều giác ngộ thứ ba: Tâm nếu không biết đủ, chỉ lo việc tham cầu, sẽ tăng thêm tội ác. Bồ tát không như vậy, thường nhớ đến tri túc, vui cảnh nghèo giữ đạo, lấy tuệ làm sự nghiệp.**

### **1. Tâm nếu không biết đủ, chỉ lo việc tham cầu, sẽ tăng thêm tội ác.**

Cân bằng hóa giữa đau khổ và khoái lạc, theo thường tình khi ham muốn nhiều thì khổ, . Trong tám giác cho thấy sự khổ não sẽ đeo đuổi theo sau khi thỏa mãn khoái lạc, cho nên biết chế ngự sự ham muốn quá độ thì thân tâm được an lạc. Trong điều giác ngộ 1 cho rằng thân là rừng tội nghiệp, cho nên chỉ tham cầu thì sẽ thêm tội ác.

Như ăn uống quá độ sẽ bị trúng thực, chơi bời phóng túng sẽ bị bệnh...Tựu chung càng thoả mãn những lạc thú nhiều thì càng lắm đau khổ, hay nói khác đi là không tri túc thì hậu quả tai hại và gây thêm nhiều tội ác. Trong pháp thiếu dục tri túc của Phật, tu sĩ an lòng với số phận lúc đau khổ, nghèo túng là do nghiệp duyên đã kết tập từ bao nhiêu kiếp về trước, nên kiếp này phải trả. Pháp tri túc thiếu dục cũng là một khía cạnh an phận, vì không còn có lòng mong muốn điều gì nữa trên cõi đời này. Ngoài ra, do vì biết đủ nên tu sĩ an phận lìa bỏ lòng than, sân của thế tục mà an tâm trên con đường tu hành với ý chí và lòng kiên nhẫn hi hữu tốt độ. Trạng thái này đối với Phật giáo là tâm thanh tịnh.

Pháp thiếu dục chủ trương giảm bớt sự ham muốn và biết đủ trong mọi hoàn cảnh. Đó là pháp Trung Đạo, không nghiêng hẳn về lợi dưỡng cũng như về khổ hạnh vì lẽ một bên là thái quá, một bên là bất cập, cả hai đều không phải là giải pháp đúng đắn cho bốn nhu cầu hằng ngày về vật chất của chúng ta gồm có: ăn, mặc, ở và thuốc men.. Trong kinh Đại Bát Niết Bàn (ĐTUYL), có ba thứ dục (ác dục, đại dục, Dục dục), kể cả ngũ dục (sắc dục, thanh dục, hương dục, vị dục, xúc dục) làm nhiều loạn thân tâm; do đó cần phải thiếu dục . Tri túc là không tham đắm, không chắt chứa tám món bất tịnh (Tô trai tứ gái, vàng, bạc, báu vật, lúa thóc, kho tàng, bò dê voi ngựa, lợi nhuận do hành nghề thương mại) , nguồn gốc của bao nỗi phiền não. Tóm lại nếu tâm không biết đủ, chỉ lo việc tham cầu mãi (Túi tham không đáy) thì sẽ tăng thêm tội ác.

**Tri Túc (TĐPHVA).** Biết đủ và thỏa mãn với những gì mình có ngay trong lúc này. Tri túc là đặc điểm của hạnh phúc cá nhân. Phạm phu thường nghĩ rằng tri túc rất khó trau dồi và phát triển. Tuy nhiên, nếu chúng ta kiên trì dũng mãnh, và quyết tâm kiểm soát những tư tưởng bất thiện cũng như hậu quả gây ra do bởi không biết tri túc, thì chúng ta sẽ cảm thấy luôn hạnh phúc với những gì mình đang có. Đối với những người có trí tuệ, biết quyền biến, tháo vát, khéo an nhẫn với cảnh đời, biết suy cùng nghĩ cạn, thì trong cảnh ngộ nào cũng vẫn an nhiên bình thản. Với hoàn cảnh giàu sang thì biết đủ theo cảnh giàu sang, với cảnh nghèo hèn thì biết đủ theo nghèo hèn. Thật vậy, trong đời sống hằng ngày, chúng ta làm đủ cả mọi việc, suy tính đủ mọi phương cách, chước màu, thậm chí đến việc không từ nan bất cứ thủ đoạn nào, miễn sao cho mình được lợi thì thôi, còn thì tổn hại cho ai cũng không cần nghĩ đến. Thử hỏi chúng ta làm như vậy để chi? Chẳng qua là để có cuộc sống tốt đẹp hơn, ăn mặc, nhà cửa, cất chứa tiền bạc nhiều hơn. Nhưng suy nghĩ kỹ chúng ta sẽ thấy mặt trời mọc, đứng bóng, rồi lặn và

biến mất về đêm; trăng đầy rồi khuyết, rồi mất hẳn ánh sáng; gò cao đồi thành vực thẳm, biển cả hóa nương dâu, vân vân. Cuộc đời xưa nay thịnh suy, đắc thất, vinh nhục, bổng trầm, còn mất, hợp tan, chỉ là lẽ thường chớ đâu có gì được tồn tại mãi, tất cả rồi cũng về với hư không. Thế nên người trí phải luôn biết tri túc với hoàn cảnh hiện tại.

2. **Bồ tát không như vậy, thường nhớ đến tri túc, vui cảnh nghèo giữ đạo, lấy trí tuệ làm sự nghiệp.**

Theo lời Phật dạy, Bồ Tát phải từ bỏ cái bị sanh mà tu tập cái vô sanh. Đoạn tận cái bị sanh (tức điên đảo) theo đặc tính của cuộc sống thế gian: là vô thường, khổ, không, vô ngã để tìm đến cái vô sanh tức cái chơn thường, chơn lạc, chơn ngã và chơn tịnh. Ham muốn của cải, tài sản là một đam mê tai hại nhất đối với người tu sĩ, vì của cải chỉ là những phương tiện giúp chúng ta sống tạm trên thế gian này, chớ nó không phải là cứu cánh mục đích tối hậu của cuộc đời. Do đó cần phải tích trữ tài sản thật đồ sộ để làm chi? Có phải để tăng thêm cái ngã ái, ngã mạn của chúng ta không? Nếu vì mục đích đó thì quả thật tích trữ tài sản gây cho chúng ta biết bao trở ngại trên con đường tu tập. Nhưng nếu chúng ta biết sử dụng tài sản, xem nó như đại phương tiện đem lại lợi ích, an vui, hạnh phúc cho đồng bào và nhân loại thì tài sản trở thành **những đòn bẩy vô giá** giúp chúng ta tạo lập vô lượng công đức vô lậu.

Nghèo và đạm bạc là phương châm của các vị Bồ Tát, là hạnh cao quý nhất của những tâm hồn biết yêu thương chúng sanh, biết xả kỷ cầu đạo. Đức Phật coi như 8 món bất mà đệ tử của Phật phải liả bỏ. Do đó hạnh thanh bần là hạnh phải có của Bồ Tát theo gương của Phật liả bỏ hết lều vàng điện ngọc, quyền cao chức trọng để đạt đến trạng thái không chấp thủ, không che đậy của cái tâm tự do, trống không, chơn thật. Nên dùng tứ vô lượng tâm (từ bi hỷ xả) để giảm bớt lòng vị kỷ, giải tỏa tham dục, sống đời thanh bần lạc đạo.

Đạo Phật là đạo giải thoát nói từ viễn cảnh cứu cánh, nhưng trên thực tế thì trí tuệ mới là pháp căn bản để tu tập cho mọi tu sĩ đến bờ giác ngộ. Từ sự giác ngộ, Bồ Tát mở ra đường sáng vượt khỏi đám mây mù của dòng tâm thức vốn che khuất bầu trời trí tuệ. Tâm thức là nhận thức sự vật (lục trần) bằng lục căn, nên lục thức hay tâm thức vô thường và biến dị. Sự vật được nhận thức chẳng qua là do duyên khởi hoặc giả danh, nên chúng chịu luật sanh diệt theo thời gian ngay cả nhận thức cảm thọ tưởng thức là những hành động liệ tri. Muốn vượt thoát khỏi sự sanh diệt ấy tất phải dùng trí năng soi sáng mọi biến đổi, vô thường của thọ, tưởng, và thức (nói chung là dòng tâm thức) mà đến thế giới bất sanh bất diệt, trong sáng và thường hằng. Trí tuệ có khả năng trong sạch hóa mọi dòng tâm thức bằng cách hư không hóa mọi hữu tồn dù tâm hay vật. Rèn luyện trí tuệ là một nhu cầu thiết yếu biết đủ pháp môn căn bản cho mọi tu sĩ sơ cơ hiểu rõ trước khi tu tập các pháp khác. Trong Đại Kinh Phương Quảng, Tôn giả Mahakotthita (Đại-Câu-hy-la) vấn đạo với Tôn giả Sariputta (Xá lợi Phất) do HT. Thích Minh Châu chuyển dịch từ tiếng Pali đã diễn đạt pháp rèn luyện trí tuệ rất căn bản và rõ ràng

Vì vô minh che mờ do tham ái trói buộc nên chúng sanh trôi giạt trong sanh tử luân hồi. Có ba hữu: Dục Hữu, Sắc Hữu và Vô Sắc Hữu, khi bị tham ái lôi kéo gây ra quả xấu hay tốt (nhân quả như báo ứng, hoặc có công đức); khi vô minh được xả ly, minh được khởi, tham ái được đoạn diệt, thì tâm (dòng tâm thức) được giải thoát mọi ràng buộc của dòng bực lưu sanh tử luân hồi thì trí (trí tuệ) được trong sáng. Bồ Tát biết tri túc thiểu dục để gìn giữ đạo nghiệp và lấy trí tuệ làm phương châm tu tập để được minh tâm và giải thoát mọi ham muốn và mong cầu.

## II.

## Pháp Thực

### Hành: Giải Thoát Tri kiến Bất Thuần Lý

Trong tứ oai nghi, rèn luyện trí tuệ là nhu cầu **cần biết đủ các pháp**, mà tọa thiền là tối ưu. Lần lượt từ các tầng thiền, hành giả cần an trú chánh trí càng lâu càng chứng tri các thiền cao hơn. Chẳng hạn,

*Từ bỏ sân, từ bỏ hôn trầm thụy miên, từ bỏ trạo hối, từ bỏ nghi, thành tựu tâm, tứ, hỷ, lạc và nhất tâm.*

\* Tuệ tri (biết rõ) ta phải từ bỏ **tham dục**, và tuệ tri nhiếp tâm thanh tịnh tìm chân lý (**tâm**) và đạt đến hạnh phúc vĩnh hằng vì tham dục chính là nguồn gốc của khổ đau.

\* Tuệ tri ta phải từ bỏ **sân**, và tuệ tri (**tứ**) định tâm hết cân nhắc, vì sân là tướng giận hờn vì muốn mà không được thỏa mãn.

\* Tuệ tri ta phải từ bỏ **hôn trầm thụy miên**, và tuệ tri ta được vui vẻ (**hỷ**) vì không còn thấy hôn trầm, buồn ngủ làm tâm trí mờ tối.

\* Tuệ tri ta phải từ bỏ **trạo hối**, và tuệ tri ta được sung sướng (**lạc**) khi không có ăn năn hối hận hoặc phiền não.

\* Tuệ tri ta phải từ bỏ **nghi** hoặc, và tuệ tri ta tin tưởng pháp thiền này mà an trú nơi **nhất tâm** (chơn tâm)

Cũng vậy rèn luyện năm căn phải dùng tuệ nhãn mà tuệ tri từng căn một để biết rõ an trú nơi nhất tâm (chơn năm căn, năm trần, năm thức). Chẳng hạn, thấy biết như chơn mắt, chơn sắc, chơn nhãn thức; nghe biết như chơn tai, chơn thanh, chơn nhĩ thức; ngửi biết như chơn mũi, chơn hương, chơn tĩ thức; nếm biết như chơn lưỡi, chơn vị, chơn tĩ thức; chạm biết như chơn thân chơn xúc, chơn xúc thức.

Cho đến tầng thiền cao hơn, tuệ tri về thức, tưởng, cảm thọ. Có bốn duyên để chứng nhập tâm giải thoát bất khổ bất lạc. Đó là xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền đó, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Lần lượt tu tập vô lượng tâm giải thoát, vô sở hữu tâm giải thoát, không tâm giải thoát và vô tướng tâm giải thoát. Hành giả tuệ tri đoạn tận các lậu hoặc, tham sân si, và tuệ tri an trú tâm từ bi hỷ xả tỏa khắp bốn phương, cũng như thành tựu "Diệt Thọ Tưởng Định"

## III.

## Kết Luận.

Bồ Tát lấy từ bi và trí tuệ làm phương tiện tu tập, sống thanh bần lạc đạo để tự giác và giác tha. Trong phạm hạnh, Bồ Tát luôn nhớ đến thiểu dục và **tri túc lác trí tuệ làm đạo nghiệp** của mình. Dùng tuệ tri, là cái biết sat-na hiện tiền để hư không hóa mọi hữu tồn như tham dục và các việc bất thiện khác.

. Các pháp thọ hành hoặc tu tập tâm giải thoát tham dục là hư không hóa mọi dòng tâm thức như cảm thọ, tưởng và thức, vốn do tham ái trói buộc làm cho tâm vẫn dục. Trí tuệ làm cho pháp thọ hành "chánh trí" để chứng tri và an trú các tầng thiền cao. Hành giả đã đoạn trừ các lậu hoặc, thì tham, sân, si này được chặt tận gốc, khiến chúng không thể tái sanh trong tương lai. Vậy tri túc là căn bản để gìn giữ đạo nghiệp.

#### Tham khảo

Đại Kinh Phương Quảng (Mahavedalla Sutta). Trung Bộ Kinh do Thanissaro Bhikkhu dịch từ tiếng Pali và chuyển Việt dịch do HT. Thích Minh Châu, trích trong Diệu Pháp website, phần Chìa Khóa Học Phật (Kinh Điển):: <http://www.dieuphap.com>

Đại Thừa Yếu Lược. (ĐTTL). L.H. Tịnh Huệ. Trích phần thiểu dục và tri túc. Sách xuất bản 1998, in tại Walter Bros Printing, 5902 Seminary RD, Falls Church, VA 22041.

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ và Thích Minh Quang Việt dịch trích trong website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>

Tự Điển Phật Học Việt Anh. (TĐPHVA). Thiện Phúc trích trong website Quảng Đức

002-Kinh Tất cả các lậu hoặc - MN 2: Sabbasava Sutta do HT. Thích Minh Châu Việt dịch, trích trong website Quang Đức.

Trung Đạo: Pháp Trực Nhận Tánh Không. Phổ Nguyệt trích trong website Tạng Thư Phật Học:

<http://www.tangthuphathoc.net>

## 4.4. Điều Giác Ngộ 4 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến

### I. Điều Giác Ngộ 4.

Điều Giác Ngộ 4: Tinh tấn là căn bản để hàng phục ma chướng.

Phiên âm:

**Đệ tứ giác tri: Giải đãi trụ lạc, thường hành tinh tấn, phá phiền não ác, tởi phục tứ ma, xuất ám giới ngục.**

Dịch nghĩa:

**Điều giác ngộ thứ tư: Giải đãi phải sa đọa, nên thường hành tinh tấn, để phá phiền não ác, chiết phục cả bốn ma, ra khỏi ngục ám giới.**

## 1. Giải đãi trụ lạc phải sa đọa

Điều giác ngộ thứ tư là lười biếng giải đãi thì bị sa đọa trầm luân.

Giải Đãi: Kausidya (skt)—Lười biếng hay không hết sức với việc trì giới. *Giải đãi* là chỉ sự không hết lòng, hết sức trong việc đoạn ác tu thiện. **Giải** là *căn thân mệt mỏi*; **đãi** là *tâm thức phóng túng*.

Giải đãi là bê tha lười biếng. Người ham mê **ngũ dục** muốn có nhiều tiền của là người chỉ biết cho có nhiều tiền của, để được thỏa mãn dục lạc thế gian, mà không biết phát huy đức hạnh trí tuệ, đó chỉ là người giải đãi trụ lạc, chứ không phải là người biết thiếu dục, tri túc Như **sắc dục** là sự ham muốn các sắc tướng bề ngoài, sắc đẹp; **thính dục** thích nghe những âm thanh êm dịu như lời ca tiếng hát; **hương dục** ham thích nước hoa, mùi thơm; **vị dục** ham thích các thức ăn, món uống có vị ngon; và **xúc dục** thích cọ xát thân thể, tay chân, ái ân. Người giải đãi trụ lạc bị dục lưu là dòng thác tham dục, một trong tứ lưu, như tư hoặc, tham, sân, si, vân vân, giữ mãi cá nhân trong vòng dục giới. Dục lậu là tham dục, tà kiến, và tà tư khuấy động dòng luân hồi sanh tử luân hồi, sa đọa trầm luân vào vòng ma chướng, ngục tù ám giới. Giải đãi là căn bệnh chung của chúng sinh, mà thuốc trị nó chính là tinh tấn.

## 2. Tinh tấn là căn bản để hàng phục ma chướng

Tinh tấn là một nỗ lực, ý chí mạnh vượt qua mọi trở ngại để đạt mục đích. Trong Lục Độ Balamật, tinh tấn làm tích cực Bồ Thí Balamật, duy trì Tịnh Giới, bền vững Nhẫn Nhục Balamật, thường trụ Thiền Định Balamật, và luôn phát triển Trí Huệ Balamật. Tinh tấn Balamật liên hệ mật thiết với tứ chánh cần và thất giác chi, siêng năng sám hối các tội lỗi quá khứ, cố gắng tu các pháp lành, lập công đức, làm việc lợi tha, trong mọi nỗ lực, tuyệt nhiên không nghĩ đến mình, đến pháp đang hành. Tinh tấn Ba la mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đạt được những pháp cao thượng, và cũng nhờ đó mà tu sĩ có thể dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh trây lười. Đây là Ba La Mật thứ tư trong lục Ba La Mật.

Tinh tấn đúng với tinh thần của Phật dạy là phải biết dừng và ngăn chặn điều xấu, làm và phát triển điều tốt. Tứ chánh cần trong Ba mươi bảy phẩm trợ đạo, Phật dạy về tinh tấn như sau:

- 1- Điều thiện chưa sanh, phải siêng năng làm cho sanh khởi.
- 2- Điều thiện đã sanh, phải cố gắng phát huy cho tăng trưởng.
- 3- Điều ác chưa sanh, phải thường kiểm soát canh chừng ngăn chặn không cho sanh khởi.
- 4- Điều ác đã sanh, phải cố gắng chặn đứng, diệt trừ không cho sanh nữa.

Trong đời này, không luận làm việc gì cũng cần phải có tinh thần đại hùng, đại lực, đại vô úy mới có thể thành công. Chúng ta dù xây dựng sự nghiệp trong xã hội, hay tu học đạo nghiệp trong Phật Pháp, đều gặp không ít chướng ngại hay ma nạn. Nếu ta do dự không tiến tới, hoặc có chút ít giải đãi, sẽ không thành tựu được một việc gì cả ! Nên



trong đoạn Kinh này, chúng tôi sẽ giảng đến đề tài : **Tinh tấn là căn bản để hàng phục ma chướng**. Giải đãi là chỉ sự không hết lòng, hết sức trong việc đoạn ác tu thiện.

Giải đãi hay tinh tấn đều tùy nơi mình, nếu giải đãi thì bị trầm luân, còn tinh tấn tu hành thì phá trừ được phiền não, đoạn dứt nghiệp ác. Mà Phật nói ở đây là những gì làm ngăn ngại phá hoại sự tiến đạo của người tu hành chân chánh, đại lược có bốn thứ: Ma Phiền Não (tham sân si mạn nghi); Ma Ngũ Ấm (Ma ngũ ấm: đó là sắc, thọ, tưởng, hành, thức là năm món ngăn che làm cho con người không nhận ra chân lý, không sống được với trí tuệ, cứ mê mờ tạo nghiệp đi trong luân hồi sanh tử khổ đau, và thường xuất hiện khi hành giả nhập định); Ma Chết; Ma Thiên (là chúng ma dưới quyền của Ma Vương).

**Tinh Tấn Lực:** Viriyabala (skt)—Một trong ngũ lực (Tín lực, Tinh tấn lực, Niệm lực, Định lực, Huệ lực); lực giúp chúng ta luôn tiến mà không thối chuyển, hay là nghị lực giúp chúng ta vượt qua mọi trở ngại.

Chúng sanh đang thọ hưởng dục lạc trong ba cõi, mà không biết ngũ dục là vô thường, cứ mãi mê thọ hưởng không biết tìm đường thoát ra, giống như đang ở trong nhà tù vậy. Người tu cốt yếu là thoát ra ngoài vòng luân hồi sanh tử của tam giới, để được tự do tự tại, chớ đâu phải chỉ quanh quẩn trong tam giới hưởng dục lạc thế gian! Vì thế mà Phật dạy phải tinh tấn tu hành, để thoát khỏi nhà năm ấm và nhà tam giới đang trói buộc chúng ta.

## II. Giải Thoát Tri Kiến

Tinh tấn Ba La Mật còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta đạt được những pháp cao thượng, và cũng nhờ đó mà chúng ta có thể dạy dỗ và hướng dẫn những chúng sanh cây lười. Đây là Ba La Mật thứ tư trong lục Ba La Mật.

**Tinh tấn** có nghĩa : Tâm thiện của chúng ta chưa phát sinh, thì nỗ lực khiến cho sớm phát sinh; tâm thiện đã sinh, thì nỗ lực làm cho được tăng trưởng; niệm ác chưa sinh thì cố gắng giữ đừng cho sinh; niệm ác đã sinh, thì cố gắng sớm dứt trừ. Thế gian này là cảnh giới ma. Tinh tấn có thể thành Phật, giải đãi sẽ đọa vào ma giới.

**Tinh Tấn Tu Tập:** Diligent Cultivation—Trong tu tập theo Phật giáo, tinh tấn tu tập không chỉ đơn thuần là thiền quán, ngồi cho đúng, kiểm soát hơi thở, đọc tụng kinh điển, hoặc chúng ta không lười biếng cho thời gian trôi qua vô ích, mà còn là biết tri túc thiếu dục để cuối cùng chấm dứt tham dục hoàn toàn. Tinh tấn tu học còn có nghĩa là chúng ta phải dùng hết thì giờ vào việc quán chiếu tứ diệu đế, vô thường, khổ, vô ngã và bất tịnh. Tinh tấn tu học cũng là quán sâu vào chân nghĩa của Tứ niệm xứ để thấy rằng vạn hữu cũng như thân này luôn thay đổi, từ sanh, rồi đến trụ, dị, và diệt. Tinh tấn tu học còn có nghĩa là chúng ta phải tu tập cho được chánh kiến và chánh định để tận diệt phiền kiến. Trong nhân sinh, thiền kiến là cội rễ sâu nhất. Vì thế mà khi thiền kiến bị nhổ thì tham dục, sân, si, mạn, nghi đều bị nhổ tận gốc..

## III. Thực Hành

Tinh Tấn Ba La Mật là một trong những đề tài thiền quán quan trọng trong Phật giáo. Tinh Tấn phá biếng lười. Sau khi đã ngừng theo đuổi tham dục, sau khi đã biết thực hành tri túc để thân tâm được thanh thoi, người hành đạo không vì sự thanh thoi đó mà

giải đãi để cho ngày tháng trôi qua một cách uổng phí. Tinh tấn là cần mẫn ngày đêm, cần mẫn dồi mài sự nghiệp trí tuệ. Phải dùng bất cứ thì giờ nào mình có được để quán chiếu “**Tứ Niệm Xứ**” (vô thường, khổ, không, vô ngã, bất tịnh). **Tinh tấn tu tập** là hành trình luôn nỗ lực **Tĩnh Giác** mỗi nơi chốn, bất cứ lúc nào.

### A) Tứ oai nghi:

Khi đi đứng nằm ngồi luôn tĩnh giác từng cử động. Thí dụ, thấy biết, nghe biết, ngửi biết, nếm biết, chạm biết, nghĩ biết, v.v... bao gồm hoạt động của trí năng tình năng và hoạt năng đều quán biết. Một thí dụ theo lời Phật: dạy:

*Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo đi, tuệ tri: "Tôi đi", hay đứng, tuệ tri: "Tôi đứng", hay ngồi, tuệ tri: "Tôi ngồi", hay nằm, tuệ tri: "Tôi nằm". Thân thể được sử dụng như thế nào, vị ấy tuệ tri thân như thế ấy.*

*Vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay vị ấy sống quán thân trên ngoại thân; hay vị ấy sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân; hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay vị ấy sống quán tánh diệt tận trên thân; hay vị ấy sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời, v.v... (Lời Phật thuyết).*

### B) Ngồi Thiền,

#### 1. Quán Thân

Thờ vô, biết (tuệ tri) thờ vô. Thờ ra, biết thờ ra

Thờ vô dài, biết thờ vô dài. Thờ ra dài, biết thờ ra dài. Thờ vô ngắn, biết thờ vô ngắn.

Khi nghe tiếng động, biết nghe có tiếng động, khi không có tiếng động, biết nghe không có tiếng động. v.v...

Hành giả sống quán thân trên thân:

*Như vậy, vị ấy sống quán thân trên nội thân hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân; hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh diệt tận trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân.*

*"Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy không nương tựa, không chấp trước vật gì trên đời. (Lời Phật thuyết)*

#### 2. Quán Thọ

Khi cảm giác lạc thọ, hành giả biết có lạc thọ. Khi không cảm giác lạc thọ, biết không có lạc thọ.

Khi cảm giác khổ thọ, biết có khổ thọ. Khi không cảm giác khổ thọ, biết không có khổ thọ.

Khi có cảm giác ngứa, biết có cảm giác ngứa, khi không có cảm giác ngứa, biết không có cảm giác ngứa v.v...

Hành giả sống quán thọ trên thọ:

*Như vậy, vị ấy sống quán thọ trên các nội thọ; hay sống quán thọ trên các ngoại thọ; hay sống quán thọ trên các nội thọ, ngoại thọ. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên các thọ, hay sống quán tánh diệt tận trên các thọ; hay sống quán tánh sanh diệt trên các thọ. "Có thọ đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. (Lời Phật thuyết)*

#### 3. Quán Tâm

Quán tâm có tham, biết tâm có tham. Tâm không tham, biết tâm không tham.  
Tâm có sân, biết tâm có sân. Tâm không sân, biết tâm không sân.  
Tâm có si, biết tâm có si. Tâm không si, biết tâm không si.  
Tâm thâm nhiếp, biết được tâm thâm nhiếp. Tâm tán loạn, biết tán loạn.  
Tâm được quảng đại, biết được tâm quảng đại. Tâm không quảng đại, biết tâm không được quảng đại.  
Tâm hữu hạn, biết tâm hữu hạn. Tâm vô thượng, biết tâm vô thượng.  
Tâm có định, biết tâm có định. Tâm không định, biết tâm không định.  
Tâm giải thoát, biết tâm giải thoát. Tâm không giải thoát, biết tâm không giải thoát. v.v..  
Hành giả sống quán tâm trên tâm

*Như vậy vị ấy sống quán tâm trên nội tâm; hay sống quán tâm trên ngoại tâm; hay sống quán tâm trên nội tâm, ngoại tâm. Hay sống quán tánh sanh khởi trên tâm; hay sống quán tánh diệt tận trên tâm; hay sống quán tánh sanh diệt trên tâm. "Có tâm đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. (Lời Phật thuyết)*

#### 4. Quán Pháp

\* Đối với năm triền cái:

Nội tâm có ái dục, biết nội tâm có ái dục. Nội tâm không có ái dục, biết nội tâm không có ái dục.

Ái dục chưa sanh nay sanh khởi, biết nội tâm chưa sanh nay sanh khởi.

Ái dục đã sanh nay đoạn diệt, biết ái dục đã sanh nay đoạn diệt.

Tương lai không sanh khởi nữa, biết tương lai không sanh khởi nữa.

Hay nội tâm có sân hận, biết nội tâm có sân hận. Nội tâm không có sân hận, biết nội tâm không có sân hận.

Sân hận chưa sanh nay sanh khởi. Sân hận đã sanh nay được đoạn diệt.

Sân hận đã đoạn diệt, biết tương lai không sanh khởi nữa.

Nội tâm có hôn trầm thụy miên, biết nội tâm có hôn trầm thụy miên. Nội tâm không có hôn trầm thụy miên, biết như vậy.

Hay tâm hôn trầm thụy miên chưa sanh nay sanh khởi, biết tâm hôn trầm thụy miên chưa sanh nay sanh khởi.

Tâm hôn trầm thụy miên đã sanh được đoạn diệt, biết tâm hôn trầm thụy miên đã đoạn diệt.

Tâm hôn trầm thụy miên đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa. biết tâm hôn trầm thụy miên đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa.

Nội tâm có trạo hối, biết nội tâm có trạo hối. Nội tâm không có trạo hối, biết nội tâm không có trạo hối.

Trạo hối chưa sanh nay sanh khởi, biết trạo hối chưa sanh nay sanh khởi.

Trạo hối đã sanh nay được đoạn diệt, biết trạo hối đã sanh nay được đoạn diệt.

Trạo hối đã được đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa, biết trạo hối đã được đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa.

Nội tâm có nghi, biết nội tâm có nghi. Nội tâm không có nghi, biết nội tâm không có nghi.

Nghi chưa sanh nay sanh khởi, biết nghi chưa sanh nay sanh khởi. Nghi đã sanh nay được đoạn diệt, biết nghi đã sanh nay được đoạn diệt. Nghi đã được đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa, biết nghi đã đoạn diệt tương lai không sanh khởi nữa.

Rồi đến năm thủ uẩn, sáu nội ngoại xứ, bảy giác chi, trạch giác chi, v.v.. cũng tỉnh giác như vậy.

*Như vậy, vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. (Lời Phật thuyết).*

#### **IV. Kết Luận**

Trong những thứ kể trên si là phiền não gốc. Do si mê không thấy các pháp đúng như thật, nên mới tham cầu chấp trước. Tham cầu mà không được thỏa mãn liền nổi sân hận, miệng mắng chửi, tay chân đánh đập, đấm đá... tạo nhiều nghiệp ác, gây khổ cho mình và cho người. Người tu hành phải luôn luôn tinh tấn thấp sáng ngọn đuốc trí tuệ, trí tuệ sáng thì vô minh lui, vô minh lui thì si mê không còn, thấy các pháp đúng như thật. Đối với pháp hữu vi biết rõ là pháp vô thường biến hoại, không bền không thật, không chấp trước đắm nhiễm, không tạo tác ác nghiệp, ngang đây mọi phiền não khổ đau không còn. Người biết giác ngộ mạng sống trong khoảng hơi thở, thì đối với việc tu đạo, hành thiện sao dám giải đãi? Tinh tấn là căn bản để hàng phục ma chướng. Đối với việc tu đạo hành thiện, nếu không nỗ lực tinh tấn, làm sao có thể thành tựu?

Tham khảo

Đại Thừa Yếu Lược. (ĐTTL). L.H. Tịnh Huệ.. Sách xuất bản 1998, in tại Walter Bros Printing, 5902 Seminary RD, Falls Church, VA 22041.

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ và Thích Minh Quang Việt dịch trích trong website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>.

Tỉnh Giác: Chánh Tri Kiến Trong Dòng Tâm Trí. Phổ Nguyệt. Trích (phần Tỉnh Giác) trong website Tạng Thư Phật Học: <http://www.tangthuphathoc.net>.

Tự Điển Phật Học Việt Anh. (TĐPHVA). Thiện Phúc trích trong website Quảng Đức

### **4.5. Điều Giác Ngộ 5 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến**

\*

\*

#### **I. Điều Giác Ngộ 5**

Điều Giác Ngộ 5: Tri tuệ là căn bản để chuyển hóa ngu si

Phiên âm :

*Đệ ngũ giác ngộ : Ngu si sinh tử, Bồ tát thường niệm : Quảng học đa văn, tăng trưởng trí tuệ, thành tựu biện tài, giáo hóa nhất thiết, tất dĩ đại lạc.*

Dịch nghĩa :

*Điều giác ngộ thứ năm : Ngu si phải sinh tử, nên Bồ tát thường nhớ : Luôn học rộng nghe nhiều, để tăng trưởng trí tuệ, và thành tựu biện tài, rồi đem niềm vui lớn, giáo hóa cho tất cả.*

### **1. Ngu si phải sinh tử**

*Ngu Si hay Vô Minh:* Avijja (p)—Avidya (skt) là không giác ngộ. Vô minh là đầu mối của sanh tử luân hồi, mắt xích thứ nhất hay mắt xích cuối cùng trong Thập Nhị Nhân Duyên. Cái tâm ám độn, không chiếu rọi được rõ ràng sự lý của các pháp. Vô minh là si mê hay không giác ngộ, một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã.

*Vô Minh* trong Đại Kinh Sáu Xứ Phật dạy:

Đầu tiên Phật giải về nhãn căn sắc trần và nhãn thức theo thường tình. Chúng ta nhìn một vật thì không thấy không biết như chơn mắt, không thấy không biết như chơn các sắc, không thấy không biết như chơn nhãn thức vì chúng ta chưa hiểu được chơn mắt, chơn các sắc, và chơn nhãn thức như thế nào? Thật ra, Chơn mắt, chơn sắc, và chơn nhãn thức là một khi nhìn một vật gì thì sử dụng một lần mà thôi. Nếu dùng tiếp hay kéo dài thời gian là một vật đó đã huyền hóa hay mắt, sắc (vật), hay thấy (nhãn thức) không còn nguyên thủy sử dụng mà đã xài qua rồi, không còn mắt củ, vật đầu tiên, thấy nguyên sơ cũng bị xúc thọ ái lẫn trôi theo thời gian mà có những khái niệm, nên mắt, sắc, thấy đã biến thể.. Nói chung, trong Trí (hay Tâm) chúng ta đều có chứa sẵn biểu hiện Trí Năng, Tình Năng và Hoạt Năng, nên dây thần kinh dẫn truyền lên não hình ảnh của chơn sắc từ chơn mắt để có chơn nhãn thức thì đồng thời đã xúc chạm dây thần kinh thị giác, có nhãn xúc; do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ. Vì chúng ta không thấy không biết chơn cảm thọ như thường tình, mà có ái trước (ái đã có trong A Lại Da thức) đối với mắt (mắt lập lại), ái trước đối với các sắc (hình ảnh có sẵn tích tụ) và ái trước đối với nhãn xúc (Xúc có sẵn trong A-Lai-Da Thức: ký ức). Từ đó do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, bất khổ bất lạc thọ mà ái trước đối với cảm thọ ấy.

Khi chúng ta nhận thức và quán sát vị ngọt, chấp vào ái trước (ký ức), rồi sự hệ lụy và say đắm nên năm thủ uẩn được tích trữ trong tương lai. Ái ấy tái sanh, ưa thích ngũ dục. Thủ Hữu là tìm cầu và giữ lấy những thú vui và tham luyến, sanh thân ưu não, thân nhiệt não, và tâm khổ não. Nên tạo nên những cái có, chính những cái sở hữu này là những nghiệp. Cảm thọ thân khổ và tâm khổ.

Tóm lại, nếu không thấy không biết như chơn lục căn, chơn lục trần và chơn lục thức thì những hệ lụy và say đắm cũng xảy ra tương tự như trên. Nói cách khác, không thấy không biết chơn lục căn, lục trần, lục thức là thể cách nhận thức sự vật một cách **vô minh** của tâm thức thường tình.

Những lời Phật dạy về “Vô Minh” trong Kinh Pháp Cú::

- 1) Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh;
- 2) Kẻ phàm phu không giác ngộ nên đi chung với cừu địch một đường. Cũng thế, những người tạo ác nghiệp nhất định phải cùng ác nghiệp đi đến khổ báo. (Dharmapada 66).
- 3) Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay. (Dharmapada 69).
- 4) Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười sáu của người tư duy Chánh pháp. (Dharmapada 70).
- 5) Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác. (Dharmapada 73).

*Tại sao ngu si phải sinh tử?*

Đa dục là căn bản của sanh tử luân hồi. Tham muốn nhiều là khổ, Trong thế giới vô thường dòng sanh diệt luôn trôi chảy, như khi hết khoái lạc thì đau khổ lại đến. Cặp phạm trù này tương phản nhau không dứt. Do đó càng ham muốn khoái lạc thì càng đau khổ. Chúng sanh ngu si bám dục lưu của danh lợi tính thì phải lăn trôi trong sanh tử luân hồi. Cái mà chúng sanh rơi vào vòng luân hồi quả báo là cứ đeo đuổi bốn điên đảo hay tứ vô là sự vật vô thường, khổ não, bất tịnh và vô ngã: 1). sự vật vô thường mà cho là thường; 2). sự vật khổ não mà cho là vui sướng; 3). sự vật vô ngã, không chơn thật mà cho là ngã, chơn thật; 4). sự vật bất tịnh mà cho là tịnh. vì đó là những thứ bị sanh diệt. Sự vật thì bị sanh trụ hoại diệt, còn con người thì bị sanh lão bệnh tử theo luật vô thường biến dị luôn thay đổi. Chúng sanh **ngu si** mãi mê lăn trôi trong thế giới vô thường làm sao thoát khỏi dòng sanh tử hay bám lấy cái bị sanh như bám trên vật bong bênh trôi giạt trên sông, thì phải bị lưu chuyển trong sanh tử luân hồi mà thôi. Chẳng hạn sự nhận định và giác ngộ được lúc Phật bắt đầu đi tu trước kia.

Thái tử Siddhattha là người rất trầm lặng, thích sống một mình giữa đời sống nhung lụa xa hoa đầy cám dỗ mà Ngài không động tâm bị các dục lạc làm say đắm. Nhận thức cuộc đời quá mong manh: sanh già bệnh chết, ngay cả những thứ như vợ con, đầy tớ, dê cừu, gà, heo, voi, bò ngựa vàng bạc là những thứ bị sanh sẽ bị bệnh bị già bị chết bị khổ bị ô nhiễm. Bồ Tát có ý nghĩ những thứ gì trong thế giới hiện tượng này khi có sanh thì có diệt. *“Những thứ bị sanh đó nếu ta nắm giữ, tham đắm, mê say chúng thì chính ta là người bị sanh lại tìm cầu cái bị sanh.”* (Kinh Thánh Cầu, 26, Kinh Trung Bộ)

Ngu si ở đây có nghĩa là không có trí tuệ trong pháp giải thoát của nhà Phật. Vì ngu si chúng sanh luôn chìm đắm trong dòng sanh tử luân hồi đời đời kiếp kiếp, bởi lẽ sống trong cảnh dục lưu.

Ngu si thì tâm tánh ám muội, không có trí tuệ để thấu hiểu sự lý.. Do nơi ngu si nên khởi **hoặc** tạo **nghiệp**, luân hồi sinh tử, chịu **khổ** vô cùng. Vì vậy, không thể giải thoát, không nhận thức được mình cứ lặn ngụp trong **sanh tử đều do ngu si** mà ra

## 2. Trí tuệ là căn bản để chuyển hóa ngu si

Đạo Phật là đạo giải thoát nói từ viễn cảnh cứu cánh, nhưng trên thực tế thì trí tuệ mới là pháp căn bản để chuyển hóa ngu si để Bồ Tát tu tập đến bờ giác ngộ. Từ sự giác ngộ, Bồ Tát mở ra đường sáng vượt khỏi đám mây mù của dòng tâm thức ngu si vốn che khuất bầu trời trí tuệ. Tâm thức là nhận thức sự vật (lục trần) bằng lục căn, nên lục thức hay tâm thức vô thường và biến dị. Sự vật được nhận thức chẳng qua là do duyên khởi hoặc giả danh, nên chúng chịu luật sanh diệt theo thời gian ngay cả nhận thức cảm thọ tưởng thức là những hành động liệt tri. Muốn vượt thoát khỏi sự ngu si ấy tất phải dùng trí năng soi sáng mọi biến đổi, vô thường của thọ, tưởng, và thức (nói chung là dòng tâm thức) mà đến thế giới bất sanh bất diệt, trong sáng và thường hằng. Trí tuệ có khả năng trong sạch hóa mọi dòng tâm thức vẫn đục bằng cách hư không hóa mọi ngu muội trong tâm. Trong Đại Kinh Phương Quảng, Tôn giả Mahakotthita (Đại-Câu-hy-la) vấn đạo với Tôn giả Sariputta (Xá lợi Phất) do HT. Thích Minh Châu chuyển dịch từ tiếng Pali đã diễn đạt pháp rèn luyện trí tuệ rất căn bản và rõ ràng.

Bồ-tát phá vô minh bằng cách hằng nghe nhiều học rộng về Phật pháp, để trí tuệ càng ngày càng tăng trưởng.

Thế nên chúng ta phải thực hành cả hai mặt học và tu. Học hiểu giáo lý Phật dạy một cách chín chắn sâu rộng, rồi ứng dụng lời Phật dạy cho đời sống bản thân mình. Lâu ngày thâm nhập Phật pháp, trí tuệ sẽ sáng suốt rộng lớn như biển cả. Khi trí tuệ đã rộng lớn thì thành tựu được biện tài, ra hoàng hóa làm lợi ích cho chúng sanh. Biện tài được chia làm bốn thứ:

1- *Pháp vô ngại biện*: nghĩa là đối với pháp Phật dạy, thông suốt hết không còn nghi ngờ gì cả.

2- *Nghĩa vô ngại biện*: tức là nghĩa lý sâu xa mầu nhiệm mà Phật dạy trong kinh đều thâm nhập, thấu triệt không còn gì nghi ngại.

3- *Từ vô ngại biện*: nghĩa là những ngôn ngữ của từng địa phương đều nói thông suốt không trở ngại.

4- *Nhạo thuyết vô ngại biện*: là thông suốt nghĩa lý Phật pháp và ngôn ngữ từng địa phương. Khi giảng nói Phật pháp cho người nghe, đều khéo hợp với căn cơ trình độ khiến họ vui nghe, không chán ngán.

Như vậy, trước là do học tu mà được sáng suốt an lạc, đó là tự lợi hay tự giác, kể đến là lợi tha hay giác tha. Muốn giáo hóa người, phải thâm hiểu giáo lý Phật dạy, phải thông thạo ngôn ngữ, sau đó tùy căn cơ tùy hoàn cảnh, mà giảng dạy hướng dẫn đưa người từ chỗ tối tăm đau khổ đến chỗ sáng suốt an vui. Cái vui mà người tu Phật đạt được, không phải là cái vui tầm thường ở thế gian. Cái vui của người thế gian là do thọ hưởng ngũ dục, còn trong vòng đối đãi hơn thua được mất... Cái vui mà Phật nói ở đây là cái vui lớn của người gắng công tu hành, hết vô minh phiền não thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử. Cái vui này kinh Đại thừa gọi là Niết-bàn tịch tĩnh, không bị hạn cuộc trong thời gian. Thế nên người tu khi đạt đến giác ngộ giải thoát, thì giờ nào phút nào tâm cũng được an vui. Cái vui của người thế gian và người xuất thế gian khác nhau. Người thế gian vui theo ngũ dục, hết vui liền khổ, khi vui thì cười nói náo động ồn ào... Người

xuất thế giác ngộ, hết khổ được vui, niềm vui nhẹ nhàng vĩnh viễn. Người thế gian suốt ngày tìm tòi nắm bắt cái vui còn con, nhưng được rồi lại mất. Thế nên Phật dụ như người vớt bong bóng nước, vừa thấy bong bóng đẹp lóng lánh, đưa tay vớt, nó liền tan mất. Cái vui của người thế gian là cái vui trá hình của sự đau khổ, là cái vui của kẻ mê, là cái vui của chúng sanh. Còn cái vui của người xuất thế là cái vui vĩnh viễn của người tỉnh giác có trí tuệ, là cái vui của Bồ-tát, Phật. Chúng ta thấy kẻ mê và người trí có thái độ sống rất khác biệt. Chúng sanh vì mê lầm, nên cứ tìm cầu chạy theo những cái vui nhỏ giả dối tạm bợ, không biết mệt nhọc nhàm chán. Còn hàng Bồ-tát trí tuệ sáng suốt,

## II. Giải Thoát Tri Kiến

Để chuyển hóa vô minh, chúng ta cần hiểu rõ tại sao trí tuệ có thể giải thoát khỏi tâm ám độn, tâm thức vẫn đục, vốn gốc sanh tử luân hồi và phương pháp tu tập.

### 1. Dùng Chơn Trí, Chánh Trí, Thứ ợng Trí hay Trí Tuệ để giải thoát ngu si

Kể đến, Phật giải về nhãn căn sắc trần và nhãn thức theo chơn trí. Chúng ta nhìn một vật thì thấy và biết như chơn mắt, thấy biết như chơn các sắc, thấy biết như chơn nhãn thức vì chúng ta đã hiểu được chơn mắt, chơn các sắc, và chơn nhãn thức theo thật tướng của chúng như đã trình bày trên. Chơn mắt, chơn sắc, và chơn nhãn thức là một khi nhìn một vật gì thì sử dụng một lần mà thôi (vô thời gian). Nếu không kéo dài thời gian thì vật đó còn nguyên thủy: nó-là-nó tại đó và lúc đó, vô thời không hay mất, sắc (vật), hay thấy (nhãn thức) vẫn còn chơn nguyên, thấy biết không bị xúc thọ ái lặn trôi theo thời gian mà có những khái niệm, nên mất, sắc, thấy biết không thay đổi, cố định. Nói chung, trong Trí (hay Tâm) chúng ta đều có chứa sẵn biểu hiện Trí Năng, Tình Năng và Hoạt Năng, nên dây thần kinh dẫn truyền lên não hình ảnh của chơn sắc từ chơn mắt để có chơn nhãn thức thì đồng thời đã xúc chạm dây thần kinh thị giác, có nhãn nhãn xúc; do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ. Vì chúng ta thấy biết chơn cảm thọ không có thời gian, nên không có ái trước (trong A-Lai-Da thức) đối với mắt (mắt không lập lại), không có ái trước đối với các sắc (hình ảnh các sắc có sẵn tích tụ) và ái trước đối với nhãn xúc (Xúc có sẵn trong A-Lai-Da Thức: ký ức). Từ đó do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, bất khổ bất lạc thọ mà không có ái trước đối với cảm thọ ấy.

Khi chúng ta nhận thức và quán sát vị ngọt, không chấp vào ái trước (ký ức), không có sự hệ lụy và say đắm nên năm thủ uẩn không được tích trữ trong tương lai. Ái ấy không thể tái sanh, và không ưa thích ngũ dục. Không có Thủ Hữu thì lấy gì tìm cầu và giữ lấy những thú vui và tham luyến thì thân không ưu não, thân không nhiệt não, và tâm không khổ não. Nên thân tâm không thủ hữu gì cả. Cảm thọ thân và tâm không có ưu khổ, được an lạc.

Tóm lại, nếu thấy biết như chơn lục căn, chơn lục trần và chơn lục thức thì những hệ lụy và say đắm không xảy ra. Nói cách khác, thấy biết chơn lục căn, lục trần, lục thức là thể cách nhận thức sự vật một cách sáng suốt vô thời không; đó cũng là sự nhận thức của chơn trí. Như trong Đại Kinh Sáu Xứ Phật dạy:



“Này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn mắt, thấy và biết như chơn các sắc, thấy và biết như chơn nhãn thức, thấy và biết như chơn nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ, thấy và biết như chơn cảm thọ ấy; vị ấy không ái trước đối với con mắt, không ái trước đối với các sắc, không ái trước đối với nhãn thức, không ái trước đối với nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; vị ấy không ái trước đối với cảm thọ ấy.

Khi vị ấy trú, quán sát vị ngọt, không bị ái trước, hệ lụy và tham đắm, nên năm thủ uẩn đi đến tận diệt trong tương lai. Và ái của vị ấy, đưa đến tái sanh, cấu hữu với hỷ và tham, tìm sự hoan lạc chỗ này chỗ kia; ái ấy được đoạn tận; những thân ưu não của vị ấy được đoạn tận; những tâm ưu não được đoạn tận; những thân nhiệt não được đoạn tận; những tâm nhiệt não được đoạn tận; những thân khổ não được đoạn tận; những tâm khổ não được đoạn tận; vị ấy cảm thọ thân lạc và tâm lạc.” (HT. Thích Minh Châu Việt dịch)

## 2. Tu Tập Bát Chánh Đạo với Thượng Trí

Như chúng ta đã biết chơn trí, hay là thượng trí (trí tuệ) là những nhận thức chơn thật. Vô minh và hữu ái là những pháp cần phải đoạn tận. Pháp Chi và Quán cần phải tu tập. Chi có nghĩa là đình chỉ, quán là quán đạt. Như vậy chỉ quán là đình chỉ vọng niệm để quán đạt chân lý. Khi cơ thể ngừng nghỉ là “Chi,.” vô thời gian. Khi tâm đang nhìn thấy một cách rõ ràng là “Quán,.” thấy và biết như thật như chơn. Được Minh Tâm và Giải thoát khỏi Vô minh đó là những pháp cần phải chứng ngộ với thượng trí. Thấy con bò liền biết con bò và xa lià cái biết đó thì ta có Thượng Trí. Nói khác đi là nhận thức niệm đầu (**Thấy**) một đối tượng để có giác thức nguyên sơ. Tri nhận (**Biết**) giác thức (hình ảnh thấy) là ta có **Chơn Trí** hay **Thượng Trí**.

“Này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn tai; này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn mũi; này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn lưỡi; này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn thân; này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn ý; này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn các pháp; này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn ý thức; này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn ý xúc. Do duyên ý xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, bất khổ bất lạc thọ; thấy và biết như chơn cảm thọ ấy, nên vị ấy không ái trước đối với ý, không ái trước đối với các pháp, không ái trước đối với ý thức, không ái trước đối với ý xúc. Do duyên ý xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; vị ấy không ái trước đối với cảm thọ ấy... tâm khổ não được đoạn tận. Vị ấy cảm thọ thân lạc và tâm lạc. Kiến gì như chơn của vị ấy, kiến ấy là chánh kiến. Tư duy gì như chơn của vị ấy... hoạt mạng của vị ấy đi đến thanh tịnh tốt đẹp. Và Thánh đạo Tám ngành này đi đến tu tập và phát triển sung mãn cho vị ấy. Do sự tu tập Thánh đạo Tám ngành này như vậy... Và này các Tỷ-kheo, thế nào là những pháp cần phải chứng ngộ với thượng trí? Minh và giải thoát, những pháp này cần phải chứng ngộ với thượng trí.”.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy.

Tụ chung, lục căn, lục trần, lục thức. bát chánh đạo, hay tất cả các pháp, khi thấy biết các pháp như chơn như thật như kể trên đều là sự nhận thức sáng suốt của Trí Tuệ hay Thượng Trí. Do sự tu tập Bát Chánh Đạo như vậy. hành giả cần chọn những pháp cần phải được chứng ngộ với thượng trí để được Minh Tâm và Giải Thoát khỏi Vô Minh.

### III. Kết Luận.

Nếu nhận thức đúng lục căn lục trần và lục thức như chơn như thật thì làm gì có nghiệp quả khổ não. Nên thấy và biết như chơn lục căn, thấy và biết như chơn lục trần, thấy và biết như chơn lục thức, thấy và biết Bát Chánh Đạo, hay tất cả các pháp nào đều nhận thức theo thượng trí, thì màn vô minh không còn bao phủ tâm trí, nên không có dây nhân duyên nào trói buộc. Vì khi ta thấy và biết chơn thật là ta nhận thức ngay thực thể sự vật, không thêm không bớt; vật là vật, ngoài vật không thêm thuộc từ nào cả. Vì không có thời gian, dòng tâm thức không lăn trôi, nên sự vật không có duyên khởi hay biến thể nào, thì làm gì có xúc thọ ái thủ hữu. Tu tập theo pháp Chỉ Quán là ưu việt nhất để có chơn trí hay thượng trí. Đó là lúc được tâm minh và giải thoát khỏi dòng bực lưu sanh tử.

Tham khảo

Đại Kinh Sáu Xứ. HT. Thích Minh Châu Việt dịch, đăng trên website Quảng Đức: :  
<http://www.quangduc.com>.

Đại Thừa Yếu Lược. (ĐTTL). L.H. Tịnh Huệ.. Sách xuất bản 1998, in tại Walter Bros Printing, 5902 Seminary RD, Falls Church, VA 22041.

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ và Thích Minh Quang Việt dịch trích trong website Quảng Đức:

Tĩnh Giác: Chánh Tri Kiến Trong Dòng Tâm Trí. Phổ Nguyệt. Trích (phần Tĩnh Giác) trong website Tạng Thư Phật Học: <http://www.tangthuphathoc.net>.

Tự Điển Phật Học Việt Anh. (TĐPHVA). Thiện Phúc trích trong website Quảng Đức

Pháp Tu Chứng Chánh Đẳng Giác Của Đức Phật. Phổ Nguyệt. Trích trong website Tạng Thư Phật Học.

#### 4.6. Điều Giác Ngộ 6 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến

\*  
\*

##### I. Điều Giác Ngộ 6

Điều Giác Ngộ 6: Bồ thí là căn bản rộng độ chúng sanh.

Phiên âm :

*Đệ lục giác tri: Bản khổ đa oán, hoành kết ác duyên. Bồ Tát bố thí, đẳng niệm oan thân, bất niệm cựu ác, bất tắng ác nhân.*

Dịch nghĩa :

**Điều giác ngộ thứ sáu : Nghèo khổ hay oán hờn, thường kết ngang duyên ác. Bồ Tát hành bố thí, bình đẳng với oán thân, không nhớ đến lỗi cũ, không ghét bỏ người ác.**

### **1. Nghèo khổ hay oán hờn, thường kết ngang duyên ác**

Than thân trách phận, oán trời oán đất, cái khó nó bó cái khôn, bần cùng sanh đạo tặc, phần lớn tâm lý con người là như thế.

Theo thường tình, tâm bệnh của chúng sanh là quá nghèo khổ nên hay oán hận, hay kết nhiều duyên ác. Phạm người nghèo khổ có nhiều oán hận là vì thiếu thốn vật chất, lúc nào cũng bị những điều bất như ý bức bách ép ngặt, không bực dọc với người ngoài thì bực bội trong gia đình. Nếu có ai động chạm tới là họ quạu quọ nổi sân giận làm hung làm dữ. Nhất là người không biết tu, không thông lý nhân quả, khi lâm vào cảnh nghèo khổ đói cơm rách áo thì oán trời trách đất. Thấy người giàu có hơn mình là sanh tâm đố kỵ, thấy người quyền quý hơn mình là sanh tâm oán ghét, lúc nào cũng có mặc cảm không tốt với người hơn mình; mặc dù người quyền quý giàu có biết tu, không hề khinh chê hay làm phiền lòng họ mà họ vẫn ghét. Vì họ cảm thấy họ khốn khổ đủ điều, còn người giàu sang quyền quý sung sướng đủ cách. Do mặc cảm không tốt đó, không duyên cớ gì mà cấu kết duyên ác xấu, gây kết oan trái với người. Vì vậy mà người nghèo học đạo khó, ngược lại người đủ ăn đủ mặc ít bị những bực bội ép ngặt thì dễ tu.

Là Phật tử đã học Phật pháp, thấu suốt lý nhân quả, nếu hiện tại lâm vào hoàn cảnh nghèo khổ, hiểu rằng mình trước đã gieo nhân keo kiệt bần sần, không biết giúp đỡ ai, lại thêm tham lầy của người. Đã lỡ gieo nhân xấu nên ngày nay nghèo khó, vui chịu không oán trách than van, nỗ lực xả bỏ tâm keo kiệt bần sần, chuyển nghiệp xấu thành nghiệp tốt. Cố gắng phát triển hạnh lành phát tâm bố thí giúp đỡ mọi người, đó là đoạn cái nhân nghèo khổ, sẽ được giàu có an vui về sau.

Có nhiều Phật tử than nghèo, cơm không đủ no, áo không đủ mặc, của cải vật chất không có, lấy gì để bố thí? Quý vị nghiệm lại xem, trong đời này có ai nghèo đến nỗi không dư vài ba hột cơm để bố thí cho kiến ăn, hoặc không dư một mảnh vải để băng bó vết thương cho người bị nạn! Chắc chắn ai cũng có những món tối thiểu này. Tu không phải đợi có tiền nhiều bố thí cúng chùa mới là làm phước, chúng ta biết thương người, nghĩ đến người, tùy theo khả năng, phương tiện sẵn có của mình mà giúp đỡ người. Chẳng hạn nhường chỗ ngồi cho người già yếu khi xe chật, phụ giúp người đi đường gánh bưng quá nặng... Như vậy là chúng ta chuyển đổi tâm niệm keo kiệt bần sần thành tâm bố thí lợi tha, chuyển đổi hành động xấu ác thành lương thiện làm lợi ích cho người vật. Người nghèo mà sống như thế thì đâu có kết duyên ác gây oán hận với ai. Ngược lại, cứ khư khư ôm ấp tâm niệm xấu xa oán hờn, đã khổ lại chồng chất thêm khổ. Thế nên người Phật tử nghèo hiểu rõ lý nhân quả, phải khéo tu để chuyển đổi hoàn cảnh nghèo nàn đau khổ của mình, trở thành an vui sung sướng trong hiện tại và mai sau.

Ở trước Phật chỉ cho biết nhân luân hồi sanh tử là vô minh. Đến đây Phật dạy gốc nghèo khổ là keo kiệt bần sần, tham lam lầy của người. Phải nỗ lực cố gắng tu để phá trừ nó. (HT Thích Thanh Từ)

## **2. Bồ Tát hành bố thí, bình đẳng với oán hờn, không nhớ đến lỗi cũ, không ghét bỏ người ác.**

**Bố Thí:** Dana (skt).

Bố có nghĩa là rộng lớn hay không có giới hạn, Thí có nghĩa là cho. Bố Thí là cho một cách rộng lớn, cho không giới hạn. Đản Na là bố thí thực phẩm hay pháp giáo, đưa đến lợi lạc cho đời này và đời sau trong kiếp lai sanh; xao lãng hay từ chối không bố thí sẽ có hậu quả ngược lại. Đức Phật dạy: “Tham lam chính là đầu mối của các sự khổ đau trong vòng luân hồi sanh tử. Vì hễ có tham là có chấp giữ; có chấp giữ là còn bị trói buộc; còn bị trói buộc tức là chưa giải thoát; chưa giải thoát tức là còn luân hồi sanh tử; còn luân hồi là còn làm chúng sanh; còn làm chúng sanh là còn tiếp tục chịu các cảnh khổ đau phiền não.” Vì thấy các mối nguy hại của tham lam, nên Đức Phật đã nhấn mạnh với chúng sanh về pháp môn bố thí.

Theo Thiên Sư Thích Nhất Hạnh đã giải thích, “Bố Thí là cho ra đồng đều, có nghĩa là làm san bằng sự chênh lệch giàu nghèo. Bất cứ hành động nào khiến cho tha nhân bớt khổ và thực thi công bằng xã hội đều được xem là Bố Thí”.

Một trong lục Ba La Mật: bố thí là hạnh tu đầu của sáu phép Ba La Mật. Ba La Mật có nghĩa là đưa người sang bờ bên kia, tức là bờ giải thoát; giải thoát khỏi bệnh tật, nghèo đói, vô minh, phiền não, sanh tử.

Người tu theo Phật phải nên biết hai chữ “Bố thí” và “Cúng dường” cũng đồng một nghĩa.:

Phật lại dạy thêm, Bồ-tát khi bố thí là do lòng từ bi bình đẳng, đối với kẻ oán người thân đều bố thí ngang nhau, không nhớ nghĩ những điều ác mà họ đã làm ngày xưa và cũng không hề ghét bỏ người hung dữ. Việc làm này hơi cao, người thường khó thực hiện được. Nhưng đó là tinh thần Đại thừa, nhằm lấy ân báo oán, khởi tâm từ bi hỉ xả, vong kỷ lợi tha. Nên khi ra làm việc, chúng ta cần phải xem xét tâm niệm mình có còn vị kỷ không? Có còn thân sơ không? Có còn nhớ nghĩ đến oán cừu xưa không? Nếu còn thì phải tiến tu hơn nữa, để chuyển hóa tâm niệm nhỏ hẹp cho xứng đáng với lời Phật dạy. Vì nếu chúng ta còn vị kỷ thì không thể nào thực hiện đúng lời Phật dạy. Giả sử có người giàu có quyền thế lấn áp chúng ta, sau đó họ sa cơ thất thế nghèo khổ, ngược lại chúng ta được quyền thế giàu có. Trong một dịp đi bố thí gặp lại người lấn áp mình ngày xưa, chúng ta không hoan hỷ cho người đó. Như vậy là chúng ta còn nhớ lỗi xưa của họ, chúng ta còn tâm vị kỷ hẹp hòi, chưa có tâm hỉ xả. Bồ-tát thì không như vậy, dù xưa họ có làm khổ các ngài, nay thấy họ khổ, các ngài vẫn ra tay cứu giúp.

Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Phật dạy: “Bố thí cho một trăm người dữ ăn không bằng bố thí cho một người hiền. Bố thí cho một ngàn người hiền, không bằng bố thí cho người giữ năm giới. Bố thí cho mười ngàn người giữ năm giới, không bằng cúng dường cho một vị Tu-đà-hoàn... Cúng dường một trăm ức vị Bích-chi Phật không bằng cúng dường một vị Phật.” Nghĩa là bố thí cho người tu cao chừng nào, thì có phước nhiều chừng nấy. Song, tại sao kinh này Phật lại dạy bố thí phải bình đẳng? Đồng là lời

Phật dạy sao có sự mâu thuẫn nhau? Vậy kinh nào dạy đúng với tôn chỉ của Phật? (HT Thích Thanh Từ)

## II. Giải Thoát Tri Kiến

Tham khảo Cốt Tủy của Kinh Kim Cang (Phổ Nguyệt) là làm thế nào Hàng Phục Tâm và An Trụ Tâm, tức là giải thoát khỏi những thực tại giả lập hay bất thiện pháp trong tâm (lậu hoặc, tà tư, tà kiến).

Theo bản dịch của HT Thích Thanh Từ, mà chúng tôi giải thích:

Chánh Tông Đại Thừa (trong đoạn 3):

Phật bảo Tu-bồ-đề: Các vị Bồ-Tát lớn nên như thế hàng phục tâm kia. Có tất cả các loài chúng sanh hoặc loài sanh bằng trứng, hoặc loài sanh bằng thai, hoặc sanh chỗ ẩm ướt, hoặc hóa sanh, hoặc có hình sắc, hoặc không có hình sắc, hoặc có tướng, hoặc không tướng, hoặc chẳng có tướng, ta đều khiến vào chỗ vô vi Niết-bàn mà được diệt độ đó. Diệt độ như thế vô lượng, vô số, vô biên chúng sanh mà thật không có chúng sanh nào được diệt độ. Vì có sao? Nay Tu-bồ-đề, nếu Bồ-tát còn có tướng ngã, tướng nhân, tướng chúng sanh, tướng thọ giả tức chẳng phải Bồ-tát. (HT. Thích Thanh Từ dịch)

Ý Nghĩa:

Các loài chúng sanh kể trên, nói theo Bồ-tát Long Thọ hay Vô Trước, và Di Lặc, là những thực tại giả lập, giả danh hay do duyên khởi (những tư tưởng than trời trách đất, oán hờn, hay kết duyên ác nghiệp...). Khi ta nhận thức các thực tại giả lập này bằng các căn là ta đã có giác thức rồi. Vì thể không của các thực tại giả lập đưa vào (nhận thức bằng ý trí tác động) chỗ không của các căn thành ra giác thức. Ta tri nhận giác thức đó bằng Trí (tri nhận bằng ý trí tác năng) là ta đạt được giác trí. Khi có giác trí thì ta phải xa lìa tứ tướng, nghĩa là ngay đó ta không nghĩ đến nó nữa (không còn ngã tướng, nhơn tướng, chúng sanh tướng, và thọ giả tướng) là ta có giác trí tuệ hay là tánh giác. Thiệt tánh giác, đứng trên phương diện chân lý tối hậu, hay theo triết lý Duy Thức, thì tự tính tuyệt đối của sự vật đều có tánh không (hư không). Nhắc lại, tánh hư không, đức Phật giải thích: "A-Nan! Người phải biết trong Tạng Như-Lai, "Tánh Giác" tức là thiệt hư không, "hư không" tức là "thiệt Tánh-giác" thanh tịnh bản nhiên, đầy khắp thế giới..." (Bát Nhã Tâm Kinh Qua Cái Nhìn Của Duy Thức, HT Thích Thắng Hoan, trang 56 [trích trong Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển 3, dịch giả Thích Chơn Giác]). Vậy thiệt tánh giác hay tự tính tuyệt đối được xét hai khía cạnh sau đây:

1.-Không Gian hay Hư Không: Cái không gian dung chứa sự vật và sự vật chiếm cứ không gian là một. Nói gọn là sự vật và dung thể không của nó là một. Sắc không khác không và không không khác sắc. Vậy độ tất cả chúng sanh vào vô dư niết bàn, mà không thấy chúng sanh nào được độ. Độ là làm cho giác ngộ, giải thoát các vọng tưởng hay các thực tại giả lập để đạt thực tính. Vô vi niết bàn là thực tại tuyệt đối, là chân không hay thiệt hư không.

Vậy cách hàng phục tâm: Đưa tất cả các thực tại giả lập vào thực tại tuyệt đối mà không còn thấy thực tại giả lập đó nữa. Nên muốn hàng phục tâm, hành giả trực nhận

thể không của sự vật, ngay đó lia tứ tướng (Xa bốn tướng: Ngã, Nhân, Chúng sanh, Thọ giả là không có khái niệm, không lập lại sự vật để có ý tưởng về sự vật). Thí dụ, khi ta thấy người nghèo, ta biết có tánh thấy, khi ta nghĩ tưởng sự oán hờn, ta biết đó là tưởng thức thôi, không nên nghĩ gì nữa, v.v... (lìa bốn tướng) thì các chúng sanh hay thực tại giả lập (sự việc) đã biến thành hư không không còn thấy chúng sanh (sự việc) nào được độ, hay đã được tri nhận thành tánh giác (hư không) thì các chúng sanh ấy hay thực tại giả lập đưa vào thực tại tuyệt đối hay vô vi niết bàn (hư không), tức là dòng tâm thức ta làm sao còn vẫn đục (không còn chúng sanh đó hay thực tại giả l, sự việc nữa); đó là cách Phật dạy hàng phục tâm.

Diệu Hạnh Vô Trụ (trong đoạn 4):

Lại nữa Tu-bồ-đề, Bồ-tát với pháp nên không có chỗ trụ mà làm việc bố thí, gọi là chẳng trụ nơi sắc để bố thí, chẳng trụ thanh hương vị xúc pháp để bố thí. Nay Tu-bồ-đề, nên như thế mà bố thí, chẳng trụ nơi tướng. Vì có sao? Nếu Bồ-tát bố thí chẳng trụ tướng thì phước đức không thể nghĩ lường.

-Tu Bồ-đề, ý ông nghĩ sao? Hư không ở phương Đông có thể nghĩ lường được chăng?

-Bạch Thế Tôn, không vậy.

-Nay Tu-bồ-đề, hư không phương Nam, phương Tây, phương Bắc, bốn phía trên dưới có thể nghĩ lường được chăng?

-Bạch Thế tôn, không vậy.

-Nay Tu-bồ-đề, Bồ-tát không trụ tướng mà bố thí, phước đức cũng lại như thế, không thể nghĩ lường. Nay Tu-bồ-đề, Bồ-tát chỉ nên như lời dạy mà trụ. (HT. Thích Thanh Từ dịch)

Ý Nghĩa

2.-Thời gian. Ngay khi thể nhận thực tướng của sự vật (các chúng sanh, những thực tại giả lập hay đối tượng), liền lìa ngay tướng giả lập đó (đối tượng) và cả tứ tướng, tức là không có thời gian kéo dài sự tri nhận ấy. Cho nên trong kinh Kim Cang, Phật bảo Tu-bồ-đề cách thức an trụ tâm như sau" Khi chơn tâm hiển bày (hàng phục tâm rồi) thì phải gìn giữ chơn tâm ấy bằng cách: Bồ-tát không có chỗ trụ mà bố thí, tức là không trụ vào Sắc,thinh, Hương, Vị, Xúc, Pháp mà bố thí." Trụ là bám vào, dựa vào, lập lại. Bố thí là ban bố, cho ra cái mình có, cái mình biết, xả bỏ. Muốn an trụ tâm Bồ-tát không bám vào (khônglập lại, vô thời gian) tất cả các thực tại giả lập (Sắc thanh hương vị xúc pháp) mà phải xả bỏ cái mình biết đó (dứt ngay sự tri nhận ấy).

Nên nhớ: Tánh thấy, tánh nghe, tánh ngửi, tánh nếm, tánh chạm, và tánh ý là lục thức hay là tâm thức. Biết (Cognize) lại Tâm Thức (Perception) mới có được Giác Trí hay Tâm Trí (Cognition), vì có thời không nên tâm trí gọi là thường trí (Usual Cognition)hay là tâm phàm tình (Common Mind), vì Thức và Trí liên hợp: Tư Tưởng. Chơn Trí (Pure Cognition) là cái dụng của ChơnTâm (True Mind), vô thời không.

Phật đã chỉ rõ về thân tướng không của "Sắc thanh hương vị xúc pháp' khi tri nhận là đã hòa nhập vào tánh giác mà tánh giác là thiệt hư không bao la vô giới hạn. Khi ta thể hiện tánh không, dòng tâm thức không còn vẫn đục nghĩa là trong sáng hay còn gọi là phước đức. Vậy khi hàng phục tâm và an trụ được tâm là ta đã tạo ra nhiều phước đức không thể nghĩ lường ví như hư không vậy. Tóm lại, Ta áp dụng hàng phục tâm và an

trụ tâm trong tứ oai nghi nhất lúc ngồi thiền. Thí dụ khi ta thấy con bò, biết có tánh thấy rồi xa lià thấy con bò đi, tức là không trụ vào sự thấy con bò nữa (lià sắc ngay: vô thời gian). Khi nghe tiếng chuông, biết có tánh nghe, rồi lià nó và tiếp tục những hoạt động khác cũng tri nhận như trên. Riêng ngồi thiền thì có phần tri nhận trực tiếp hoặc quán tưởng, suy nghĩ hay có vọng tưởng, liền Biết có tưởng thức, thôi !. Thực hành theo lời Phật đã dạy cách hàng phục tâm và an trụ tâm, chắc chắn phước đức như hư không, không lường được, tức là Bồ thí giải thoát khỏi tri kiến bất thiện và đạt được phước đức khôn lường.

### III. Kết Luận

Biết được tâm bệnh của chúng sanh là khi nghèo khổ thì hay than thân trách phận, oán trời oán đất, cái khó nó bó cái khôn, bần cùng sanh đạo tặc, phần lớn tâm lý con người là hay duyên ác nghiệp. Bồ Tát hành Bồ thí, bình đẳng với oán thân, không nhớ đến lỗi cũ, không ghét bỏ người ác. Điều giác ngộ thứ sáu, Phật dạy Bồ-tát khi làm việc lợi tha phải biết tâm bệnh của chúng sanh là quá nghèo khổ nên hay oán hận, hay kết nhiều duyên ác. Bồ thí là một đức tánh cần thiết mà Bồ Tát hay tu sĩ phải tu tập thuần thực tâm bình đẳng với mọi hạng chúng sanh mới có thể trước tự độ tự giác sau mới giác tha và rộng độ chúng sanh. Một bài học về giác ngộ này là phải Bồ thí, thực hành phạm hạnh từ bi bình đẳng cũng chưa đủ mà cần phải tu tập tâm Bồ thí bình đẳng là phải xả bỏ mọi ô nhiễm vẫn đưng trong tâm thức bằng cách hàng phục tâm và an trụ tâm.

Tham khảo

Cốt Tủy của Kinh Kim Cang. Trích Cốt Tủy Các Kinh Căn Bản của Phật Giáo. Phổ Nguyệt trong website Tạng Thư Phật Học: <http://www.tangthuphathoc.net.>

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ và Thích Minh Quang Việt dịch trích trong website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>.

Tự Điển Phật Học Việt Anh. (TĐPHVA). Thiện Phúc trích trong website Quảng Đức

#### 4.7. Điều Giác Ngộ 7 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến

\*

\*

#### I. Điều Giác Ngộ 7

Tr ì Giới là căn bản để tiết chế dục vọng

Phiên âm:

*Đệ thất giác ngộ: Ngũ dục quá hoạn, tuy vi tục nhân, bất nhiễm thế lạc. Thường niệm tam y, bình bát pháp khí, chí nguyện xuất gia, thủ đạo thanh bạch, phạm hạnh cao viễn, từ bi nhất thiết.*

Dịch nghĩa:

***Điều giác ngộ thứ bảy: Năm dục là tai họa, tuy là người thế tục, nhưng không nhiễm dục lạc, thường nhớ nghĩ ba y, bình bát và pháp khí, chí mong được xuất gia, giữ đạo luôn trong sạch, hạnh thanh tịnh cao xa, từ bi với tất cả.***

### **1. Năm dục là tai họa**

Phàm phu định nghĩa hạnh phúc là được thỏa mãn những ham muốn của mình, nhưng theo đạo Phật thì càng ham muốn nhiều thì càng khổ nhiều, vì ham muốn của con người thường là vô cùng vô tận mà sức lực của con người lại hữu hạn. Một khi ham muốn không được thỏa mãn là đau khổ. Khi chỉ thỏa mãn được một phần ham muốn, thì chúng ta vẫn tiếp tục theo đuổi chúng, và vì đó mà chúng ta gây thêm nhiều đau khổ. Chỉ khi nào chúng ta tự biết đủ hay không còn chạy theo ham muốn thì chúng ta mới thật sự có được sự yên ổn nơi thân tâm. :

Năm thứ dục dấy lên lòng dục của con người từ bên trong là sắc, thanh, hương, vị, và xúc..

Sắc do nhãn nhận thức, sắc này khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, kích thích và hấp dẫn lòng dục;.

Âm thanh do tai nhận thức, âm thanh này khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, kích thích và hấp dẫn lòng dục;.

Mùi hương này do mũi nhận thức, mùi này khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, kích thích và hấp dẫn dục vọng;.

Vị do lưỡi nhận thức, vị này khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, kích thích và hấp dẫn lòng dục;.

Xúc chạm do thân nhận thức, xúc chạm này khả ái, khả hỷ, khả lạc, khả ý, kích thích và hấp dẫn dục vọng.

Năm thứ dục dấy lên dục vọng của con người từ bên ngoài là::

Tài Dục: Ham muốn của cải, thế lực và tiền tài; và ham muốn về tài năng.

Sắc Dục: Ham muốn sắc dục..

Danh Dục: Ham muốn danh tiếng, ảnh hưởng và tiếng khen.

Thực Dục: Ham muốn ăn uống..

Thùy Dục: Ham muốn ngủ nghỉ..



Trong Tiểu Kinh Thọ Uẩn, Phật giải thích ngũ dục và sự nguy hiểm:

“...Và này Mahànàma, thế nào là vị ngọt các dục? Này Mahànàma, có năm pháp tăng trưởng các dục này: Các sắc pháp do mắt nhận thức, khả ái, khả lạc, khả ý, khả hỷ, tương ưng với dục, hấp dẫn; các tiếng do tai nhận thức...; các hương do mũi nhận thức...; các vị do lưỡi nhận thức...; các xúc do thân nhận thức, khả ái, khả lạc, khả hỷ, tương ưng với dục, hấp dẫn. Này Mahànàma, có năm pháp tăng trưởng các dục như vậy. Này Mahànàma, y cứ vào năm pháp tăng trưởng các dục này, có lạc và hỷ khởi lên, như vậy là vị ngọt các dục.

Và này Mahànàma, thế nào là sự nguy hiểm các dục?... với "Này Mahànàma", như vậy là sự nguy hiểm các dục đưa đến đau khổ tương lai, là khổ uẩn, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nhân duyên, do chính dục làm nhân.”

Sống trong đời vốn không thể xa lìa được tài sắc danh thực thù. Vì sao trong Kinh lại nói rằng: Năm dục là tai họa? Tham cầu năm dục đưa đến gây tạo tội lỗi, rước lấy tai họa là điều thường xuyên xảy ra. Tựu chung, những tội lỗi, tai họa của năm dục là: 1. Tăng thêm đấu tranh; 2. Làm khổ não người; 3. Gây ra họa hại; 4. Không có chân thật; 5. Không được trường cửu.

Đức Phật ví chúng sanh chạy theo dục lạc của thế gian như những đứa trẻ đang liếm mật trên lưỡi dao. Không có cách gì mà họ không bị cắt đứt lưỡi. Nói cách khác năm dục thật là tai họa vậy

**2. Tuy là người thế tục, nhưng không nhiễm dục lạc, thường nhớ nghĩ ba y, bình bát và pháp khí, chí mong được xuất gia, giữ đạo luôn trong sạch, hạnh thanh tịnh cao xa, từ bi với tất cả..**

Phật dạy cho hàng cư sĩ tại gia hạnh “ly nhiễm xuất thế”. Nghĩa là lìa xa ô nhiễm và ra khỏi thế gian. Vì sao? Vì năm dục tài, sắc, danh, thực, thù hay sắc, thanh, hương, vị, xúc là lỗi lầm là tai họa, khiến cho con người chịu nhiều khổ đau truyền kiếp. Thế nên người cư sĩ tại gia biết rõ tai họa của năm dục, thân tuy còn trong thế tục, mà không nhiễm trước dục lạc thế gian, lại còn nuôi chí nguyện xuất gia để thực hành hạnh tự giác giác tha. Nghĩa là tâm thường nhớ tưởng mong cầu ngày nào đó, mình sẽ được xuất gia thoát tục, đắp y mang bát đi khát thực, sống phạm hạnh thanh tịnh, làm lợi ích cho tất cả chúng sanh, chớ không ở hạn hẹp trong phạm vi gia đình nhỏ bé. Vì thế mà người Phật tử học đạo có tâm cầu tiến, phải nuôi chí xuất trần siêu việt không tự mãn mình là cư sĩ tu giữ năm giới đủ rồi. Người có quan niệm như vậy là người không cầu tiến, đã giẫm chân đứng tại chỗ.

Tóm lại, điều thứ bảy, Phật khuyên hàng cư sĩ tại gia, tuy đang ở trong trần lao ô nhiễm, tâm luôn nhớ dục lạc thế gian là lỗi lầm là tai họa, phải nuôi chí nguyện xuất trần, **giữ phạm hạnh thanh tịnh làm lợi ích cho chúng sanh.**

Muốn giữ vững phạm hạnh được thanh tịnh, **giới luật** là căn bản để tiết chế dục vọng

*Giới luật mà Đức Phật đã ban hành không phải là những điều răn tiêu cực mà rõ ràng xác định ý chí cương quyết hành thiện, sự quyết tâm có những hành động tốt đẹp, một con đường toàn hảo được đắp xây bằng thiện ý nhằm tạo an lành và hạnh phúc cho chúng sanh. Những giới luật này là những quy tắc đạo lý nhằm tạo dựng một xã hội châu toàn bằng cách đem lại tình trạng hòa hợp, nhất trí, điều hòa, thuận thảo và sự hiểu biết lẫn nhau giữa người với người.*

*Giới là nền tảng vững chắc trong lối sống của người Phật tử. Người quyết tâm tu hành thiện định để phát trí huệ, phải phát tâm ưa thích giới đức, vì giới đức chính là yếu tố bồi dưỡng đời sống tâm linh, giúp cho tâm dễ dàng an trụ và tĩnh lặng. Người có tâm nguyện thành đạt trạng thái tâm trong sạch cao thượng nhất hằng thực hành pháp thiêu đốt dục vọng, chất liệu làm cho tâm ô nhiễm. Người ấy phải luôn suy tư rằng: "Kẻ khác có thể gây tổn thương, nhưng ta quyết không làm tổn thương ai; kẻ khác có thể sát sanh, nhưng ta quyết không sát hại sinh vật; kẻ khác có thể lấy vật không được cho, nhưng ta quyết không làm như vậy; kẻ khác có thể sống phóng túng lang chạ, nhưng ta quyết giữ mình trong sạch; kẻ khác có thể ăn nói giả dối đâm thọc, hay thô lỗ nhảm nhí, nhưng ta quyết luôn nói lời chân thật, đem lại hòa hợp, thuận thảo, những lời vô hại, những lời thanh nhã dịu hiền, đầy tình thương, những lời làm đẹp dạ, đúng lúc đúng nơi, đáng được ghi vào lòng, cũng như những lời hữu ích; kẻ khác có thể tham lam, nhưng ta sẽ không tham; kẻ khác có thể để tâm cong queo quàng xiên, nhưng ta luôn giữ tâm ngay thẳng*

*Những gì được Đức Thế Tôn tuyên thuyết là chánh hạnh, là cách cư xử tốt đẹp nhất ngoài tám giới (Sát, Đạo, Dâm nơi thân; nói dối, nói ác, nói thô và nói vô ích nơi khẩu; và chánh mạng trong Bát Thánh Đạo*

Do nhận định về " GIỚI LUẬT (Sila: skt )- CƠ SỞ CỦA ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO"  
(của TT. Thích Viên Giác) thì:

Nguyên tắc hành trì mà Đức Phật thiết lập cho các đệ tử khép mình vào đó để làm đình chỉ dục vọng có thể nói đó là những nguyên tắc khách quan và phổ quát. Đó là năm giới của người Phật tử :

Không giết hại,  
Không trộm cắp,  
Không quan hệ tình dục phi pháp (tà dâm),  
Không dối gạt hại người, và  
Không rượu chè say sưa.

Một nhà tri thức phương Tây nhận định : "Năm giới này cho thấy 5 hướng chính mà người Phật tử tự mình kiểm soát để hành trì (tri hành). Đó là giới thứ nhất răn người Phật tử kiềm chế nóng giận, giới thứ hai kiềm chế tham đắm vật chất, giới thứ ba kiềm chế nhục dục, giới thứ tư kiềm chế sự khiếp nhục và ác ý (nguyên nhân không chân thật) và giới thứ năm kiềm chế lòng ham muốn các sự kích thích như bản" (Edmond - Homes - Tín điều của Đức Phật). dù Phật tử hay không là Phật tử, các nguyên tắc đạo đức này cần phải được thực hành, dù trong điều kiện thời gian hay không gian nào,

nếu không muốn có hậu quả xấu. Đức Phật xác định rằng một người nếu có hành vi sát sanh, lấy của không cho, tà hạnh trong các dục, nói dối và đắm say các chất gây nghiện ngập thì sẽ có một cuộc sống sợ hãi và hận thù, đồng thời cõi ác đau khổ đang chờ đợi họ; ngược lại một người (Phật tử) từ bỏ sát sanh, thì cuộc sống không có sợ hãi, hận thù và cõi thiện đang chờ đợi họ. Giá trị của một người không phải được đánh giá qua tài sản, thân tướng, dòng họ, địa vị mà được đánh giá qua đời sống mà chuẩn mực được thể hiện qua 5 nguyên tắc đạo đức trên. Đức Phật dạy thêm rằng : "Một người mà hành vi của họ được bảo vệ bởi 5 nguyên tắc (giới) trên thì người ấy có thể thành tựu một cách nhanh chóng bốn tầng thượng tâm hiện tại lạc trú" (Tăng Chi III)

*Những qui tắc căn bản trong đạo Phật: Hành trì giới luật giúp phát triển định lực, nhờ định lực mà chúng ta thông hiểu giáo pháp, thông hiểu giáo pháp giúp chúng ta tận diệt tham sân si và tiến bộ trên con đường giác ngộ*

## II. Giải Thoát Tri Kiến

Cũng trong Tiểu Kinh Thọ Ủn, Phật dạy rõ cách dùng chánh trí tuệ ứng m ới có thể khỏi bị các dục chi phối.

### 1. Pháp học

...Các dục vọng, vui ít, khổ nhiều, não nhiều, sự nguy hiểm ở đây lại nhiều hơn. Nay Mahànàma, nếu một vị Thánh đệ tử khéo thấy như vậy với như thật chánh trí tuệ, nhưng nếu vị này *chưa chứng được hỷ lạc* do ly dục, ly ác bất thiện pháp sanh, hay một pháp nào khác cao thượng hơn, như vậy vị ấy *chưa khỏi* bị các dục chi phối.

Nay Mahànàma, khi nào vị Thánh đệ tử khéo thấy như vậy với như thật chánh trí tuệ: "Các dục, vui ít, khổ nhiều, não nhiều. Sự nguy hiểm ở đây lại nhiều hơn", và vị này *chứng được hỷ lạc* do ly dục, ly ác bất thiện pháp sanh hay một pháp nào cao thượng hơn, như vậy vị ấy không bị các dục chi phối."

### 2. Pháp Hành.

*Khi Thiền Định*

a). *Dùng Định Niệm Xứ*

Có năm pháp tăng trưởng các dục này:

\* Ta biết sắc pháp do mắt nhận thức, khả ái, khả lạc, khả ý, khả hỷ, tương ưng với dục, hấp dẫn";

\* Ta biết các tiếng do tai nhận thức...";

\* Ta biết các hương do mũi nhận thức...";

\* Ta biết các vị do lưới nhận thức...”;

\* Ta biết các xúc do thân nhận thức, khả ái, khả lạc, khả hỷ, tương ưng với dục, hấp dẫn”;

. \* Ta biết năm pháp tăng trưởng các dục này, có lạc và hỷ khởi lên, như vậy là vị ngọt các dục”.

- Ta biết thế nào là sự nguy hiểm các dục”
- Ta biết sự nguy hiểm các dục đưa đến đau khổ tương lai”
- Ta biết, là khổ uẩn, do dục làm nhân, do dục làm duyên, do dục làm nhân duyên, do chính dục làm nhân”.
- Ta biết ác dục, vui ít, khổ nhiều, não nhiều. Sự nguy hiểm ở đây lại nhiều hơn”,
- Ta biết ta *chứng được hỷ lạc* do ly dục, ly ác bất thiện pháp sanh hay một pháp nào cao thượng hơn”,;
- Ta biết như vậy Ta không bị các dục chi phối”

Đó là pháp tu tập để giải thoát tri kiến.

### III. Kết Luận

Hành giả có thể đoạn trừ được, nếu không sống trong gia đình, và không thụ hưởng các dục vọng. Hành giả khéo thấy với như thật chánh trí tuệ: "Các dục, vui ít, khổ nhiều, não nhiều, sự nguy hiểm ở đây lại nhiều hơn", và chứng được hỷ lạc do ly dục, ly ác bất thiện pháp sanh hay một pháp nào khác cao thượng hơn, như vậy là hành giả khỏi bị các dục chi phối. Ngoài ra những qui tắc căn bản trong đạo Phật: hành trì giới luật giúp phát triển định lực, nhờ định lực mà chúng ta thông hiểu giáo pháp, thông hiểu giáo pháp giúp chúng ta tận diệt tham sân si và tiến bộ trên con đường giác ngộ

Tham khảo

Giới Luật - Cơ sở của Đạo Đức Phật Giáo. Thích Viên Giác trích trong website Thư Viện Hoa Sen: <http://www.thuvienhoasen.org>,

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ và Thích Minh Quang Việt dịch trích trong website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>.

Tiểu Kinh Khổ Uẩn (Culadukkhakkhandhasuttam). Kinh Trung bộ HT. Thích Minh Châu dịch trích trong website Quảng Đức:

Tự Điển Phật Học Việt Anh. (TĐPHVA). Thiệu Phúc trích trong website Quảng Đức

#### 4.8. Điều Giác Ngộ 8 và Pháp Giải Thoát Tri Kiến

\*

\*

## I. Điều Giác Ngộ 8.

Tâm Đại Thừa là căn bản phổ độ chúng sanh

Phiên âm:

Đệ bát giác tri: Sinh tử xí nhiên, khổ não vô lượng, phát Đại thừa tâm, phổ tế nhất thiết, nguyện đại chúng sanh, thọ vô lượng khổ, linh chư chúng sanh, tất cánh đại lạc.

Dịch nghĩa:

***Điều giác ngộ thứ tám: Sinh tử luôn thiêu đốt, khổ não thật vô biên, nên phát tâm Đại thừa, cứu độ khắp tất cả, nguyện thay thế chúng sinh, gánh chịu vô lượng khổ, khiến cho tất cả loài, đều được đại an lạc.***

### 1. Sinh tử luôn thiêu đốt, khổ não thật vô biên..

Phật dạy việc sanh tử của chúng sanh quá nhiều, liên tục không dứt, nên sự khổ não không thể nào kể hết được, mỗi lần chết đi sanh lại là chịu nhiều khổ đau. Hiện tại chúng ta đang mang thân này, là đã trải qua vô lượng kiếp bỏ thân rồi mang thân. Như vậy thì sự khổ não không thể tính kể. Quý vị thử xét lại xem, như ở trước đã nói, chỉ một đời này thôi chúng ta cũng đã chịu nhiều đau khổ, huống là trải qua nhiều đời. Khi lọt lòng mẹ mở mắt chào đời cất tiếng khóc vang là một lần khổ, rồi lớn dần, mỗi khi biết lật biết bò, biết ngồi biết đi... là ám đầu nhuốm bệnh... Khi lớn khôn đi học hay đi làm ăn xa, mỗi lần xa cách là mỗi lần nhớ thương đau khổ. Lại mỗi lần buồn lo, sợ hãi, giận ghét là mỗi lần đau khổ. Lại nữa, mỗi lần yếu đau bệnh hoạn hay chết chóc của người thân hoặc của mình là mỗi lần đau khổ... Một đời người chuyện buồn lo thương ghét giận hờn... xảy ra không biết bao nhiêu lần, không thể tính hết được. Như vậy vô lượng vô số kiếp niềm đau nỗi khổ của chúng sanh làm sao tính đếm được!

Chúng sinh trong vòng luân hồi gây tạo biết bao tội lỗi. Thân phạm sát sinh, trộm cướp, tà dâm; tâm đầy tham lam, sân hận, si mê. Những nghiệp tội vô lượng vô biên đó, như ngọn lửa trong kiếp hỏa đốt cháy thế gian, thiêu đốt thân tâm, khiến chúng sinh phải chịu biết bao khổ não. Nói đến khổ não vô lượng, trong Kinh cũng tùy lúc nói có hai khổ, ba khổ, tám khổ v.v.... Tóm lại Ta bà là thế giới khổ đau. Văn trước chúng tôi đã từng nói qua thân có các khổ về già bệnh chết; tâm có các khổ về tham sân si; gia đình có các khổ về ân ái biệt ly; quyến thuộc có các khổ về không được hòa hợp; xã hội có các khổ về cầu muốn không được, oán thù gặp nhau; quốc gia có các khổ về chiến tranh, giặc giã; thiên nhiên có các khổ về lũ lụt, động đất, giông bão. Thật là sanh tử như thiêu đốt, khổ não vô biên.

***2. Nên phát tâm Đại thừa, cứu độ khắp tất cả, nguyện thay thế chúng sinh, gánh chịu vô lượng khổ, khiến cho tất cả loài, đều được đại an lạc.***

Khổ chi phối thể gian, bức bách chúng sinh. Mục đích của chúng ta học Phật là giải thoát đau khổ. Nhân sinh là khổ. Nhưng chúng ta cần phải hỏi: Khổ từ đâu ra? Khổ từ đa dục mà ra. Đa dục từ chỗ nào có? Đa dục từ chấp ngã có. Vì sao chấp ngã gây ra khổ? Vì sự tương quan giữa ngã chấp và pháp chấp không được điều hòa. Có cái khổ do mình và vật mà có, đó là do mình mong cầu vật chất mà không thỏa mãn. Có cái khổ do mình và người mà có, đó là do quan hệ đụng chạm giữa ta và người. Có cái khổ do mình và thân tâm mà có, đó là già, bệnh, phiền não, vốn đi theo, cùng có mặt với sinh. Có cái khổ do mình và dục vọng cộng với nhận thức mà có, đó là do nội tâm chúng ta nhận thức sai lầm thể gian mà ra. Chúng ta bị khổ não bao vây, không luận là ai, cũng đều có nguyện vọng chung là giải thoát đau khổ. Cho nên trách nhiệm của Bồ tát là phải phát tâm Đại thừa, độ tất cả chúng sinh thoát khỏi khổ ách

Không luận là nói cách nào, đã phát tâm Đại thừa học đạo, nguyện độ khắp tất cả chúng sinh, thì việc trọng yếu hơn hết là **hoằng Pháp lợi sinh**. Đối với Bồ tát, *hoằng Pháp là bản phận tất nhiên, lợi sinh là hoài bão xưa nay*, không một chút chần chừ, do dự. Đây chính là thái độ Bồ tát Đại thừa đối với cuộc đời. Nói *phát tâm Đại thừa*, vậy thể nào là *tâm Đại thừa*? Theo *Đại Thừa Khởi Tín Luận*, Đại thừa mà nói tổng quát thì có hai: một là bản thân của đại thừa, hai là ý nghĩa của bản thân ấy. Bản thân của đại thừa thì chính là Tâm chúng sinh. Tâm ấy bao gồm toàn thể pháp thế gian và pháp xuất thế, nên căn cứ Tâm ấy mà biểu thị đại thừa: mặt chân như của Tâm ấy biểu thị về thể của đại thừa; mặt sinh diệt của Tâm ấy biểu thị về thể tướng dụng của đại thừa. Ý nghĩa của bản thân đại thừa thì chính là ba ý nghĩa trên: một là thể vĩ đại, là chân như nhất quán bất biến; hai là tướng vĩ đại, là Như lai tạng đủ mọi tánh đức; ba là dụng vĩ đại, là xuất sinh toàn bộ nhân và quả về thiện của thế gian và xuất thế. Hết thầy Phật đã vận dụng và hết thầy Bồ tát đang như vậy mà đạt đến địa vị Như lai

Người tu hành khi thấy chúng sanh bị khổ, cảm nhận như mình bị khổ, đó là người đại phát tâm, đại tu hành. Thế nên khi vì người mà hoan hỷ chịu lao nhọc khổ nhọc thay cho người, thì không cảm thấy bức bối khổ não, vì tâm cao thượng thương người bộc phát mạnh, lấn át mọi ý niệm khổ đau. Ngược lại người chỉ muốn cho mình được sung sướng an lành mà bị khổ, thì cảm thấy bức bối khổ não vô cùng. Khổ nhiều hay khổ ít là do tâm lượng rộng hẹp của con người mà ra vậy. Ví như người mê mờ, không sáng suốt làm điều sai quấy lỗi lầm, bị quở trách la rầy nên tự ái lo buồn, bèn biện hộ bào chữa, không nhận lỗi. Vì thế chúng bạn nhìn họ với tâm dò xét nghi ngờ. Một người bên cạnh thấy vậy, đứng ra nhận lỗi thay để đánh tan sự dò xét nghi ngờ trong chúng. Khi bị khiển trách la rầy, người nhận lỗi không thấy buồn khổ, lại còn vui, vì họ có đủ sáng suốt và tự chủ. Quả thật như vậy, khi đã phát tâm thay thế chịu khổ để cứu độ người, thì tâm mình thấy vui mà không thấy khổ. Vì niệm từ bi hi xả đã tỏa rộng ra, thì niệm đau khổ đoạn diệt.

Người tu Phật thường lấy cái khổ của người làm cái khổ của mình để lo cứu giúp; lấy cái vui của người làm cái vui của mình, mà không đố kỵ tị hiềm thì thường vui hơn là khổ. Để thấy rằng khi phát tâm từ bi rộng lớn, thì tâm niệm ích kỷ khổ đau ngay đó liền tiêu tan, nên hết khổ. Khi nào mọi người đều mở rộng lòng thương cứu giúp cho nhau, thì mọi sự khổ trên thế gian này

không còn nữa.

Cho nên hàng Bồ-tát phát tâm Đại thừa, chỉ vì thấy được cái khổ thống thiết của sanh tử luân hồi, mà chúng sanh đang gánh chịu, nên các ngài khởi nguyện đi vào lục đạo để làm lợi ích cho chúng sanh. Trong kinh nói: “Bồ-tát dĩ lợi sanh vi bản hoài.” Nghĩa là Bồ-tát lấy việc lợi ích chúng sanh làm hoài bão chánh, nên các ngài đi từ nơi này đến chỗ kia, làm tất cả mọi việc, chỉ vì mục đích là cứu độ cho chúng sanh hết khổ.

Người biết thương xót chúng sanh, nỗ lực tu học, để giảng giải cho mọi người thấy rõ cái khổ sanh tử luân hồi, mà chán sợ không tạo tác nhân trầm luân ấy nữa. Người hiểu và làm được như vậy, tự mình dứt khổ đau được vui lớn là giải thoát Niết-bàn. Ở đây không nói riêng hàng Bồ-tát, mà tất cả mọi người trong chúng ta đều nên phát tâm **Đại Thừa** và làm như thế.

Không luận là nói cách nào, đã phát tâm Đại thừa học đạo, nguyện độ khắp tất cả chúng sinh, thì việc trọng yếu hơn hết là **hoằng Pháp lợi sinh**. Đối với Bồ tát, *hoằng Pháp là bốn phần tất nhiên, lợi sinh là hoài bão xưa nay*, không một chút chần chừ, do dự. Đây chính là thái độ Bồ tát Đại thừa đối với cuộc đời. Nói *phát tâm Đại thừa*, vậy thế nào làm *tâm Đại thừa*?

*Tâm Đại thừa* bao hàm *tâm Bồ đề tâm đại bi và tâm phương tiện*. Tâm Bồ đề là hạt giống (nhân), tâm đại bi là gốc rễ (bản), tâm phương tiện là hoa trái (cứu cánh). Một hành giả Bồ tát phát tâm, nhất định phải có đủ ba tâm nói trên, mới gọi là phát tâm Đại thừa.

*Phát tâm Bồ đề là phát tâm trên cầu Phật đạo*. Nói Phật đạo, là phải trải qua ba đại a tăng kỳ kiếp mới đạt được. Không phát tâm Vô thượng Bồ đề, làm sao qua được sự khảo nghiệm lâu xa như vậy? Kinh nói: *Trong đời có một người phát tâm Bồ đề, là có thêm một hạt giống thành Phật*. Học Phật không phát tâm Bồ đề, như thửa ruộng không gieo giống, thì làm sao có ngày gặt hái? Tâm Bồ đề chính là tâm thệ nguyện, có tâm thệ nguyện mới có thể thành tựu. Phát tâm Bồ đề là phát bốn lời thệ nguyện rộng lớn (tứ hoằng thệ nguyện):

*Chúng sinh vô biên, thệ nguyện độ  
Phiền não vô tận, thệ nguyện đoạn  
Pháp môn vô lượng, thệ nguyện học  
Phật đạo vô thượng, thệ nguyện thành.*

Đây chính là tâm Bồ đề của Đại thừa.

*Phát tâm Đại bi là phát tâm dưới độ chúng sinh*. Bồ tát dưới độ chúng sinh phải phát tâm *đại từ vô duyên, đại bi đồng thể*, xem khổ nạn của chúng sinh là khổ nạn của mình, xem niềm vui của chúng sinh là niềm vui của mình, độ chúng sinh mà không mong cầu báo đáp, thấy việc phục vụ chúng sinh là lẽ đương nhiên. *Nguyện thay chúng sinh, chịu vô lượng khổ?* mà Kinh này nói, chính là *tâm đại bi* của Đại thừa.

*Phát tâm phương tiện là phát tâm thực hành bốn nhiếp pháp.* Chúng sinh căn tánh bất đồng, muốn giải cứu đau khổ cho chúng sinh, cần phải có nhiều phương tiện khéo léo. Đức Phật từng quán sát căn tánh chúng sinh mà tùy duyên thuyết Pháp, nói ra bốn muôn tám ngàn Pháp môn. Đây chính là đức Phật có phương tiện độ sinh.

Bồ tát thực hành bốn cách nhiếp hóa (tứ nhiếp pháp): *Bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự*, để khiến các chúng sinh, được đại an lạc. Đây chính là tâm phương tiện.

Bao gồm cả ba tâm: *tâm Bồ đề, tâm đại bi, tâm phương tiện*, đó chính là *tâm Đại thừa*. Phát tâm Đại thừa cứu độ chúng sinh, cần phải làm được chuyện khó làm, nhẫn được việc khó nhẫn. Nếu không, tâm Đại thừa không dễ gì phát khởi.

## II. Giải Thoát Tri Kiến

Khi phát tâm đại thừa hành giả nên trước tiên phải tự giác và vô ngã hóa để giác tha bằng hư không hóa dòng tâm thức vốn hệ lụy đến sanh tử luân hồi và khổ ưu. Giải thoát tri kiến thế gian với pháp vô niệm, vô tướng vô trụ của Lục Tổ đầy đủ hơn hết, hoặc tùy pháp môn thích hợp.

### 1. Vô Niệm.

Lục Tổ dạy, "*Này Thiện tri thức! Trí tuệ quán chiếu trong ngoài sáng suốt, biết bốn tâm mình, nếu biết bốn tâm tức là gốc của sự giải thoát. Nếu được giải thoát tức là Bát Nhã tam muội, tức là vô niệm. Sao gọi là vô niệm? Nếu thấy tất cả pháp mà tâm không nhiễm trước, ấy là vô niệm.*"

#### \* *Tứ Oai Nghi.*

Đi đứng nằm ngồi đều dụng công. Khi đi, thấy biết đường đi, nếu thấy biết, nghe biết, ngửi biết, nếm biết, chạm biết, xúc biết, ý biết (suy nghĩ biết) thì tuệ tri cái biết và không trụ vào chúng nữa. Các oai nghi khác cũng vậy. Đặc biệt, thân cử động hay hoạt động gì đều biết, nghe gì đều biết, nói hay trả lời đều biết, cảm giác gì biết hay ý nghĩ gì đều biết.

#### • *Tọa Thiền.*

Tọa thiền đặc biệt hơn, tâm dễ thanh tịnh hơn. Tự tánh sẽ hiển lộ trong vô niệm vô tướng hay vô trụ. Trong thân, khi ngứa biết ngứa, nghe tiếng biết nghe tiếng, hoặc thờ vô biết thờ vô, thờ ra biết thờ ra, thờ vô ra dài ngắn đều biết, bụng phình xẹp biết bụng phình xẹp, buồn ngủ biết buồn ngủ, cảm giác gì đều biết. Nhớ việc gì biết nhớ, suy nghĩ biết suy nghĩ, v.v... lúc nào cũng tỉnh giác; phải quán chiếu các đối tượng tự nhiên có trong thân tâm hoặc cảnh ngoài đột nhận, nên đốn ngộ là tỉnh giác ngay hay lập tức biết. Tọa thiền càng lâu thì tâm càng thanh tịnh nhiều hơn trong các oai nghi khác. Tuy vậy, trong tứ oai nghi lúc nào cũng tỉnh giác ngay trong các hoạt động của thân khẩu ý kể cả lúc ăn uống, ngủ nghỉ.

### 2. Pháp Định Niệm Hơi Thở

a). Biết niệm (bằng lời đọc ra tiếng) hơi thở vô; thở ra cũng vậy



- b). Biết niệm (bằng ý thức) hơi thở vô; thở cũng vậy.
- c). Biết niệm (bằng trí tức thêm tôi biết); thở ra cũng vậy.

### 3. Pháp Định Niệm Phật, Niệm Chú, Niệm Xứ, có thể kèm thêm pháp thở.

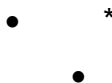
- a). Biết niệm (bằng lời) Nam Mô A Di Đà Phật; thở ra cũng vậy
- b). Biết niệm (bằng thức) Nam Mô A Di Đà Phật; thở ra cũng vậy.
- c) Biết niệm (bằng trí tức tôi biết) Nam Mô A Di Đà Phật; thở ra cũng vậy

Hoặc các pháp khác như, niệm chú, tứ niệm xứ, minh sát tuệ, công án, thoại đầu. v.v.. đều dùng chánh niệm, tỉnh giác.

## III. Kết Luận

Bồ-tát phát tâm Đại thừa, chỉ vì thấy được cái khổ thống thiết của sanh tử luân hồi, mà chúng sanh đang gánh chịu, nên các ngài khởi nguyện đi vào lục đạo để làm lợi ích cho chúng sanh. Trong kinh nói: “Bồ-tát dĩ lợi sanh vi bản hoài.” Nghĩa là Bồ-tát lấy việc lợi ích chúng sanh làm hoài bão chánh, nên các ngài đi từ nơi này đến chỗ kia, làm tất cả mọi việc, chỉ vì mục đích là cứu độ cho chúng sanh hết khổ.

Phải biết luân hồi sanh tử liên tục là khổ đau vô cùng vô tận. Nên phát tâm từ bi rộng lớn, nguyện thay chúng sanh chịu khổ và giúp cho tất cả được đến chỗ cứu kính an lạc là Niết-bàn giải thoát.



Tóm lại, tám điều giác ngộ, mà chư Phật, Bồ-tát đã làm và những người tu Phật chân chánh đang làm. Ai là người muốn học Phật, tu theo Phật thì phải làm những điều này không thể bỏ qua được. Tại sao? Vì học Phật là học giác ngộ. Phạm nói đến học Phật là nói đến đạo lý giác ngộ của Phật và Bồ-tát đã tu đã giác, chứ không phải học thuộc lòng kinh nhiều, hay tụng kinh giỏi mà không tu không giác, rồi cho rằng mình học Phật. Nhớ là không phải như vậy! Giác ngộ những gì? - Giác ngộ từng phần như trước đã kể. Thấy rõ thân người và cảnh vật là vô thường, thấy rõ tham dục nhiều thì khổ đau nhiều... Thấy rõ như vậy là mình đã có mầm giác ngộ, kể đó nhờ trợ duyên thầy sáng bạn tốt làm thiện hữu tri thức, để tiến đến chỗ giác ngộ viên mãn

Đại sư Thái Hư cũng nói : *"Chỉ mong cầu quả Phật, song thành tựu hay không là ở nơi nhân cách; nhân cách thành tựu thì Phật thành tựu, đây chính là thực tế chân thật."*  
Như vậy đủ thấy, Phật giáo nhân sinh và Phật giáo tại gia có địa vị quan trọng như thế nào !

Do đó, **Kinh Bát Đại Nhân Giác**, quyển sách quý ứng dụng vào nhân sinh nhập thế này, Kinh văn tuy ngắn chỉ vài trăm chữ mà giá trị lại vô cùng trọng yếu ! *Tám điều giác ngộ* như la bàn của nhà đi biển, chỉ ra con đường phía trước cho nhân sinh ! *Tám điều giác ngộ* như tiếng chuông vang vọng giữa đêm trường, đánh thức những ai còn mơ màng trong giấc mộng ! Cho nên, đây là Thánh điển giúp chúng sinh nhận rõ đường

mê, quay về nẻo giác; giúp người Phật tử tại gia cải thiện, thăng hoa cuộc sống ngày một tốt đẹp hơn ! Để kết luân, tám điều giác ngộ nói lên, người tu sĩ hay bậc Bồ tát, trước nghiên túc tu tập theo kinh nguyên thủy, tri giới, rèn luyện trí tuệ, diệt dục, biết bố thí, thực hành pháp vô ngã để tự giác, hoàn thành phạm hạnh của mình, sau phát tâm đại thừa theo tư tưởng phát triển để giác tha hoằng pháp phổ độ chúng sanh.

Tham khảo

Đại Thừa Thuyết Luận. Phổ Nguyệt. Trích trong website Tạng Thư Phật Học:

<http://www.tangthuphathoc.net>.

Pháp Vô Niệm của Lục Tổ. Phổ Nguyệt. Trích trong website Tạng Thư Phật Học.

Kinh Bát Đại Nhân Giác do HT. Thích Thanh Từ và Thích Minh Quang Việt dịch, phần lớn trích lời thuyết giảng trong kinh tại website Quảng Đức: <http://www.quangduc.com>. Tụ Điển Phật Học Việt Anh. (TĐPHVA). Thiện Phúc trích trong website Quảng Đức

## 5. Cái Nhìn Bát Nhã Tâm Kinh Qua Lăng Kính Thời Không

\*  
\*

### I. Mục Đích-Khái Niệm Tư Duy về Thời Không

#### 1).-Chủ Đích :

Chủ đích của bài lý giải Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật Đa qua Lăng Kính Thời Không, với sự mong mỏi của Phổ Nguyệt là đưa một luồng gió mới đến quý độc giả, một tri thức cụ thể, có thể trực nhận thực tướng của vạn pháp. Phổ Nguyệt xin lấy bản Hán văn của Ngài Huyền Trang (đã trích) mà phân giải quyền kinh Bát Nhã. Yếu chỉ của Bồ Tát Quán Tự Tại đã thực hành Trí Bát Nhã thâm sâu ghi lại những điều tâm đắc và chứng đắc là để lưu truyền cho hậu thế nương tựa tu tập. Khi trao truyền yếu chỉ cho chúng sinh hành trì, dĩ nhiên là chúng sinh từ trạng thái chưa giác ngộ cố gắng học hỏi cho hiểu rõ yếu chỉ của kinh và nhiệt thành thực hiện đúng đắn, ắt sẽ đạt cứu cánh. Do đó, lập trường của Phổ Nguyệt là trình bày Trí Bát Nhã Cứu Cánh này với tinh thần của một chúng sanh bình thường có trình độ một ít trí tuệ, từ đó trao đổi, học hỏi, tu hành tiến tới trí tuệ cao hơn và đạt cứu cánh, âu đó cũng là mục đích muốn truyền dạy của đức Phật qua tiêu đề Quán Tự Tại.

#### 2).- Nhận Định về Thời Không:

+ Theo ý nghĩa của của danh từ Hư không hay Không gian là cái không Không Thật Có. Còn phân tách từ ngữ, Hư là không thật, Không là không; Hư không là Không Thật Không. Vậy Hư không là cái không thật có, cũng là cái không thật không. Hư không là không gian bao la vô cùng tận, cái rỗng không. Vậy Hư không cũng là cái Thật Có hay cái Thật Không. Vậy thì :

-Cái Không Thật Có : Thể huyền hóa, giả lập

-Cái Không Thật Không: Không có Thực thể, Tánh Không

-Cái Thật Có: Thể hiện tiền, thực tại

-Cái Thật Không: Không có gì ngoài Cái Thật, Chơn Không: chỉ có Chơn, Tánh Không, Bản tánh trong sáng thanh tịnh.

Theo Phật giáo, Hư không là Không gian, khoảng cách, không khí hay môi trường sống. Đó là Không đại, một trong thất đại.

Không gian là bầu dung chứa vạn hữu và cái rỗng không. Khi sự vật được dung chứa trong không gian, Tánh Không (khối cố định chiếm khoảng không) là hư không: Tượng Không của sự vật được giới hạn trong khoảng không của hình dáng riêng biệt của sự vật.

+Khi khởi đầu, đứng trước Cái Chưa Là, tức cái dự phóng tương lai, vì Tương Lai là cái không bao giờ đến. Từ cái Chưa Là, ta vừa bắt đầu Cái Trở Nên, tức là Cái Đang Là hay Hiện Tại. Từ Cái Đang Là ta mới biết Cái Đã Là hay Quá Khứ. Ba thì đó tạo thành thời thể.

Thời gian là thực thể của Trở Nên. Thời thể trở nên Hư không khi sự vật ở trong trạng thái thụ động tiêu cực. Trong trạng thái thụ động, sự vật tùy thuộc vào chính nó, đó là thực tại tính của sự Trở Nên tức là tiềm năng của Thực Hữu.

+Khi thời gian bị tiêu hủy, không gian thu hẹp ở Hữu Thể

( sự vật chiếm cứ không gian), lúc ấy kể như không gian triệt tiêu chỉ có Tánh Giác về Hữu Thể. Khi thời gian vừa khai mở, Hữu Thể biến thành Trở Nên thì Hữu Thể đó Đã Là (Quá khứ). Hữu Thể (Đã Là) tức là trở nên Hữu Thể mới không còn là chính hữu thể trước nữa, tức là không thật là hữu thể cũ. Quá khứ là hư không, không thật.

+ Dung lượng và thời lượng tăng hay giảm theo tỉ lệ thuận của sự phát triển của không gian và thời gian. Bánh xe thời gian chuyển động trong không gian vô tận. Không gian sẽ biến thiên đến cực tiểu hay tiêu hủy khi thời gian tàn lụi đến triệt tiêu.

+Sự vật tự thân nó đã có mâu thuẫn nội tại. Sự sanh diệt của sự vật do lực cản của chính sự vật (nội thân) và lực hút của vũ trụ (thời không là chủ yếu) và những nhân duyên ngoại tại khác. Cho nên sự vật không có thực thể, nên gọi là Tánh Không. Tượng Không của sự vật theo nhân duyên hợp mà sanh diệt bởi mâu thuẫn ngoại tại của không thời gian và tác động khác. Hai lực nội ngoại này chi phối sinh mệnh của vạn pháp. Luật nhân quả, hay sanh diệt đều nằm trong phạm trù của Thời-Không. Xét cho cùng, nếu không có Thời Không thì qui luật nhân quả không thể phát triển được, và Hữu Tự Tại được hiển bày.

+ - Nhắc lại, theo Thích thiên Ba La Mật Thứ Đệ Pháp Môn quyển 1, giải thích; Không gian vô tận có hai thế giới: thế giới mê vọng và thế giới giác ngộ;

-Lại theo Long Thọ Bồ Tát cũng đã nói ở Phần I, Trung Không Diệu Hữu.

Trong không gian có nhiều điều huyền diệu:

-Thứ nhất: Chứa thế giới mê vọng là huyền hóa, không thật, chẳng chịt nhân duyên, ràng buộc luân hồi, sanh tử tức là Cái Không thật có cũng Không thật không.

-Thứ hai: Chứa thế giới giác ngộ, chơn thật tức là Cái Thật có tức là Cái tùy thuộc

vào chính nó, Cái chơn không, Cái thiệt Hư không hay Tánh Giác cũng là Chơn tâm, Niết bàn.

+Chúng tôi muốn bàn đến thời gian và không gian là yếu tố quan trọng trong vấn đề sanh diệt nhân quả. Mọi vật trong không gian này đều bị nhân quả của năng lực Thời Không chi phối. Như trong không gian có vũ trụ, thái dương hệ..., địa cầu. Mọi vật trong địa cầu đều bị sức hút (trọng lực) làm ảnh hưởng đến chất và lượng của bản thân chúng; ngay cả trái đất cũng lệ thuộc vào vận hành của thái dương hệ và chuyển động quanh quỹ đạo v.v.. đều nằm trong không gian. Trọng lực của trái đất (không gian) và lực cản của sự vật (nội chất), dung chứa trong không gian là hai lực mâu thuẫn Hút và Cản, tạo ra sự sanh diệt của sự vật. Lực Kéo của vũ trụ vô cùng to lớn--trong khi lực Cản của sự vật quá nhỏ, ngay cả núi Thái Sơn, đối với không gian bao la vô tận cũng không thấm vào đâu. Cho nên theo thời gian, sự vật sẽ bị lực Kéo (không gian) hủy diệt mà thôi. Chúng tôi không muốn đề cập đến những nhân duyên phụ khác (không đáng kể trong trạng thái bình thường so với trọng lực) như ánh sáng, âm thanh, không khí v.v... Tất cả sự vật được dung chứa trong không gian đều có lực cản của chính nó và bị trọng lực thu hút và ảnh hưởng của sáu đại khác, có thể gây thêm cho sự vật ấy di động với những tốc độ khác nhau và có thể làm tổn hại đến chính nó và các sự vật khác. Trung Không Diệu Hữu cũng có nghĩa là trong không gian chứa biết bao điều huyền diệu. Trong không gian dung chứa tất cả mầm sanh diệt hay không gian đồng hóa với mầm sanh diệt tức là không gian coi như là mầm sanh diệt. Cũng tương tự như thể Tàng Thức là kho chứa tất cả những Chủng Tử hay Nguyên Nhân Phát sinh của Thực Tại Kiến Lập:... Tàng Thức được định nghĩa là nguyên nhân phát sinh của tất cả hiện tượng giả lập bởi vì nó luôn luôn hiện diện như là nguyên nhân của các hiện tượng này... (TC Triết 1, tr.47)

Không gian huyền diệu như vậy, tất nhiên nó không chỉ dung chứa sự vật mà còn tác động đến sự sinh tồn của sự vật nữa. Với sự tiếp tay của Thời gian, Không gian biến hoá mọi vật rất nhịp nhàng theo quy luật nhân quả mà sự sinh diệt hầu như mang sẵn trong nội thân của chúng. Dù giải thích riêng rẽ về mâu thuẫn nội tại hay ngoại tại, sự vật rốt cuộc cũng bị Thời Không chi phối. Sinh Mệnh của mọi vật đều do Thời Không giữ quyền sanh sát. Sự vận hành của vũ trụ (tác động của Thời Không) là Thực Tính của Hư Không.

### **3).-Thời Không Và Triết Lý Duy Thức**

Trong Duy Thức, tri thức thực tại là thể nhận tánh không. Trong cái Không Thật Có và cái Thật Có của Hư không chứa hai thế giới: Vọng và Chơn. Giữa đúng và sai, Niết bàn và Luân hồi, Bồ đề và Vô minh v.v... theo quan niệm của Phật giáo là hai con đường Nhận Thức Đúng và Nhận Thức Sai mà thôi. Trong thế giới chơn vọng lẫn lộn mà tri thức đúng được thực tại, quả là một vấn đề nhận thức sâu sắc qua quá trình tư duy của một trí tuệ khai mở. Duy Thức Tính Không và Tính Vô Ngã của lịch trình thanh lọc huyền thể của chủ tri và đối tượng (chủ khách) được thể hiện qua ba tự tính sau đây: Tự tính giả lập, Tự tính tùy thuộc và Tự tính tuyệt đối.

#### **(a). Tự Tính Giả Lập (Báo Thân):**

Tự tính giả lập là tự tính của thực tại kiến lập tự nhiên (sự vật). Khi sự vật được nhìn thấy qua nhãn căn, thì hình ảnh của sự vật đó chỉ thực sự được thấy ở võng mạc của nhãn căn mà thôi. Hình ảnh được hội tụ qua lăng kính của nhãn căn từ sự vật bên

ngoài không gian. Hình ảnh ấy tăng hay giảm tùy theo vị trí khoảng cách không gian gần hay xa đối với chủ thể. Cơ quan cảm giác của mỗi người đều khác nhau, cho nên cái thấy đó cũng có chỗ khác nhau. Vì khi ta thấy sự vật ở ngoài không gian, kỳ thực là ta chỉ thấy hình ảnh của sự vật, nên sự vật mà ta thấy đó cũng không thật. Thực tại kiến lập tự nhiên ấy chỉ là một thực tại giả lập mà thôi. Cho nên tự tính của sự vật kiến lập tự nhiên gọi là tự tính giả lập.

Tự tánh giả lập cũng là Tánh Không. Tánh Không ở đây có hai nghĩa :

-Hình ảnh là thể không: không nắm bắt được, hư không;

-Hình ảnh đó không thật, vì do giác quan và thời gian thay đổi.

Tự tánh giả lập của thực tại được kiến lập tự nhiên có sở hữu của Thể tính không (hư không) hay Tánh Không; và có Biệt tính--hình tướng riêng biệt của từng sự vật--là Tướng Không của nó.

Vậy Tự tính và Biệt tính giả lập (hình ảnh) của sự vật nhìn từ nhãn căn chỉ là những bóng dáng của sự vật, vì chúng không thật có (Tánh), cũng không thật không (Tướng), nên chúng chỉ hiện hữu trên bình diện công ước hay ngôn ngữ của chủ thể và giả lập của khách thể.

Tự tánh giả lập còn gọi là Báo Thân; nó thay đổi theo thời không, cho nên nó có sanh có diệt, có tăng có giảm.

#### **(b). Tự Tánh Tùy Thuộc (Hóa Thân):**

Cái Trở Nên--Hữu thể (sự vật)--được kiến lập do nhân duyên tác động bởi Tàng thức. Từ sự vật được trông thấy bởi nhãn căn, đó chỉ là hình ảnh của sự vật, là Tướng Không của hình ảnh đó tùy thuộc vào sự vật duyên hợp (không hiện hữu tự nhiên). Còn sự vật được kiến lập tùy thuộc vào nhân duyên của thọ tưởng hành thức hay thay đổi thì tự tánh của chúng cũng là không. Bóng dáng của sự vật do duyên hợp cũng chuyển biến theo thời gian và quan niệm kết tụ bởi thọ tưởng hành thức (lục dục, thất tình).

Cái trở nên là cái không thật có, cũng không thật không. Tự tánh tùy thuộc cũng nằm trong phạm trù tánh không. Tự tính tùy thuộc được thể hiện tướng sanh diệt do tác động thời gian và quan niệm chi phối. Thời gian ngưng chuyển, tức thì tự tính tùy thuộc cũng tuyệt tích, vì nhân duyên không thể phát triển. Chủ thể (Ý) nhận thức được tướng không của sự vật tùy thuộc vào nhân duyên tìm ẩn trong tàng thức. Chủ thể và sự vật đều tùy thuộc vào nhân duyên mà tri nhận, nên sự tri nhận đó cũng không thật và chắc chắn. Tự tính tùy thuộc của sự vật cũng là vô tự tính hay tánh không. Sự vật biến đổi (sanh diệt) làm cho hình ảnh của chúng mà con người trông thấy màu sắc, tốt xấu, sạch như v.v.. tùy theo quan niệm của cá nhân.

Tự tánh tùy thuộc còn gọi là Hóa Thân.

#### **( c ).- Tự Tánh Tuyệt Đối (Pháp Thân):**

Tự tánh tuyệt đối là thực tính hay chân như của sự vật. Sự vật tùy thuộc vào tự thân chúng nghĩa là không có tự tính giả lập hay tùy thuộc áp đặt lên chúng. Xét về Tánh, Tự tính Tuyệt đối là cái Thật Có, là Chân như, Niết bàn, nó chính là nó. Xét về Tướng, Tự tính Tuyệt đối là cái chỉ Có Thật không gì ngoài nó, là Chơn không: chỉ có chơn không có vọng, cái bất biến, thường hằng.

+Từ quan điểm Không gian, sự vật chiếm cứ không gian và Không gian dung chứa

sự vật là Một, nó chính là nó, không gì ngoài nó, không có gì áp đặt lên nó: Vô Không gian.

+ Từ quan điểm Thời gian, sự vật tùy thuộc vào chính nó tại đó và lúc đó hay trong khoảnh khắc hiện tại: Vô Thời gian.

Không gian dựa trên bánh xe thời gian để bành trướng chính mình vào khoảng không vô tận, nên khi không gian co rút đến cực tiểu, tức chỉ còn duy nhất sự vật hiện hữu mà thôi, lúc ấy thời gian sẽ giảm thiểu đến cực điểm tuyệt đối (số không). Cho nên ta có thể nói rằng tự tính tuyệt đối của sự vật là hình thức của sự vật vượt khỏi Thời Không. Nói cách khác, khi chủ thể nhận thức, và sự vật bị nhận thức được tri nhận một cách tuyệt đối vượt khỏi nhị nguyên tính (chủ khách). Hình thức tính Không (Không Thời Không = Không Chủ Khách) là Hư không; mà thiệt Hư không là Tánh Giác vậy. Đây là tiến trình Tri Thức Đúng Cái Thực tại Giả Lập hay Cái Thực Tại Bị Tri Nhận Sai Lầm. Tri Thức về Cái Tri Thức Đúng và Tri Thức Sai là Trở Về Chân Nguyên, thực tính của Tri Thức hay Tánh Biết. Tánh Biết giải thoát mọi sự hiểu biết thường tình tức là hiểu biết sai lầm về thực tính của sự vật. Nhắc lại, Tánh Giác theo như Tánh Hư không, đức Phật giải thích: A Nan! Người phải biết trong Tạng Như Lai, Tánh Giác tức là thiệt hư không, Hư không tức là Thiệt Tánh Giác thanh tịnh bản nhiên, đầy khắp pháp giới... (Bát Nhã Tâm Kinh qua Cái Nhìn của Duy Thức, tr. 56).

Cả Vật lẫn Tâm đều có Tánh Không.

Tự Tánh Giả Lập hay Tùy Thuộc của sự vật là không thật.

Tự Tánh Tương Đối của Tâm (Phàm tâm) cũng không thật.

Chỉ Tự Tánh Tuyệt Đối của sự vật là chơn thật, là Thiệt Hư không.

Tự Tánh của Chơn Tâm là Thiệt Hư không.

Theo sách Tử Thư nói về một khía cạnh của Hư không viết như sau:

Chân ngã ở bình diện tối cao, nói giống như thực tại, nghĩa là y hết Hư không, không thể nắm bắt được mỗi hiện tượng... (tr.105)

Tự tánh của Tâm hay Vật, Chủ thể hay Khách thể đứng trên bình diện vô Thời Không đều là Thiệt Hư Không; Thiệt Hư không là Chơn Như của Tâm hay Vật, là Niết bàn, là Thực Tại tính. Chân tính của Tâm hay Chân Ngã (chân tâm) và chân tính của sự vật đều là thiệt hư không, mà thiệt hư không là Tánh giác, vì Tánh giác là cái dụng của Chân Tâm. Chân tâm là Tự tính tuyệt đối, là Thực Tại tính Vô Thời không, là vượt lên nhân duyên, đối đãi, nhị nguyên chủ khách. Vậy trực nhận bản tính tự nhiên của Tâm cũng chính là trực nhận bản tính tự nhiên của sự vật. Tâm và Vật lúc bấy giờ là đồng tánh không.

Chủ thể nhận thức tự tánh khách thể giả lập, sai lầm, hay là nhận thức sai lầm về tự tánh khách thể, chỉ là nhận thức của phàm trí mà thôi. Nhận thức năng sở của phàm trí cũng là nhận thức không thật đúng; cũng sai lầm, đó là nhận thức bị ràng buộc của nhân duyên, và sự giả lập của sự vật. Đó cũng là mấu chốt của luân hồi, khổ đau.

Cho nên, Tri Thức Đúng là tiến trình nhận thức đúng thực thể và giải thoát khỏi khổ đau ràng buộc bởi nhân duyên chằng chịt, sanh tử, luân hồi.

Tóm lại, tự tánh giả lập là tự tánh không thật có trong thế giới mê vọng của hư không (Tánh không).

Tự tính tùy thuộc là tự tính không thật không, cũng ở trong thế giới mê vọng của hư không (Tánh không).

Tự tính giả lập và tự tính tùy thuộc là khi sự vật đó tự vượt ra khỏi chính chúng nó để vạch ra bóng dáng trong không gian. Đã vượt ra khỏi sự vật, là những bóng dáng chúng không còn thật là chúng nữa, là giả vọng mà thôi.

Tự tính tuyệt đối là tự tính thực có trong thế giới chơn thật của hư không. Tự tính tuyệt đối là tự tính đó vượt ra khỏi thời không, nghĩa là không vượt khỏi ra chính nó. BA HÌNH THỨC TỰ TÍNH ( Ba Chân Lý):

Tự tính Giả Lập: Không Thật có;

Tự tính Tùy Thuộc: Không Thật không;

Tự tính Tuyệt Đối: Thật Có, cái tuyệt đối. Cả ba đều là Tánh Không.

Không đi theo con đường Bên Này: không thật có (giả lập), và không thật không (duyên khởi), Mà theo con đường Bên Kia: thật có, chơn không, niết bàn, tức là Trung Đạo: con đường của Tánh Không, hay là con đường giải thoát đến bờ Giác Ngộ.

Tóm lại, tự tính Tuyệt Đối là Hư không tức là thiệt tánh giác. Tánh giác là cái Biết về chính mình biết. Biết về chính mình biết là tiến trình của Thực Biết và giải thoát khỏi cái biết sai lầm chằng chịt nhân duyên, giả lập, khổ đau, luân hồi.

Tánh Giác vượt khỏi nhị nguyên đối đãi, chủ thể và khách thể, tức là Tri Thức Đúng về Chủ Thể (Tự Giác, Tự Tính Tuyệt Đối) và Tri Thức Đúng về Khách Thể (Giác Tha, Tự Tính giả Lập hay Tùy Thuộc) để giải thoát mọi sai lầm của Chủ Tri và giả lập của Khách Thể. Đó là con đường về Chân Nguyên; đó cũng là Thể Cách TỰ GIÁC và GIÁC THA.

## II. CƠ CẤU CỦA CÁI TRÍ HAY TÁNH GIÁC (Theo Thời Không)

Tự tính tuyệt đối của Tâm là Thể Không của Tâm. Trí hay Tánh Giác là Dụng của Tâm, Như chúng tôi trình bày ở phần đầu, biểu tượng (Dụng) của Tâm gồm có Trí năng, Tình năng và Hoạt năng, mà Trí năng là đầu mối phát sinh mọi hoạt động ảnh hưởng đến vật chất và tinh thần trong đời sống hàng ngày. Trí năng là một yếu tố quan trọng nhất trong ba cái dụng của tâm. Trí năng được bắt đầu bằng Nhãn căn trong Lục căn. Do đó, chúng ta nghiên cứu Tánh Thấy hay sự hiểu biết sự vật qua tánh thấy. Sự hiểu biết ấy cũng đều được thể hiện qua lục căn.

Mở một cửa trong sáu cửa để đi vào trong nhà (kho chứa sự hiểu biết) ắt cũng được vào trong nhà và mở các cửa kia.

### A.- Phân Tách Ngũ Uẩn -

#### a).- Cảm Giác ( Ngũ giác quan )

*Diễn hình về Nhãn Căn qua chức năng Thị Giác:*

+ Ban ngày, khi chúng ta nhìn một vật ngay phía trước chúng, hình ảnh khi nhìn sự vật qua thấu kính của mắt được hội tụ ở trên hố mắt của võng mạc. Nón (dây thần kinh liên hệ đến bộ não) đáp ứng một cách khác nhau đến những làn sóng, hay màu sắc

khác nhau của Ánh Sáng. Những nón (cones) này thích ứng với màu sắc thị giác. Mỗi nón đáp ứng đến chỉ một trong ba làn sóng khác nhau của ánh sáng (đỏ, xanh biển, xanh dương). Bằng cách kết hợp những phản ứng tới những làn sóng dài, vừa, ngắn, những tế bào nón có thể chỉ định màu của bất cứ hình ảnh nào. Những nón rất nhạy cảm tới những đặc trưng ở xung quanh dù nhỏ đến đâu.

+ Ban đêm thì khác, những tế bào que (rods: dây thần kinh liên hệ đến não) rất nhạy cảm với ánh sáng mờ, dù chúng không sắc bén nhiều. Vào buổi tối, nếu ta liếc nhanh hình ảnh của bóng mờ ngoài góc của con mắt, chúng ta sử dụng những tế bào que. Nếu hình ảnh mờ ấy biến mất, khi chúng ta nhìn thẳng vào nó, chúng ta chứng kiến sự mất tế bào nón vào lúc chúng ta không chú ý làm tụ những bóng mờ đó trên hồ mắt ở võng mạc.

+ Khi năng lực của Ánh Sáng (sáng hay mờ) đến cơ quan tiếp nhận hình ảnh, những tín hiệu thần kinh được gửi xuyên qua hệ thống thị giác sản sinh những cảm giác. Con đường đi ấy bao gồm những tầng lớp, qua đó ánh sáng phải qua trước khi được thu hút bởi cơ quan tiếp nhận hình ảnh. Một phản ứng hình ảnh hóa học được tạo ra trong cơ quan tiếp nhận hình ảnh, sản sinh những dấu hiệu thần kinh, đầu tiên được chuyển đến những tế bào lưỡng cực, rồi đến những tế bào hạch. Những tín hiệu thần kinh lúc đó đi dọc theo trục võng mạc đến hạt nhân cong khập bên của chất xám. Những tế bào trong hạt nhân cong khập này sắp đặt lại tín hiệu (kích thích cảm giác) tới xương chẩm thùy não để được điều hợp và hoàn thành chức năng thị giác.

Tương tự như thế, con đường để thực hiện tánh Biết qua các căn khác như nhĩ, tĩ, thiệt, thân cũng vậy, tuy có khác về cơ cấu sinh học, nhưng tựu trung cũng đều được các dây thần kinh chuyển các hình ảnh, chấn động lực, không khí hay chất hơi hay ấn tượng kích thích, sau cùng cũng chuyển đến chất xám ở vỏ não để sản sinh những cảm giác tương ứng với các căn.

*Chẳng hạn như:*

--Nghe một âm thanh là nghe độ rung (chấn động lực) hay ấn tượng của âm thanh do làn sóng âm thanh va chạm vào màng nhĩ (Tai).

--Người mũi hương là người ấn tượng mùi hương, là không khí hay hơi (tức là chất hóa học hòa tan trong không khí) ở màng mũi.

--Ném một vị là ném chất hóa học (ấn tượng do kích thích giữa vị toan và nước miếng tạo nên) ở lưỡi.

--Xúc giác một vật là tiếp giáp hình ảnh của những kích thích của da (hay cơ thể).

### **(b).- Ý Thức (Consciousness):**

Có thể định nghĩa, ý thức là cử chỉ hay tiến trình được Biết, đặc biệt về vùng xung quanh ta và điều kiện của thân thể. Cũng là Tỉnh táo, Biết được những gì đang xảy ra.

Thật ra, Ý thức thường được định nghĩa là sự hiểu biết (awareness) tích cực của tất cả tư tưởng, hình ảnh, tri giác và cảm xúc chứa trong trí với thời gian qui định. Ý thức là Cái Quan sát chính chúng ta và xung quanh ta như là cách chúng ta làm trong thiên hạ. Ý thức cho phép chúng ta sử dụng sự kiểm soát các điều chúng ta hành động, kinh nghiệm, và chọn lựa giữa những cách tư duy hay hành động. Nhưng Ý thức thì nhiều hơn sự hiểu biết đơn giản của chính chúng ta và xung quanh ta. Ý thức có tính



đơn thuần và nó thống nhất kinh nghiệm chúng ta vào Cái Toàn thể. Khi chúng ta lắng nghe một người nói, chẳng hạn, chúng ta nghe nhiều hơn là những tần số và cường độ của âm thanh, nhiều hơn một chút kích thích thính giác. Để thay vào, chúng ta biết được toàn bộ những lời nói và chúng ta hiểu được ý nghĩa của những lời đó, bởi vì đó là cách thức mà Trí chúng ta tổ chức và tổng hợp kích thích thính giác.

Nếu cái đơn thuần của Ý thức (cục bộ) cho phép chúng ta tri giác và hiểu được kinh nghiệm như là cái Toàn thể, thì tính chọn lọc của Ý thức để cho chúng ta tập trung vào bộ mặt đơn độc của cái toàn thể. Vậy chúng ta có thể tập trung vào hình dáng đối thể, màu sắc, kích thước, thực thể, công dụng hay bất cứ đặc tính khác. Bằng vào biểu hiện đó, chúng ta có thể tập trung vào cảm tính, ký ức, hay tư tưởng riêng biệt. Tính chọn lọc như thế là cốt yếu cho hoạt động chức năng hàng ngày của chúng ta. Nhiều cảm giác tư tưởng, cảm tính và ký ức dễ ảnh hưởng đến chúng ta ở một thời điểm có sẵn, đến nỗi khi chú ý chúng, chúng có thể lấn áp chúng ta. Vậy, tính chọn lọc của Ý thức cho phép chúng ta điều chỉnh chỉ có dữ kiện cần đến và loại bỏ cái không cần.

May mắn, kỹ thuật cận đại giúp các nhà nghiên cứu vượt qua những trở ngại thâm hội được Ý thức. Trang bị cho mạch điện đồ và hoạt động dây thần kinh trong não bộ cung cấp được những ý nghĩa mới quan trọng để nghiên cứu một số việc thuộc sinh lý học xảy ra trong những trạng thái khác nhau của Ý thức. Chẳng hạn, chúng ta biết được dữ kiện mô lưới, một phần của não bộ sau giữ vai trò bảo trì Ý thức. Khi phần não đó bị kích thích, con vật trở nên quá mất, những vùng như vậy bị thương, con người mất cảm giác trên mào lông (coma). Bởi vì óc con người có thần kinh phát triển cao độ của vỏ não trong giới loài vật, và bởi vì con người cũng dường như biểu lộ sự phát triển cao độ ý nghĩa của Ý thức mà các nghiên cứu gia cho rằng lớp vỏ não cũng phải liên hệ với sự hiểu biết Ý thức.

Tóm lại, sự hiểu biết Ý thức có tính lưỡng phân như Kant đã quan niệm. Thật vậy, Ý thức tác động là do tiền ngũ căn (ngũ giác quan) tiếp nhận sự vật và Tri giác (Biết). Còn Ý thức tác năng là sự hiểu biết có sẵn trong tàng thức, không do tác động của ngũ căn mà chúng ta có thể dùng trực giác để hiểu biết. Như thế Ý thức cũng là tác năng tự phát.

Kết luận, Ý thức cũng chỉ là những hình ảnh, dấu vết sự hiểu biết mà cái Trí ( bộ óc ) nhận thức.

### **( c ).- Cảm Xúc (hay Cảm thọ: Emotion):**

Cảm xúc là một phần lớn cuộc sống thường nhật mà khó có thể tưởng tượng được, nếu đời sống không có nó. Cảm xúc làm cho phong thái của kinh nghiệm chúng ta hoạt động và đem đến cho đời sống một sinh khí của nó. Nếu không có khả năng cảm nhận sự giận dữ, nỗi đau buồn, niềm vui, và tình yêu, chúng ta khó mà thừa nhận chính chúng ta là con người.

Rõ ràng, cảm xúc bao gồm sự thay đổi cảm tính --thường kích thích bởi hoàn cảnh ngoại giới mà chúng ta ít kiểm soát. Sau cùng, cảm xúc có thể tác động đến tư cách. Cảm xúc có thể được định nghĩa như là mô hình phản ứng bao gồm sự thay đổi sinh lý, biểu lộ tư cách và trạng thái cảm tính. Cảm tính thường phát sinh trong sự đáp ứng của liên hệ xã hội hay hoàn cảnh thử thách qua nhiều phương diện. Bản chất của phản ứng cảm xúc ảnh hưởng đến cách thức một người đánh giá và khắc phục hoàn cảnh. Tất cả các nhà Tâm lý đều đồng ý rằng cảm xúc mạnh liên hợp với sự thay đổi trong hệ

thống thần kinh tự động. Một cách giám sát sự thay đổi sinh lý kèm theo cảm xúc bởi một phương tiện máy móc gọi là Đa mạch đồ (Polygraph).

Mặc dù hệ thống thống thần kinh tự động gây nên sự thay đổi sinh lý kết hợp với cảm xúc, hệ thống này được sắp xếp bởi bộ óc. Đặc biệt khối dưới chất xám (hypothalamus) và một vài phần hệ thống limpic (limpic system) liên quan trong một số phản ứng cảm xúc như: nóng giận, gây hấn và sợ hãi (Pribram,1981). Stanley Schachter và Jerome Singer đã đề nghị rằng cảm xúc bao gồm hai thành tố đối tác lẫn nhau: trạng thái đánh thức sinh lý và sự làm sáng tỏ tri thức của cái đánh thức ấy. Họ qui cho năng lực chúng ta hiểu được sự đánh thức gán cho những cảm giác tổng quát là những cảm xúc đặc biệt.

Vậy cảm xúc hay cảm thọ là ý thức được đánh thức qua sự thay đổi sinh lý vì phản ứng thần kinh não bộ do các kích thích hình ảnh của cảm giác, tư tưởng, hành động hay tính cảm bị va chạm.

#### **(d).- Hành Động (Motivation):**

Hành động là động cơ thúc đẩy hoạt động, được định nghĩa như là điều kiện xã hội, tâm lý hướng dẫn tư cách cá thể đến vài mục đích nào đó. Mặt khác, xu hướng (drive) là điều kiện sinh vật thực hiện chức năng hướng đích.

Theo Sigmund Freud cho rằng động cơ hoạt động là do hai lực (forces) của vô thức (Tàng thức): Một là lực thúc đẩy đến sự sinh tồn, sự sinh sôi nảy nở, và sự tự bảo tồn; thứ hai lực thúc đẩy đến sự tử vong và tự hủy diệt. Bởi vì cách thức mà con người thỏa mãn xung lực (sức đẩy tới) có thể mâu thuẫn với tiêu chuẩn đạo đức xã hội, những xung động này thường bị trấn áp và thăng hoa trong nhiều hình thức của tư cách.

Có những xu hướng căn bản về sinh vật như đói, khát, sinh lý, và có những động lực được học hỏi như nhu cầu cho thành quả và sự hội nhập. Cũng có những động lực cảm thọ như vui, khổ, giận, sợ, và bại.

Tổng quát, hành động thúc đẩy tư cách được dẫn đến bảo quản tình trạng sinh lý cân bằng (homeostasis) hay là môi trường bên trong bất biến và hướng dẫn đến kiến lập cân bằng cả hai bên trong và bên ngoài.

Tóm lại, Hành động là động cơ, xu hướng hay bản năng thúc đẩy thiết lập mọi hoạt động về tư tưởng, tình cảm hay cử động. Tất cả những động cơ, xu hướng đó dù do năng lực bên trong hay bên ngoài, dù do tâm lý, xã hội hay sinh vật có ý thức hay vô thức đều phải xuyên qua cảm quan hoặc các phần của cơ thể và đã thanh lọc thành những dấu hiệu được dẫn truyền đến thùy trước của lớp vỏ não cạnh chỗ nứt có liên quan sơ khởi đến sự điều chỉnh cử động tự ý gọi là thần kinh tự động. Vậy Hành chỉ là sự thể hiện do nhiều xu hướng hay động cơ thúc đẩy biến thành những dấu hiệu mà não bộ sản xuất những phản ứng thành những hoạt động; do đó bản thân Hành chỉ là những hình ảnh dấu vết của các xu hướng, động cơ hay bản năng thúc đẩy sản sinh ra, nên Hành không có thực thể.

#### **( e ).- Tưởng (Memory, Preconsciousness, từ Ý Thức:Consciousness):**

Con người dùng ba cấu trúc tinh thần khác nhau để thiết lập ký ức: ký ức cảm giác, ký ức ngắn hạn (short-term memory) và ký ức dài hạn. Các nhà tâm lý tin rằng ký ức bắt đầu tại sự ghi chú cảm giác, một dữ kiện cảm giác thu nhận rất ngắn. Cảm giác vẫn còn kéo dài một giây sau khi ta tri giác và sau đó phai dần. Dữ kiện được tích trữ

khoảng 1/15 giây, để rồi người ta có thể giữ dấu vết của kinh nghiệm từ lúc này đến lúc khác. Nếu cá nhân bị xao lãng trí, và dữ kiện hoặc là rất khác với biến cố bình thường, hoặc là có ý nghĩa với cá nhân đó, thì dữ kiện ấy chuyển qua ký ức ngắn hạn, ở đây nó tích trữ chỉ trong một thời gian giới hạn.

Muốn giữ dữ kiện trong ký ức ngắn hạn, người ta cần sự nhắc lại. Sự nhắc lại bằng cách chú ý tích cực đến dữ kiện như là lập đi lập lại dữ kiện đó. Một thời gian gián đoạn sẽ hủy diệt dữ kiện ở trong kho ký ức ngắn hạn. Nhiều ký ức ngắn hạn nhạt dần trong khoảng vài phút. Quá trình chú ý giữ một vai trò rất lớn trong sự xác định dữ kiện nào được chuyển từ ký ức ngắn hạn đến ký ức dài hạn. Nếu dữ kiện không quan trọng hay thích thú, rất có thể chúng ta quên đi.

#### **+ Ghi Lại Dấu Vết--Tích Trữ --Khôi Phục:**

Khi những kinh nghiệm cảm giác thoáng qua được kết hợp, thì dữ kiện được thừa nhận dễ hơn nhiều. Chúng ta có thể nhớ lại một hình thị giác kết hợp với âm thanh (như chiếc xe hơi đang chạy: đầu máy nổ) dễ dàng hơn là hoặc máy nổ không, hoặc một chiếc xe không. Quá trình dữ kiện hỗn hợp gọi là ghi nhận dấu vết, hay là tiêu biểu hình ảnh (sự thay thế hình ảnh). Những nét đặc biệt thiết yếu của một vật hay mô hình được rút ra để cho sự vật có thể nhận thức sau này.

Ký ức ngắn hạn là tiến trình của truyền đạt tế bào thần kinh, trong khi đó ký ức dài hạn thường xuyên thay đổi trong những vùng tế bào khớp thần kinh, là tính chất vật lý của tế bào. Bộ óc cần thời gian để củng cố trước khi dữ kiện được tích trữ ở trong ký ức dài hạn. Có thể là, những tế bào thần kinh cần thời gian để thay đổi. Tài liệu ở ký ức dài hạn có thể được đem đến vào kho ký ức ngắn hạn, và sẽ không bị quên nếu sự suy tưởng bị xao lãng. Tuy nhiên, kho ký ức ngắn hạn có thể chỉ còn giữ một vài thứ mà thôi. Khả năng giới hạn này có thể góp phần giải quyết khó khăn cho những người có vấn đề. Con người có thể giữ lại, và quét sát một số dữ kiện trong một lúc mà thôi. Ở đâu, ký ức ngắn hạn cũng trực tiếp và dễ thêm vào, trong khi dữ kiện xác định đúng vị trí của ký ức dài hạn có thể chậm chạp và khó khăn. Tuy thế, khả năng của ký ức dài hạn thì hầu như bất tận. Một người có thể tận dụng ký ức. Không có giới hạn được biết mà con người có thể học hỏi được bao nhiêu.

+Mặt khác, ký ức mới đối lập với cái cũ. Có hai loại đối lập: Một phải làm với món tích trữ và nhớ lại; thứ hai phải làm với sự kiện mà những điều thu nhận mới mới có thể thực sự làm méo mó, xuyên tạc hay chuyển đổi những ký ức cũ.

Vậy thì ký ức, tưởng nhớ, tưởng tượng hay mac na thức là những hình ảnh được khôi phục lại, có cái trung thực, có cái sai lạc và ngay cả có cái tương tự lẫn lộn với hình ảnh đối tượng cũ, nhưng không phải đối tượng cũ. Đã là những hình ảnh cũ khôi phục lại tức là những ảo ảnh của đối tượng khiếm diện (kể như không có đối tượng).

Do đó Tưởng là ý tưởng so đo, tưởng tượng. chấp trước, lệch lạc và không có thực thể.

#### **( f ) Thức ( Knowledge, Unconsciousness)**

Alai da tức, Vô thức hay Tàng thức.

Thức là sự hiểu biết hay nhận thức. Sự hiểu biết là Quả, còn Nhân phát xuất từ Vô thức hay Tàng thức. Theo ý niệm của Freud về Trí vô thức rất đặc biệt khó mà giải thích trong những điều kiện đơn giản.

Đại khái, Vô thức gồm có tất cả ký ức, kinh nghiệm, hình ảnh, cảm tính và động lực mà chúng ta không thể tự ý đưa ra ý thức hay quan sát trực tiếp của chú ý. Chúng ta có thể định nghĩa bằng những thí dụ sau đây:

+Chúng ta nhắm đến trấn áp những kinh nghiệm không vui; nghĩa là chúng ta nhắm đến đặt những vật chướng ngại trên ánh đèn để nó không thể chiếu sáng một vài chỗ trên sân khấu mà chúng ta không thích nhìn. Những ký ức bị trấn áp lúc đó, bị nhốt lại trong phần vô thức của trí chúng ta.

+Chúng ta đã biết phản xạ và bản năng bẩm sinh tác động đến tư cách và tư tưởng chúng ta dù chúng ta ý thức hay không. Tim đập, phổi thở, hạch tuyến thượng thận bài tiết chất kích thích (hormones) dù ta biết hay không nó vẫn hoạt động. Chúng ta cũng không có ý thức của hoạt động của thần kinh về cảm thọ hay vận động ở trung tâm não bộ. Kế đó, diễn đạt bộ điệu, những cảm tính xúc động là một phần tiêu biểu của trí vô thức chúng ta.

+Chúng ta cũng đã biết tích trữ những thứ trong kho ký ức dài hạn tùy theo một vài loại mà thôi. Chúng ta không thể nhớ lại nhiều kinh nghiệm thời thơ ấu vì chúng ta không xếp đặt chúng trong cùng loại ký ức mà chúng ta dùng như là người lớn. Những ký ức ban đầu này là Vô thức bởi vì rất đơn giản là chúng ta không biết làm thế nào khôi phục chúng.

+ Kế đó, có những giấc mộng, và ánh sáng lóe lên trong tâm thức. Theo định nghĩa, chúng ta không ý thức trong chiêm bao, và giấc mộng thường khó đưa đến sự hiểu biết ý thức sau khi xảy ra. Freud nghĩ rằng giấc mộng hầu hết là thí dụ hoàn toàn của kinh nghiệm vô thức. Đối với vấn đề nội tâm, nó thường có tri giác một mô hình của vài loại. Nơi nào trí chúng ta đã có mô hình này tạo thành thì không có trong Vô thức sao?

Bây giờ đây, chúng ta đã tri giác một mô hình chính chúng ta. Cái mà Freud quy cho phần vô thức của trí chúng ta dường như bao gồm hai việc: Quá trình sắp xếp bởi phần dưới trung tâm não bộ, và quá trình sắp xếp bởi bán cầu não phải.

### **--Dục Tình :**

Trong lúc Freud hoạch định những vùng của Trí, ông cố xác định những phương pháp năng lực hóa, tập trung, di chuyển và ngay cả chặn lại ánh sáng lóe lên của ý thức.

Freud lựa chọn thân thể liên tục tạo ra năng lực tinh thần, cũng như máy phát điện liên tục sản xuất ra điện năng. Freud gọi năng lực tinh thần này là dục tình và ông tin rằng nó là lực thúc đẩy các khả năng của tất cả tư tưởng, tình cảm và tư cách của chúng ta. Sự xây dựng năng lực dục tình tạo nên trạng thái xu hướng đau khổ, nó ép buộc chúng ta trở thành hiểu biết một vài nhu cầu không được thỏa mãn. Lúc đó chúng ta nhắm tới tập trung vào những hoạt động sẽ cho chúng ta giải thoát năng lực đè nén đó và do đó mà giảm trừ được xu hướng. Như vậy năng lực dục tình tiêu thụ được kết hợp với niềm vui cảm giác, trong khi đó sự trấn áp năng lực dục tình hầu như luôn luôn dẫn đến áp lực đau khổ và lo âu.

### **--Bản Năng Sinh Tồn (Id) hay Bản Năng Xung Động:**

Theo Freud, đứa trẻ sanh ra với tập hợp những xu hướng sinh vật và bản năng cơ sở là nguồn gốc của năng lực dục tình. Tập hợp các xu hướng bản năng, Freud gọi là Bản năng sinh tồn hay bản năng xung động (id). Những xu hướng này được sắp xếp ở

trung tâm dưới não bộ, như hệ thống limbic và khối dưới chất xám. Như thế bản năng sinh tồn được chôn ở mức sâu nhất của trí vô thức, xa cách thực tại ý thức. Freud tả bản năng sinh tồn như là một nỗi lớn của sự kích động sôi nổi, nó không có cấu trúc nội tại hay tổ chức, nó hoạt động trong nhiều cách phi lý, và nó chỉ tìm niềm vui đến từ những năng lực đè nén bị tuôn ra.

#### **--Bản Ngã hay Cái Tôi (Ego):**

Theo R.M. Goldenson, bản ngã là một nhóm của những chức năng tinh thần hay quá trình cho phép chúng ta tri giác, lý luận, phán đoán, chứa đựng những ký ức và giải quyết nhiều vấn đề khác nhau. Bản năng sinh tồn hiện diện ngay lúc sanh ra. Bản ngã phát triển chậm khi chúng ta học hỏi để được tinh thông những xung động những xung động, làm chậm lại niềm vui trực tiếp của những nhu cầu và sống với những người khác.

Bản ngã là một phần của nhân cách trong sự giao tiếp với thế giới bên ngoài. Phần lớn, bản ngã hoạt động trong phạm vi ý thức hay tiềm thức (ký ức: preconscious), nhưng nó bao gồm cả một vài quá trình vô thức. Giống như bản năng sinh tồn, bản ngã là chủ thể đòi hỏi của nguyên tắc ý muốn. Nhưng khi chúng ta trưởng thành, tự ý thức ảnh hưởng nhiều bởi nguyên tắc thực tại là đòi hỏi thực tế của sự sống hàng ngày. Tuy nhiên, vào dịp đó, bản ngã xé ra bởi những lực đối nghịch của ý muốn và thực tại. Nó thường giải quyết mâu thuẫn này bằng cố gắng thỏa mãn ước muốn bản năng (bản năng sinh tồn) trong những cách xã hội chấp nhận.

#### **--Bản Năng Đạo Đức ( Superego ):**

Tuy nhiên, đối với nhân cách thì có nhiều hơn là bản năng sinh tồn, bản ngã, hơn nguyên tắc ý muốn và nguyên tắc thực tại. Bởi vì khi chúng ta lớn lên, những người xung quanh ta đòi hỏi chúng ta thực hiện luật lệ xã hội và những quy định. Muốn thế, chúng ta phải xây dựng một ý thức để giữ chúng ta khỏi vi phạm luật lệ và bản năng lý tưởng mà chúng ta cố gắng đạt tới. Một phần cấu trúc của nhân cách này gọi là Bản Năng Đạo Đức và nhìn nó như là Bản Ngã được được tách khỏi và bắt đầu hành động theo riêng nó.

Bản năng đạo đức phát triển chậm chạp và một cách vô thức trong năm đầu của đời sống, cũng như càng gia tăng bắt chước tư tưởng và hành động của những người khác--trước tiên là cha mẹ chúng ta. Trong thời thanh niên và gần trưởng thành, bản năng đạo đức của chúng ta hoàn thiện nhiều như chúng ta tiếp xúc với người lớn (khác hơn là cha mẹ) mà chúng ta hâm mộ họ và giá trị của họ chúng ta nhận vào một phần hay toàn thể. Phần lớn, tiến trình xã hội hóa này xảy ra ở mức độ vô thức, như bản năng đạo đức thu được, khả năng phê phán, và giám sát cả hai bản năng sinh tồn và bản ngã. Bản năng đạo đức, do đó là tiếng nói vô thức, nó giúp chúng ta phân biệt được giữa điều tốt xã hội với điều xấu mà chúng ta không hiểu biết được tại sao làm như thế.

Chúng ta thử xem qua tiến trình phát triển của tư tưởng đứng trên phương diện tâm lý.

Lý thuyết phân tâm học về sự phát triển tư tưởng tập trung vào sự thay đổi từ tiến trình sơ khởi của tư tưởng tới tiến trình thứ hai của tư tưởng. Tiến trình sơ khởi là ngôn ngữ của vô thức, trong đó thực tại và hình ảnh tưởng tượng đều vô phân biệt. Bộ mặt tiến trình sơ khởi của tư tưởng thường thấy trong những giấc mộng. Ở đây những biến

có có thể xảy ra cùng một thời gian trong nhiều chỗ, những đặc tính khác nhau của con người và sự vật có thể kết hợp, những biến cố di chuyển tới lui trong một thời gian rất nhanh, và cái trong sự tĩnh thức không thể xảy ra dễ dàng. Tiến trình thứ hai của tư tưởng là ngôn ngữ của ý thức, tư tưởng và thực tại khảo nghiệm. Song song với sự phát triển tư tưởng là phát triển bản ngã, và sau này là phát triển của bản năng đạo đức. Với sự phát triển bản ngã, cá thể trở nên khác biệt nhiều, như là Cái Tôi ( Self) từ nơi tạm trú của thế giới. Có sự giảm bớt thiên kiến chính mình, một sự gia tăng khả năng, gia tăng sử dụng ngôn ngữ, và có khả năng lớn hơn để tham gia sự kiện quan trọng và làm cản trở sự hài lòng. Sự phát triển của bản năng đạo đức lành mạnh được phản ánh trong một tập hợp thống nhất, mâu thuẫn, thông suốt của những giá trị, một khả năng chấp nhận ngọn gió của lòng tự trọng (chấp nhận bất chước mà không hủy bỏ khả năng tưởng tượng), và ý nghĩa của niềm kiêu hãnh trong ý định đã thực hiện được.

Về mặt duy thức, Bồ Tát Vô Trước (Asanga) đã xem Tầng Thức như là kho chứa tất cả những chủng tử hay nguyên nhân phát sinh của Thực Tại Kiến Lập. Thế giới duy thực phác tổ dựa trên một nguyên lý được thực hóa và xem đó là nguyên do cứu cánh của tất cả sự vượt được xem là thực hữu. Mặc dù Tầng thức được xem là nguyên nhân phát sinh của các hiện tượng giả lập, chúng ta không thể thực hóa nó thành nguyên nhân cứu cánh. Tầng thức chỉ là một nền tảng năng động tàng trữ các chủng tử nhận thức hay ấn tượng và đã lọc chúng trở lại trạng thái nhận thức hiện hành. Do đó mà trong hệ thống Duy thức của Bồ Tát Vô Trước, Tầng thức được gọi là kho chứa các chủng tử và thành thực, nghĩa là làm các chủng tử chín muồi (thành thực) thành kinh nghiệm tri giác. Tầng thức được định nghĩa như là nguyên nhân phát sinh của tất cả các hiện tượng giả lập bởi vì nó luôn luôn hiện diện như là nguyên nhân của các hiện tượng này. Tuy nhiên, Tầng thức là một tiến trình chứ không phải là một thực thể; Tầng thức chỉ là kho chứa các chủng tử nhận thức và ấn tượng này (chính chúng là quả của các hiện tượng tạp nhiễm)...(TC Triết 1, tr.47)

Tóm lại Ngũ Uẩn chỉ là thực tại kiến lập, là hiện tượng giả lập, là quả do các chủng tử sinh ra từ Vô thức, Tầng thức, Tánh không hay Bản chất tùy thuộc vào nhiều yếu tố. Do đó, Tự tính của Ngũ Uẩn vẫn là giả lập và tùy thuộc mà thôi.

## **B.- Các Loại Trí (theo Thời Không):**

**1-Trí Phân Tích.**- Qua không gian, nhìn từ trí phân tích, sự vật hay hiện tượng, hay thực tại kiến lập chỉ là quả của những chủng tử sinh ra, hoặc giả dùng thực nghiệm (thí nghiệm) bằng kỹ thuật khoa học, hoặc do suy luận mà phân tích các thành phần kết hợp thành sự vật hay hiện tượng. Như nước, phân tích thành ra Hydro và Oxy, cái bàn thì do cây, đinh, sơn... hợp thành.

Dùng Trí phân tích phải trải qua nhiều giai đoạn suy luận, qua phân tích, qua thí nghiệm, hoặc qua tưởng tượng mà nhận diện được sự vật là không có thực thể mà do các thành phần khác tạo ra nó. Kỳ thực, trên mặt lý thuyết ta thấy cái bàn, nước ngay trước mặt thì cái gì không thật là chúng nó? Ta chỉ tưởng tượng rằng cái bàn, nước chỉ là giả lập vì dựa trên sự phân tích thì đúng như thế. Phân tích sự vật là tiến trình trở về quá khứ của chủ khách. Thời gian bất khả đắc.

**2- Trí Phân Biệt.**- Cái nhìn từ Trí Phân Biệt qua Thời tính, ta thấy ngay và rõ ràng tính chất của sự vật.

**Thí dụ:** Ở T1 (thời gian) ta thấy ông A 1

Ở T2 ta thấy ông A 2 không phải là A 1 nữa.

Nếu ta nhìn ông A từ thời điểm T 1 đến T 2 thì ông A đã biến đổi theo thời điểm ( T 2 - T 1 ); ông A đã thêm ( T2-T1 ) tuổi rồi.

Vậy ông A 2 không thật là A 1, và A 3 không thật là ông A 2, cứ như thế tiệm tiến thành ra huyền hoá sự vật theo thời gian.

Dùng Trí Phân Biệt thì nhìn thấy sự vật chỉ là thực tại giả lập, huyền hóa hay tương hoa đốm theo thời gian mà thôi. Đó là lịch trình huyền hóa sự vật qua Trí Phân Biệt. Phân biệt dữ kiện ở tương lai là thấy tướng giả lập của nó mà thôi, cũng là quá trình tri nhận của chủ khách. Thời gian bất khả đắc.

**3.- Trí Vô Phân Biệt** -(Trí Vô Phân Biệt hay Vô Thời Không): Vượt qua chủ khách, Tánh Giác (Hư không) hay Tâm trực nhận thể không của sự vật. Tánh không của Tánh Giác thể nhập hay đồng nhứt với thể không của sự vật, mà không qua tiền ngũ căn.

Nhìn một vật trong không gian, thật ra nhìn ảnh của nó ở nhãn căn, tức là thấy hiện tượng giả lập, vì phân biệt được ý thức (biết) vật đó qua cảm quan (chủ tri). Cái biết của cảm quan thì còn sai lầm, vì nhận hình ảnh của sự vật cho là sự vật. Còn như dùng trực giác (không do cảm quan) mà thể nhận ngay tánh không hay thể không của sự vật chiếm cứ không gian -- thì tánh không của (Tâm) trực giác và tánh không của vật là đồng một thể, thì có gì phân biệt nữa. Lúc đó Tánh không (Hư không) là thiệt tánh giác vì thiệt tánh giác là Hư không.

Sở dĩ nói Thiệt Hư không là nói đến đồng thể của Tướng không của sự vật. Như thể không của chính Trực giác, Tánh giác hay Chơn tâm hay sự vật mới thật là Hư không.

Còn thể không của hình ảnh của sự vật trong võng mạc mà ta thấy là không thật là ảo ảnh. Cho nên Phật đã nói, Tánh Giác là Thiệt Hư không và Hư không là Thiệt Tánh giác là ý đó. Đó là Tánh Toàn Giác vì Tánh Giác có nhiều bậc như Tánh Giác từng phần... Tánh Giác toàn diện là Tự Tính Tuyệt Đối của Tâm, là Chơn Trí hay Chơn Tâm vậy.

### **III. BÁT NHÃ BA LA MẬT ĐA**

(Tên Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh do Ngài Huyền Trang dịch ra Hán văn từ chữ Phạn Ma- hà- Prajnàpàramitā-hrdaya- Sutra.)

**Nguyên văn:**

#### **Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh ( Ngài Huyền Trang)**

Quán Tự Tại Bồ Tát hành thâm Bát Nhã Ba La Mật Đa thời, chiếu kiến Ngũ Uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách.

Xá Lợi Tử! Sắc bất dị Không, Không bất dị Sắc; Sắc tức thị Không, Không tức thị Sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức diệc phục như thị.

Xá Lợi Tử! Thị chư pháp không tướng, bất sanh bất diệt, bất cấu bất tịnh, bất

tăng bất giảm. Thị cố không trung vô Sắc, vô Thọ, Tưởng, Hành, Thức; vô Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân, Ý; vô Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc, Pháp; vô Nhãn Giới, nãi chí vô Ý Thức Giới; vô Vô Minh diệt vô Vô Minh tận; nãi chí vô Lão Tử diệt vô Lão Tử tận; vô Khổ, Tập, Diệt, Đạo; vô Trí diệt vô Đắc.

Dĩ vô sở đắc cố, Bồ Đề Tát Đa y Bát Nhã Ba La Mật Đa cố, tâm vô quái ngại, vô quái ngại cố, vô hữu khủng bố, viễn ly điên đảo, mộng tưởng cứu cánh Niết Bàn. Tam thế chư Phật y Bát Nhã Ba La Mật Đa cố, đắc A Nậu Đa La Tam Miệu Tam Bồ Đề. Cố tri Bát Nhã Ba La Mật Đa, thị đại thần chú, thị đại minh chú, thị vô thượng chú, thị vô đẳng đẳng chú, năng trừ nhất thế khổ, chân thực bất hư. Cố thuyết Bát Nhã Ba La Mật Đa chú, tức thuyết chú viết:

Yết Đê, Yết Đê, Ba La Yết Đê, Ba La Tăng Yết Đê, Bồ Đề Tát Bà Ha.

#### IV. PHÂN TÍCH BÁT NHÃ TÂM KÍNH QUA LĂNG KÍNH THỜI KHÔNG

\*

\*

##### A.- Chủ Thể Quan Sát:

Quán Tự Tại hành thâm Bát Nhã Ba La Mật Đa thời, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thế khổ ách.

Chủ thể: Quán Tự Tại Bồ Tát là chỉ rõ mỗi người ai ai cũng có trí năng rộng lớn, tự do suy nghĩ không giới hạn. Phật và chúng sanh đồng Phật tánh, như sinh viên và thầy tiến sĩ cũng đều có trí như nhau, nhưng ông thầy là tiến sĩ còn sinh viên thì phải học hành mới có thể đỗ tiến sĩ. Chúng sanh phải tu tập rèn luyện trí tuệ mới có thể đạt được chánh giác như đức Phật vậy.

Quán Tự Tại Bồ Tát, chủ thể quan sát, hay hành giả, trong quá trình tư duy sâu sắc (Trí quan sát) mới thấy được ngũ uẩn đều không, nên vượt qua mọi khổ ách.

Hành thâm: tức qua một thời gian thực hành nghiên ngẫm với Trí rộng khắp nhiều phương diện, lúc ấy mới thấy được ngũ uẩn đều không. Không ở đây là hai giai tầng thực tại của Tánh Không. Tánh Không thứ nhất là Tướng Không của ngũ uẩn (dung thể Không của ngũ uẩn chiếm trong không gian) tức là Tự tính Tuyệt đối; còn Tánh Không thứ hai là không thật là nó nữa, là thực tại giả lập do lịch trình huyền hóa ngũ uẩn. Cho nên suy xét kỹ thì thấy rõ mọi khổ ách (là quá khứ)-- khi ở thể không tuyệt đối (hư không)-- không thể chạm vào hư không được dù hiện tại hay quá khứ. Còn ở thực tại giả lập, khổ ách quá khứ thì hiện tại không còn nữa. Sự đau khổ đã qua đi, chúng ta chỉ còn vương vấn trong ký ức và luôn lặp lại bằng ảo giác âm vang trong tâm thức mà thôi. Vậy khi hành thâm Trí Bát Nhã mới thấy thực tướng của ngũ uẩn là Tánh không, nên hiện tại không có khổ ách nào còn vì vậy đã vượt khỏi khổ ách rồi vậy.



## **B.- Đối Tượng Quan Sát:**

Xá Lợi Tử! Sắc bất dị Không, Không bất dị Sắc; Sắc tức thị Không, Không tức thị Sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức diệc phục như thị.

+Sắc không khác Không, Không không khác Sắc :

Sắc và dung thể Không của Sắc là Một, cho nên Sắc không khác Tướng Không của nó và Tướng Không của Sắc cũng không khác

Sắc. Vì Sắc chiếm cứ không gian và không gian dung chứa Sắc khẩn khít nhau như Một, cho nên dung thể Không của Sắc và Sắc là Một. Không này là Tự Tính Tuyệt Đối.

+Sắc biến thành Không, Không biến thành Sắc:

Thí dụ: Ta nhìn Sắc ở thời điểm T1 thì qua T2 (1 sát na), ta thấy Sắc ở T1 không còn thật là Sắc ở T2 nữa. Nhưng ở T2 ta vẫn thấy Sắc ở T2 là thật, dù ở T2 xem Sắc ở T1 không thật. Chẳng hạn, ông A ở T1, qua T2 thì lập tức ô. A thêm ( T2-T1) tuổi nên ô. A T2 không phải là ô. A T1. Tuy nhiên, dù ô. A ở T1 không thật là ô. A ở T2, nhưng ở T2 ta vẫn thấy ô. A ở T2 là thật. Đó là lịch trình huyễn hóa của Sắc qua Trí Phân Biệt; hay Sắc và Không có Tự Tính Tùy Thuộc (theo Thời gian). Rồi đến Thọ, tưởng, Hành, Thức đều giống như vậy.

Theo triết lý Duy Thức, chiếu kiến ngũ uẩn giai không, là tiến trình tri thức đúng thực tướng của ngũ uẩn hay vạn pháp. Tri thức đúng chủ tri sai lầm vì chủ thể nhận thức bóng dáng của ngũ uẩn cho là ngũ uẩn thật. Tri thức đúng chủ tri sai lầm đó là tự giác. Ngũ uẩn mà chủ thể nhận thức sai lầm đó chỉ là ngũ uẩn giả lập. Tri thức đúng tự tính giả lập của ngũ uẩn là giải thoát khỏi nhân duyên chằng chịt, luân hồi, sanh diệt của ngũ uẩn, đối tượng, hay tha nhân nói chung, tức là giác tha. Vậy tri thức đúng thực tướng của vạn pháp là con đường giải thoát mọi ràng buộc, sai lầm, nhân duyên, luân hồi, khổ đau để đến bờ giác ngộ Niết Bàn tịch tịnh. Đó cũng là con đường tự giác và giác tha.

## **C.- Đặc Tính Các Pháp.-**

Xá Lợi Tử! Thị chư pháp không tướng, bất sanh bất diệt, bất cấu bất tịnh, bất tăng bất giảm. Thị cố không trung vô Sắc, vô Thọ, Tưởng, Hành, Thức; vô Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân, Ý; vô Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc, Pháp; vô Nhãn Giới, nãi chí vô Thức Giới; Vô minh diệc Vô minh tận; nãi chí vô Lão Tử diệc vô Lão Tử tận; vô Khổ, Tập, Diệt, Đạo; vô Trí diệc vô Đắc.

### **a).-Tự tính tuyệt đối.**

Các pháp không tướng là tánh không của các pháp có đặc tính như sau : Bất sanh bất diệt, là bản tánh cố định vì các pháp thuộc vào tự thân nó, không có tự tính giả lập hay tùy thuộc áp đặt lên nó, nên nó chính là nó, không gì ngoài nó. Dung thể không của vạn pháp và vạn pháp là một. Tánh Không của vạn pháp tức nhiên không sanh không diệt; Tướng Không (dung thể Không luôn khẩn khít với vạn pháp nên không thay đổi)

thì không tăng không giảm. Chất thể Không (Hư không) thì không tốt không xấu, không thiện không ác, và không sạch không nhơ.

### **b.-Tự tính giả lập.**

Tự tính giả lập là tự tính của thực tại kiến lập tự nhiên. Khi sự vật nhìn thấy qua nhãn căn thì chỉ nhìn thấy hình ảnh của sự vật ở võng mạc của nhãn căn mà thôi. Hình ảnh này được lăng kính hội tụ ở nhãn căn từ sự vật bên ngoài không gian. Hình ảnh ấy tăng hay giảm tùy theo khoảng cách không gian gần hay xa đối với chủ thể. Cơ quan cảm giác của mỗi người đều khác nhau, cho nên cái thấy đó cũng có chỗ khác nhau. Vì là hình ảnh của sự vật nên nó không thật. tự tánh giả lập cũng là tánh không. Tánh không ở đây có hai nghĩa :

(1). Hình ảnh là thể không (không nắm bắt được, là hư không), khi hình ảnh thay đổi thì thể không có sanh có diệt.

(2). Hình ảnh đó không thật là của sự vật, vì do giác quan con người nhận thấy.

Tự tính giả lập còn gọi là Báo Thân, vì tự tánh này hay thay đổi theo thời không, nên nó có sanh có diệt, có tăng có giảm.

### **c.-Tự Tính Tùy Thuộc.**

Thực tại được hình thành do nhân duyên của thọ tướng hành thức nên có tự tính tùy thuộc. Hình ảnh của sự vật này ở trong tâm thức mà tâm (Ý) trực nhận, cũng thay đổi luôn theo nhân duyên. Thực tại được nhận thức theo quan niệm, làm cho ta thấy chất thể của hình ảnh sự vật có màu sắc, tốt xấu, thiện ác, sạch nhơ v.v...Tự tính của sự vật này cũng là hình ảnh của sự vật trong tâm thức tùy thuộc nhân duyên (lục dục, thất tình), nên chất thể thay đổi theo môi trường sạch nhơ và sanh diệt theo thời gian. Tự tánh tùy thuộc còn gọi là Hóa Thân.

Tóm lại, trong không gian (Hư không) có hai thể giới:

+ Thế giới gác ngộ, thì mọi sự vật đều có sáu đặc tướng không: không sanh không diệt, không tăng không giảm, không sạch không nhơ. Ở tự tính tuyệt đối, Tánh Không của sự vật : không sanh không diệt; Tướng Không sự vật: không tăng không giảm; Chất Không sự vật : không sạch không nhơ.

+Thế giới mê vọng thì có sanh có diệt, có tăng có giảm, có sạch có nhơ. Ở tự tính giả lập, tánh và thể của hình ảnh sự vật có sanh có diệt, có tăng có giảm theo thời không. Ở tự tính tùy thuộc, tánh và chất của hình ảnh sự vật có sanh có diệt, có sạch có nhơ tùy thuộc môi trường nhân duyên và thời gian.

### **d.-Tính Vô ngã.**

Do đó, trong Không hay tánh Không của ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức là tự tính Không của nó mà thôi, nên ngũ uẩn không có thực thể. Thường thì Thân ngũ uẩn được con người tri nhận sai lầm là Cái Ngã của mình, kỳ thực, thực tướng của ngũ uẩn là tánh không, nên ngũ uẩn vô ngã.

### **e.- Không gian tính :**

+Nhân.

Tánh không của Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân, Ý của thân xác là thể không của cảm quan. Lục căn là căn để chủ yếu tiếp xúc đối tượng trong không gian, là nguồn gốc, là

những chủng tử, khi có điều kiện, sinh ra các cảm giác. Tánh không của lục căn tùy thuộc vào duyên mới phát sinh cảm giác, nên chúng chỉ là tự tính giả lập.

+Duyên.

Tánh không của Sắc, Thinh, Hương, Vị, Xúc, Pháp. Lục trần cũng không có thực thể; thật sự chúng là thực tại giả lập và chúng là những yếu tố (duyên) tạo ra cảm giác và ý thức khi kết hợp với lục căn. Lục trần tùy thuộc vào lục căn mới phát sinh ra cảm giác. Lục trần được xem là duyên, nên chúng có tự tính tùy thuộc.

+ Quả.

Tánh không của Nhân giới cho tới Thức giới. Lục Thức chỉ là Ý thức do Nhân Lục căn, Duyên Lục trần kết hợp thành Quả là Lục thức. Nhân đã không có thực thể, Duyên cũng không có thực thể, thì Quả làm gì có thực thể. Do đó Lục thức là hiện tượng vô thường của tánh không, của tự tính tùy thuộc. Lục thức là sự hiểu biết đối tượng Lục trần qua Lục căn của chủ thể, nên lục thức được tri nhận sai lầm là Tâm. Theo đặc Tướng Không của vạn pháp, thì Tâm hay Pháp tức chủ thể hay đối tượng đều không có thực thể. Tâm vô thường, Pháp vô Ngã.

#### **f.- Thời Gian Tính.**

Tánh Không của thập nhị nhân duyên. Không có Vô Minh, không tận Vô Minh, cho đến không có Lão và Tử, cho đến không có tận diệt Lão và Tử. Đặc Tướng Không của Vô Minh là tánh không, nên Vô Minh tự nó rỗng không vì nó là Tri kiến mà Tri Kiến là một thực tại giả lập hay tùy thuộc vào nhân duyên áp đặt lên nó. Có Vô Minh (Sanh) thì Không có Vô Minh (Diệt) là giai đoạn 1. Không có Vô Minh (Diệt), thì Không không có Vô Minh (Sanh), là giai đoạn 2 và cứ như thế theo thời gian sanh, diệt, sanh v.v...; Có Lão và Tử (Sanh), không có Lão và Tử (Diệt), là giai đoạn 1. Không có Lão và Tử (Diệt), Không không có Lão và Tử (Sanh), giai đoạn 2, và cứ như thế chạy dài theo thời gian vô tận. Đó là Biện Chứng Nụ Hoa Quả của Hegel. Nụ tàn thì Hoa trở, Hoa rụi thì Quả sanh. Đó là nhị bội phủ định. Hai lần phủ là một quyết. Đói thì ăn. Không đói thì không ăn. Không phải không đói mà không ăn.

Nói tóm lại, Tánh Không của Thập Nhị Nhân Duyên là Tính Không duyên khởi là lịch trình (thời gian) huyễn hóa sự vật mà thôi.

#### **g.- Giải Kiến:** Tánh Không của Tứ Diệu Đế.

Tánh không của Khổ, Tập, Diệt, Đạo được giải kiến bằng Thọ, Tưởng, Hành, Thức.

Cảm thọ Khổ là quả, do Tập là Tưởng, là ký ức là nhân. Hành là Diệt là qua, nên Thức là Đạo là nhan. Con đường tri thức đúng của Khổ, Tập, Diệt, Đạo là Thực Tướng Không của Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Tánh không của Tứ Diệu Đế cũng được giải kiến theo hai hướng của thực tại. Thực tại tương đối là tính không của Khổ Tập Diệt Đạo với Tự tính giả lập hay tùy thuộc. Còn Thực tại tuyệt đối là tánh không của Thọ Tưởng Hành Thức với Tự tính tuyệt đối.

#### **h.- Giải Kiến:** Tánh Không của Trí và Đắc.

Chân Trí hay Chân Đắc là thực tướng của Tri và Hành. Tri thức đúng (tự tính tuyệt đối) là Chứng, là giác ngộ, mà giác ngộ mới thực hành đúng là Đắc. Chứng (Tri) và Đắc (Hành) tự nó đầy đủ, là chân lý tối hậu, không có gì áp đặt lên nó như dùng ngôn từ hay công ước. Như vậy Không Trí Không Đắc được giải kiến bằng Tướng Không (tuyệt đối)

của Trí và Đắc. Vì Trí và Đắc là thực tại giả lập, nên tri thức đúng thực thể của chúng tức là nắm bắt tự tính tuyệt đối của chúng.

## **D.-Quả Đạt Được**

Dĩ vô sở đắc cố, Bồ Đề Tát Đỏa y Bát Nhã Ba La Mật Đa cố, Tâm vô quái ngại, vô quái ngại cố, vô hữu khủng bố, viễn ly điên đảo, mộng tưởng, cứu cánh Niết Bàn. Tam thế chư Phật y Bát Nhã Ba La Mật Đa cố, đắc A Nậu Đa La Tam Miệu Tam Bồ Đề. Cố tri Bát Nhã Ba La Mật Đa, thị Đại thần chú, thị Đại minh chú, thị vô thượng chú, thị vô đẳng đẳng chú, năng trừ nhất thiết khổ, chân thực bất hư. Cố thuyết Bát Nhã Ba La Mật Đa chú, tức thuyết chú viết :

Yết Đế, Yết Đế, Ba La Yết Đế, Ba La Tăng Yết Đế, Bồ Đề Tát Bà Ha.

**(1).- Quả:** Khi hành Trí Bát Nhã Cứu Cánh thì đạt được hai quả sau đây :

a). Thoát khỏi khổ ách. (Thời gian huyền hóa sự vật) Như ngay khi chiếu kiến ngũ uẩn giai không của Bồ Tát Quán Tự Tại thì quả là thoát mọi khổ ách.

Ngũ uẩn là thực tại kiến lập, là tánh không. Cho nên, Thọ (Sợ hãi), Hành (điên đảo), Tưởng (mộng tưởng) là tánh không hay là cái không thật có đó, nên không có gì chướng ngại, liền vượt qua mọi sợ hãi, điên đảo, mộng tưởng. Tri thức đúng tự tính giả lập là giải thoát mọi khổ ách, vì khổ ách không thật có. Sắc tức thị không, và không tức thị sắc

### **b).-Giác ngộ Niết Bàn. (vô thời không)**

Chiếu kiến ngũ uẩn giai không trên bình diện tuyệt đối, tức ngũ uẩn và không không khác, tánh không của ngũ uẩn là thể không của ngũ uẩn, là tự tính tuyệt đối. Cho nên, thực hành Trí Bát Nhã Cứu Cánh là Tri thức đúng thực tướng (thể không tuyệt đối) của vạn pháp, tức là con đường giải thoát đến bờ giác ngộ Niết bàn, đến cứu cánh.

### **c).- Chứng Minh:**

Các đức Phật ba đời, cũng hành trì theo pháp Bát Nhã Cứu Cánh đều chứng quả Vô Thượng Giác.

Phật ba đời là Phật Tánh hay Tánh Không của Tự Tính Tuyệt Đối. Vì ba đời, là quá khứ đã qua không thật; vị lai chưa đến cũng không thật; hiện tại không nắm bắt được: ba thời đều bất khả đắc. Đó là Pháp Đẳng Không. Trong Kim Cang Tam Muội, phẩm 23, Phật dạy :

--Đúng như lời Tu Bồ Đề nói: Đại Thừa đồng đẳng với hư không.

Như hư không không có phương hướng, chẳng phải dài vấn vương tròn, chẳng phải vàng đỏ trắng đen. Đại thừa cũng như vậy.

Như hư không chẳng phải quá khứ vị lai hiện tại, chẳng cấu chẳng tịnh, chẳng tăng chẳng giảm, chẳng sanh chẳng diệt, không dùng thay đổi, chẳng phải thiện hay bất thiện, ký hay vô ký, chẳng thấy nghe hay biết v.v... Đại thừa cũng lại như vậy. Thế nên Đại Thừa đồng đẳng với hư không.

--Tu Bồ Đề! Đúng như lời ông nói, hư không dung thọ vô lượng vô biên vô số

chúng sanh. Đại Thừa cũng lại như vậy. Vì chúng sanh vô sở hữu. Do vì chúng sanh vô sở hữu, hư không vô sở hữu, đại thừa vô sở hữu nên đều bất khả đắc.

Vì đến tất cả pháp đều bất khả đắc, nên đại thừa dung chứa và thọ nhận tất cả ( vô lượng vô biên vô số chúng sanh ).

Vì tất cả các pháp bất khả đắc, nên trong quá khứ hiện tại vị lai, Thanh Văn, Bích Chi Phật, Bồ Tát và Phật đều bất khả đắc. Thế nên trong ba đời đều bình đẳng, vì tất cả đều bất khả đắc.

--Tu Bồ Đề! Đại Bồ Tát an trụ Bát Nhã Ba La Mật học tướng ba đời bình đẳng, sẽ được nhưt thiết chủng trí.

--Bạch Thế Tôn! Lành thay! Lành thay! Đối với Đại Bồ Tát đại thừa an trụ Bát Nhã Ba La Mật :

Quá khứ chư Đại Bồ Tát học nơi đây được Nhưt Thiết Chủng Trí.

Vị lai chư Đại Bồ Tát học nơi đây sẽ được Nhưt Thiết Chủng Trí.

Hiện tại chư Đại Bồ Tát trong vô lượng vô số quốc độ 10 phương cũng học được nơi đây mà học được Nhưt Thiết Chủng Trí.

--Bạch Thế Tôn! Nhưt Thiết Chủng Trí chính là Đại Bồ Tát Đại Thừa vậy.

--Tu Bồ Đề! Đúng như vậy. (tr. 70-71)

Do đó trong ba đời chư Phật (dùng Phật tánh hay Tánh không), hành trì theo phép Bát Nhã Cứu Cánh đều chứng quả Vô Thượng giác (Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác) hay Vô Thượng Bồ Đề tức là Nhưt Thiết Chủng Trí là Trí giác tuyệt đối.

## **(2)- Tán Tụng**

Thế nên biết rằng Bát Nhã Ba La Mật, chính là thần chú vĩ đại nhưt, thần chú chiếu minh, thần chú vô thượng, thần chú đẳng không hay tuyệt đỉnh, chính là chân lý bất vọng, có năng lực siêu phàm tiêu trừ tất cả khổ nạn.

Đó là lời tán tụng thành quả của hành trì Trí Bát Nhã Cứu Cánh. Thần chú là kỹ thuật, phương pháp đi vào thực tính của vạn pháp. Đó là pháp đại thần diệu vì nó vĩ đại, tuyệt đối tác năng vô tận. Đại minh chú là pháp Đại chiếu minh, giải trừ sự tối tăm (vô minh), dứt mọi phiền não kiến chấp. Vô Thượng chú là pháp vô thượng Bồ Đề là chỗ giác ngộ của Phật, không còn ai hơn nữa gọi là Vô Thượng; xa lìa tà vọng gọi là chánh, ngộ được chân lý gọi là Giác. Phật tâm Vô Thượng Giác là phát tâm mong cầu trí giác vô thượng, quả Phật cứu cánh. Vô Đẳng Đẳng chú tức là pháp đẳng không, học tướng ba đời bình đẳng (Phật ba đời) sẽ được Nhưt Thiết Chủng trí. Hay Tâm Vô Đẳng Đẳng cũng là Tâm Vô Thượng Bồ Đề trên Tâm Thanh Văn, Bích Chi Phật và tất cả mọi thứ tâm. Cho nên Trí Bát Nhã Cứu Cánh là phương pháp diệt trừ khổ ách, bởi vì phương pháp trí cứu cánh cũng là phương pháp tri nhận đúng chân lý, không hư dối, tức là tri nhận tự tính tuyệt đối. Trí Bát Nhã Cứu Cánh là Tri Thức Đúng, tức là tiến trình nhận thức đúng thực thể, nên giải thoát mọi sự hiểu biết sai lầm ràng buộc bởi nhân duyên chằng chịt, khổ đau, luân hồi mà đến bờ giác ngộ Niết bàn. Đó là kỹ thuật hay phương pháp thiết thực như hành trì các pháp (thần chú) như pháp tuyệt đối vĩ đại, pháp chiếu minh, pháp vô thượng, pháp đẳng không, chắc chắn sẽ giác ngộ Niết bàn như hành trì Trí Bát Nhã Cứu Cánh vậy.

## E.- KẾT LUẬN.

Phật liền đọc (nói): Yết Đế, Yết Đế, Ba La Yết Đế, Ba La Tăng Yết Đế, Bồ Đề Tát Bà Ha, là chấm dứt ngay mọi vọng tưởng, đạt cứu cánh niết bàn.

Thật ra nói đến thần chú--dù có nghĩa là kỹ thuật hay phương pháp--thần chú là mật ngữ không cần biết tới nghĩa của nó.

Khi hành giả đọc thần chú, hành giả (chủ thể) nghe (biết) tiếng thần chú (đối tượng). Nghe là năng tri, thần chú là sở tri. Còn chủ tri và khách thể là còn nhị nguyên, đối đãi, nhân duyên chằng chịt. Như đã trình bày ở phần trước theo quan điểm duy thức, là Tri Thức đúng cái tri thức sai lầm đó (chủ thể cảm giác và đối tượng giả lập) là quá trình giải thoát mọi vọng tưởng điên đảo, đạt được cứu cánh niết bàn.

Vậy khi hành giả đọc câu thần chú xong thì năng sở song vong có nghĩa là khi đọc thần chú tức là chủ thể đọc (nghe), thần chú (đối tượng), hành giả ngay đó Biết được mình đang nghe âm thanh đọc. Bởi vì Biết được là trực giác (do tâm, chứ không do cảm quan của chủ thể tri thức) được âm thanh đó. Năng tri (đọc: phát ra âm thanh của chữ) là nghe âm thanh của thần chú là do căn tai. Câu thần chú là tiếng được nghe (sở tri), nó là thực tại giả lập. Cho nên dùng trực giác (tâm) nhận thức ngay thể không của chủ tri và sở tri, tức là biến nhị nguyên (chủ khách) thành nhất nguyên (chủ khách đều không). Đó là tri thức đúng thực tướng của tâm và vật.

Nói rõ hơn là khi hành giả đọc câu chú, ngay đó nhận Biết đang nghe âm thanh đọc mà thôi. Vì lẽ, khi đọc dùng tánh nghe của căn tai (cảm giác) chuyển cho trực giác từ tánh nghe đó mà thể nhận nơi thể không của của tiếng đọc thần chú được nghe thành âm thanh. Do đó nghe đọc thần chú, nhận Biết ngay đang nghe âm thanh đọc mà thôi.

Dù thần chú có nghĩa là--Vượt qua, vượt qua, đến bờ bên kia một cách nhanh chóng--nhưng hành giả chỉ cần thể nhận nơi thực tướng (âm thanh đọc) mà không cần biết ý nghĩa của thần chú là ngôn ngữ giả lập.

Vậy khi đọc câu thần chú xong, ngay đó nhận biết tánh nghe mà thôi, đó là đạt được Giác Ngộ viên mãn.

Nên nhớ rằng, Giác Ngộ này chỉ trong khoảnh khắc Tĩnh Giác, là Trực Tâm, nên phải tiếp tục để được Thâm Tâm chí đến Bồ Đề Tâm mới gọi là Giác Ngộ Niết Bàn.

## 6. Minh Sát Tuệ

\* \*

\*

### I. Thấp Sáng Hiện Hữu.

Minh sát tuệ là lối dụng tâm tĩnh giác hay pháp thể nhập chánh trí trong tứ oai nghi, là lối thanh lọc dòng tâm thức được trong sáng, loại bỏ những tri kiến vốn mang nhiều hệ

lụy đến sanh tử luân hồi. Đã giải thoát tri kiến tức là tháo gỡ gánh nặng của thực tại giả lập hay sự vật quá khứ, thì tâm hiện tại trong sáng. Cuộc sống không quá khứ, không tương lai đó là đầu đề khá phức tạp đến những lý luận sao cho hợp lý. Không quá khứ làm sao có hiện tại, không toan tính tương lai làm sao ổn định được cuộc sống? Quá khứ đầy đau khổ ta giải thoát nó đi. Huân tập hiện tại là nhân tương lai. Nhưng hướng đi và chủ đích của hành giả -- khi nhận thức được sự đau khổ -- là thực hiện con đường đi đến hạnh phúc vĩnh cửu tức là con đường tri thức đúng thực tướng của sự vật -- tất không màng suy nghĩ thêm nữa, không toan tính thêm nữa cái đã qua, cũng như cái sẽ tới, thì cái gì ảnh hưởng đến tâm đạo của mình? Thấp sáng hiện hữu là hành trình thực hiện lối sống đơn giản xảy ra hàng ngày, tâm tâm vật vật không tạo ra dây oan trái nghiệp thức chằng chịt. Tôi thấy đói thì ăn, mệt thì ngủ, ngoài ra không cần suy nghĩ gì nữa. Tâm không vương tình không động. Đó là tâm trạng ung dung tự tại. Thấy bằng trí đơn nhất, đừng sanh tình. Tôi thấy cô gái, biết thấy cô gái. Thôi đủ rồi. tánh thấy của Phật và chúng sanh đều đồng. Phật cũng thấy, thánh nhân cũng thấy nhưng không sanh lòng. Còn phàm phu chúng ta thấy cô gái thì động lòng trắc ẩn sắc dục, cái thích thú tham cầu từ muôn kiếp nên cảm xúc tương tự, tìm gặp, thỏa mãn ước muốn chiếm hữu cho được cô gái dù trong vọng tưởng. Cái thấy ấy vương vấn tình cảm sẽ mê loạn thân tâm. Giải thoát tri kiến, định thức tâm lý là dẹp bỏ mối oan trái, bậc tu hành đem trí tuệ thấp sáng hiện hữu. Thấy cô gái thôi rồi, tôi biết tôi thấy, rồi tôi đọc sách, tôi biết tôi đọc sách. Cái biết đơn thuần ấy trong hiện hữu của mỗi hoạt động là ta sống trong tĩnh thức. Hiện hữu ta ghi nhận bằng một tâm hồn thanh thản, không dấy động. Cái hiện sinh, hiện hữu ấy là đưa ta đến một tâm thức nhẹ nhàng, hồn nhiên như trẻ thơ, cải lão hoàn đồng. Biến những mặc cảm tội lỗi, kiếp sống từng trải lão luyện, tri thức hỗn tạp của kiếp người qua thời gian năm tháng khổ ải, cải thành những tâm hồn tươi trẻ, tâm hồn trong trắng không còn vương thêm một mồi bụi trần, không chút lo âu, không toan tính điều lợi hại, chỉ sống bằng hiện thực. Cái thực tại của mỗi bản thể luôn luôn nằm trong trạng thái hiện tại hay khoảnh khắc hiện tại. Muốn tri giác cái hiện tại, ta phải chụp lấy cái hiện tại đang sống. Như thế có nghĩa là ta phải làm cho Tâm ta luôn luôn chăm chú vào hiện tại, hoặc nữa làm cho ta luôn luôn sống trong hiện tại.

## II. Nguyên Tắc Minh Sát Tuệ: Pháp Chánh Trí.

Nếu nhận thức đúng lục căn lục trần và lục thức như chơn như thật thì làm gì có nghiệp quả khổ não. Nên thấy và biết như chơn lục căn, thấy và biết như chơn lục trần, thấy và biết như chơn lục thức, hay thấy và biết tất cả các pháp nào đều là nhận thức theo thượng trí, thì màn vô minh không còn bao phủ tâm trí, nên không có dây nhân duyên nào trói buộc. Vì khi ta thấy và biết chơn thật là ta nhận thức ngay thực thể sự vật, không thêm không bớt; vật là vật, ngoài vật không thêm thuộc từ nào cả. Vì không có thời gian, dòng tâm thức không lăn trôi, nên sự vật không có duyên khởi hay biến thể nào, thì làm gì có xúc thọ ái thủ hữu. Đó là được tâm minh và giải thoát khỏi dòng bọc lưu sanh tử.

Vậy minh sát tuệ là pháp thấp sáng hiện hữu hay tĩnh giác trong tứ oai nghi. Thấy biết như chơn ngũ căn, ngũ trần và ngũ thức. Quán biết hay niệm biết như chơn ý, chơn các pháp và ý thức. Vậy muốn đạt chánh tri, cần phải thấy biết, quán biết, niệm biết

như chơn lục căn lục trần lục thức. Như thấy biết, nghe biết, ngửi biết, nếm biết, chạm biết, nghĩ biết, v.v... bao gồm hoạt động của trí năng tinh năng và hoạt năng đều tuệ tri.

### III. Đặc Tánh của Minh Sát Tuệ.

Thông thường tâm không trụ vào một nơi mà tách rời thân, chu du đó đây đến tận những nơi xa xôi, lắm khi cũng đi vào vị lai hay trở lại quá khứ theo dòng tư tưởng và trong giấc mơ. Tâm phóng như vậy vì thiếu niệm và thiếu giác tỉnh và do đó trở thành chỗ nương tựa của ba căn bất thiện là Tham Sân Si. Để diệt trừ ba ô nhiễm đó, trên thực tế ta dùng đến trí tuệ rất ít. Thông suốt toàn thể pháp học vẫn chưa phải là đường đưa đến Niết Bàn kể cả phép suy luận. Đường đến Niết Bàn chỉ có thể thành đạt được bằng pháp hành. Pháp hành là gì? Theo Minh Sát Tuệ, lối thiền của Phật Giáo Nguyên Thủy cũng là lối Thấp Sáng Hiện Hữu hữu hiệu nhất. Là thực hành tâm niệm và giác tỉnh. Chỉ bằng cách không để tâm phóng dật vào quá khứ hay tương lai mà phải chăm chú vào hiện tại, ta có thể vượt ra ngoài mọi ưa thích hay ghét bỏ và si mê. Nói cách khác ta phải luôn luôn giác tỉnh và không mơ mộng. Trước tiên ta phải có ít pháp học vừa đủ để biết cử động nào của thân hay tri giác nào có thể là nguồn phát sinh ra ưa ghét tham hay sân và ghi nhận tất cả luôn luôn giác tỉnh. Pháp thực hành của Thiền Minh Sát Tuệ là tập cho tâm an trụ và giác tỉnh. Bồ lỡ không ghi nhận là Không Biết là Si và kết quả sẽ là để cho tâm bối rối quán quít trong sự ưa thích và ghét bỏ tức là Tham và Sân, nguyên nhân của mọi đau khổ, sầu muộn, thất vọng và bất toại nguyện mà chúng ta đã chịu. Giá Trị Sinh Lý của Minh Sát: trong thực tế, pháp hành này là là một lối luyện tập liên quan đến hơi thở và tâm, cùng một lúc. Thí dụ, trong khi hành, chú tâm vào sự phồng lên xẹp xuống của cái bụng và ghi nhận các tri giác. Trước tiên, hơi thở của hành giả bị xáo trộn và nhiều hiện tượng tinh thần cũng như vật chất sẽ phát sanh đến tâm và thân của hành giả; kể đó hơi thở dần dần đều đặn trở lại. Trong khi thực hành như vậy, máu lên não rất ít hơn, do đó thân cần dùng khí oxy ít hơn. Hơi thở ngắn hơn. Trong khi nằm và ngồi, hành giả cũng thở bằng bụng. Pháp hành này làm cho thân cần dùng không khí rất ít và như vậy thân sẽ được nghỉ ngơi phần nào. khi oxy lên não ít hơn sẽ loại trừ những hình ảnh trong tâm và như thế tâm cũng được nghỉ ngơi. Vậy cả thân lẫn tâm được yên nghỉ trong pháp hành Minh Sát và sự yên nghỉ này tốt hơn một giấc ngủ ngon, vì trong giấc ngủ bộ não vẫn làm việc tích cực như khi nằm mộng. Khi hành giả đạt đến mức cùng tột, chỉ có ít oxy vào não. Đó là điều kiện sinh lý để hành giả vào trạng thái nhập định có thể trọn 24 giờ. Chỉ có những vị A- Na- Hàm -- A La Hán mới có thể nhập định đến bảy ngày trọn, không cần phải ăn uống gì. Và điều này chỉ thực hiện được vì hành giả không cho những hình ảnh tâm linh hay tư tưởng phát sanh trong tâm. Nói cách khác, vì hành giả có thể dập tắt tất cả ô nhiễm. Không có ô nhiễm, không có hình ảnh (thức) tâm linh, Tâm trở thành rõ ràng và trong sạch, quang minh và thanh tịnh, và chỉ cần rất ít không khí trong hơi thở cũng đủ. Do đó không có gì đáng ngạc nhiên khi các nhà yogi có thể đóng kín, như trong một quan tài chôn dưới đất trong một thời gian, điều mà ta nghe kể hoặc qua báo chí. Cũng do đó, trong khi thực hành qua pháp này, nếu có tâm ô nhiễm phát sinh, hành giả sẽ thở vô nhiều hơi hơn để lấy oxy nuôi dưỡng những tế bào của não bộ đang tích cực hoạt động. Pháp hành Minh Sát tiêu trừ sự mệt mỏi của tâm linh và thể xác, chấm dứt sự lo âu, thắc mắc sầu muộn và thất vọng, và có thể trị nhiều chứng bệnh tinh thần. Cứu cánh của phương pháp là đạt đến quả A La Hán.



## IV. Pháp Hành Minh Sát Tuệ.

Như đã trình bày trên, pháp hành minh sát tuệ là pháp thể nhập chơn trí hay pháp chánh trí.

### 1) Lúc ngồi thiền.

Thì quan sát hoạt động của thân nhiều hơn. (Thân gồm Thọ)

- Quán biết hơi thở:

Khi thở vô, đồng thời ý thức được hơi thở vô, tuệ tri tôi thở vô. **Tuệ tri hay biết. Biết này sáng suốt vô thời gian, biết trong sát na hiện tiền (Chơn trí).** Còn ý thức là nhận thức bình thường của các căn thuộc tâm thức. Hơi thở dài ngắn đều tuệ tri như vậy. Khi cảm thọ khó chịu hay thoải mái đều tuệ tri như vậy. Có sự thay đổi gì cũng đều tuệ tri như vậy.

- Quán bụng.

Khi bụng phồng lên, đồng thời ý thức được bụng phồng lên, biết bụng tôi phồng lên. Khi bụng xẹp xuống, đồng thời ý thức được bụng xẹp xuống, biết bụng tôi xẹp xuống. Các cảm thọ dễ chịu hay khó chịu hay thay đổi đều tuệ tri như vậy.

- Thân.

Khi ngứa, ý thức sự ngứa, biết tôi ngứa. Khi gãi ngứa, ý thức đưa tay gãi ngứa, biết tôi gãi ngứa v.v. Khi ngồi không thoải mái, biết tôi ngồi không thoải mái hay dễ chịu. v.v.

-Tiếng động hay trần cảnh.

Nghe âm thanh nào, tuệ tri tôi nghe âm thanh đó hay có sự gì xảy ra, thấy biết trần cảnh đó. v.v.

Quan Sát Nội Tâm. (Tâm và Pháp)

Khi nhớ lại sự việc gì, tuệ tri tôi nhớ lại sự việc đó. Khi suy nghĩ điều gì, tuệ tri tôi suy nghĩ điều đó.

Nhớ, suy nghĩ do tâm. Việc nhớ, điều suy nghĩ là các pháp.

Do sự tuệ tri cái hiện hữu trong sát na hiện tiền trong các phạm vi thân thọ tâm và pháp làm cho sự quan sát được toàn diện và trí tuệ trở nên sáng tỏ và giải thoát mọi vọng tâm.

### 2. Trong Tứ Oai Nghi.

Trong đi đứng nằm ngồi hành giả lúc nào cũng tỉnh giác, có nghĩa là phải tu tập chánh trí trong hiện tại. Thấy biết, quán biết, niệm biết như chơn lục căn lục trần lục thức là nguyên tắc căn bản. Như bài tham khảo chi tiết dưới đây.

THỰC TẬP THIỀN MINH SÁT (HT. Mahasi Sayadaw)

#### Lời Mở Đầu

Di nhiên chẳng ai muốn đau khổ và mọi người đều cố gắng tìm kiếm hạnh phúc. Khắp nơi trên

thể giới nhân loại đang tìm đủ cách để ngăn ngừa hoặc làm vơi đi nỗi đau khổ và tạo an vui hạnh phúc. Tuy nhiên mục đích chính yếu của họ chỉ nhằm tạo hạnh phúc thể chất bằng phương tiện vật chất. Thật ra, hạnh phúc hay không đều do ở tâm của chúng ta. Vậy mà rất ít người nghĩ đến vấn đề phát triển tinh thần. Những người muốn rèn luyện tinh thần lại càng hiếm hoi hơn nữa.

Để thỏa mãn những nhu cầu vật chất người ta thường để tâm đến những việc tầm thường như tắm giặt sạch sẽ, ăn mặc gọn gàng. Họ quan tâm nhiều đến việc kiếm thức ăn, quần áo, nhà cửa. Tiến bộ khoa học đã giúp họ nhiều trong việc nâng cao đời sống vật chất: chẳng hạn những tiến bộ trong sự chuyên chở và truyền tin, những phát minh y học để ngừa bệnh và trị bệnh. Phải nhìn nhận những cố gắng ấy rất ư là quan trọng, nhưng chúng chỉ giúp bảo vệ và nuôi dưỡng cơ thể mà thôi. Những phát minh và những thành công đó không thể nào tiêu diệt hay giảm thiểu được nỗi khổ của tuổi già, bệnh tật, gia đình xáo trộn và khủng hoảng kinh tế.

Tóm lại, không thể nào thỏa mãn nguyện vọng con người bằng phương tiện vật chất. Chỉ có sự rèn luyện tinh thần mới có thể giúp con người vượt qua những nỗi đau khổ này. Bởi vậy phải tìm một phương cách hữu hiệu để rèn luyện, ổn định và thanh lọc tâm hồn. Phương cách này được tìm thấy trong MahaSatipatthana Sutta, một thời pháp mà Đức Phật đã giảng dạy cách đây hơn hai ngàn năm trăm năm. Đức Phật dạy:

*"Đây là con đường duy nhất để thanh lọc tâm, chấm dứt lo âu, phiền muộn, tiêu diệt thân bệnh và tâm bệnh, đạt thánh đạo và chứng ngộ Niết Bàn. Đó là Tứ Niệm Xứ".*

### **Giai Đoạn Chuẩn Bị**

Nếu bạn thật sự thực tập thiền để đạt được tuệ giác giải thoát ngay trong kiếp hiện tại, bạn phải gạt bỏ mọi tư tưởng và hành vi thế tục trong thời gian hành thiền. Làm như thế là để trau dồi phẩm hạnh thanh cao. Đó là bước căn bản cho việc phát triển thiền. Bạn phải giữ mình trong sạch, đạo đức vì đạo đức là bước chính yếu để phát triển tuệ giác. Bạn phải giữ các giới luật của người phật tử tại gia đối với các vị xuất gia phải giữ gìn giới luật mình đã thọ. Trong khóa thiền tập nhiều ngày thiền sinh phải giữ tám giới (bát quan trai).

1. Không sát sanh
2. Không trộm cắp
3. Không hành dâm
4. Không nói dối
5. Không uống rượu và các chất say
6. Không ăn sái giờ (quá Ngọ không ăn)
7. Không múa hát, thổi kèn đờn, trang điểm, thoa vật thơm, dòi phấn, đeo tràng hoa
8. Không nằm ngòai nơi quá cao và xinh đẹp.

Một điều nữa là không được có lời nói hay hành động bất kính đối với những người đã có trình độ giác ngộ cao (các bậc thánh).

Theo truyền thống các thiền sư xưa thường khuyên bạn đặt lòng tin vào Đức Phật, vì như thế sẽ giúp bạn bớt hốt hoảng khi những hình ảnh bất thiện hoặc sợ hãi xuất hiện trong tâm bạn lúc bạn đang hành thiền. Trong lúc thiền tập bạn cũng cần có một thiền sư hướng dẫn để chỉ cho bạn biết một cách rõ ràng mình đang thiền như thế nào và kết quả đến đâu, cũng như để chỉ dẫn cho bạn khi cần thiết.

Mục đích chính và thành quả lớn lao của việc hành thiền là giúp bạn loại bỏ tham, sân, si - ba nguồn cội của mọi khổ đau và tội lỗi. Vậy bạn hãy nỗ lực tích cực hành thiền với quyết tâm loại bỏ tham, sân, si; có như thế việc hành thiền mới hoàn toàn thành công. Cách thực tập thiền quán trên căn bản Tứ Niệm Xứ (Satipatthana) này là phương pháp mà Đức Phật và chư thánh tăng đã hành trì để giác ngộ. Bạn hãy vui mừng bởi mình có cơ duyên thực hành loại thiền quý báu này.

Bốn điều bảo vệ hay quán tưởng sau đây cũng rất cần thiết cho bạn khi bạn bắt đầu vào khóa thiền tập. Bạn hãy suy tưởng đến Đức Phật, đến lòng từ ái, đến thân thể bất tịnh và đến sự chết:

1. Trước tiên hãy tỏ lòng tri ân kính ngưỡng Đức Phật bằng cách suy niệm đến những đức tánh thánh thiện của Ngài:

*"Con đem hết lòng thành kính làm lễ Đức Thế Tôn, Ngài là đấng toàn giác, tinh thức, trí đức vẹn toàn, hiểu thấu đáo mọi sự, thấy của Trời và người, đáng an*

*lành và đem lại sự an lành".*

2. Sau đó hãy hướng lòng từ ái đến mọi chúng sanh, hãy hòa mình với tất cả mọi loài không mây may phân biệt:

*"Mong cho tôi thoát khỏi thù hận, bệnh tật và phiền muộn. Mong cho cha mẹ tôi, thầy tôi, bạn bè tôi cùng tất cả mọi người, mọi loài thoát khỏi thù hận, bệnh tật và phiền muộn. Cầu mong tất cả chúng sanh thoát khỏi khổ đau".*

3. Hãy suy tưởng đến sự bất tịnh của thân thể, đó là sự luyến ái bất thiện mà phần đông thường mắc phải. Hãy chú ý đến tính cách bất tịnh, dơ dáy của dạ dày, ruột, đờm dãi, mủ, máu, để loại bỏ những tư tưởng luyến ái bám víu vào xác thân.

4. Suy tưởng đến tình trạng mỗi người đều tiến dần đến cái chết. Đây là suy tưởng có lợi ích về phương diện tâm lý. Đức Phật thường nhấn mạnh rằng : sự sống thật bấp bênh, tạm bợ, nhưng cái chết là điều chắc chắn không thể tránh né. Mục tiêu cuối cùng của đời sống là cái chết. Tiến trình của cuộc sống gồm có : sanh ra, già đi, bệnh tật, khổ đau và cuối cùng là cái chết.

Lúc thực tập bạn có thể ngồi kiết già, hay bán già hoặc ngồi hai chân không chồng lên nhau. Nếu thấy ngồi dưới sàn nhà khó định tâm hay làm bạn khó chịu, bạn có thể ngồi trên ghế. Tóm lại, bạn có thể ngồi cách nào miễn thấy thoải mái là được.

### **1. Bài Tập Thứ Nhất**

Hãy chú tâm vào bụng. Nên nhớ là chú tâm, chứ không phải chú mắt vào bụng. Chú tâm vào bụng bạn sẽ thấy được chuyển động phồng xẹp của bụng. Nếu không thấy rõ được chuyển động của bụng, bạn có thể đặt hai tay lên bụng để "cảm giác" sự phồng xẹp. Một lúc sau, bạn sẽ nhận rõ sự chuyển động vào ra của hơi thở. Bạn hãy ghi nhận sự phồng lên khi hít vào và xẹp xuống khi thở ra. Mọi chuyển động của bụng đều phải được ghi nhận. Từ bài tập này bạn biết được cách chuyển động của bụng. Bạn không cần để ý đến hình thức của bụng mà chỉ cần theo dõi cảm giác, sức ép do chuyển động của bụng tạo nên mà thôi.

Đối với những người mới tập thiền, đây là phương pháp rất có hiệu quả để phát triển khả năng chú ý, định tâm và tuệ giác. Càng thực tập lâu càng thấy sự chuyển động rõ ràng hơn. Khi tuệ giác phát triển trọn vẹn thì ta sẽ nhận thức được những diễn tiến liên tục của tiến trình tâm-sinh-lý qua mỗi giác quan. Vì là người sơ cơ hành thiền, sự chú ý và khả năng định tâm còn yếu nên bạn sẽ thấy khó giữ tâm trên những chuyển động phồng xẹp liên tục. Do đó bạn có thể nghĩ rằng: "Ta chẳng biết cách giữ tâm trên mọi chuyển động phồng xẹp này". Bạn cần nhớ rõ đây là một tiến trình học hỏi vì vậy hãy yên tâm tiếp tục hành thiền. Chuyển động phồng xẹp của bụng luôn luôn hiện hữu, vì vậy ta không cần tìm kiếm chúng. Thực ra, những thiền sinh mới chỉ cần đơn thuần chú tâm trên hai chuyển động phồng xẹp mà thôi nên sự thực tập cũng không khó khăn lắm. Bạn hãy tiếp tục thực tập bài tập số một này bằng cách chú tâm vào chuyển động phồng xẹp. Đừng bao giờ lập đi lập lại ra lời những chữ phồng xẹp, chỉ cần niệm thầm mà thôi. Niệm thầm sẽ giúp quý bạn dễ chú tâm vào đề mục. Nhưng nếu niệm thầm cản trở sự chú tâm của bạn, thì bạn chỉ ghi nhận sự chuyển động của bụng mà không cần niệm thầm cũng được. Nên thở đều đặn tự nhiên tránh thở dài hay ngắn quá. Nhiều thiền sinh muốn thấy rõ sự phồng xẹp nên hay thở dài hoặc thở nhanh, làm như thế sẽ khiến bạn mệt.

### **2. Bài Tập Thứ Hai**

Trong khi thực tập quan sát sự phồng xẹp của bụng những tư tưởng khác sẽ phát sinh làm bạn quên mất sự chú tâm. Tư tưởng, ham muốn, ý nghĩ, tưởng tượng, v.v... sẽ xuất hiện giữa những "phồng xẹp". Bạn không nên bỏ qua những phóng tâm hay vọng tưởng này mà phải ghi nhận từng phóng tâm một khi chúng phát sinh.

Khi tâm bạn tưởng tượng điều gì, bạn phải biết mình đang tưởng tượng và ghi nhận: "tưởng-tượng, tưởng-tượng, tưởng-tượng". Khi bạn chỉ đơn thuần nghĩ đến điều gì phải ghi nhận: "nghĩ, nghĩ, nghĩ". Khi bạn suy gẫm, ghi nhận: "suy-gẫm, suy-gẫm, suy-gẫm". Khi bạn có dự định làm điều gì hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định". Khi tâm bạn đi lang bạc không để ý đến phồng xẹp hãy ghi nhận: "phóng-tâm, phóng-tâm, phóng-tâm". Khi tưởng tượng hay đang đi đến một

nơi nào phải ghi nhận: "đi, đi, đi". Khi đến thì ghi nhận: "đến, đến, đến". Khi nghĩ đến gặp người nào đó thì ghi nhận: "gặp, gặp, gặp". Khi nghĩ đến nói chuyện với ai thì ghi nhận: "nói, nói, nói". Khi bàn cãi thì ghi nhận: "bàn-cãi, bàn-cãi, bàn-cãi". Khi thấy hình ảnh màu sắc ghi nhận: "thấy, thấy, thấy". Mỗi một khi tâm thấy gì, nghĩ gì đều phải ghi nhận cho đến khi chúng biến mất. Sau khi chúng biến mất ta lại chú tâm vào sự phòng xep. Phải chú tâm hành trì đừng chểnh mảng. Khi định nuốt nước bọt phải ghi nhận: "định, định, định". Khi nuốt phải ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt". Muốn khạc nhổ, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn" rồi lại trở về sự phòng xep. Nếu bạn muốn khum cổ ghi nhận: "muốn, muốn, muốn"; trong khi khum cổ ghi nhận: "khum, khum, khum". Khi bạn định ngừng cổ lên, ghi nhận: "định, định, định". Khi ngừng cổ lên ghi nhận: "ngừng, ngừng, ngừng". Tác động ngừng cổ hay khum cổ phải làm từ từ.

Sau khi đã chú tâm ghi nhận mỗi một động tác đó, ta lại trở về với sự phòng xep.

### 3. Bài Tập Thứ Ba

Vì phải liên tục thiền trong một khoảng thời gian khá dài với một tư thế ngồi hay nằm nên bạn sẽ cảm thấy mệt và thấy mỗi tay chân. Trong trường hợp này, bạn hãy chú tâm vào nơi mỗi mệt và ghi nhận: "mỏi-mệt, mỏi-mệt, mỏi-mệt". Hãy ghi nhận một cách tự nhiên, không mau quá cũng không chậm quá. Cảm giác mệt mỏi sẽ dần dần giảm đi và cuối cùng hết hẳn. Nếu sự mệt mỏi kéo dài đến độ không chịu đựng nổi, lúc bấy giờ bạn hãy thay đổi tư thế. Tuy nhiên đừng quên ghi nhận "muốn, muốn, muốn" trước khi thay đổi tư thế. Mỗi một chi tiết chuyển động nhỏ đều phải được ghi nhận một cách trung thực và thứ tự.

Nếu dự định đưa tay hay chân lên hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định" trong khi đưa tay hay chân lên thì ghi nhận: "đưa-lên, đưa-lên, đưa-lên". Duỗi tay, chân ra; ghi nhận: "duỗi, duỗi, duỗi". Khi đặt tay xuống, ghi nhận: "đặt, đặt, đặt". Khi tay hay chân tiếp xúc nhau ghi nhận: "tiếp-xúc, tiếp-xúc, tiếp-xúc". Hãy thực hiện mọi động tác thật chậm để dễ ghi nhận. Ngay khi bạn đã ở trong tư thế mới, bạn phải tiếp tục chú tâm vào sự phòng xep của bụng ngay. Nếu thấy tư thế mới không thoải mái, muốn đổi tư thế thì cũng phải ghi nhớ như trên.

Nếu thấy ngứa một chỗ nào đó, chú tâm vào chỗ ngứa và ghi nhận: "ngứa, ngứa, ngứa". Sự ghi nhận phải tự nhiên đừng quá mau cũng đừng quá chậm. Khi cảm giác ngứa biến mất lại trở về với sự phòng xep. Nếu ngứa quá không chịu được muốn gãi, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn", rồi lại từ từ đưa tay lên, ghi nhận: "đưa-lên, đưa-lên, đưa-lên". Khi tay đụng chỗ ngứa, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Khi gãi nhẹ vào chỗ ngứa, ghi nhận: "gãi, gãi, gãi". Khi đã ngứa, không muốn gãi nữa và muốn đưa tay về, hãy ghi nhận: "đưa-về, đưa- về, đưa-về". Khi tay trở về chỗ cũ và tiếp xúc với tay hay chân, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng". Rồi tiếp tục quan sát sự phòng xep của bụng.

Nếu thấy đau hay khó chịu, hãy chú tâm đến chỗ đau hay khó chịu đó. Hãy ghi nhận một cách rõ ràng và chính xác mọi cảm giác phát sinh, chẳng hạn, đau nhức, đè nặng, mệt, tê, cứng, v.v... Cần nhớ là những sự ghi nhận này phải tự nhiên; đừng vội vã quá cũng đừng trễ quá. Con đau, nhức có thể chấm dứt hay gia tăng. Khi cơn đau gia tăng cũng đừng hoảng hay lo sợ gì cả mà chỉ cần tiếp tục thiền và một lát sau cơn đau sẽ lắng đi. Nếu cơn đau nhức vẫn kéo dài không thể chịu đựng nổi thì hãy bỏ qua sự đau nhức và chú tâm vào sự phòng xep.

Khi thiền của bạn tiến triển, bạn sẽ có những cảm giác đau đớn khó chịu. Bạn có cảm giác khó thở, nghẹn nghẹn, có khi như bị kim chích, thấy nhột nhột như có côn trùng bò trên thân mình. Bạn cũng có thể thấy ngứa ngáy, đau đớn như bị con gì cắn, bị rét run. Khi bạn ngưng thiền thì những cảm giác trên biến mất ngay. Khi bạn tiếp tục thiền trở lại và cứ mỗi khi bắt đầu định tâm thì những cảm giác khó chịu trên lại xuất hiện. Những cảm giác này không có gì đáng lo ngại. Đây không phải là dấu hiệu của bệnh hoạn mà chỉ là những cảm giác bình thường vẫn hiện diện trong cơ thể ta nhưng chúng bị che lấp vì tâm ta đang mãi bận rộn với những đối tượng trước mắt. Khi thiền tiến triển, tâm ta trở nên bén nhọn, tinh tế nên dễ dàng nhận thấy những cảm giác này, khi mức độ thiền tiến triển hơn bạn sẽ vượt qua tất cả những chướng ngại này. Nếu tiếp tục và kiên trì thiền bạn sẽ không còn gặp những cảm giác khó chịu này nữa. Nếu bạn thiếu can đảm, thiếu quyết tâm và gián đoạn một thời gian thì bạn lại sẽ chạm trán với chúng lần nữa mỗi khi thiền của bạn tiến triển. Nhưng nếu gặp những cảm giác khó chịu này mà bạn vẫn quyết tâm và kiên trì tiếp tục hành thiền thì bạn sẽ chinh phục được chúng và bạn sẽ không bao giờ gặp những cảm giác khó chịu này nữa trong lúc hành thiền.

Nếu bạn dự định xoay mình hãy ghi nhận: "dự-định, dự-định, dự-định". Khi đang xoay ghi nhận: "xoay, xoay, xoay". Nhiều khi trong lúc đang hành thiền, bạn thấy thân thể mình lắc lư từ trước ra sau thì cũng đừng sợ hãi, đừng thích thú hay mong muốn tiếp tục lắc lư. Sự lắc lư sẽ chấm dứt nếu bạn chú tâm vào nó và tiếp tục ghi nhận: "lắc-lư, lắc-lư, lắc-lư" cho đến khi hết lắc lư. Nếu đã ghi nhận nhiều lần mà thân hình vẫn còn lắc lư bạn hãy dựa vào tường hay nằm xuống một lát và vẫn tiếp tục hành thiền. Khi thân bị lay chuyển hay run rẩy cũng chú tâm ghi nhận như trên. Khi thiền tiến triển đôi khi bạn cũng sẽ cảm thấy rờn rợn run lên hoặc ớn lạnh ở xương sống hay toàn thân. Đó là trạng thái phỉ lạc, một thành quả đương nhiên khi thiền được tiến triển tốt đẹp. Khi tâm an trụ trong thiền thì bạn rất dễ bị giật mình bởi những tiếng động nhỏ. Lý do là tâm của bạn bây giờ rất bén nhạy trước mọi đối tượng của giác quan.

Trong lúc thiền nếu bạn cảm thấy khát nước, hãy ghi nhận cảm giác: "khát, khát, khát". Khi muốn đứng dậy, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn" và chú tâm ghi nhận mỗi một tác động chuẩn bị đứng dậy, rồi chú tâm vào tác động đứng và ghi nhận: "đứng, đứng, đứng". Sau khi đứng dậy mắt bạn nhìn về phía có nước, ghi nhận: "nhìn, nhìn, nhìn". Khi muốn đi, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn". Bắt đầu bước từng bước, ghi nhận: "đi, đi, đi" hay "trái, phải". Bạn phải tỉnh thức trong mọi bước đi từ lúc bắt đầu đi cho tới khi đứng lại. Khi đi tản bộ hoặc thiền hành bạn cũng phải theo những nguyên tắc ghi nhận như trên. Hãy cố gắng ghi nhận những bước chân qua hai tác động: "dờ, đạp", "dờ, đạp". Khi bạn đã thuần thục với cách này, hãy chú tâm ghi nhận ba tác động: "dờ, bước, đạp", "dờ, bước, đạp".

*Khi bạn thấy hoặc đi đến chỗ để nước phải ghi nhận: "thấy, thấy, thấy" hay "nhìn, nhìn, nhìn".*

*Khi dừng chân, ghi nhận: "dừng, dừng, dừng".*

*Khi đưa tay ra, ghi nhận: "đưa, đưa, đưa".*

*Khi tay đụng vào chén, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".*

*Khi cầm chén, ghi nhận: "cầm, cầm, cầm".*

*Khi thọc tay vào lu, ghi nhận: "thọc, thọc, thọc".*

*Khi đưa chén lên môi, ghi nhận: "đưa, đưa, đưa".*

*Khi chén đụng vào môi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".*

*Khi cảm thấy mát, ghi nhận: "mát, mát, mát".*

*Khi nuốt, ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt".*

*Khi để chén xuống ghi nhận: "để-xuống, để-xuống, để-xuống".*

*Khi thu tay về, ghi nhận: "thu-về, thu-về, thu-về".*

*Khi thông tay xuống, ghi nhận: "thông, thông, thông".*

*Khi tay đụng vào đùi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".*

*Khi muốn quay lui, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn".*

*Khi quay lui, ghi nhận: "quay, quay, quay".*

*Khi đi, ghi nhận: "đi, đi, đi".*

*Khi đến nơi, muốn dừng lại, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn".*

*Khi dừng lại ghi nhận: "dừng, dừng, dừng".*

Nếu đứng một thời gian lâu, thì hãy chú tâm vào sự phồng xẹp của bụng. Nhưng khi bạn muốn ngồi hãy ghi nhận: "muốn, muốn, muốn". Khi đi đến chỗ ngồi, phải ghi nhận: "đi, đi, đi". Đến chỗ ngồi, ghi nhận: "đến, đến, đến". Xoay người trước khi ngồi, ghi nhớ: "xoay, xoay, xoay". Ngồi xuống ghi nhận: "ngồi, ngồi, ngồi". Phải ngồi xuống chậm chậm và ghi nhận mọi chuyển động của sự ngồi. Bạn phải chú ý đến từng tác động một của tay chân khi ngồi. Ngồi xong lại tiếp tục theo dõi sự phồng xẹp của bụng.

Khi bạn muốn nằm, ghi nhận: "muốn, muốn, muốn"; rồi lại ghi mọi tác động của sự nằm: nghiêng người, chống tay, đặt đầu, duỗi chân, nằm... tất cả những động tác này phải làm chậm chậm. Lúc nằm xuống rồi lại tiếp tục theo dõi sự phồng xẹp. Trong khi nằm nếu cảm thấy đau nhức, mệt mỏi, ngứa ngáy... Đều phải ghi nhận. Ghi nhận mọi cảm giác, suy nghĩ, ý kiến, cân nhắc, suy xét và mọi tác động của tay chân và thân thể. Nếu thấy không còn cảm giác gì đặc biệt đáng ghi nhận thì hãy tiếp tục ghi nhận sự phồng xẹp. Khi buồn ngủ, ghi nhận: buồn ngủ. Nếu bạn có đủ năng lực tập trung trong thiền, bạn có thể vượt qua sự buồn ngủ và cảm thấy tươi tỉnh, lúc bấy giờ bạn hãy tiếp tục theo dõi sự phồng xẹp, nếu bạn không thắng được cơn buồn ngủ hãy tiếp tục niệm phồng xẹp cho đến khi ngủ. Giấc ngủ là sự liên tục của luồng hộ kiếp hay tiềm thức,

giống như trường hợp của tâm lúc tái sanh hay của tâm lúc chết, cái tâm lúc này rất yếu ớt không thể nhận thức được gì cả... Khi bạn thức, tâm này tiếp tục xuất hiện giữa những lúc bạn nhìn, nghe, nếm, ngửi, xúc chạm và suy nghĩ. Nhưng tâm này xuất hiện rất yếu và không tồn tại lâu nên khó nhận thấy. Tâm này sẽ duy trì liên tục khi bạn ngủ. Khi bạn thức dậy, thì mọi tư tưởng và mọi đối tượng sẽ được nhận thức rõ ràng liền.

Vào lúc thức giấc, bạn phải hành thiền ngay. Là thiền sinh mới vì vậy bạn khó có thể tỉnh thức vào những giây phút đầu tiên lúc mới thức dậy. Nhưng bạn phải giác tỉnh ngay lúc bạn nhớ lại rằng mình đang hành thiền. Chẳng hạn lúc thức dậy, bạn nghĩ tưởng đến điều gì thì phải tỉnh thức mà ghi nhận ngay: "nghĩ-tưởng, nghĩ-tưởng, nghĩ-tưởng". Rồi tiếp tục với phòng xep. Khi thức dậy bạn phải chú tâm đến những chi tiết của hoạt động cơ thể. Mọi tác động của tay chân và thân thể phải được ghi nhận một cách tỉnh thức. Lúc thức dậy bạn có nghĩ rằng bây giờ là mấy giờ không? Nếu nghĩ đến giờ thì phải ghi nhận: "nghĩ, nghĩ, nghĩ". Bạn chuẩn bị rời khỏi giường ngủ hãy ghi nhận chuẩn bị. Khi từ từ ngồi dậy phải ghi nhận: ngồi dậy. Lúc đang ở tư thế ngồi, ghi nhận: "ngồi, ngồi, ngồi". Nếu còn ngồi ở giường một lúc lâu mới đứng dậy đi thì phải chú tâm đến phòng xep, tiếp theo đó. Lúc rửa mặt hay tắm, cũng phải để tâm ghi nhận mọi chi tiết; chẳng hạn, nhìn, ngửi, duỗi, cầm, nắm, ắm, lạnh, chà xát, v.v... Lúc trang điểm, lúc làm giường, lúc đóng cửa, cầm nắm vật gì đều phải chú tâm ghi nhận theo thứ tự.

Bạn cũng chú ý từng tác động một trong lúc ăn:

*Khi nhìn thức ăn ghi nhận: "nhìn, nhìn, nhìn".*

*Khi múc thức ăn ghi nhận: "múc, múc, múc".*

*Khi đưa thức ăn lên miệng ghi nhận: "đưa, đưa, đưa".*

*Khi thức ăn đụng môi, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".*

*Khi thức ăn vào đến miệng, ghi nhận: "vào, vào, vào".*

*Khi miệng ngậm lại, ghi nhận: "ngậm, ngậm, ngậm".*

*Khi bỏ tay xuống, ghi nhận: "bỏ xuống, bỏ xuống, bỏ xuống".*

*Khi tay đụng đĩa, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".*

*Khi nhai ghi nhận: "nhai, nhai, nhai".*

*Khi biết mùi vị ghi nhận: "biết, biết, biết".*

*Khi nuốt, ghi nhận: "nuốt, nuốt, nuốt".*

*Khi thực phẩm vào trong cuống họng chạm vào cuống họng, ghi nhận: "đụng, đụng, đụng".*

Hãy chú tâm theo dõi mỗi khi bạn múc một muỗng cơm cho đến khi xong bữa ăn. Lúc mới thực hành sẽ có rất nhiều thiếu sót. Dừng ngay điều đó, sau một thời gian kiên trì tập luyện, sự thiếu sót ghi nhận sẽ giảm đi. Khi mức thiền tập của bạn tiến triển đến mức độ cao hơn bạn sẽ còn ghi nhận được thêm nhiều chi tiết hơn những điều đã đề cập ở đây.

### **Bài Tập Thiền Hành Căn Bản**

Giữa hai lần thiền tọa là khoảng thời gian từ bốn mươi đến chín mươi phút để thiền hành. Thiền hành xen kẽ giữa thiền tọa để quân bình năng lực và những yếu tố của sự định tâm, đồng thời để tránh buồn ngủ. Bạn có thể thiền hành trong phòng hay ngoài sân. Lúc thiền hành bạn nên đi chậm hơn lúc bình thường và đi một cách tự nhiên. Trong lúc thiền hành bạn phải chú tâm vào sự chuyển động của chân. Bạn phải chú tâm khi bàn chân phải (mặt) bắt đầu nhấc lên khỏi mặt đất, ghi nhận: dờ; Khi đưa chân tới ghi nhận: bước; khi chân đặt xuống đất, ghi nhận: đạp. Chân trái cũng làm như thế...

Cũng như lúc ngồi thiền; khi đi, mọi phóng tâm hay cảm giác phải được ghi nhận. Chẳng hạn chột nhìn một vật gì đó trong khi bạn đang đi hãy ghi nhận tức thì: "nhìn, nhìn, nhìn", rồi trở về với những chuyển động của chân. Mặc dầu trong khi đi những vật bạn nhìn thấy không liên quan gì đến thiền hành nhưng nếu bạn vô tình để tâm đến nó thì phải ghi nhận ngay: "nhìn, nhìn, nhìn".

Khi đi đến mức cuối của đoạn đường kinh hành dĩ nhiên bạn phải trở bước để đi ngược trở lại; lúc còn vài bước đến bước cuối cùng đoạn đường, bạn phải ghi nhận: "muốn quay, muốn quay, muốn quay". Ý định muốn quay có thể khó ghi nhận lúc ban đầu nhưng khi thiền của bạn tiến triển, bạn sẽ thấy dễ dàng. Sau khi ghi nhận ý định bạn phải ghi nhận tất cả chi tiết của tư tưởng

và tác động liên quan đến việc quay.... ở bước cuối của con đường, bạn bắt đầu quay mình, phải ghi nhận: "quay, quay, quay", khi chân chuyển động phải kịp thời ghi nhận đỡ... bước... đạp, v.v... Trong lúc quay thường vì sự cảm dỗ của bên ngoài nên bạn có ý định muốn nhìn xem chung quanh có cái gì lạ không, phải ghi nhận ngay: "dự-định, dự-định, dự-định" hay "muốn, muốn, muốn", rồi lại chú tâm đến bước chân.

Thông thường đối với những thiền sinh mới, chú tâm đến ba giai đoạn đỡ, bước và đạp rất có hiệu quả. Tuy nhiên, tùy theo khả năng của từng người, thiền sư có thể khuyên họ nên chú ý ít hay nhiều giai đoạn hơn. Nhiều lúc thấy sự đi chậm bất tiện, nhất là lúc đi ra ngoài khu vực hành thiền bạn có thể đi nhanh hơn và ghi nhận: trái, phải mỗi khi chân trái hay chân phải đặt xuống đất. Ghi nhận nhiều hay ít giai đoạn không quan trọng, điều cốt yếu là bạn có chú tâm tinh thức trong từng bước đi hay không?

### **Thiền Mức Cao Hơn**

Sau một thời gian hành thiền, định lực của bạn phát triển và bạn đã dễ dàng theo dõi sự phồng xẹp của bụng, lúc bấy giờ bạn sẽ nhận thấy có một thời gian, hay khoảng hở giữa hai giai đoạn phồng xẹp. Nếu bạn đang ngồi thiền bạn hãy ghi nhận: "phồng, xẹp, ngồi". Khi ghi nhận ngồi, bạn hãy chú tâm vào phần trên của thân. Khi bạn đang nằm thiền hãy ghi nhận: "phồng xẹp, nằm".

Nếu bạn thấy có khoảng thời gian hở giữa phồng, xẹp, và xẹp, phồng, bạn hãy ghi nhận: "phồng, ngồi, xẹp, ngồi". Nếu bạn đang nằm hãy ghi nhận: "phồng, nằm, xẹp, nằm". Nếu thực hành một lát mà thấy sự ghi nhận ba hay bốn giai đoạn như trên không dễ dàng đối với bạn, hãy trở về với hai giai đoạn phồng, xẹp.

Trong khi chú tâm theo dõi chuyển động của cơ thể, bạn không cần phải chú ý đến đối tượng thấy và nghe. Khi bạn có khả năng chú tâm vào chuyển động phồng xẹp thì bạn cũng có khả năng chú tâm vào đối tượng nghe và thấy. Tuy nhiên, khi chú ý nhìn một vật gì đó thì bạn phải đồng thời ghi nhận ba lần: "thấy, thấy, thấy" sau đó trở về với sự chuyển động của bụng. Giả sử có một người nào đó đi vào trong tầm nhìn của bạn, bạn để ý thấy thì phải ghi nhận: thấy hai hay ba lần, rồi trở về với sự phồng xẹp. Bạn có nghe tiếng nói không? Bạn có lắng nghe không? Nếu bạn nghe hay lắng nghe thì phải ghi nhận: "nghe, nghe, nghe" hay "lắng-nghe, lắng-nghe, lắng-nghe"; sau đó trở về với sự phồng xẹp. Giả sử bạn nghe những tiếng động lớn như tiếng chó sủa, nói chuyện to, tiếng hát bạn phải tức khắc ghi nhận hai hay ba lần: nghe, rồi trở về với bài tập phồng, xẹp. Nếu bạn quên không ghi nhận khi đang phóng tâm vào sự nghe, điều này có thể khiến bạn suy tưởng hay chạy theo chúng mà quên chú ý vào sự phồng xẹp. Lúc bấy giờ sự phồng xẹp sẽ trở nên yếu đi hay không phân biệt được rõ ràng. Gặp những trường hợp bạn bị lôi cuốn bởi những phiền não chấp chồng như thế, bạn hãy ghi nhận hai hay ba lần: "suy-tưởng, suy-tưởng, suy-tưởng" rồi trở về với sự phồng xẹp. Nếu quên ghi nhận những chuyển động của cơ thể, tay chân, v.v.. thì phải ghi nhận: "quên, quên, quên" rồi trở về với sự chuyển động của bụng. Bạn có thể cảm thấy lúc bấy giờ hơi thở sẽ chậm lại hay chuyển động phồng xẹp không rõ ràng. Nếu điều đó xảy ra và lúc ấy bạn đang ngồi thì hãy chú tâm ghi nhận: ngồi, đưng. Nếu lúc bấy giờ đang nằm hãy ghi nhận nằm, đưng. Khi ghi nhận đưng, không phải bạn chỉ chú tâm vào một điểm của cơ thể đang tiếp xúc, mà phải chú tâm vào nhiều điểm kế tiếp nhau. Có nhiều chỗ đưng; ít nhất sáu hay bảy chỗ bạn phải chú tâm đến. Một trong những điểm đó là: đầu, đầu gối, hai tay chạm nhau, hai chân đưng nhau, hai ngón cái đưng nhau, chóp mắt, lưỡi đưng miệng, môi chạm nhau.

### **4. Bài Tập Thứ Tư**

Cho đến bây giờ bạn đã hành thiền được nhiều giờ rồi. Bạn có thể bắt đầu cảm thấy làm biếng khi nghĩ rằng mình chưa tiến bộ được bao nhiêu. Đừng bỏ dỡ, hãy tiếp tục ghi nhận: "làm biếng, làm biếng, làm biếng".

Trước khi thiền của bạn đủ sức mạnh để phát triển khả năng chú ý, định tâm và tuệ giác, bạn có thể nghi ngờ không biết cách thức hành thiền như thế này có đúng, có hữu ích không. Gặp trường hợp này hãy ghi nhận: "nghi-ngờ, nghi-ngờ, nghi-ngờ". Bạn có ao ước hay mong muốn đạt được thành quả tốt trong thiền không? Nếu bạn có tư tưởng như thế thì hãy ghi nhận: "ao ước, ao ước, ao ước" hay "mong muốn, mong muốn, mong muốn". Bạn có suy nghĩ xét lại cách

thức thực tập để bạn đạt được mức độ này không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "xét lại, xét lại, xét lại". Có trường hợp nào bạn xem xét đối tượng thiền và phân vân không biết đó là tâm hay vật chất không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "xem xét, xem xét, xem xét". Có khi nào bạn tiếc nuối vì mình không đạt được sự tiến bộ nào không? Nếu có, bạn hãy chú tâm ghi nhận cảm giác: "tiếc nuối, tiếc nuối, tiếc nuối".

Ngược lại, bạn có cảm thấy sung sướng khi mức độ thiền của bạn tiến triển hay không? Nếu có, bạn hãy ghi nhận: "sung sướng, sung sướng, sung sướng". Đây là cách thức bạn ghi nhận mỗi một trạng thái của tâm hồn, nếu không có những tư tưởng hay quan niệm được ghi nhận thì bạn hãy trở về với sự phòng xep.

Trong một khóa hành thiền tích cực thì thời gian hành thiền bắt đầu từ lúc thức dậy cho đến khi đi ngủ. Bạn cần nhớ là phải luôn luôn thực hành hoặc bài tập căn bản, hoặc là thực hành sự chú tâm liên tiếp suốt ngày cho đến đêm, nếu bạn chưa buồn ngủ. Chẳng có nghi ngại phút nào. Khi thiền của bạn đạt được mức tiến bộ cao thì bạn sẽ không còn cảm thấy buồn ngủ mặc dù bạn phải hành thiền rất nhiều giờ; lúc bấy giờ bạn có thể tiếp tục thiền cả ngày lẫn đêm.

Tóm lại trong thời gian hành thiền, bạn phải để tâm ghi nhận tất cả những trạng thái của tâm, dù đó là trạng thái tốt hay xấu; bạn cũng phải chú tâm đến những sự chuyển động của cơ thể, dù đó là những chuyển động lớn hay nhỏ; bạn phải chú tâm đến mỗi một cảm giác, dầu cảm giác ấy dễ chịu hay khó chịu. Trong suốt thời gian hành thiền nếu không có những gì đặc biệt xảy ra khiến bạn phải ghi nhận, thì hãy chú tâm vào sự phòng xep của bụng. Nếu bạn đi làm một việc gì đó, chẳng hạn, đi uống nước, bạn phải chú ý đến những tác động cần thiết của sự đi, bạn phải chú tâm tinh thức ghi nhận từng bước đi một, chẳng hạn: đi, đi, hay trái, phải. Lúc đến nơi bạn hãy niệm: đ?ng, cầm, nắm, uống v.v... Nhưng khi bạn thực tập thiền hành bạn phải chú ý đến ba giai đoạn của bước đi: dờ, bước, đạp. Thiền sinh phải nỗ lực tập luyện suốt ngày đêm mới có thể sớm khai triển tâm định đến tuệ giác thứ tư (tuệ biết được sự sinh diệt) và từ đó đạt đến những tuệ giác cao hơn.

## V. Kết Luận.

Minh sát tuệ là lối tu tập để chứng tri chánh trí, là lối tĩnh giác trong tứ oai nghi dựa theo quán tứ niệm xứ, kinh trung bộ, là lối thiền đốn ngộ, được các hành giả tu tập từ nguyên thủy. Minh sát tuệ chứng tỏ được toàn diện mọi giải trừ các tâm viên ý mã, thúc liễm được thân khẩu ý mà đạt được chánh trí. Mọi hoạt động của trí năng, tình năng và hoạt năng của con người được hướng đến chơn trí, được minh tâm và giải thoát. Đó là;

\* Tri thức đúng cái tri thức sai lầm của tâm thức là giải thoát mọi phiền não, nhân duyên chẳng chịt, cũng là tự giác và giác tha.

\* Hành trình đi đến chơn nguyên là sự miên mật "Thấp sáng hiện hữu" trong từng khoảnh khắc sống tĩnh giác với chơn trí, chứng tri chánh trí để được minh tâm và giải thoát.

\* Nắm bắt được thực tướng của vạn hữu là sự vượt khỏi thời không làm cho tâm trở nên trong sáng thanh thản, tức là giải thoát khổ đau nhân quả luân hồi. (Phổ Nguyệt, 2002)

Tham khảo

THỰC TẬP THIỀN MINH SÁT. Hòa thượng Mahasi Sayadaw. Dịch Giả: Tỳ khưu Khánh Hỷ - Hiệu Đính: Tỳ khưu Kim Triệu. Trích trong website Thư Viện Hoa Sen , phần kinh Thiền Nguyên Thủy: <http://.thuvienhoasen.org>.  
Thực Tại & Chí Đạo. Phổ Nguyệt, 2002. phần Thấp Sáng Hiện Hữu, trích trong website Tang Thư Phật Học:

<http://www.tangthuphathoc.com>



## 7. Pháp Chánh Niệm khi Đi Đứng

hay

Kinh Khất Thực Thanh Tịnh

\* \*

\*

Tĩnh giác trong tứ oai nghi là pháp môn tu tập hữu hiệu nhất để được chánh trí và chánh niệm. Một sự sáng suốt hay chánh tư duy lúc đi đứng, lúc thiền hành hay khất thực là sự rèn luyện tâm an tịnh tốt hơn hết. Thật ra tư duy về sự không tư duy là điều thiết thực trong pháp chánh niệm này. Trong Kinh Khất Thực Thanh Tịnh, Phật dạy cách tu học các thiện pháp và tinh tấn đoạn diệt các ác pháp, bất thiện pháp. Đặc biệt trong đi đứng, chánh niệm là một pháp các hành giả cần phải nghiêm mật hành trì đúng cách, nếu không thì không thúc liễm được thân tâm. Trong kinh Khất Thực Thanh Tịnh do HT. Thích Minh Châu Việt dịch, nói lên những tinh yếu của lời Phật dạy.

### a) An Trú vào Không Tánh

Hành giả tu tập pháp chánh niệm lúc đi đứng, thiền hành hay khất thực thì các căn được sáng suốt, diện mạo trong sáng thanh thản.

Kinh viết: "Như vậy tôi nghe.

Một thời Thế Tôn ở Rajagaha (Vương Xá), Veluvana (Trúc lâm), tại chỗ nuôi dưỡng sóc (Kalandakanivapa).

Rồi Tôn giả Sariputta vào buổi chiều, từ Thiền tịnh độc cư đứng dậy, đi đến Thế Tôn, sau khi đến đánh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Thế Tôn nói với Tôn giả Sariputta đang ngồi một bên:

-- Này Sariputta, các căn của Ông rất sáng suốt, sắc da của Ông thanh tịnh trong sáng. Này Sariputta, Ông nay đang phần lớn an trú với loại an trú nào?

-- Bạch Thế Tôn, con nay đang phần lớn an trú với Không trú.

-- Lành thay, lành thay! Này Sariputta, Ông nay đang phần lớn an trú với sự an trú của bậc Đại nhân. Này Sariputta, sự an trú của bậc Đại nhân tức là không tánh. Do vậy, này Sariputta, nếu Tỷ-kheo ước mong rằng: "Mong rằng tôi nay phần lớn an trú với sự an trú không tánh", thời này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy cần phải suy tư như sau: "Trên con đường ta đã đi vào làng để khất thực, tại trú xứ ta đã đi khất thực, và trên con đường từ làng ta đi khất thực trở về, tại chỗ ấy, đối với các sắc do mắt nhận thức, có khởi lên ở nơi ta dục, tham, sân si, hay hận tâm không?"

Thật vậy, nếu lục căn thanh tịnh, là Nhãn Nhĩ Tỷ Thiệt Thân Ý được thấy biết như thật như chơn, hay đưa lục căn giả lập này vào tánh giác, cái biết sáng suốt, trong sát na hiện tiền vô thời không, thì làm gì có chỗ nào mà an trú. Nói rõ hơn là lục căn an trú vào tuệ tri, cái biết sáng suốt, cái hư không, thì an trú vào cái không an trú (trong hư không). Vậy khi lục căn thanh tịnh hay biết sắc thọ tưởng hành thức sáng suốt thì sắc da của con người trong sáng, tâm địa thanh thản. Sắc da dụ cho vật lý mà vật lý ảnh hưởng đến tâm lý. Người mà sống ung dung tự tại thì thân tâm thường an lạc. Đó là an trú nơi

không tánh. Như đi đến trở về trên con đường, nếu mắt thấy sắc, thì sự thấy biết như chơn các sắc thì không khởi lên dục (vì tuệ tri các sắc hay biết một cách sáng suốt vô thời không), không có dục thì không ái thủ hữu, thì tham sân si hay hận tâm không có.

## **b) Chánh Tư Duy.**

Nhắc lại trong Đại Kinh Sáu Xứ Phật dạy, "Kiến gì như chơn của vị ấy, kiến ấy là chánh kiến. Tư duy gì như chơn của vị ấy, tư duy ấy là chánh tư duy. Tinh tấn gì như chơn của vị ấy, tinh tấn ấy là chánh tinh tấn. Niệm gì như chơn của vị ấy, niệm ấy là chánh niệm. Định gì như chơn của vị ấy, định ấy là chánh định. Thân nghiệp, ngữ nghiệp, sinh mạng của vị ấy được thanh tịnh tốt đẹp. Và Thánh đạo Tám ngành này đi đến tu tập và phát triển sung mãn cho vị ấy do sự tu tập." (Đại Kinh Sáu Xứ, HT. Thích Tâm Châu Việt dịch)

Theo Phật, Cảm, Nghĩ, và Làm (Tình năng, Trí năng, và Hoạt năng) được thấy biết như chơn như thật là sự thấy biết vô thời gian, làm cho tâm trở nên trong sáng. Chánh Kiến là cái thấy như chơn pháp ấy. Chánh Tư Duy là sự suy tư như chơn pháp ấy. Chánh Niệm là nhớ (không có vọng khởi) như chơn của pháp ấy. Chánh Định là sự vắng lặng tịch tĩnh như chơn pháp ấy. Chánh Nghiệp là sự chơn chánh nghề nghiệp. Chánh Ngữ là sự lời nói chơn chánh hài hòa. Chánh Mạng là nuôi mạng sống bằng thức ăn tinh khiết. Thánh Đạo Tám Ngành này (Bát Chánh Đạo) được tu tập và phát triển sung mãn thì thân tâm thường an lạc. Riêng trong oai nghi đi đứng, thì chánh kiến, chánh tư duy được hành trì cẩn mật hơn để lúc nào cũng chứng tri được chánh niệm.

### **1) Đối với sắc:**

"Này Sariputta, nếu Tỷ-kheo sau khi tư duy biết rằng: "Trên con đường ta đã đi vào làng để khát thực, tại trú xứ ta đã đi khát thực và trên con đường từ làng ta đi khát thực trở về, đối với các sắc do mắt nhận thức, có khởi lên nơi ta dục, tham, sân, si hay hận tâm", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy phải tinh tấn đoạn tận các ác bất thiện pháp ấy. Nhưng này Sariputta, nếu Tỷ-kheo trong khi suy tư được biết như sau: "Trên con đường ta đã đi... ta đi khát thực trở về, đối với các sắc do mắt nhận thức, không có khởi lên nơi dục, tham, sân, si hay hận tâm", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy phải an trú với hỷ và hân hoan, ngày đêm tu học trong các thiện pháp."

Sau khi an trú với không an trú, cần phải tinh tấn đoạn các ác bất thiện pháp như mắt nhận thức khởi lên dục, tham, sân si hay hận tâm. Hành giả cần tu tập các thiện pháp ngày đêm bằng cách an trú với hoan hỷ và hân hoan.

### **2). Đối với thanh hương vị xúc pháp:**

"Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư như sau: "Trên con đường ta đã đi... , ta đi khát thực trở về đối với các tiếng do tai nhận thức,... đối với các hương do mũi nhận thức,... đối với các vị do lưỡi nhận thức,... đối với các xúc do thân nhận thức,... đối với các pháp do ý nhận thức, có khởi lên dục, tham, sân, si hay hận tâm không?"

Này Sariputta, nếu Tỷ-kheo trong khi suy tư biết được như sau: "Trên con đường ta đã đi... , ta đi khát thực trở về, đối với các pháp do ý nhận thức, có khởi lên nơi ta dục, tham, sân, si, hay hận tâm", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy phải tinh tấn đoạn tận các ác bất thiện pháp ấy. Nhưng này Sariputta, nếu Tỷ-kheo trong khi suy tư được biết như sau: "Trên con đường ta đã đi... ta đi khát thực trở về, đối với các pháp do ý nhận thức, không có khởi lên nơi ta dục, tham, sân, si hay hận tâm", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy

phải an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm tu học trong các thiện pháp."

Chánh Tư duy trong khi đi, về trên đường đối với nhận thức của tinh hương vị xúc pháp bằng cách tinh tấn đoạn tận các ác bất thiện pháp của các nhận thức ấy khởi lên dục, tham, sân, si, hận tâm, và hành giả cần thường xuyên an trú với hỷ và hân hoan.

### **3. Đối với năm dục, năm triền cái:**

"Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư như sau: "Ta đã đoạn tận năm dục trường dưỡng chưa? Nay các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo, trong khi suy tư được biết như sau: "Ta chưa đoạn tận năm dục trường dưỡng", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy phải tinh tấn đoạn tận năm dục trường dưỡng. Nhưng nếu, này Sariputta, Tỷ-kheo trong khi suy tư được biết như sau: "Ta đã đoạn tận năm dục trường dưỡng", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy phải an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm tu học trong các thiện pháp.

Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư như sau: "Ta đã đoạn tận năm triền cái chưa?" Nếu, này Sariputta, trong khi suy tư, Tỷ-kheo được biết như sau: "Ta chưa đoạn tận năm triền cái", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy phải tinh tấn đoạn tận năm triền cái. Nhưng nếu, này Sariputta, Tỷ-kheo trong khi suy tư được biết như sau: "Ta đã đoạn tận năm triền cái", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy phải an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm tu học trong các thiện pháp."

Hành giả cần tu tập trong các thiện pháp lúc đi đứng bằng cách an trú với hỷ và hân hoan và phải tinh tấn đoạn tận năm dục (sắc dục, tinh dục, hương dục, vị dục, và xúc dục) và năm triền cái (năm dây trói buộc: tham dục, sân hận, mê ngủ, hối hận, nghi hoặc).

### **4. Đối với năm thủ uẩn:**

"Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư: "Ta có liễu tri năm thủ uẩn chưa?" Nay Sariputta, nếu trong khi suy tư, Tỷ-kheo được biết như sau: "Ta chưa có liễu tri năm thủ uẩn", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy cần phải tinh tấn liễu tri năm thủ uẩn. Nhưng nếu, này Sariputta, trong khi suy tư, Tỷ-kheo ấy được biết như sau: "Ta đã liễu tri năm thủ uẩn", thời này Sariputta, vị Tỷ-kheo ấy phải an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm tu học trong các thiện pháp."

Hành giả cần tu tập trong các thiện pháp lúc đi đứng bằng cách an trú với hỷ và hân hoan và phải liễu tri năm thủ uẩn (sắc thọ tưởng hành thức), tức là biết được thủ uẩn chính là năm yếu tố của thân xác con người.

### **5. Đối với bốn niệm xứ, chánh cần, như ý túc, lực, giác chi, thánh đạo, và pháp chỉ quán:**

"Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư như sau: "Ta đã tu tập bốn niệm xứ chưa?" Nay Sariputta, nếu trong khi suy tư, Tỷ-kheo được biết: "Ta chưa tu tập bốn niệm xứ", thời này Sariputta, vị Tỷ-kheo cần phải tinh tấn tu tập bốn niệm xứ. Nhưng nếu, này Sariputta, trong khi suy tư Tỷ-kheo được biết như sau: "Ta đã tu tập bốn niệm xứ", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy cần phải an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm tu học trong các thiện pháp.

Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư: "Ta đã tu tập bốn chánh cần chưa? "... "Ta đã tu tập bốn như ý túc chưa?"... "Ta đã tu tập năm căn chưa?"... "Ta đã tu tập năm lực chưa?"... "Ta đã tu tập bảy giác chi chưa?"... Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần

phải suy tư như sau: "Ta đã tu tập Thánh đạo Tám ngành chưa?" Nếu Tỷ-kheo, này Sariputta, trong khi suy tư được biết như sau: "Ta chưa tu tập Thánh đạo Tám ngành, " thời này Sariputta Tỷ-kheo ấy cần phải tinh tấn tu tập Thánh đạo Tám ngành. Nhưng nếu, này Sariputta, Tỷ-kheo trong khi suy tư được biết như sau: "Ta đã tu tập Thánh đạo Tám ngành, " thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy cần phải an trú trong hỷ và hân hoan, ngày đêm tu học trong các thiện pháp.

Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư: "Ta đã tu tập Chỉ và Quán chưa? " Nếu Tỷ-kheo, này Sariputta, trong khi suy tư được biết như sau: "Ta chưa tu tập Chỉ và Quán ", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy cần phải tinh tấn tu tập Chỉ và Quán. Nhưng nếu, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trong khi suy tư được biết như sau: "Ta đã tu tập Chỉ và Quán ", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy cần phải an trú với hỷ và hân hoan, ngày đêm tu học trong các thiện pháp."

Sống theo Bát Chánh Đạo như vậy, thì bốn niệm xứ (thân bất tịnh, Thọ thị khổ, Tâm vô thường, Pháp vô ngã) được tu tập và phát triển sung mãn. Bốn Chánh Tinh Tấn (Tinh tấn phát triển những điều thiện lành chưa phát sanh, Tinh tấn tiếp tục phát triển những điều thiện lành đã phát sanh, Tinh tấn ngăn ngừa những điều ác chưa phát sanh, Tinh tấn dứt trừ những điều ác đã phát sanh) được tu tập và phát triển sung mãn. Bốn Như Ý Túc (Dục Như Ý Thần Túc, Niệm Như Ý Thần Túc, Tinh Tấn Như Ý Thần Túc, Tư Duy Như Ý Thần Túc) được tu tập và phát triển sung túc. Năm căn (Nhãn, Nhĩ, Tĩ, Thiệt, Thân) được tu tập và phát triển sung mãn. Năm lực ((Tín lực, Tinh tấn lực, Niệm lực, Định lực, Huệ lực) được tu tập và phát triển sung mãn. bảy giác chi (Trạch Pháp Giác Chi, Tinh Tấn Giác Chi, Hỷ Giác Chi, Khinh An Giác Chi, Niệm Giác Chi, Định Giác Chi, Xả Giác Chi) được tu tập và phát triển sung mãn. Hai pháp là: Chỉ và Quán được chuyển vận song hành. Với thượng trí những pháp nào cần phải đoạn tận và cần phải tu tập với thượng trí. Với thượng trí hành giả chứng ngộ những pháp cần phải chứng ngộ với thượng trí. Đặc biệt những pháp cần phải liễu tri chánh tư duy và chánh niệm với thượng trí lúc đi đứng. Hành giả luôn luôn an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm trong các thiện pháp ấy.

### **c) Kết Luận.**

Tóm lại, trong kinh Khất Thực Thanh Tịnh, Phật dạy lúc đi trên đường và lúc trở về, hành giả lúc nào cũng tu tập theo pháp thượng trí là an trú vào không tánh. Pháp chánh niệm và chánh tư duy trong chỉ và quán để được chứng ngộ minh tâm và giải thoát.

"Lại nữa, này Sariputta, Tỷ-kheo cần phải suy tư như sau: "Ta đã chứng ngộ minh và giải thoát chưa? " Nếu Tỷ-kheo, này Sariputta, trong khi suy tư được biết như sau: "Ta chưa chứng ngộ minh và giải thoát", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy cần phải tinh tấn tu tập minh và giải thoát. Nhưng nếu, này Sariputta, Tỷ-kheo trong khi suy tư được biết như sau: "Ta đã chứng ngộ minh và giải thoát ", thời này Sariputta, Tỷ-kheo ấy cần phải an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm tu học trong các thiện pháp.

Này Sariputta, những Sa-môn hay Bà-la-môn nào trong thời quá khứ đã làm cho khát thực được thanh tịnh, tất cả những vị ấy đã làm cho khát thực được thanh tịnh bằng cách suy tư, suy tư như vậy. Này Sariputta, những Sa-môn hay Bà-la-môn nào trong thời gian tương lai sẽ làm cho khát thực được thanh tịnh, tất cả những vị ấy sẽ làm cho khát thực được thanh tịnh, bằng cách suy tư, suy tư như vậy. Và này Sariputta, những Sa-môn, Bà-la-môn nào trong thời hiện tại, làm cho khát thực được thanh tịnh, tất cả

những vị ấy đã làm cho khát thực được thanh tịnh, bằng cách suy tư, suy tư như vậy. Vậy này Sariputta, các Ông cần phải học tập như sau: "Sau khi suy tư, suy tư, chúng ta sẽ làm cho khát thực được thanh tịnh". Này Sariputta, các Ông phải tu tập như vậy.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Tôn giả Sariputta hoan hỷ tín thọ lời Thế Tôn dạy."

Tựu chung, lục căn, lục trần, lục thức. bát chánh đạo, hay tất cả các pháp, khi an trú vào không tánh tức là cần phải an trú với hỷ và hân hoan ngày đêm trong các thiện pháp đều là sự nhận thức sáng suốt của Thượng Trí. Do sự tu tập Chánh Tư Duy như đi đứng được thanh tịnh, hành giả cần chọn những pháp cần phải được chứng ngộ với thượng trí để được Minh Tâm và Giải Thoát khỏi Vô Minh.

Tham khảo

Đại Kinh Sáu Xứ. HT. Thích Minh Châu Việt dịch đăng trong website Trung Tâm Phật Giáo Các Chùa Việt Nam, Texas.

<http://www.vnbc.org>

Kinh Khất Thực Thanh Tịnh. HT. Thích Minh Châu Việt dịch đăng trong website Trung Tâm Phật Giáo Các Chùa VN, Texas.

## 8.Yếu Chỉ kinh Nhất Dạ Hiền

\*

\*

Trước hết, chúng ta đọc bản dịch kinh Nhất dạ hiền giả do HT. Thích Minh Châu Việt dịch mà đức Phật thuyết giảng cho các vị Tỷ kheo, sau đó chúng ta rút ra yếu chỉ của kinh được linh hội để thực hành pháp chỉ đúng và nghiêm túc hơn.

### ***1. Kinh Nhất dạ hiền giả (Bhaddēkaratta sutta)***

(Thích Minh Châu dịch)

Như vậy tôi nghe.

Một thời Thế Tôn ở Savatthi (Xá-vệ), Jetavana (Kỳ-đà lâm), tại tịnh xá ông Anathapindika (Cấp Cô Độc). Ở đây Thế Tôn gọi các Tỷ kheo: "Này các Tỷ kheo".- "Thưa vâng, bạch Thế Tôn". Các vị Tỷ kheo ấy vâng đáp Thế Tôn. Thế Tôn nói như sau:

- Này các Tỷ kheo, Ta sẽ thuyết giảng cho các Ông:

'Nhứt dạ hiền giả' (Bhaddēkaratta), tổng thuyết và biệt thuyết. Hãy nghe và suy nghiệm kỹ, Ta sẽ thuyết giảng.

-Thưa vâng, bạch Thế Tôn.

Các Tỷ kheo ấy vâng đáp Thế Tôn. Thế Tôn giảng như sau:

*Quá khứ không truy tìm*

*Tương lai không ước vọng.*

Quá khứ đã đoạn tận,  
Tương lai lại chưa đến,  
Chỉ có pháp hiện tại  
Tuệ quán chính ở đây.  
Không động không rung chuyển  
Biết vậy nên tu tập,  
Hôm nay nhiệt tâm làm,  
Ai biết chết ngày mai?  
Không ai điều đình được,  
Vớ đại quân thần chết,  
Trú như vậy nhiệt tâm,  
Đêm ngày không mệt mỏi,  
Xứng gọi Nhứt dạ hiền,  
Bạc an tịnh, trầm lặng.

Và này các Tỷ kheo, thế nào là truy tìm quá khứ? Vị ấy nghĩ: "Như vậy là sắc của tôi trong quá khứ", và truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Như vậy là thọ của tôi trong quá khứ", và truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Như vậy là tưởng của tôi trong quá khứ", và truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Như vậy là hành của tôi trong quá khứ", và truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Như vậy là thức của tôi trong quá khứ", và truy tìm sự hân hoan trong ấy. Như vậy, này các Tỷ kheo, là truy tìm quá khứ.

Và này các Tỷ kheo, thế nào là không truy tìm quá khứ?

Vị ấy nghĩ: "Như vậy là sắc của tôi trong quá khứ", và không truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Như vậy là thọ của tôi trong quá khứ", và không truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Như vậy là tưởng của tôi...Như vậy là hành của tôi...Như vậy là thức của tôi trong quá khứ", và không truy tìm sự hân hoan trong ấy. Như vậy, này các Tỷ kheo, là không truy tìm quá khứ.

Và này các Tỷ kheo, thế nào là ước vọng tương lai? Vị ấy nghĩ: "Mong rằng như vậy sẽ là sắc của tôi trong tương lai", và truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Mong rằng như vậy sẽ là thọ của tôi trong tương lai", và truy tìm sự hân hoan trong ấy; "Mong rằng như vậy sẽ là tưởng của tôi...là hành của tôi... Như vậy là thức của tôi trong tương lai", và truy tìm sự hân hoan trong ấy. Như vậy, này các Tỷ kheo, là ước vọng trong tương lai.

Và này các Tỷ kheo, thế nào là không ước vọng trong tương lai? Vị ấy nghĩ: "Mong rằng như vậy sẽ là sắc của tôi trong tương lai", và không truy tìm hân hoan trong ấy; "Mong rằng như vậy sẽ là thọ của tôi trong tương lai", và không truy tìm hân hoan trong ấy; "Mong rằng như vậy sẽ là tưởng...sẽ là hành...sẽ là thức của tôi trong tương lai", và không truy tìm hân hoan trong ấy. Như vậy, này các Tỷ kheo, là không ước vọng trong tương lai.

Và này các Tỷ kheo, như thế nào là bị lôi cuốn trong các pháp hiện tại? Ở đây, này các Tỷ kheo, có kẻ vô văn phạm phu không đi đến các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh; không tu tập pháp các bậc Thánh; không đi đến các bậc Chân nhân,

không thuần thực pháp các bậc Chân nhân, không tu tập pháp các bậc Chân nhân; quán sắc là tự ngã, hay quán tự ngã là có sắc, hay quán sắc trong tự ngã, hay quán tự ngã là trong sắc, hay vị ấy quán thọ là tự ngã, hay quán tự ngã là có thọ; hay quán thọ là trong tự ngã, hay quán tự ngã là trong thọ, hay vị ấy quán tưởng là tự ngã, hay quán tự ngã là có tưởng, hay vị ấy quán tưởng là trong tự ngã; hay vị ấy quán hành là tự ngã, hay quán tự ngã là có hành, hay vị ấy quán hành là trong tự ngã, hay vị ấy quán tự ngã trong hành; hay vị ấy quán thức là tự ngã, hay quán tự ngã là có thức, hay quán thức trong tự ngã, hay quán tự ngã là trong thức. Như vậy, này các Tỷ kheo, là bị lôi cuốn trong các pháp hiện tại.

Và này các Tỷ kheo, thế nào là không bị lôi cuốn trong các pháp hiện tại? Ở đây, này các Tỷ kheo, có vị Đa văn Thánh đệ tử đi đến các bậc Thánh, thuần thực pháp các bậc Thánh, tu tập pháp các bậc Thánh, đi đến các bậc Chân nhân, thuần thực pháp các bậc Chân nhân, tu tập pháp các bậc Chân nhân. Vị này không quán sắc là tự ngã, không quán sắc là trong tự ngã, không quán tự ngã trong sắc; không quán thọ...không quán tưởng...không quán hành... không quán thức là tự ngã, không quán tự ngã là có thức, không quán thức trong tự ngã, không quán tự ngã trong thức. Như vậy, này các Tỷ kheo, là không bị lôi cuốn trong các pháp hiện tại.

Khi ta nói: “Này các Tỷ kheo, Ta sẽ giảng cho các Ông: ‘Nhứt dạ Hiền giả’, tổng thuyết và biệt thuyết”, chính duyên ở đây mà nói vậy.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỷ kheo ấy hoan hỷ, tín thọ lời dạy của Thế Tôn.

## **II. Cốt tủy của giáo pháp (Phổ Nguyệt)**

Dòng tâm thức nối tiếp từng sát na sanh diệt liên tục luôn trôi chảy không ngừng, do đó tri giác không thể nào nắm bắt thực tại một cách toàn diện được. Không gian bao la, ngũ giác quan không định vị chính xác được vì mỗi căn chỉ cảm nhận phần chức năng của mình, chẳng hạn như mắt chỉ thấy không thể nghe v.v...Thực tại toàn diện không thể giao cho tiền ngũ căn nhận thức trong không gian và thời gian trọn vẹn.

Thời gian huyễn hóa. Quá khứ đã qua và đã đoạn tận, tri giác không thể nhận diện., nên không truy tìm. Tương lai chưa đến, đối tượng không có mặt làm sao cảm nhận được, nên không ước vọng trong tương lai. Hiện tại là thời gian đang trôi chảy nối tiếp những điểm li ti sát na sanh diệt, là cái Đang Là, không nắm bắt được. Tam thời bất khả đắc, nên Phật dạy, quá khứ không truy tìm, tương lai không ước vọng, và không bị lôi cuốn trong các pháp hiện tại. Nhưng chỉ có pháp hiện tại, thì Tuệ Quán mới có thể nắm bắt được. Tuệ quán được hiển lộ thực sự trong chuyển động của pháp hiện tại (trong động tác đang là). Trong động tác đang là của pháp hiện tại nối tiếp những điểm sát na sanh diệt. Nhận thức ngay thực tại điểm của tri giác nguyên sơ và liền xa lìa nhận thức đó. Tri giác nguyên sơ là chơn thức vừa cảm nhận (vừa sanh) là vừa nhận biết thì chơn thức ấy (giác thức nguyên sơ) biến thành Giác Trí, nên gọi là Chơn thức sanh mà vô sanh vì điểm sát na sanh mà không bị diệt, do mũi tên Tuệ quán nhắm trúng và đã chuyển thức thành trí rồi. Cho nên Phật dạy, Tuệ Quán ở nơi pháp hiện tại, không động không rung chuyển. Tuệ quán là tri nhận một cách sáng suốt, vô thời gian. Vì lẽ chơn thức (tri giác nguyên sơ) là một điểm nhận thức có thật trong động tác nhận thức đầu nguồn của tri giác. Thực tại điểm này thì không động, không rung chuyển vì một điểm có thật một cách toàn diện không thêm không bớt, chính nó là nó ở đó và lúc đó (vô thời không). Vậy tri nhận thực tại điểm của giác thức nguyên sơ, chúng ta có tri

thức nguyên thủy của chân trí. Thí dụ, khi gặp con bò đang đi, ta nhận diện hình ảnh con bò đầu tiên khi thấy nó (cảm giác: first sensation), nhận biết (perceive) tên con bò là nhận thức nguyên sơ (first visual consciousness, hay chơn thức: pure perception; gọi chung là tâm thức nguyên sơ); tri nhận nhận thức đó là ta có tri thức nguyên thủy (pure cognition) của chân trí (True mind without time). Nói khác đi, khi ta thấy (niệm đầu) con bò (perception), ta biết có tánh thấy (cognize the pure perception). Vì không có thời gian kéo dài cái tri thức nguyên thủy đó nữa nên niệm đầu (thực tại điểm) của dòng tâm thức đang lăn trôi (cái đang là), nên không có trí và thức liên hợp, tư tưởng, hay khái niệm gì về con bò cả). Đó mới thật sự Giác Ngộ mọi sai lầm của Tri Giác và Giải Thoát khỏi dòng bực lưu sanh tử.

Thật vậy, chỉ có trong pháp hiện tại, bậc an tịnh nhiệt tâm trú quán như vậy ngày đêm không mệt mỏi, mới xứng đáng là "Nhứt dạ hiền giả."

Tham khảo

Kinh Nhất dạ hiền giả. HT. Thích Minh Châu Việt dịch.

## 9. Pháp Chánh Tri Kiến Trung Bộ Kinh

\* \*  
\*

Chánh tri kiến là thấy biết một cách sáng suốt. Mọi sự muốn được thấy biết phân biệt rõ ràng, tốt xấu, thiện ác, phải quấy thì cần phải trau dồi học hỏi. Trau dồi trí tuệ, nói theo thể tục, gọi là học hỏi ở trong trường hay ngoài đời để tư tưởng ngày thêm phát triển; nói theo đạo pháp, đó là thanh lọc dòng tâm thức vốn chứa những mầm móng của vô minh-- là hành trình tu dưỡng thân tâm theo Bát Chánh Đạo. Tinh túy của trau dồi Trí Tuệ là thanh lọc dòng tâm thức luôn trôi chảy và giảm trừ nghiệp chướng trong Tàng Thức đã chất chứa nhiều đời nhiều kiếp. Đó là một hành động thực hiện phương pháp chuyển Thức (Vô Minh: sự tối tăm) thành Trí (Giác Ngộ: sự sáng suốt) hay pháp chánh tri kiến.

Thật ra Chánh Tư Duy được thể hiện bằng sự nối tiếp Chánh Kiến. Thấy thực tướng của vạn hữu là vấn đề của Kiến Đại, mà phê phán thực tướng mới là công việc của Chánh Tư Duy. Khi chúng ta sử dụng đúng tri kiến, thì được giảm trừ nghiệp thức hay là nó soi mòn những tạp nhiễm trong tàng thức. Nghiệp thức là những tư tưởng vẩn vơ, do dòng tâm thức bất an luôn trôi chảy; dòng tâm thức khuấy động như vậy thì nó luôn vẩn đục. Thanh lọc tri thức vẩn vơ này bằng thể hiện chánh tri kiến, thì dòng tâm thức trở nên trong sáng và nghiệp thức (cặn bã) từ đó giảm dần. Chánh tri kiến phân biệt được đúng sai, phải quấy, thiện ác, tốt xấu, v.v..nên dùng pháp chánh tri kiến, một diệu pháp, tạo được hạnh phúc, an tâm và tránh khổ đau. Khi chúng ta tin vào luật nhân quả thì nhận thức rõ ràng rằng sự giả danh của bản ngã và sự vô thường của sự vật, nên có cái nhìn sâu sắc hơn. Sự tỉnh giác của người phật tử là bình tĩnh làm chủ được cái



ngã là sáng suốt hơn, cương quyết hơn trong hành động thiện phúc. Nhận thức ấy sẽ mở rộng sự hiểu biết của chúng ta về nguyên nhân của hạnh phúc và đau khổ. Pháp chánh tri kiến trong Trung Bộ Kinh do Ngài Sariputta (Xá lợi Phất) dẫn giải và đoạn diệt mọi hành động và tư tưởng sai lầm của bản ngã. Nhân dịp này sự ôn lại Bát Chánh Đạo, Tứ Diệu Đế hay Thập Nhị Nhân Duyên rất là hữu ích.

Trong Trung Bộ Kinh, pháp chánh tri kiến, tôn giả Sariputta nói như sau:

*-- Chư Hiền, chánh tri kiến, chánh tri kiến, được gọi là như vậy. Chư Hiền, cho đến như thế nào, một Thánh đệ tử có chánh tri kiến, có tri kiến chánh trực, có lòng tin Pháp tuyệt đối và thành tựu diệu pháp này?*

## I. Thiện và bất thiện

*-- Chư Hiền, khi Thánh đệ tử tuệ tri được bất thiện và tuệ tri được căn bản bất thiện, tuệ tri được thiện và tuệ tri được căn bản thiện, chư Hiền, khi ấy Thánh đệ tử có chánh tri kiến, có tri kiến chánh trực, có lòng tin Pháp tuyệt đối và thành tựu diệu pháp.*

\* **Bất thiện** gồm có: sát sanh, lấy của không cho, tà hạnh trong các dục, nói láo, nói hai lưỡi, ác khẩu, nói phù phiếm, tham dục, sân, tà kiến không tham sân si là căn bản thiện).

\* **Thiện** là từ bỏ tất cả các việc: sát sanh, lấy của không cho, tà hạnh trong các dục, nói láo, nói hai lưỡi, ác khẩu, nói phù phiếm, tham dục, sân, tà kiến.

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri bất thiện như vậy, tuệ tri căn bản bất thiện như vậy, tuệ tri thiện như vậy, tuệ tri căn bản thiện như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên, tẩy sạch sân tùy miên, nhổ tận gốc kiến mạn tùy miên "Tôi là", đoạn trừ vô minh, khiến minh khởi lên, diệt tận khổ đau ngay trong hiện tại. Chư Hiền, như vậy Thánh đệ tử có chánh tri kiến, có tri kiến chánh trực, có lòng tin Pháp tuyệt đối và thành tựu diệu pháp này.*

## II. Thức ăn

Phương pháp dinh dưỡng là vai trò quan trọng trong sự sống. Ăn như thế nào? và thức ăn nào cần thiết thích hợp cho đạo hạnh? Có thể qua học hỏi giới luật hoặc tùy hoàn cảnh mà thích ứng. Thức ăn được tinh khiết bằng cách: thế nào là thức ăn, tuệ tri thức ăn, tuệ tri tập khởi của thức ăn, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của ái về thức ăn, là một phương pháp tốt cho dòng tâm thức và là giảm bớt nghiệp thức kết tụ ở nội tâm. Đó là sống theo Bát Chánh Đạo bao gồm đoạn trừ tham sân si, đoạn trừ vô minh mà khiến minh khởi lên diệt tận khổ đau ngay trong hiện tại, tạo cho thân tâm thường an lạc.

*Chư Hiền, thế nào là thức ăn, thế nào là tập khởi của thức ăn, thế nào là đoạn diệt của thức ăn, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của thức ăn? Chư Hiền, có bốn loại thức ăn này, khiến các loài chúng sanh đã sanh được an trú hay các loài hữu tình sẽ sanh được hỗ trợ cho sanh. Thế nào là bốn? Đoàn thực, loại thô hay loại tế, xúc thực là thứ hai, tư niệm thực là thứ ba, thức thực là thứ tư. Từ tập khởi của ái có tập khởi của thức ăn, từ đoạn diệt của ái có đoạn diệt của thức ăn. Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của thức ăn, tức là: Chánh Tri kiến, Chánh Tư duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh tấn, Chánh Niệm, Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri thức ăn như vậy, tuệ tri tập khởi của thức ăn như*

vậy, tuệ tri đoạn diệt của thức ăn như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của thức ăn như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên, tủy sạch sân tùy miên, nhổ tận gốc kiến mạn tùy miên "Tôi là", đoạn trừ vô minh, khiến minh khởi lên, diệt tận khổ đau ngay trong hiện tại. Chư Hiền, như vậy Thánh đệ tử có chánh tri kiến, có tri kiến chánh trực, có lòng tin Pháp tuyệt đối và thành tựu diệu pháp này.

### III. Bát Chánh Đạo (TĐVADP)

**Bát Chánh Đạo:** Astangika-marga (skt)-Ashtangika-Magga (p).

**(I).** Nghĩa của Bát Chánh Đạo-The Meanings of Astangika-marga: Bát Chánh đạo-Tám con đường đúng-Con đường dẫn tới sự chấm dứt đau khổ, mục đích của diệu đế thứ ba trong tứ diệu đế (Đạo đế). Bát Chánh Đạo là tám nẻo trong 37 nẻo Bồ đề. Tu tập Bát Chánh Đạo sẽ đưa đến những lợi ích thực sự như tự cải tạo tự thân, vì tu bát chánh đạo là sửa đổi mọi bất chính, sửa đổi mọi tội lỗi trong đời sống hiện tại, đồng thời còn tạo cho thân mình có một đời sống chân chánh, lợi ích và thiện mỹ; cải tạo hoàn cảnh vì nếu ai cũng tu bát chánh đạo thì cảnh thế gian sẽ an lành tịnh lạc, không còn cảnh khổ đau bất hạnh gây nên bởi hận thù, tranh chấp hay chiến tranh giữa người với người, giữa nước này với nước kia, hay chủng tộc này với chủng tộc khác, ngược lại lúc đó thanh bình sẽ vĩnh viễn ngự trị trên quả đất này; tu bát chánh đạo còn là căn bản đầu tiên cho sự giác ngộ, là nền tảng chánh giác, là căn bản giải thoát, ngày nay tu bát chánh đạo là gieo trồng cho mình những hạt giống Bồ Đề để ngày sau gặt hái quả Niết Bàn Vô Thượng.

**1) Chánh Kiến** (hiểu đúng): Samyag-drsti (skt)-Samma-ditthi (p).

· Chánh kiến là nhận thấy một cách khách quan ngay thẳng; thấy thế nào thì ghi đúng thế ấy, không bị thành kiến hoặc tình cảm ảnh hưởng mà làm cho sự nhận xét bị sai lệch; biết phân biệt cái thật cái giả; nhận thức đạo lý chân chánh để tiến tới tu hành giải thoát.

· Không bị ảo giác. Hiểu biết đúng về tứ diệu đế về khổ, vì sao có khổ, làm cách nào diệt khổ và con đường dẫn tới diệt khổ. Hiểu rõ về tính vô ngã của sự tồn tại.

**2) Chánh Tư Duy** (nghĩ đúng): Samyag-samkalpa (skt)-Samm-sakappa (p).

· Chánh tư duy là suy nghĩ đúng với lẽ phải, có lợi cho mình, và có lợi cho người khác. Suy nghĩ những hành vi làm lỗi, những tâm niệm xấu xa cần phải cải sửa. Suy nghĩ giới định tuệ để tu tập giải thoát. Suy xét vô minh là nguyên nhân của mọi sự đau khổ, là nguồn gốc của mọi tội ác; suy nghĩ tìm phương pháp đúng để tu hành giải thoát cho mình và cho người.

· Nghĩ đúng là ý nghĩ từ bỏ mọi dục vọng tham sân si. Nghĩ đúng là luôn nghĩ về lòng khoan dung và nhân từ với mọi loài.

**3) Chánh Ngữ** (nói đúng): Samyag-vaca (skt)-Samma-vaca (p).

· Chánh ngữ là nói lời thành thật và sáng suốt, nói hợp lý, nói không thiên vị, nói thẳng chứ không nói xéo hay xuyên tạc, nói lời thận trọng và hòa nhã; nói lời không tổn hại và có lợi ích chung.

· Nói đúng là không nói dối, không ba hoa, tán gẫu hay dèm pha.

**4) Chánh Nghiệp** (làm đúng): Samyag-karmanta (skt)-Samm-kammanta (p).

· Chánh nghiệp là hành động chân chánh, đúng với lẽ phải, có ích lợi chung. Luôn luôn hành động trong sự tôn trọng hạnh phúc chung; tôn trọng lương tâm nghề nghiệp của mình; không làm tổn hại đến quyền lợi, nghề nghiệp, địa vị, danh dự, và tính mạng của người khác; giữ gìn thân khẩu ý bằng cách luôn tu tập mười nghiệp lành và nhổ dứt mười nghiệp dữ.

· Chánh nghiệp còn có nghĩa là tránh những hành động tà vạy, sống thanh khiết, không làm gì tổn hại đến tha nhân, không trộm cắp, không tà dâm.

### **5) Chánh Mạng** (mưu sinh đúng): Samyag-ajiva (skt)-Samma-ajiva (p).

· Chánh mạng có nghĩa là sinh sống chân chính và lương thiện; không làm giàu trên mồ hôi nước mắt của người khác; không đối xử tệ bạc với người khác; không sống bám vào người khác; không mê tín dị đoan; không sống bằng miệng lưỡi mồi lái để kiếm lợi..

· Chánh mạng còn có nghĩa là mưu sinh đúng là tránh những nghề gây phương hại cho những chúng sanh khác như đồ tể, đi săn, buôn bán vũ khí, buôn bán xì ke ma túy, v.v. Mưu sinh đúng còn có nghĩa là chối bỏ mọi lối sống tà vạy.

### **6) Chánh Tinh Tấn** (nỗ lực đúng): Samyag-vyayama (skt)-Samma-vayama (p).

· Chánh tinh tấn có nghĩa là chuyên cần siêng năng làm lợi mình và lợi người; không làm những việc bất chính như sát hại, gian xảo, đàng điếm, cờ bạc, ác độc và bỉ ổi, vẩn vẩn; ngược lại phải chú tâm làm những việc lành, tạo phước nghiệp.

· Chánh tinh tấn còn có nghĩa là nỗ lực đúng có nghĩa là cố gắng không cho phát khởi những điều tà vạy, cố gắng vượt qua những tà vạy đang mắc phải, cố gắng làm nẩy nở những điều thiện lành chưa nẩy nở, cố gắng phát huy những điều thiện lành đã phát khởi. Chánh tinh tấn còn có nghĩa là vun bồi thiện nghiệp cùng lúc nhổ bỏ ác nghiệp.

### **7) Chánh Niệm** (chú tâm đúng): Samyag-smrti (skt)-Samma-sati (p).

· Chánh niệm là nhớ đến những điều hay lẽ phải, những điều lợi lạc cho mình và cho người..

· Chánh niệm còn có nghĩa là ức niệm hay nghĩ nhớ tới cảnh quá khứ, nhớ đến lỗi lầm cũ để sửa đổi, nhớ ân cha mẹ thầy bạn để báo đáp, nhớ ân tổ quốc để phụng sự bảo vệ; nhớ ân chúng sanh để giúp đỡ trả đền; nhớ ân Phật Pháp Tăng để tinh tấn tu hành.

· Chánh niệm còn có nghĩa là quán niệm hay quán sát cảnh hiện tại và tưởng tượng cảnh tương lai. Chúng ta nên quán tưởng đến cảnh đời đau khổ, bệnh tật, mê mờ của chúng sanh mà khuyến tu; tưởng niệm làm những điều lợi ích chung, không thối lui, không e ngại khó khăn nhọc nhằn.

· Chánh niệm còn có nghĩa là chú tâm đúng là tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Lúc nào cũng tỉnh táo dẹp bỏ tham lam và buồn khổ của thế tục. Chánh niệm còn có nghĩa là lúc nào cũng tỉnh giác về thân thể, cảm xúc, tư tưởng cũng như những đối tác bên ngoài.

### **8) Chánh Định** (tập trung tư tưởng đúng): Samyag-samadhi (skt)-Samma-samadhi (p).

· Chánh định là tập trung tư tưởng đúng là tập trung vào việc từ bỏ những điều bất thiện và tập trung tinh thần được hoàn tất trong bốn giai đoạn thiền định..

· Chánh định còn có nghĩa là tập trung tư tưởng vào một vấn đề gì để thấy cho rõ ràng, đúng với chân lý, có lợi ích cho mình và cho người.

## (II). Những lời Phật dạy về “Bát Chánh Đạo” trong Kinh Pháp Cú.

1) Bát Chánh Đạo là đạo thù thắng hơn các đạo. Tứ đế là lý thù thắng hơn các lý. Ly dục là pháp thù thắng hơn các pháp. Cụ nhân là bậc thù thắng hơn các bậc Thánh hiền..

2) Chỉ có con đường này, chẳng còn con đường nào khác có thể làm cho tri kiến các người thanh tịnh. Các người thuận làm theo, thì bọn ma bị rối loạn.

3) Các người thuận tu theo Chánh đạo trên này, thì khổ não sẽ dứt hết, và biết rằng Đạo ta nói có sức trừ diệt chông gay..

4) Thận trọng lời nói, kèm chế ý nghĩ, thân không làm ác, ba nghiệp thanh tịnh, là được Đạo Thánh Nhơn..

## IV. Tứ diệu đế (TĐVADP)

Bốn chân lý nhiệm mầu trong giáo lý nhà Phật, nói rõ vì đâu có khổ và con đường giải thoát. Người ta nói Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng bài pháp đầu tiên về “Tứ Diệu Đế” trong vườn Lộc Uyển, sau khi Ngài giác ngộ thành Phật. Trong đó Đức Phật đã trình bày: “Cuộc sống chứa đầy đau khổ, những khổ đau đó đều có nguyên nhân, nguyên nhân của những khổ đau này có thể bị hủy diệt bằng con đường diệt khổ.

**1) Khổ Đế:** Duhkha-satya (skt)-Sự thật về khổ-Mọi hiện hữu đều có bản chất khổ chứ không mang lại toại nguyện (sự khổ vô biên vô hạn, sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, thương yêu mà phải xa lìa khổ, oán ghét mà cứ gặp nhau là khổ, cầu bất đắc khổ, vân vân. Khổ đeo theo ngũ uẩn như sắc thân, sự cảm thọ, tưởng tượng, hình ảnh, hành động, tri

**2) Tập Đế:** Samudhaya-satya (skt)-Sự thật về căn nguyên của cái khổ..

Tập Đế là sự thật rõ ràng về nguồn gốc của những nỗi khổ. Theo giáo lý nhà Phật, tham ái là nguyên nhân của đau khổ. Những dục vọng xấu xa nảy nở từ những việc vụn vặt trong gia đình, lan ra ngoài xã hội, và nở lớn thành chiến tranh giữa các chủng tộc, giữa các quốc gia, hay giữa những phe nhóm của các quốc gia trên thế giới. Ngu si là nguyên nhân của mọi cái khổ (sự ham sống làm cho chúng sanh cứ mãi chết đi sống lại, hễ ham sống tất ham vui sướng, ham quyền thế, ham tài sản, càng được càng ham.

**3) Diệt Đế:** Nirodha-satya (skt)-Chân lý diệt khổ-Cứu cánh diệt khổ là Niết bàn tịnh tịch (nếu chịu hạ lòng tham xuống rồi bỏ nó đi, hay trục nó ra khỏi mình thì gọi là diệt.

**4) Đạo Đế:** Marga-satya (skt)-Chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Thánh đạo. Đức Phật đã dạy rằng: “Bất cứ ai chấp nhận Tứ Diệu Đế và chịu hành trì Bát Chánh Đạo, người ấy sẽ hết khổ và chấm dứt luân hồi sanh tử.(TĐVADP)

*Chư Hiền, thế nào là Khổ, thế nào là Tập khởi của khổ, thế nào là Đoạn diệt của khổ, thế nào là Con Đường đưa đến đoạn diệt của khổ? Sanh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, sầu bi khổ ưu não là khổ, cầu không được là khổ, tóm lại năm thủ uẩn là khổ. Chư Hiền, như vậy gọi là Khổ.*

*Chư Hiền, thế nào là Tập khởi của khổ? Chính là ái đưa đến tái sanh, cùng khởi hỷ dục và tham hướng đến tái sanh, cùng khởi hỷ dục và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia, tức là dục ái, hữu ái, phi hữu ái. Chư Hiền, như vậy gọi là Tập khởi của khổ.*

*Chư Hiền, thế nào là Đoạn diệt của khổ? Đó là sự đoạn diệt, ly tham, không có dư tàn,*

*sự quăng bỏ, sự từ bỏ, sự giải thoát, sự vô chấp khát ái ấy.*

*Chư Hiền, thế nào là Con Đường đưa đến đoạn diệt của khổ? Chính là Thánh Đạo Tám Ngành đưa đến khổ diệt, tức là Chánh tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri Khổ như vậy, tuệ tri Tập khởi của khổ như vậy, tuệ tri Đoạn diệt của khổ như vậy, tuệ tri con Đường đưa đến đoạn diệt của khổ như vậy, khi ấy vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên, tủy sạch sân tùy miên,... (như trên)... và thành tựu diệu pháp này.*

## **V. Thập Nhị Nhân Duyên**

Ý nghĩa của Thập Nhị Nhân Duyên (TĐVADP)

Theo đạo Phật, mọi sự mọi vật trong vũ trụ không thể đứng riêng một mình mà có được; trái lại phải nương nhờ nhau mà thành. Riêng về loài hữu tình như con người thì do mười hai nhân duyên nương nhau mà thành một chuỗi sinh tử vô hạn, nối tiếp từ quá khứ đến hiện tại và vị lai. Muốn hiểu rõ guồng máy của sự sinh tử luân hồi của kiếp người trong bể khổ trần gian, Phật tử nên thông đạt thuyết “Thập Nhị Nhân Duyên” và phải tìm hiểu phương pháp để diệt trừ cái vòng lẩn quẩn sinh tử luân hồi ấy. Nhân là công năng sinh trưởng tất cả sự vật, duyên là sự trợ giúp cho công năng được thực hiện. Cũng như gieo đậu được đậu, nhưng trước hết chúng ta phải có hạt đậu giống, gieo xuống đất, rồi nhờ ánh sáng mặt trời, mưa, tưới, bón phân, nhân công chăm sóc mới có sự nảy mầm thành cây đậu, trái đậu. Hạt giống là nhân; đất, ánh sáng, nước, vân vân là duyên. Do nhân có duyên trợ giúp nên có quả. Theo Phật giáo, quả không bao giờ do một nhân duy nhất mà thành; nhiều nhân và nhiều duyên mới thành một quả. Vì vậy chúng ta có thể kết luận vạn vật trong vũ trụ nương nhau mà phát sanh, đây là định luật tất yếu. Thập Nhị Nhân Duyên là mười hai mắt xích trong vòng sanh tử. Nhân duyên sinh sản trong lệ thuộc. Tất cả các hiện tượng thể chất và tâm thần tạo thành sự sống của chúng sanh đều có những liên hệ phụ thuộc lẫn nhau. Đây là mười hai ràng buộc sinh linh vào luân hồi sinh tử.

1) Vô minh: Avidya (skt)

a) Vô minh có nghĩa là ngu dốt, hay hiểu sai lầm, không sáng, mê muội, không đúng như thật, mờ ám. Ngoài ra, vô minh còn có nghĩa là hoặc, mê tối, mù quáng tối tăm.

b) Vô minh còn có nghĩa là không hiểu được tứ diệu đế, không hiểu được thực chất và nguyên nhân khổ đau cuộc đời, không biết được diệt khổ, không biết được con đường diệt khổ. Từ vô minh sanh ra hành.

c) Sự ngu dốt lầm nhận những hiện tượng huyễn hóa trên đời này mà cho rằng chúng là có thật.

2) Hành: Samskara (skt)-Hành có nghĩa là hành vi, hoạt động do vô minh phiền não nổi lên làm cho thân, khẩu, ý tạo tác các nghiệp lành dữ, tức là sẽ tự thắt vào vòng luân hồi sanh tử, hay tiến dần đến giải thoát. Từ hành sanh ra thứcconsciousness.

3) Thức: Vijnana (skt)..

a) Lục thức và Bát Thức.

b) Thần thức là phần tinh thần. Nếu chưa được giải thoát thì sau khi chết, thân xác tiêu tan, nhưng do thân khẩu ý tạo những nghiệp lành dữ, ý thức ấy sẽ đi theo tiến trình luân hồi mà đi vào bụng mẹ. Chỉ khi nào tam nghiệp đồng thanh tịnh thì người ấy được

giải thoát. Từ ý thức ấy sanh ra một cái tên hay danh sắc.

4) Danh sắc: Namarupa (skt)-Sau khi sanh ra, nhờ vào ý thức mà chúng sanh ấy biết rằng nó có tên và thân thể, từ đó có ý thức về giác quan..

5) Lục nhập: Sadayatana (skt)-Sáu cơ quan bao gồm ngũ quan và tâm, nơi tiếp xúc với đối tượng bên ngoài.

6) Xúc: Sparsa (skt)-Sự tiếp xúc với thế giới bên ngoài, từ đó sanh ra cảm giác.

7) Thọ: Vedana-Những cảm giác vui, buồn, sướng khổ. Qua cảm giác đưa tới sự ham muốn

8) Ái: Trsna (skt)-Ham muốn vui sướng kéo dài. Từ ham muốn đưa đến trối buộc.

9) Thủ: Upadana (skt)-Chấp thủ vào những thứ mà mình ham thích.

10) Hữu: Bhava (skt). Từ những tham dục mà chấp hữu, cố gắng làm chủ những gì mình muốn như tiền bạc, nhà cửa, danh vọng, vãn vãn. Qua chấp hữu mà “sanh” theo liền.

11) Sinh: Jati (skt)

12) Lão Tử: Jaramarana (skt)

## **1. Vô minh**

*Chư Hiền, thế nào là vô minh, thế nào là tập khởi của vô minh, thế nào là đoạn diệt của vô minh, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của vô minh? Sự không tuệ tri về khổ, không tuệ tri về khổ tập, không tuệ tri về khổ diệt, không tuệ tri về con đường đưa đến khổ diệt, Chư Hiền, như vậy gọi là vô minh. Từ tập khởi của lậu hoặc, có tập khởi của vô minh; từ đoạn diệt của lậu hoặc, có đoạn diệt của vô minh; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của vô minh, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri vô minh như vậy, tuệ tri tập khởi của vô minh như vậy, tuệ tri đoạn diệt của vô minh như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của vô minh như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Tùy nơi Vô Minh mà phát sanh Hành: Từ nơi vô minh mà phát sanh ra các hành động điên đảo mê lầm.

## **2. Hành**

*Chư Hiền, thế nào là hành, thế nào là tập khởi của hành, thế nào là đoạn diệt của hành, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của hành? Chư Hiền, có ba loại hành này: thân hành, ngữ hành, tâm hành. Từ tập khởi của vô minh, có tập khởi của hành; từ đoạn diệt của vô minh, có đoạn diệt của hành; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của hành, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri hành như vậy, tuệ tri tập khởi của hành như vậy, tuệ tri đoạn diệt của hành như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của hành như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Tùy nơi Hành mà phát sanh Thức: Do nơi các hành động của thân khẩu ý hành xử sai quấy mà sanh ra cái thức tánh phân biệt phải quấy, v.v...

### **3. Thức**

*Chư Hiền, thế nào là thức, thế nào là tập khởi của thức, thế nào là đoạn diệt của thức, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của thức? Chư Hiền, có sáu loại thức này: nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức. Từ tập khởi của hành, có tập khởi của thức; từ đoạn diệt của hành có đoạn diệt của thức; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của thức, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri thức như vậy, tuệ tri tập khởi của thức như vậy, tuệ tri đoạn diệt của thức như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của thức như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Tùy nơi Thức phát sanh Danh Sắc: Do nơi thức phân biệt sai quấy mà cảm thọ thành thân tứ đại hay danh sắc.

### **4. Danh sắc**

*Chư Hiền, thế nào là danh sắc, thế nào là tập khởi của danh sắc, thế nào là đoạn diệt của danh sắc, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của danh sắc? Thọ, tưởng, tư, xúc, tác ý, chư Hiền, như vậy gọi là danh; bốn đại và sắc do bốn đại tạo thành, chư Hiền, như vậy gọi là sắc; như vậy đây là danh và đây là sắc, Chư Hiền, như vậy gọi là danh sắc. Từ tập khởi của thức, có tập khởi của danh sắc; từ đoạn diệt của thức, có đoạn diệt của danh sắc; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của danh sắc, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri danh sắc như vậy, tuệ tri tập khởi của danh sắc như vậy, tuệ tri đoạn diệt của danh sắc như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của danh sắc như vậy, khi ấy, vị ấy, đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Danh Sắc dẫn đến chấm dứt Lục Căn: Khi không có thân danh sắc thì lục căn cũng không thành.

### **5. Nhập**

*Chư Hiền, thế nào là sáu nhập, thế nào là tập khởi của sáu nhập, thế nào là đoạn diệt của sáu nhập, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của sáu nhập? Chư Hiền, có sáu nhập này: nhãn nhập, nhĩ nhập, tỷ nhập, thiệt nhập, thân nhập, ý nhập. Từ tập khởi của danh sắc có tập khởi của sáu nhập; từ đoạn diệt của danh sắc có đoạn diệt của sáu nhập; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của sáu nhập, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào vị Thánh đệ tử tuệ tri sáu nhập như vậy, tuệ tri tập khởi của sáu nhập như vậy, tuệ tri đoạn diệt của sáu nhập như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của sáu nhập như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu hạnh pháp này.*

Chấm dứt Lục Căn dẫn đến chấm dứt Xúc: Khi thân lục căn bất tịnh không có, thời sự tiếp giao giữa nam nữ cũng như cảm xúc với lục trần cũng không có.

### **6. Xúc**

*Chư Hiền, thế nào là xúc, thế nào là tập khởi của xúc, thế nào là đoạn diệt của xúc, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của xúc? Chư Hiền, có sáu loại xúc này: nhãn xúc,*

*nhĩ xúc, tỷ xúc, thiết xúc, thân xúc, ý xúc. Từ tập khởi của sáu nhập, có tập khởi từ xúc; từ đoạn diệt của sáu nhập, có đoạn diệt của xúc, và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của xúc, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định. Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri xúc như vậy, tuệ tri tập khởi của xúc như vậy, tuệ tri đoạn diệt của xúc như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của xúc như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Xúc dẫn đến chấm dứt Thọ: Khi sự tiếp xúc với nhau không có, thì sự thọ lãnh cũng không có.

## **7. Thọ**

*Chư Hiền, thế nào là thọ, thế nào là tập khởi của thọ, thế nào là đoạn diệt của thọ, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của thọ? Chư Hiền, có sáu loại thọ này: thọ do nhãn xúc sanh, thọ do nhĩ xúc sanh, thọ do tỷ xúc sanh, thọ do thiết xúc sanh, thọ do thân xúc sanh, thọ do ý xúc sanh. Từ tập khởi của xúc, có tập khởi của thọ; từ đoạn diệt của xúc, có đoạn diệt của thọ; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của thọ, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri thọ như vậy, tuệ tri tập khởi của thọ như vậy, tuệ tri đoạn diệt của thọ như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của thọ như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Thọ dẫn đến chấm dứt Ái: Khi sự thọ dụng không có thì không có yêu ái, thương mến, và ham mong, vân vân...

## **8. Ái**

*Chư Hiền, thế nào là ái, thế nào là tập khởi của ái, thế nào là đoạn diệt của ái, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của ái? Chư Hiền, có sáu loại ái này: sắc ái, thanh ái, hương ái, vị ái, xúc ái, pháp ái. Từ tập khởi của thọ, có tập khởi của ái, từ đoạn diệt của thọ, có đoạn diệt của ái, và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của ái, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri ái như vậy, tuệ tri tập khởi của ái như vậy, tuệ tri đoạn diệt của ái như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của ái như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp.*

Chấm dứt Ái dẫn đến chấm dứt Thủ: Do sự yêu ái không sanh thời sự chiếm hữu hay chấp giữ cũng không do đâu mà sanh khởi được.

## **9. Thủ**

*Chư Hiền, thế nào là thủ, thế nào là tập khởi của thủ, thế nào là đoạn diệt của thủ, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của thủ? Chư Hiền, có bốn thủ này: dục thủ, kiến thủ, giới cấm thủ, ngã luận thủ. Từ tập khởi của ái, có tập khởi của thủ; từ đoạn diệt của ái, có đoạn diệt của thủ; và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của thủ, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri thủ như vậy, tuệ tri tập khởi của thủ như vậy, tuệ tri đoạn diệt của thủ như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của thủ như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Thủ dẫn đến chấm dứt Hữu: Do sự chấp giữ không còn, thời cũng không có



cái của ta hay của người.

## 10. Hữu

*Chư Hiền, thế nào là hữu, thế nào là tập khởi của hữu, thế nào là đoạn diệt của hữu, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của hữu? Chư Hiền, có ba hữu này: dục hữu, sắc hữu, vô sắc hữu. Từ tập khởi của thủ, có tập khởi của hữu; từ đoạn diệt của thủ có đoạn diệt của hữu và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của hữu, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri hữu như vậy, tuệ tri tập khởi của hữu như vậy, tuệ tri đoạn diệt của hữu như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của hữu như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên... và thành tựu diệu pháp này.*

Chấm dứt Hữu dẫn đến chấm dứt Sanh: Do cái của ta hay của người không còn, thời không còn tái sanh nữa.

## 11. Sanh

*Chư Hiền, thế nào là sanh, thế nào là tập khởi của sanh, thế nào là đoạn diệt của sanh, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của sanh? Thuộc bất kỳ hữu tình giới nào trong từng mỗi loại hữu tình, sự sanh, hiện khởi, xuất hiện, hiện diện, hiện hành các uẩn, tụ đặc các xứ; Chư Hiền, như vậy gọi là sanh. Từ sự tập khởi của hữu có sự tập khởi của sanh, từ sự đoạn diệt của hữu, có sự đoạn diệt của sanh, và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của sanh, tức là: Chánh Tri kiến... Chánh Định.*

Chấm dứt sanh còn dẫn tới chấm dứt Lão, Tử, Sầu Muộn, Ta Thán, Đau Khổ, Phiền Não, và Thất Vọng.

### 1. Già và chết

*Chư Hiền, thế nào là già chết, thế nào là tập khởi của già chết, thế nào là đoạn diệt của già chết, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của già chết? Thuộc bất kỳ hữu tình giới nào, trong từng mỗi loại hữu tình, sự già cả, suy lão, rụng răng, tóc bạc da nhăn, tuổi thọ ngày một hao mòn, bại hoại các căn; chư Hiền, như vậy gọi là già. Chư Hiền thế nào là chết? Thuộc bất kỳ hữu tình giới nào trong từng mỗi loại hữu tình, sự mệnh một, từ trần, hủy hoại, hoại diệt, tử biệt, mệnh chung, hủy hoại các uẩn, vất bỏ hình hài; chư Hiền, như vậy gọi là chết. Già như vậy và chết như vậy, chư Hiền, như vậy gọi là già chết. Từ sự tập khởi của sanh, có sự tập khởi của già chết, từ sự đoạn diệt của sanh, có sự đoạn diệt của già chết. Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của già chết, tức là: Chánh Tri kiến... (như trên)... Chánh Định.*

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri già chết như vậy, tuệ tri tập khởi của già chết như vậy, tuệ tri đoạn diệt của già chết như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của già chết như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên, tẩy sạch sân tùy miên... (như trên)..., và thành tựu diệu pháp này.*

Tùy nơi Già yếu Khổ Đau mà lại Tử: Lão duyên tử, tức là hễ có già yếu khổ đau là cuối cùng có chết.

## VI. Kết Luận

Con đường đưa đến đoạn diệt **Lậu hoặc** đó là **Pháp Chánh Tri Kiến** nói riêng và

Thánh Đạo Tám Ngành (Bát Chánh Đạo) nói chung.

Theo Thanh Tịnh Đạo, **lậu hoặc** là từ để chỉ dục tham, hữu tham, tà kiến và vô minh, vì những cấu uế này tiết lậu từ các căn môn không được phòng hộ, như nước rỉ từ bình chầy, hoặc vì chúng phát sanh những khổ sanh tử:

1) Bộc lưu: Cản quét, lùa vào biển hữu, khó vượt qua,

2) Hệ Phược: Không cho phép gỡ ra khỏi một đối tượng, và không gỡ khỏi khổ.

Nói chung, lậu hoặc là điều ô uế, sự đòi bại, ham mê, sự mê đắm, nghiện (rượu và thuốc), hay nhớ bản.

*Chư Hiền, thế nào là lậu hoặc, thế nào là tập khởi của lậu hoặc, thế nào là đoạn diệt của lậu hoặc, thế nào là con đường đưa đến đoạn diệt của lậu hoặc? Chư Hiền, có ba lậu hoặc này: dục lậu, hữu lậu, vô minh lậu. Từ tập khởi của vô minh có tập khởi của lậu hoặc; từ đoạn diệt của vô minh có đoạn diệt của lậu hoặc và Thánh Đạo Tám Ngành này là con đường đưa đến đoạn diệt của lậu hoặc, tức là: **Chánh Tri kiến, Chánh Tư duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh tấn, Chánh Niệm, Chánh Định.***

*Chư Hiền, khi nào Thánh đệ tử tuệ tri lậu hoặc như vậy, tuệ tri tập khởi của lậu hoặc như vậy, tuệ tri đoạn diệt của lậu hoặc như vậy, tuệ tri con đường đưa đến đoạn diệt của lậu hoặc như vậy, khi ấy, vị ấy đoạn trừ tất cả tham tùy miên, tủy sạch sân tùy miên, nhổ tận gốc kiến mạn tùy miên "Tôi là", đoạn trừ vô minh, khiến minh khởi lên, diệt tận khổ đau ngay trong hiện tại. Chư Hiền, như vậy Thánh đệ tử có chánh tri kiến, có tri kiến chánh trực, có lòng tin Pháp tuyệt đối và thành tựu diệu pháp này.*

*Tôn giả Sariputta thuyết giảng như vậy. Các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ, tín thọ lời giảng của Tôn giả Sariputta.*

### Tham khảo

Kinh Chánh tri kiến (Sammāditthi sutta). **Trung Bộ Kinh (Majjhima Nikaya)**. Thích Minh Châu Việt dịch (**Chữ nghiên**)

đăng trong website **Quảng Đức (Kinh Điển)**: <http://www.quangduc.com/>

Nhất Nguyên Luận. Phổ Nguyệt, 2003. đăng trong website Tạng Thư Phật Học: <http://www.tangthuphathoc.com>.

TĐVADP. Tự Điển Việt Anh. Thiện Phúc. Trích trong website Diệu Pháp: <http://www.dieuphap.com/>

## 10. Hiểu Biết Chơn Thật Là Sự Giải Thoát

\*  
\*

### I. Đại Cương

Giải thoát là xa lìa mọi sai lầm của các pháp của tâm thức, không bị xúc thọ ái ràng buộc. "**trong sự giải thoát là sự hiểu biết.**" Thật vậy, sự hiểu biết sáng suốt, là tuệ tri, là cái biết vô thời không, trong sát na hiện tiền. Khi hành giả tuệ tri (biết của Trí) về lục căn, lục trần, hay lục thức, (**Tâm thức**) và không có thời gian, thì xúc, thọ, ái không có kẻ hở để khởi sanh. Như hành giả quán, " tuệ tri ' Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa" thì dòng tâm thức ngừng chảy (vô thời không), tức là không suy nghĩ thêm quan niệm, hay tư tưởng gì về tâm thức đó. Khi xúc, thọ, ái không khởi sanh trong tâm, thì đoạn được thân kiến cũng như chúng không ràng buộc và gây ba độc, thì lúc ấy được giải thoát khỏi các lậu hoặc và không có chấp thủ.

Phật giải rõ ràng pháp **giải thoát**, "*Này các Tỷ-kheo, do thấy vậy, vị Đa văn Thánh đệ tử yếm ly mắt, yếm ly các sắc, yếm ly nhãn thức; yếm ly nhãn xúc, yếm ly thọ, yếm ly ái. Vị ấy yếm ly tai, yếm ly các tiếng, yếm ly mũi, yếm ly các hương; yếm ly lưỡi, yếm ly các vị; yếm ly thân, yếm ly các xúc; yếm ly ý, yếm ly các pháp; yếm ly ý thức, yếm ly ý xúc, yếm ly thọ, yếm ly ái.*

*Do yếm ly, vị ấy ly tham. Do ly tham vị ấy giải thoát. Trong sự giải thoát là sự hiểu biết: "Ta đã được giải thoát". Và vị ấy tuệ tri: "Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa"(Kinh Sáu Xứ)*

## II. HIỂU BIẾT CHÂN THẬT SOI SÁNG SỰ VÔ MINH

### • Vô Minh.

Trong Đại Kinh Sáu Xứ, đầu tiên Phật giải về nhãn căn sắc trần và nhãn thức theo thường tình. Chúng ta nhìn một vật thì không thấy không biết như chơn mắt, không thấy không biết như chơn các sắc, không thấy không biết như chơn nhãn thức vì chúng ta chưa hiểu được chơn mắt, chơn các sắc, và chơn nhãn thức như thế nào? Thật ra, Chơn mắt, chơn sắc, và chơn nhãn thức là một khi nhìn một vật gì thì sử dụng một lần mà thôi. Nếu dùng tiếp hay kéo dài thời gian là một vật đó đã huyền hóa hay mất, sắc (vật), hay thấy (nhãn thức) không còn nguyên thủy sử dụng mà đã xài qua rồi, không còn mắt củ, vật đầu tiên, thấy nguyên sơ cũng bị xúc thọ ái lăn trôi theo thời gian mà có những khái niệm, nên mắt, sắc, thấy đã biến thể. Nói chung, trong Trí (hay Tâm) chúng ta đều có chứa sẵn biểu hiện Trí Năng, Tình Năng và Hoạt Năng, nên dây thần kinh dẫn truyền lên não hình ảnh của chơn sắc từ chơn mắt để có chơn nhãn thức thì đồng thời đã xúc chạm dây thần kinh thị giác, có nhãn nhãn xúc; do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ. Vì chúng ta không thấy không biết chơn cảm thọ như thường tình, mà có ái trước (ái đã có trong A Lại Da thức) đối với mắt (mắt lập lại), ái trước đối với các sắc (hình ảnh có sẵn tích tụ) và ái trước đối với nhãn xúc (Xúc có sẵn trong trong A-Lai-Da Thức: ký ức). Từ đó do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, bất khổ bất lạc thọ mà ái trước đối với cảm thọ ấy.

Khi chúng ta nhận thức và quán sát vị ngọt, chấp vào ái trước (ký ức), rồi sự hệ lụy và say đắm nên năm thủ uẩn được tích trữ trong tương lai. Ái ấy tái sanh, ưa thích ngũ dục. Thủ Hữu là tìm cầu và giữ lấy những thú vui và tham luyến, sanh thân ưu não, thân nhiệt não, và tâm khổ não. Nên tạo nên những cái có, chính những cái sở hữu này là những nghiệp. Cảm thọ thân khổ và tâm khổ.

Không thấy không biết như chơn lục căn, chơn lục trần và chơn lục thức thì những hệ lụy và say đắm cũng xảy ra tương tự như trên. Nói cách khác, không thấy không biết chơn lục căn, lục trần, lục thức là thể cách nhận thức sự vật một cách vô minh của tâm thức thường tình.

### ***Ngu si phải sinh tử***

*Ngu Si hay Vô Minh*: Avijja (p)—Avidya (skt) là không giác ngộ. Vô minh là đầu mối của sanh tử luân hồi, mắt xích thứ nhất hay mắt xích cuối cùng trong Thập Nhị Nhân Duyên. Cái tâm ám độn, không chiếu rọi được rõ ràng sự lý của các pháp. Vô minh là si mê hay không giác ngộ, một trong ba ngọn lửa cần phải dập tắt trước khi bước chân vào Niết bàn. Đây là trạng thái sai lầm của tâm làm khởi dậy sự tin tưởng về bản ngã.

Những lời Phật dạy về “Vô Minh” trong Kinh Pháp Cú::

- 1) Người ngu suốt đời gần gũi người trí vẫn chẳng hiểu gì Chánh pháp, ví như cái muỗng múc canh luôn mà chẳng bao giờ biết được mùi vị của canh;
- 2) Kẻ phàm phu không giác ngộ nên đi chung với cừu địch một đường. Cũng thế, những người tạo ác nghiệp nhất định phải cùng ác nghiệp đi đến khổ báo. (Dharmapada 66).
- 3) Khi ác nghiệp chưa thành thực, người ngu tưởng như đường mật, nhưng khi ác nghiệp đã thành thực, họ nhứt định phải chịu khổ đắng cay. (Dharmapada 69).
- 4) Từ tháng này qua tháng khác, với món ăn bằng đầu ngọn cỏ Cô-sa (cỏ thơm), người ngu có thể lấy để nuôi sống, nhưng việc làm ấy không có giá trị bằng một phần mười của người tư duy Chánh pháp. (Dharmapada 70).
- 5) Kẻ ngu xuẩn thường hay muốn danh tiếng mà mình không xứng: chỗ ngồi cao trong Tăng chúng, oai quyền trong Tăng lữ, danh vọng giữa các gia tộc khác. (Dharmapada 73).

Vô minh cứ lặn ngụp trong **sanh tử đều do ngu si** mà ra

Vậy,

- **Tâm Thức cần phải được biết**

Thật vậy, trước hết chúng ta cần hiểu rõ các đặc tính của Lục Căn, Lục Trần và Lục Thức, từ đó mới có thể phát hiện những tri thức thiết thực cho mọi hành giả khao khát đến Phật học cũng như pháp hành một cách cụ thể mà thâm thúy. Theo HT. Thích Minh Châu dịch phần Tóm lược của kinh Sáu Xứ: " Thế Tôn nói như sau: -- Sáu nội xứ cần phải được biết. Sáu ngoại xứ cần phải được biết. Sáu thức thân cần phải được biết.

Sáu xúc thân cần phải được biết. Sáu thọ thân cần phải được biết. Sáu ái thân cần phải được biết." Đó là cốt tủy của kinh.

*Sáu căn: Nhãn, Nhĩ, Tĩ, Thiệt, Thân, Ý cần phải được biết, tức là sáu **nhân** cần thiết để tạo sự hòa hợp với sáu trần cần phải biết, là sáu **duyên** tức Sắc, Thinh, Hương Vị, Xúc, Pháp mà khởi lên sáu **quả** cần phải biết, tức sáu thức Nhãn thức, Nhĩ thức, Tĩ thức, Thiệt thức, Thân thức, Ý thức. Lục thức còn gọi là Tâm thức. Sự gặp gỡ ba pháp của căn, trần, thức là **xúc**. Do duyên xúc là **thọ**. Do duyên thọ là **ái**. Khi được nói đến "Sáu ái thân cần phải được biết", chính do duyên này được nói đến như vậy. Đây là sáu sáu thứ sáu. (Kinh Sáu Xứ)*

### • **Hiểu Biết Chân Thật là Chơn Trí**

Kể đến, Phật giải về nhãn căn sắc trần và nhãn thức theo chơn trí. Chúng ta nhìn một vật thì thấy và biết như chơn mắt, thấy biết như chơn các sắc, thấy biết như chơn nhãn thức vì chúng ta đã hiểu được chơn mắt, chơn các sắc, và chơn nhãn thức theo thật tướng của chúng như đã trình bày trên. Chơn mắt, chơn sắc, và chơn nhãn thức là một khi nhìn một vật gì thì sử dụng một lần mà thôi (vô thời gian). Nếu không kéo dài thời gian thì vật đó còn nguyên thủy: nó-là-nó tại đó và lúc đó, vô thời không hay mắt, sắc (vật), hay thấy (nhãn thức) vẫn còn nguyên, thấy biết không bị xúc thọ ái lăn trôi theo thời gian mà có những khái niệm, nên mắt, sắc, thấy biết không thay đổi, cố định. Nói chung, trong Trí (hay Tâm) chúng ta đều có chứa sẵn biểu hiện Trí Năng, Tình Năng và Hoạt Năng, nên dây thần kinh dẫn truyền lên não hình ảnh của chơn sắc từ chơn mắt để có chơn nhãn thức thì đồng thời đã xúc chạm dây thần kinh thị giác, có nhãn xúc; do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ. Vì chúng ta thấy biết chơn cảm thọ không có thời gian, nên không có ái trước (trong A Lại Da thức) đối với mắt (mắt không lập lại), không có ái trước đối với các sắc (hình ảnh các sắc có sẵn tích tụ) và ái trước đối với nhãn xúc (Xúc có sẵn trong A-Lai-Da Thức: ký ức). Từ đó do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, bất khổ bất lạc thọ mà không có ái trước đối với cảm thọ ấy.

Khi chúng ta nhận thức và quán sát vị ngọt, không chấp vào ái trước (ký ức), không có sự hệ lụy và say đắm nên năm thủ uẩn không được tích trữ trong tương lai. Ái ấy không thể tái sanh, và không ưa thích ngũ dục. Không có Thủ Hữu thì lấy gì tìm cầu và giữ lấy những thú vui và tham luyến thì thân không ưu não, thân không nhiệt não, và tâm không khổ não. Nên thân tâm không thủ hữu gì cả. Cảm thọ thân và tâm không có ưu khổ, được an lạc.

Tóm lại, nếu thấy biết như chơn lục căn, chơn lục trần và chơn lục thức thì những hệ lụy và say đắm không xảy ra. Nói cách khác, thấy biết chơn lục căn, lục trần, lục thức là thể cách nhận thức sự vật một cách sáng suốt vô thời không; đó cũng là sự nhận thức của chơn trí.

*Này các Tỷ-kheo, thấy và biết như chơn mắt, thấy và biết như chơn các sắc, thấy và biết như chơn nhãn thức, thấy và biết như chơn nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ, thấy và biết như chơn cảm thọ ấy; vị ấy không ái trước đối với con mắt, không ái trước đối với các sắc, không ái trước đối với nhãn thức, không ái trước đối với nhãn xúc. Do duyên nhãn xúc này khởi lên lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; vị ấy không ái trước đối với cảm thọ ấy.*

*Khi vị ấy trú, quán sát vị ngọt, không bị ái trước, hệ lụy và tham đắm, nên năm thủ uẩn đi đến tàn diệt trong tương lai. Và ái của vị ấy, đưa đến tái sanh, cấu hữu với hỷ và tham, tìm sự hoan lạc chỗ này chỗ kia; ái ấy được đoạn tận; những thân ưu não của vị ấy được đoạn tận; những tâm ưu não được đoạn tận; những thân nhiệt não được đoạn tận; những tâm nhiệt não được đoạn tận; những thân khổ não được đoạn tận; những tâm khổ não được đoạn tận; vị ấy cảm thọ thân lạc và tâm lạc (Đại Kinh Sáu Xứ).*

Cần nhớ, “Vô minh cứ lặn ngụp trong **sanh tử** đều do **ngu si** mà ra”

### **Trí tuệ là căn bản để chuyển hóa ngu si**

Đạo Phật là đạo giải thoát nói từ viễn cảnh cứu cánh, nhưng trên thực tế thì trí tuệ mới là pháp căn bản để chuyển hóa ngu si để Bồ Tát tu tập đến bờ giác ngộ. Từ sự giác ngộ, Bồ Tát mở ra đường sáng vượt khỏi đám mây mù của dòng tâm thức ngu si vốn che khuất bầu trời trí tuệ. Tâm thức là nhận thức sự vật (lục trần) bằng lục căn, nên lục thức hay tâm thức vô thường và biến dị. Sự vật được nhận thức chẳng qua là do duyên khởi hoặc giả danh, nên chúng chịu luật sanh diệt theo thời gian ngay cả nhận thức cảm thọ tưởng thức là những hành động liệt tri. Muốn vượt thoát khỏi sự ngu si ấy tất phải dùng trí năng soi sáng mọi biến đổi, vô thường của thọ, tưởng, và thức (nói chung là dòng tâm thức) mà đến thế giới bất sanh bất diệt, trong sáng và thường hằng. Trí tuệ có khả năng trong sạch hóa mọi dòng tâm thức vẫn đục bằng cách hư không hóa mọi ngu muội trong tâm. Trong Đại Kinh Phương Quảng, Tôn giả Mahakotthita (Đại-Câu-hy-la) vấn đạo với Tôn giả Sariputta (Xá lợi Phất) do HT. Thích Minh Châu chuyển dịch từ tiếng Pali đã diễn đạt pháp rèn luyện trí tuệ rất căn bản và rõ ràng.

Bồ-tát phá vô minh bằng cách hằng nghe nhiều học rộng về Phật pháp, để trí tuệ càng ngày càng tăng trưởng.

### **III. Hiểu Biết Phân Biệt Được Điều Thiện Ác**

Đức Phật thiết lập 10 giới (**10 điều thiện**) nhằm nâng cao hơn nữa hành vi và tâm lý đạo đức của con người, 10 điều ấy được thiết lập trên cơ sở hành vi, ngôn ngữ và tâm ý.

Hành vi gồm có:

Không sát sanh,  
Không trộm cắp,  
Không quan hệ tình dục phi pháp.

Ngôn ngữ gồm có :

Không nói dối,  
Không nói hai lưỡi,  
Không nói lời độc ác,  
Không nói lời phù phiếm ba hoa.

Tâm ý gồm có :

Không tham lam,  
Không sân hận,  
Không si mê tà kiến.

10 giới điều này thực sự bước vào lộ trình của giải thoát, đây là giới căn bản cho cả tại gia và xuất gia, khác với năm giới là bước đầu chỉ quy định trong phạm vi, hành vi và ngôn ngữ là những biểu hiện đạo đức cụ thể gây hậu quả trực tiếp, tuy vậy vẫn chưa thể hiện được nguồn gốc, động cơ bên trong. Luật pháp của xã hội cũng chỉ giới hạn ở mức độ hành vi và ngôn ngữ mà thôi. Đức Phật dạy rằng, một người thực hành **10 điều bất thiện** thì cuộc sống của họ là phi đạo đức, đồng thời không đạt được mục tiêu hạnh phúc: "Này các Tỳ kheo, sát sanh, lấy của không cho, tà hành trong các dục, nói láo, nói hai lưỡi, nói lời độc ác, nói lời phù phiếm, tham lam, sân hận và tà kiến, đây gọi là phi pháp và phi mục đích" (Kinh Tăng Chi III). Ngài khuyên mọi người nên sống đúng theo **10 điều thiện**, như vậy phù hợp với nguyên tắc đạo đức và quy luật của hạnh phúc.

Tóm lại, đạo đức Phật giáo được xây dựng trên cơ sở giới luật và những giới luật ấy là những nguyên tắc nếu được tuân thủ sẽ đem đến hiệu quả chế ngự dục vọng bản năng, thiết lập các mối quan hệ giữa con người với con người, con người với thiên nhiên một cách hoà điệu; xa hơn nữa, có thể tịnh hóa tâm thức thoát ly các chướng ngại và ức chế tâm lý để sống một đời sống hạnh phúc chân thật. (Giới Luật- Cơ sở của ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO. Thích Viên Giác)

### **Tàng Thức: Nơi Chứa Nghiệp Thức**

*\* Ý nghĩa của Nghiệp- Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là 'karma' có nghĩa là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ 'nghiệp' luôn được hiểu theo nghĩa tất yếu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những quả báo tương ứng trong tương lai. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi **A Lại Da và Mạt Na thức (hay gọi là Tàng Thức)**. Chúng sanh đã lên xuống từ sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo: Như trên đã nói, nghiệp là sản phẩm của thân, khẩu, ý, như hạt giống được gieo trồng, còn quả báo là kết quả của nghiệp, như cây trái. Khi thân làm việc tốt, khẩu nói lời hay, ý nghĩ chuyện đẹp, thì nghiệp là hạt giống thiện. Ngược lại thì nghiệp là hạt giống ác. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: "Muốn sống một đời cao đẹp, các con phải từng ngày từng giờ cố gắng kiểm soát những hoạt*

*động nơi thân khẩu ý chớ dừng để cho những hoạt động này làm hại cả ta lẫn người.”*

*\* Nghiệp và quả báo - Nghiệp và quả báo tương ứng không sai chạy. Giống lành sanh cây tốt quả ngon, trong khi giống xấu thì cây xấu quả tệ là chuyện tất nhiên. Như vậy, trừ khi nào chúng ta hiểu rõ ràng và hành trì tinh chuyên theo luật nhân quả hay nghiệp báo, chúng ta không thể nào kiểm soát hay kinh qua một cuộc sống như chúng ta ao ước đâu. Theo Phật Pháp thì không có thiên thần quỷ vật nào có thể áp đặt sức mạnh lên chúng ta, mà chúng ta có hoàn toàn tự do xây dựng cuộc sống theo cách mình muốn. Nếu chúng ta tích tụ thiện nghiệp, thì quả báo phải là hạnh phúc sướng vui, chứ không có ma quỷ nào có thể làm hại được chúng ta. Ngược lại, nếu chúng ta gây tạo ác nghiệp, dù có lạy lục van xin thì hậu quả vẫn phải là đắng cay đau khổ, không có trời nào có thể cứu lấy chúng ta.*

*Nghiệp đi vào tiềm thức như thế nào:- Khi chúng ta hành động, dù thiện hay ác, thì chính chúng ta chứng kiến rõ ràng những hành động ấy. Hình ảnh của những hành động này sẽ tự động in vào tiềm thức của chúng ta. Hạt giống của hành động hay nghiệp đã được gieo trồng ở đấy. Những hạt giống này đợi đến khi có đủ duyên hay điều kiện là nảy mầm sanh cây trở quả. Cũng như vậy, khi người nhận lãnh lấy hành động của ta làm, thì hạt giống của yêu thương hay thù hận cũng sẽ được gieo trồng trong tiềm thức của họ, khi có đủ duyên hay điều kiện là hạt giống ấy nảy mầm sanh cây và trở quả tương ứng. (TĐVATP)*

#### **Giải Thoát Nghiệp Thức.**

*Làm thế nào để chúng ta triệt tiêu nghiệp? - Đức Phật dạy nếu ai đó đem cho ta vật gì mà ta không lấy thì dĩ nhiên người đó phải mang về, có nghĩa là túi chúng ta không chứa đựng vật gì hết. Tương tự như vậy, nếu chúng ta hiểu rằng nghiệp là những gì chúng ta làm, phải cất chứa trong tiềm thức cho chúng ta mang qua kiếp khác, thì chúng ta từ chối không cất chứa nghiệp nữa. Khi túi tiềm thức trống rỗng không có gì, thì không có gì cho chúng ta mang vác. Như vậy làm gì có quả báo, làm gì có khổ đau phiền não. Như vậy thì cuộc sống cuộc tu của chúng ta là gì nếu không là đoạn tận luân hồi sanh tử và mục tiêu giải thoát rốt ráo được thành tựu. (TĐVATP)*

### **IV. HIỂU BIẾT ĐÚNG GIẢI THOÁT MỌI THỰC TẠI GIẢ LẬP**

Hiểu biết chơn thật giải thoát mọi thực tại giả lập (hay tri kiến) tức là tri thức đúng cái tri thức sai lầm của chủ khách, là giải thoát mọi phiền não nhân duyên chằng chịt, cũng là tự giác và giác tha.

Nhờ có lý trí (Tàng thức) mà con người hiểu biết được vạn vật và ngay cả tâm trí của mình. Khai ngộ là giải thoát lý trí ra khỏi kho chứa ràng buộc nó. Tri kiến là cái giả lập của sự hiểu biết. Cái Biết mới là thực, cái Bị Biết (Tri kiến) là không thực, là cái giả lập của cái thực. Giải thoát tri kiến có nghĩa là khôi phục lại cái thực tính của tri kiến, tức là sự hiểu biết chơn thật hay là chân lý tối hậu. Vượt thoát khỏi đối tượng tìm đến tự tính của nó là đường về chân nguyên. Lột xác tri kiến giả lập để thể hiện tri thức thực sự tức là Tri thức đúng hay Hiểu biết chơn thật. Vậy tri kiến như phương tiện hướng dẫn thực hiện.



Như ngón tay chỉ mặt trăng. Nhận thấy được mặt trăng phải vượt thoát khỏi ngón tay, cũng như vậy, vượt thoát khỏi tri kiến mới nắm bắt được thực tại.

Thực tại là tự tánh của sự vật. Những hình ảnh của sự vật (thức) theo thời gian kết tụ (Tàng thức). Thời gian đi từ tự tánh của sự vật: Chơn không, Thực tại, Thực hữu. Thực chất là chân lý thì không biến đổi. Đã là chân lý thì phải thường hằng, bất biến. Vì lẽ đó, cho nên ta có thể thấy lại trong thực tại bên ngoài cái ý niệm thời gian, mà ta biết một cách tuyệt đối. Đó là ý niệm lại cái thực tại thì không còn là thực tại, dù trải qua một sát na, nó chỉ là một quá khứ. Tri kiến là tâm quá khứ. Chân thể là sự trở lui của Sử tính Thời tính, vì thời tính là sử tính. Ấn tượng tri giác vận chuyển nối tiếp như một dòng sông chảy xiết. Dòng nước trôi chảy liên miên, những giọt nước không bao giờ lập lại, nhưng những giọt nước đều có hình ảnh giống nhau; do đó dù tự thể của chúng luôn luôn sai biệt, nhưng hình ảnh chúng không sai biệt.

Muốn dẹp bỏ tâm quá khứ là trở về giọt nước ban đầu của những giọt nước triền miên lưu chảy mà ta đang thấy, giảm trừ thời gian từ hiện tại đến đầu nguồn quả thật cũng là một giả vọng trong quá trình tư duy mà thôi.

Trở về nguồn của thực hữu, cái hiện đang là, cái hiện đang là đó, tức là không có tâm quá khứ vốn mang nhiều tri kiến nặng nề, làm cho tâm hồn vẫn đục, vọng tưởng triền miên không dứt. Đó là ta mới giảm trừ thời gian. Còn điểm trở ngại nữa cái tâm không thì không còn trung gian của các căn nữa. Vượt khỏi ngũ giác quan của mình để nguyên vẹn cái tâm không trực nhận thực hữu. Là ta đã giảm trừ không gian và thời gian, là hai yếu tố làm chướng ngại cho cái tâm tự tại vậy. Tâm lúc bấy giờ thể nhập chốn tịch tĩnh y nhiên. Thực tại, thực hữu chính nó là nó mà tâm thể nhập ngay lúc ấy và tại ấy hiện tiền. Khi dùng văn ngôn để diễn tả cái ý chỉ thì thực hữu ấy không còn là hiện hữu nữa. Giải thoát tri kiến là tiến trình tri thức đúng về nhận thức sai lầm tri kiến giả lập, và giải thoát nó, để trở về thực thể tức là tự tính tuyệt đối của tri kiến hay là con đường giác ngộ. Vậy trong sự sống làm thế nào nắm bắt được chân lý tối hậu ấy? Đó là lối dụng công, là phương pháp thiền, là cách giải tỏa những khắc khoải của con người trong hàng vạn thế kỷ trước khi đức Phật ra đời. Ánh sáng đuốc tuệ đã tỏa ra, đạo pháp tuyệt vời của đức Phật đã phổ biến khắp quần sanh. Chúng ta muốn nắm bắt chân lý tối hậu ấy, không gì bằng dùng những phương tiện tối ưu do đức Phật đưa ra; mà trong mọi cách, theo Phổ Nguyệt, chỉ có Trí rộng lớn vô cùng tận, tức là Trí Bát Nhã Cứu Cánh, mới có thể kham nhẫn tiến tới giác ngộ. Chúng ta cần triển khai Trí Bát Nhã để thể hiện đạo sống hàng ngày, bằng cách Thấp Sáng Hiện Hữu trong cái Tâm Bình Thường là ta đã giải thoát mọi tri kiến giả lập hầu trở về Chân Tính của vạn hữu. (Thực Tại và Chí Đạo)

## **V. Giác Ngộ Là Biết Gặp Thực Tướng Của Vạn Hữu**

### **a). Giác Ngộ**

Giác ngộ tức là giải thoát, chính là tri nhận thực tại một cách toàn diện không thêm không bớt, là vượt khỏi thời không, là thể nhập cõi vô cùng hằng hữu, vì hư không ảo tưởng và thời gian huyền hóa làm ngăn cách thế giới hiện tượng và cõi vô cùng.

Sau khi nhận thức được rằng các đối tượng là những thực tại giả lập hay tùy thuộc, bậc trí giả thể nhập vào chân tâm, còn gọi là tri thức nguyên thủy, hay thực tại toàn diện. Lúc ấy người ta trực tiếp nhận thức rằng chân lý vốn vượt ngoài nhị nguyên tính, hay vượt khỏi thời không. Như đã trình bày, những sự vật trong thế giới hiện tượng không những do duyên khởi mà còn được nhận thức bằng nhị nguyên tính và được xem là thực tại giả lập huyền hóa, phiền não hay là tạp nhiễm ngoại lai đã che mờ cái tâm vốn thanh tịnh tự bản tính. Các thực tại tương đối được kiến lập theo nhị nguyên tính không thật theo quan điểm cứu cánh có thể tiêu trừ bằng tu tâm một cách chính đáng. Sau khi những tạp nhiễm được tẩy sạch, bản tính thanh tịnh trong sáng của tâm được phục hồi. Tâm thức được kiến tạo bằng nhị nguyên tính, trí phân biệt, giới hạn bởi các căn là tri kiến của chúng sanh vốn mang nhiều hệ lụy tạp nhiễm, phiền não, khổ đau, sanh tử luân hồi mà nguyên ủy là vô minh. Việc phân chia thiện và ác, khổ đau và hạnh phúc chỉ là ảo tưởng, giả lập huyền hóa nhưng những tri thức vụn vặt này vẫn được ghi lại trong dòng tâm thức những chuỗi nghiệp duyên nhân quả mãi lặn trôi theo thời không. Tri giác một đối tượng bình thường theo tiền ngũ căn là một nhận thức sai lầm vì tri giác đó còn nằm trong phạm vi thời không. Biết gặp Thực Tướng của vạn hữu là nhận thức vượt khỏi thời không như đã trình bày.. Như vậy Tri Thức Đúng cái Tri Thức sai lầm của tiền ngũ căn là Giác Ngộ (Biết Gặp) Thực Tướng của sự vật. Chân tâm được thể hiện bằng tánh giác hay trí vô phân biệt, vô giới hạn, bất biến trong cõi vô cùng hằng hữu, thanh tịnh tự bản tính tức thực tại toàn diện tuyệt đối, tri thức nguyên thủy hay chân lý tối hậu.(Khẳng Định Tính)

## **b). Giải Thoát**

*Lập trường chủ yếu của giải thoát quan Phật giáo là vượt ra ngoài cõi Dục (Dục giới) Phật giáo không thừa nhận thế giới quan thần quyền lại cũng không thừa nhận cái “Ngã” cá nhân bất biến, mà chủ trương hết thảy đều do nhân duyên hòa hợp mà hiển hiện, và sở cứ của nhân duyên là ý chí của chúng ta. Do đó, nếu muốn được giải thoát, con người phải cắt đứt mọi nhân duyên, nghĩa là diệt hết dục vọng của ý chí. Theo các học phái khác, giải thoát tức là đưa cái tiểu ngã của cá nhân trở về với Đại ngã của một đấng sáng tạo ra vũ trụ. Nhưng Phật giáo vì không thừa nhận thần quyền, nên gọi giải thoát là Niết bàn, mà Niết bàn theo nghĩa đen là “dập tắt”, nghĩa là dập tắt hết dục vọng tồn tại và lấy đó làm lý tưởng cứu kính. Các kinh điển Đại thừa, nhất là kinh Bát Nhã, đặc biệt thuyết minh về điểm này và mệnh danh là “không”, “không không” rốt ráo là “không”. Đó là chân tướng của vũ trụ, và khi đã đạt được chân tướng ấy tức là đạt đến giải thoát, đến Niết bàn.(Đại Thừa Tư Tưởng Luận)*

## **VI. Kết Luận**

Xuyên qua pháp học hiểu biết về tâm thức mà Phật đã giảng rõ ràng cần giải thoát mọi nhân duyên khởi sanh, tức sự sanh diệt đã dứt. Dòng tâm thức luôn trôi chảy theo thời gian mà duyên theo xúc, thọ, ái gây ra thân kiến, ba độc. Ba pháp (căn+trần+thức) kết thành tâm thức vì chúng không có tự thể hay vô ngã, chúng thay đổi luôn, nên chúng dễ bị nhận thức sai lầm vì duyên xúc thọ và ái lôi cuốn theo thời gian từng sát na sanh diệt luôn không ngừng nghỉ. Phật đã dạy, đoạn diệt thân kiến, đoạn tận ba độc và các pháp hành **những gì được cảm thọ, những gì được tạo tác, thấy đều là khổ. Do bội xả** (giải thoát bên trong) **mà diệt tận các ái**, không kinh hãi, không sợ sệt, không nghi, không hoặc, thực hành sự thủ hộ như vậy. Thủ hộ như thế rồi không sanh ra lậu bất thiện, là lúc phạm hạnh đã hoàn thành. Ngoài ra cần phải thực hành pháp giải thoát nữa mới rửa sạch mọi sai lầm của dòng tâm thức đang trôi chảy làm cho tâm thức không còn trở lui trạng thái vẩn đục nữa. Sự tu chứng cần phải trải qua nhiều cố gắng không ngừng nghỉ, giữ gìn giới luật nghiêm minh, đặc biệt ly dục và tránh những điều bất thiện. Phạm hạnh căn bản bước đầu tự nhiên là khó khăn lắm; ý chí tìm cầu giải thoát đời người tu sĩ có cơ duyên hiểu biết chơn thật nắm bắt thành tựu vĩ đại này phải có nguyện lực lớn. Theo bước chân đi của đức Thế Tôn, bất cứ người cư sĩ hay tu sĩ có đủ phạm hạnh hiểu đúng hành đúng những pháp môn Phật dạy, thì dòng tâm thức được trong sạch hóa ắt phải vượt khỏi bản ngã ác pháp vô thường ưu khổ hay tiến xa hơn nữa là giải thoát dòng bộc lưu sanh tử. Mong mỗi chúng ta có đủ duyên phước để thành tựu quả vị không ngoài tầm tay chỉ e không có nguyện lực đủ lớn để kham nhẫn mà thôi.

## Tham khảo

Đại Kinh Sáu Xứ và Kinh Sáu Xứ. HT. Thích Minh Châu Việt dịch, đăng trên website Quảng Đức, phần Kinh Điển: <http://www.quangduc.com>

Đại Thừa Phật Giáo Tư Tưởng Luận. Kimura Taiken, Hán dịch: Thích Diễm Bồi, Việt dịch: Thích Quảng Độ, trích trong website Tạng Thư Phật Học: <http://www.tangthuphathoc.net>

Điền Giác Ngộ 5. Kinh Bát Đại Nhân Giác. Phổ Nguyệt, trích trong website Tạng Thư Phật Học: <http://www.tangthuphathoc.net>

Giới Luật - Cơ sở của ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO. Thích Viên Giác trích trong website Thư Viện Hoa Sen: <http://www.thuvienhoasen.org>

Khẳng Định Tính, 2003. Phổ Nguyệt. Trích trong website Tạng Thư Phật Học.

Thực Tại và Chí Đạo. Phổ Nguyệt. Trích trong Tạng Thư Phật Học.

Tự Điển Phật Học Việt Anh. (TĐPHVA). Thiệu Phúc trích trong website Quảng Đức

<http://www.quangduc.com/tacgia/phonguyet.html>

