



GIẢI THOÁT ĐẠO LUẬN

VIMUTTI MAGGA

Thiện Nhựt chuyển dịch sang tiếng Việt



PHẦN TÌM HIỂU

Phần Tìm Hiểu Phẩm 4: *Phân biệt về Định.*

Chuyển tiếp: Sau khi giảng rõ về *Giới* nơi Phẩm 2 và dạy *Hạnh Đầu-đà*, ở Phẩm 3, đề chỉ cách giữ *giới thanh tịnh*, Luận văn bàn đến vấn đề quan trọng là *Định*, bước thứ nhì trong ba môn học *Giới Định Huệ*, tại Phẩm 4 này.

020. Vài lời về việc Tìm hiểu và Học tập bản văn "*Giải Thoát Đạo Luận*" này.

Bộ *Giải Thoát Đạo Luận* được phỏng dịch ra tiếng Việt khá dài; ý tưởng chỉ dạy cách tu tập trong Luận văn hết sức phong phú; cách trình bày và lời luận văn lại chẳng giống với đường lối thông thường ngày nay. Vì lẽ đó, xin có vài lời về việc Tìm hiểu và Học tập, với ước mong giúp người đọc nắm vững được *hướng đi*, kéo vì quá nhiều chi tiết trong sách mà bị tràn ngập rồi sanh chán nản, chẳng muốn xem tiếp Luận văn.

Mục đích của bộ Luận là dạy cách tu tập thế nào để sớm được *giải thoát*; vì lẽ đó, Luận văn tuy có rất nhiều chi tiết về lý thuyết, nhưng vẫn luôn luôn chú trọng đến **thực hành**. Việc thực hành đó gồm có *ba giai đoạn*: *giữ Giới, tập Định và phát triển Trí Huệ*. Giới giúp tâm sớm đắc Định, nhờ đó mà Trí Huệ chiếu sáng lên, soi rõ con đường *giải thoát*. Đạo Phật là đạo **giác ngộ và giải thoát**. Giác ngộ được là nhờ có *tâm thanh tịnh*, và *Giải thoát* được là nhờ có *Trí Huệ* cởi bỏ mọi ràng buộc bên ngoài và nhưt là ràng buộc bên trong tâm.

Ba Phẩm vừa qua nói về *Giới hạnh*, có mục đích nêu ra *kỷ luật tu hành* để khép thân tâm người tu sĩ vào khuôn khổ, hồng việc tu tập được chuyên cần và tinh tấn. Phẩm 4 này nói về *Định*, tức là liên quan đến **Tâm**, tâm có *an trú* thì việc học tập mới mong đạt đến mục tiêu và thành quả. Do đó, chẳng cần nói dài dòng đề nhấn mạnh tầm quan trọng của Phẩm 4 này trong toàn bộ Luận văn.

Đâu vì quá ngại mắc lỗi lập đi lập lại mà chẳng dám nhắc rằng: *tu học theo đạo Phật*, chính là **tu tâm**, khiến cho tâm được *giải thoát* khỏi hai loại ràng buộc: *phiền não chướng* và *sở tri chướng*. Bước đầu quan trọng nhưt là làm sao cho sớm được *tâm an trú*, tâm biết dừng lại, trụ lại, chẳng còn chạy đi lung bông nữa, tức là **định tâm**. Bước đầu đó còn chưa vững, thì làm sao mà bước những bước kế tiếp cho khỏi vấp ngã. Vì lẽ đó, lại xin được *nói sơ qua* trong tiểu mục sau đây:

- 1) *Tâm* là gì? Ở đâu? Làm sao biết được có *tâm*?
- 2) Tâm thích *bám níu*, Tâm ưa chạy lung bông, vì thế cần phải tu tập *Định*, để *tâm* biết dừng lại, trụ lại.

Xét xong hai điều đó, thì việc Tìm hiểu Phẩm 4: *Phân biệt về Định* sẽ được dễ dàng hơn.

021. Trước khi Tìm hiểu Phẩm 4 về *Định*, xin được nói sơ qua về *Tâm*.

1) *Quan niệm thân tâm năm uẩn* trong Phật học. Khác với quan niệm thông thường cho rằng *con người* sống động là có thật; Phật học lại cho đó chỉ là một *tiếng* để gọi mà thôi, chẳng có *thực thể*, chẳng thể tự mình có lấy được, chẳng thể tự mình mà *tồn tại độc lập* được. Đó là quan niệm *vô ngã*. Theo quan niệm này, *năm uẩn* hợp lại thành *thân tâm*, sắc uẩn là phần vật chất có hình tướng, trở vào *thân*, còn bốn uẩn kia: thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn và thức uẩn, chỉ vào *tâm*, thuộc về phần tinh thần. Mắt thịt thấy được hình dáng của *thân*, còn mắt tâm mới nhận biết ra được tướng trạng của *tâm*.

Quan niệm thông thường (*con người* là *có thật*) thì đúng về mặt thực tế; còn quan niệm *vô ngã* lại đúng về mặt Chơn lý.

2) *Tâm* là gì? *Tâm* ở đâu? *Làm sao biết được có tâm?*

Tâm chỉ là một *tiếng* để chỉ phần tinh thần nơi ta. *Tâm* chẳng có hình dạng, gồm có bốn uẩn: *thọ uẩn* là các tình cảm, *tưởng uẩn* là các tri giác và các tư tưởng, *hành uẩn* là các hành động do ý từ bên trong thúc đẩy và *thức uẩn* là các sự hiểu biết hiện có, hay đã qua. Bốn uẩn đó hợp thành *tâm*.

Tâm ở đâu thì chẳng rõ được, chỉ biết *tâm* bàng bạc ở bên trong ta. *Làm sao biết được rằng có tâm đây?* Biết được là khi *tướng của tâm* khởi lên. Khởi lên khi nào? Khởi lên khi ta cảm thọ, khi ta tri giác, khi ta hành động, khi ta hiểu biết. Thử làm thí nghiệm nhỏ này để biết *có tâm*:

- Tôi nghi *tất cả mọi sự vật đều chẳng thật có*. Vậy, *tâm* cũng đâu *có thật* được.

- Ông *đang nghi*, có phải vậy không?

- Đúng, tôi *đang nghi* rằng *tâm chẳng có thật*.

- A! ông *nghi* mọi sự vật đều chẳng thật, nhưng có một điều *hiện đang có thật* mà ông chẳng thể chối cãi được, đó là *ông đang nghi*, phải như vậy không?

- Vâng, tôi *đang nghi*, và *chắc chắn là có thật*, cái việc tôi *đang nghi*.

- Ông biết chắc *ông đang nghi*, chỗ nào ở bên trong ông làm cho ông biết chắc rằng ông *đang nghi*? Ông mà thành thật tìm kiếm thì ông sẽ thấy *tâm ông đang nghi*. Rõ ràng là *có tâm*, và *tâm ấy đang nghi*. Phải vậy không?

- Tại sao tôi chẳng thấy được *tâm tôi* để nói lên cho mọi người biết đến cái *tâm* ấy *đang nghi*?

- Chi vì *tâm* thì *vô hình*, ông biết được đến nó là khi nó *đang khởi lên sự nghi ngờ*. Khi *tâm khởi lên*, ta biết *có tâm*; đúng ra thì *chỉ có tâm mới biết được tâm ấy*. Thành ra, đừng nhọc công tìm cách chứng minh sự hiện hữu của *tâm*, chỉ cần quay vào bên trong, rồi mỗi người tự tìm biết lấy cái *tâm* của chính mình, và chứng thật việc đó với mình.

(Thí nghiệm này bắt chước lập luận của triết gia Descartes: *Je pense, donc je suis -- Tôi suy tư, vậy tôi hiện hữu*).

3) *Tâm thích bám níu và chạy lông bông, nên phải cần tu tập để định tâm lại*.

Bài Kệ số 36 trong Kinh Pháp Cú mô tả *tâm* rất rõ ràng:

*Tâm rất khó cho ta nhìn thấy,
Mong manh, tế nhị, chạy khắp nơi;
Rời ngừng lại chẳng rời nơi thích.
Người hiền kèm thúc tâm mình,
Tâm khéo giữ gìn, được hạnh phúc cao.*

Bài Kệ nói rất rõ điều khó diễn tả là *tâm*, nay đọc kỹ lại, và cố quay vào bên trong để chứng thấy các chi tiết về *tâm* của chính mình.

Tánh hay chạy lông bông khắp nơi của *tâm* thường được Kinh sách gọi là *tâm viên ý mã*:

*Tâm như con vượn chuyền cành,
Ý như bầy ngựa chạy nhanh chẳng ngừng.*

Tánh thích bám níu của *tâm* là điều mà người biết tu *tâm* cần phải giữ gìn và kèm thúc lại, như đã xét qua ở đoạn nói về sự **thủ hộ các căn** trong Phẩm 3: *Phân biệt về Giới*. Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý là sáu cửa của các giác quan, gọi là sáu căn môn, nên khép bớt phía ngoài, còn cửa *tâm* thì bên trong nên khéo đóng lại, để cho cảnh vật và ý tưởng chẳng len vào *tâm* mà khởi lên khuấy động. Việc tu hành chỉ bấy nhiêu thôi, nhưng cần phải làm *thường xuyên*, chẳng ngừng nghỉ.

Tâm thích bám níu vào sự vật, chẳng những bám níu vào sự vật làm ta ưa thích mà thôi, lại còn *bám níu vào các sự việc chẳng được vừa lòng nữa*. Tại sao vậy? Giận ai, sao lại cứ giận dai? Dai, vì *tâm* chẳng chịu quên điều đã làm mình phật ý; có quên được trong chốc lát, rồi cũng lại nhớ lại để ... hờn!

Nói tóm lại, nơi thân *tâm* năm uẩn này vốn là *vô ngã*, chẳng có thực thể, *tâm* là phần vô hình, lại hay *bám níu* và *rong chạy lông bông*, cần phải tu tập để *kèm giữ* cho *an trú* lại. Việc *giữ gìn tâm* sẽ được nói đến trong Phẩm 4: *Phân biệt về Định*, mà ta đang học tới.

022. Ý chánh của Phẩm 4: Phân biệt về Định.

Cũng như Phẩm 2 nói về *Giới*, Phẩm 4 này, khi nói về *Định*, đã nêu rõ trong phần đầu, dưới hình thức các câu hỏi, dàn bài sơ lược, nhờ đó ta rút ra được *ý chánh* của Phẩm.

Sau khi *định nghĩa* thế nào là *Định*, Luận văn cho biết *tướng, vị và khởi* của *Định*. Kế đến, chỉ dạy cách tu tập *Định*, các sự ích lợi của *Định*, các điều kiện cần hội đủ khi tu tập, các nguyên nhân gây trở ngại cho *Định*. Và sau cùng là đoạn khó nhứt cho việc tìm hiểu là *có mấy loại Định*, khó vì chẳng thấy nêu ra tiêu chuẩn để phân loại.

023. Dàn bài của Phẩm 4: Phân biệt về Định.

I. *Nhập đề*: Giữ *giới* được *thanh tịnh* rồi, nên tập *Định*.

II. *Thân bài*:

21. *Định* nghĩa thông thường của *Định*.
22. Hai *Định* nghĩa dài và ngắn trong A-tỳ-đàm.
23. *Tướng, vị, khởi* và *xứ* của *Định*.
24. Tập *Định* như thế nào?
25. Khác biệt giữa *Định* và *Thiền*, *Giải thoát* và *Chánh thọ*.
26. Các công đức của *Định*.
27. Điều kiện để khởi *Định*.
28. Các nguyên nhân gây trở ngại cho *Định*.
29. Các loại *Định*: *hai, ba, bốn, năm loại Định*.

III. *Kết luận*: Tất cả các loại Định đều qui về *bốn loại*.

024. Tìm hiểu nghĩa các chữ khó:

Định: Luận văn giải nghĩa: *Định* có nghĩa là *tâm thanh tịnh* gom về một hướng, tinh tấn và vắng lặng an trú trong Chơn lý, chẳng hề bị loạn động.

Nghĩa này gồm có năm việc: (1) *tâm thanh tịnh*, nghĩa là *tâm* hết bị phiền não khuấy động; (2) *gom về một hướng*, nghĩa là chỉ chú ý vào đối tượng đang quán tưởng; (3) *tinh tấn và vắng lặng*, nghĩa là đang cố gắng, nhưng sự cố gắng phải được kéo dài trong vắng lặng; (4) *an trú trong Chơn lý*, nghĩa là *tâm trí* thông đạt Chánh pháp; (5) *chẳng bị loạn động*, nghĩa là *tâm* luôn luôn bình thản, an nhiên.

Tâm sở = Tâm trạng: các tình trạng của Tâm. Khi giận thì có *tâm sở giận* (= *sân tâm*); khi vui, có *tâm trạng vui* (*lạc tâm*). Các tâm sở xếp thành: *thiện, bất thiện, và bất định*.

Cân đòn: Cây cân để đo lường sức nặng. *Cân đòn* còn gọi là *cân xách*, có đĩa cân, tay đòn khác khía và quả cân.

Hàm súc: *Hàm* = bao hàm, gồm vào trong; *súc* = chứa. Định nghĩa *hàm súc* là một định nghĩa thu gọn mà lại có đầy đủ ý nghĩa chứa bên trong.

Sơ Thiên, Tứ Thiên: Thiên có bốn cấp, từ thấp lên cao: Sơ Thiên, Nhị thiên, Tam thiên và Tứ Thiên.

Tám pháp giải thoát = Bát giải thoát: Tám pháp đó là bốn cấp Thiên và bốn cấp Định. Bốn cấp Thiên là từ Sơ Thiên đến Tứ Thiên. Bốn cấp Định là Không định, Thức định, Vô sở hữu định và Phi tướng định.

Trong Luận văn có nói: *có sắc tướng bên trong, quán sắc bên ngoài*; đây là nói ở cấp Sơ Thiên, thiên giả tự mình có sắc tướng và đang quán tưởng về cõi sắc ở bên ngoài.

Chánh thọ: tình trạng Định ở cấp *Diệt thọ tưởng định*, sau khi vượt qua cấp Phi tướng Định. Thiên giả ngưng được thọ uẩn và tưởng uẩn, nhập vào cảnh giới Niết-bàn.

Đối tượng: *Đối* = ở trước mặt; *Tượng* = hình tượng, sự vật. Đối tượng của sự quan sát là sự vật đang ở trước mặt để quan sát.

Bình đẳng: *Bình* = bằng phẳng; *Đẳng* = hàng, lớp. *Tâm bình đẳng* là tâm đối xử với mọi sự vật chẳng nghiêng về sự vật nào, chẳng riêng coi trọng hoặc khinh chê sự vật nào cả.

Liễu nghĩa và Bất liễu nghĩa: *Liễu* = rõ ràng, đầy đủ, xong rồi. Đây là nói về Kinh, có *Kinh bất liễu nghĩa* là Kinh mà nghĩa còn chưa rõ ràng, còn *Kinh liễu nghĩa* là Kinh mà nghĩa đã rõ ràng. Thí dụ như các Kinh về *Không* và *Hữu* (= chẳng có và có) là Kinh bất liễu nghĩa; còn các Kinh dạy về *Trung Đạo* là Kinh liễu nghĩa, vì rõ ràng đã tránh xa được cả hai bên, bên Không và bên Hữu.

Ni-càn-tử = Ni-kiền-tử = phái loã thể: Tiếng Pàli là *Nigantha*, một phái ngoại đạo chủ trương loã thể. *Loã* = loã lồ, dề lộ; *Thể* = thân thể. *Phái loã thể* cứ để thân thể chẳng che đậy, chỉ quần khổ quanh bộ phận sanh dục mà thôi.

Thế gian định và xuất thế định: *Thế* = đời; ở đây có nghĩa là thế gian. *Xuất thế* là vượt khỏi mọi ràng buộc ở thế gian. *Xuất thế định* là các tình trạng Định của bậc Thánh đã dứt trừ xong ràng buộc của phiền não. Các Định khác còn lại đều là *thế gian định*.

Hữu lậu: *Hữu* = có; *lậu* = rỉ chảy. *Hữu lậu* là còn mang những phiền não trong tâm, đang rỉ chảy ra ngoài. Trái nghĩa với *hữu lậu* là *vô lậu* = dứt hết phiền não, chẳng còn phiền não nào rỉ chảy ra nữa, tức là tu đến cấp A-la-hán.

Nhứt tâm: *Nhứt* = một. Giữ được *nhứt tâm* có nghĩa là giữ tâm chuyên chú lâu vào một điểm; lại có nghĩa là tâm chẳng suy nghĩ đến việc nào khác nữa, ngoài đối tượng đang được quán sát. Đây là thiền chi thứ năm; các thiền chi kia được kê theo thứ tự là: *giác, quán, hỉ, lạc*.

Sự định: *Sự* = sự việc, sự việc thực tế; *sự* trái nghĩa với *lý*, tức là lý thuyết. Ở đây, *sự định* có nghĩa là nhờ quan sát sự vật thực tế, lấy một sự vật duy nhất làm đối tượng, mà tâm nhập vào tình trạng Định.

Dục định: *Dục* = ham muốn; ở đây chữ *dục* chỉ vào cõi *dục giới* (nơi chúng ta đang ở), vẫn còn nhiều ham muốn; *dục định* là tình trạng Định ở cõi dục giới, vẫn còn phiền não.

Sắc định = Định ở cõi *sắc giới*.

Vô sắc định = Định ở cõi *vô sắc giới*.

Vô sở thọ định = tình trạng định tâm dứt cảm thọ.

Định song biến: *Song* = hai, đôi; *biến* = biến đổi. Vì đây là Định của Phật, tôi chẳng biết được.

Đại bi: *Đại* = lớn; *Bi* = cứu khổ. *Đại bi* = sự cứu khổ rộng rãi giúp đỡ cho tất cả mọi loài chúng sanh.

Cửu thứ đệ định: *Cửu* = chín; *thứ đệ* = theo thứ lớp. *Cửu thứ đệ định* là chín cấp thiền định, mà cấp cao nhất là ***Diệt thọ tưởng định***, hành giả nhập vào Niết-bàn. Còn gọi là ***Diệt tận định***.

Duyên khởi, duyên diệt: *Duyên* = nhân duyên, điều kiện khiến cho sanh ra nguyên nhân; *Khởi* = khởi lên, phát sanh ra; *Diệt* = gây ra nguyên nhân khiến cho tiêu diệt. Luận văn chẳng thấy nói rõ *cái gì sanh khởi* và *cái gì diệt*.

Tuần tự: theo thứ lớp, chẳng nhảy vọt lướt bỏ qua.

025. Tìm hiểu về nội dung của Phẩm 4 về Định.

1) Về ba định nghĩa của chữ Định:

11. Luận văn có ghi đến *ba định nghĩa* của chữ *Định*. Định nghĩa thứ nhất đã được xét qua ở trên, trong *Phần Tìm hiểu các chữ khó* (xem lại nghĩa chữ *Định*, các trang 369 và 370). Còn hai định nghĩa sau thì được ghi trong *Luận tạng*, một dài, một ngắn.

12. Định nghĩa dài (cuối trang 40 của bản dịch) trong A-tỳ-đàm: "*Nếu tâm an trú đúng đắn, chẳng bám vịn vào đâu, cũng chẳng loạn động, yên vắng, chẳng bị ràng buộc, khiến cho định căn và định lực được đúng đắn, đó gọi là Định*". Định nghĩa này chẳng khác với định nghĩa thứ nhất. Chỉ có hai chữ *định căn* và *định lực* là cần tìm hiểu thêm:

Định căn là khả năng của tâm có thể đắc được định; chữ *căn* có nghĩa là nguồn gốc, cũng như chữ *lực căn* là chỉ sáu giác quan làm nguồn gốc phát sanh ra cảm giác, tri giác, v.v.

Định lực là sức mạnh khiến tâm có thể khởi lên và kéo dài tình trạng Định; chữ *lực* có nghĩa là sức mạnh.

13. Định nghĩa ngắn (giữa trang 41 của bản dịch) trong A-tỳ-đàm: "*Ý nghĩa của Định là sự liễm nhiếp.*" Như có nói trong Luận văn, định nghĩa này rất hàm súc, nghĩa là vừa ngắn gọn lại vừa đầy đủ ý. Quan trọng là chữ *liễm nhiếp*, nghĩa là thu tóm hết tất cả các ý nghĩa lại. Nói cách khác, khi vào Định, tâm đang chuyển chú đến một điểm duy nhất trên đối tượng, còn gọi đó là *nhứt tâm*, một thiền chi. Chẳng nghĩ gì khác hơn là đối tượng, chỉ quán đối tượng ấy mà thôi, và phải quán trong thời gian khá dài, mới gọi là *nhứt tâm*. Làm được như vậy gọi là *liễm nhiếp* hết các ý tưởng rời rạc lại.

2) Về bốn công đức của Định:

Luận văn nêu bốn công đức (= ích lợi) của Định:

(1) *hường niềm vui Chánh pháp*. Tại sao? Vì thiền giả đắc Định sanh ra vô lậu (= hết phiền não), nên hưởng được niềm vui *giải thoát* được nói trong Chánh pháp.

(2) *biết thọ hưởng tất cả mọi sự vật*. Tại sao? Vì thiền giả hết bị các triền cái che đậy, hết bị các kết sử sai khiến, nên nhận rõ được *thân tâm* (uẩn, căn, nhập, giới), nhờ đó biết quán tưởng hoàn cảnh xung quanh đúng như thật. Biết được vậy, nên dứt hết lo ngại và thân tâm được sự an lạc.

(3) *chứng được năm môn thần thông*.

(4) *vươn lên tới cõi sắc giới và vô sắc giới*.

Hai công đức (3) và (4) thuộc loại *xuất thế*, nhờ tâm đã có định lực thâm hậu mới đắc thần thông mà vượt qua các cõi. Phạm phu đắc định này sẽ tái sanh vào các cảnh giới cao.

3) Về các nguyên nhân trở ngại cho Định:

Luận văn nêu ra tám nguyên nhân gây trở ngại cho việc đắc Định, mà hầu hết đều nằm trong các triền cái hoặc trong các kết sử. Muốn tránh các nguyên nhân đó, phải diệt trừ các triền cái, kết sử, bằng cách *giữ giới hạnh thật thanh tịnh*.

Đoạn văn tiếp theo trong Luận *kể tám điều kiện cần hội đủ để cho Định khởi phát lên*. Hầu hết là để đối trị lại các nguyên nhân gây trở ngại cho việc đắc Định. Điều thứ tám là đáng chú ý nhất: đầu hôm, nửa đêm và hừng sáng chẳng mê ngủ, có nghĩa là phải tinh thức mà ngồi... Thiền, chớ có lười!

4) Về cách phân loại các thứ Định:

Trước hết, cần phân biệt *năm thiền chi* mà tâm thiền giả lần lượt đi qua: (1) *giác*, (2) *quán*, (3) *hỉ*, (4) *lạc* (5) *nhứt tâm*. Kế đến phân biệt *chín cấp bậc* của Định: (1) *Sơ Thiên*, (2) *Nhị Thiên*, (3) *Tam Thiên*, (4) *Tứ thiên*, (5) *Không định*, (6) *Thức định*, (7) *Vô sở hữu định*, (8) *Phi tướng định* và (9) *Diệt thọ tưởng định*, mà thiền giả lần lượt theo thứ tự chứng đắc được.

Bây giờ, mới xét đến các tiêu chuẩn để sắp xếp lại cách phân loại trong Luận văn.

41. Tiêu chuẩn các thiền chi:

411. Định có giác có quán, Định chẳng giác ít quán, Định chẳng giác chẳng quán.

412. Định có hí sanh, Định có lạc sanh, Định có xả sanh.

413. Các Định trong bốn cấp Thiên, từ Sơ Thiên đến Tứ Thiên. (Phẩm 8 về *Hành môn* sẽ nói rõ thêm).

414. (1) Định *hỉ mãn* (= mừng tràn đầy): Sơ Thiên và Nhị Thiên, (2) Định *lạc*

mãn: Tam Thiên; (3) Định *tâm mãn*: có tha tâm thông; (4) Định *quang mãn*: có ánh sáng tràn đầy; (5) Định *quán tướng*: có quán sát trí khởi lên.

42. *Tiêu chuẩn về người đắc Định*:

421. (1) Định Phật đắc mà Thanh văn chẳng đắc được: Định *đại bi* và *song biến*,
(2) Định Thanh văn đắc mà chẳng phải chỗ Phật đắc: *ba quả vị Thánh đầu tiên*,
(3) Định Phật đắc và Thanh văn cũng đắc được: *chín cấp Định thứ đệ*.
422. Định *thế gian* và Định *xuất thế*.

43. *Tiêu chuẩn về cảnh giới*:

431. Thiên định, báo định và sự định.
432. Dục định, sắc định, vô sắc định, vô sở thọ định.
433. Dục định, tinh tấn định, tâm định, huệ định.

44. *Tiêu chuẩn về chánh tà*: Tà định và Chánh định

45. *Tiêu chuẩn về định lực*: ngoại định và an định.

5) Về bốn cách tu hành Định:

Ở giữa trang 45 bản dịch, Luận văn nói có bốn cách tu hành Định, nhưng thật ra chỉ thấy có *hai cách* được nêu ra thôi: (1) khổ tu và (2) vui tu. Luận văn phân biệt bốn hạng người, tùy theo căn cơ và phiền não, để tu hành Định:

51. Người căn cơ chậm lụt và phiền não sâu dày: phải *khổ tu* lâu ngày mới chiết phục hết phiền não và khởi trí lên.

52. Người căn cơ chậm lụt nhưng phiền não thưa thớt: có thể *vui tu*, đủ khiến cho trí đầu chậm lụt rồi cũng đắc định.

53. Người căn cơ bén nhạy nhưng phiền não sâu dày: phải *khổ tu* thì trí sắc bén mới diệt hết phiền não mà đắc định.

54. Người căn cơ bén nhạy mà phiền não thưa thớt, có thể *vui tu* cũng dễ để cho lợi trí đắc định được.

6) Việc chuyển từ Sơ Thiên sang Nhị Thiên:

Trong câu hỏi ở cuối trang 47 bản dịch, Luận văn viết: "*Bằng cách nào chuyển từ Sơ Thiên sang Nhị Thiên?*", và lời giải đáp của Luận văn, ở đoạn này, rất vắn tắt: vì thấy hai thiên chỉ *giác* và *quán* còn thô sơ và bất lợi, nên chấm dứt tư duy về chúng, để bước sang Nhị thiên... Rồi tuân tự như thế mà vượt qua đến Tam Thiên, Tứ Thiên, v.v. Chấm dứt cách nào, làm sao biết đã chấm dứt xong, đó là các câu hỏi mà Luận văn còn chưa trả lời trong đoạn này.

Đến Phẩm 8 về *Hành môn*, Luận văn sẽ chỉ rõ thêm *cách chấm dứt tư duy* đó với đầy đủ chi tiết hơn.

026. Suy gẫm về Phẩm 4: Phân biệt về Định.

1) *Đừng quá mong cầu sớm đắc Định*. Mục tiêu của việc tu hành là đạt được quả vị; còn việc ngồi Thiền, dĩ nhiên là để đắc được Định. Nhưng chẳng vì thế mà nóng lòng trông mong được đắc quả, đắc định. Nếu quá mong cầu như thế, rất khó mà đạt được mục tiêu. Tại sao vậy? Vì *tâm còn chưa thanh tịnh*, bởi bụng còn nôn nóng, còn ham muốn, đó là một trong các hình thức tế nhị của *tâm tham*.

Chẳng nên mong cầu, đó là điều kiện đầu tiên khi ngồi Thiền.

2) ***Cần dứt bỏ các dục lạc trước.*** Ngồi Thiền, *tâm* cố chú vào đối tượng, hoặc *tâm* gắng giữ sao cho *tâm* vắng lặng, nhưng cứ sao ngồi chẳng mấy chốc thì ý này khởi lên, ý nọ lại xảy đến, lôi cuốn *tâm* chạy đi lang bang? Thường gọi đó là bị *vọng tưởng* khuấy rối. Hãy nhìn tận mặt vào các vọng tưởng, thì sẽ thấy chúng là gì, phải chăng *tâm* đang nghĩ đến các thú vui đã qua, các tình cảm đã qua, các tư tưởng đã qua. Các thú vui mà mình đã hưởng, mà nay vẫn còn muốn được hưởng nữa. Các tình cảm đã qua, có thể vì nhớ nhưng ai, thương tiếc điều chi, hoặc giận hờn kẻ nào. Các tư tưởng đã qua, có thể là các lý lẽ đã dùng để tranh cãi với đối phương, về một vấn đề nào mà lúc cãi mình cho là quan trọng lắm. Hoặc các lời bông đùa, khôi hài mình đã nói qua trong một dịp nào mới đây, mà mình còn "khoái chí" cho là có duyên, ý nhị! Các thú vui, tình cảm và tư tưởng đó, dưới hình thức *vọng tưởng*, đã khuấy động *tâm*, nên chẳng đắc được Định.

Vậy, muốn dễ ngồi Thiền cho yên và ít vọng tưởng, thì lúc bình thường, trong cuộc sống hằng ngày, phải bỏ bớt được càng nhiều càng tốt, các sự ham vui, lánh xa tranh cãi, tránh nói bỡn cợt. Thái độ thường xuyên đúng đắn, nghiêm trang là điều kiện tốt để các *dục lạc* chẳng trở thành vọng tưởng nổi lên trong lúc ngồi Thiền.

3) ***Còn có mục tiêu xa hơn nữa, chớ vội tham đắm vào hi, lạc.*** Buổi đầu ngồi Thiền, thường bị tê chơn, nhức lưng, đau bên hông, lâu lâu bị ngứa như kiến bò trên mặt, sau một thời gian dài rồi sẽ quen đi và quên được các cảm giác khó chịu đó. Bấy giờ thân tâm cảm thấy nhẹ nhàng, lâng lâng, đó là lúc *hi* đang khởi lên, và hành giả thấy thích thú lắm. Có chút tiến bộ rồi đây. Thích thì cứ thích, nhưng chớ tham đắm vào, chớ có cố bám níu vào đó lâu. Tại sao? Vì *hi, lạc*, cũng chỉ là những thiên chi mà hành giả sẽ lần lượt vượt qua, để đi đến các thiên chi khác, như *nhút tâm*, như *xả niệm*. Đừng vì ham thích mà dừng lại lâu ở bước đầu, còn các mục tiêu tiếp theo sau, quan trọng hơn: đó là chỗ khác biệt nhau giữa *ngoại định* và *an định*, mà Luận vẫn có nói qua, nhưng nói qua rất vắn tắt.

4) ***Chớ để óc tưởng tượng xen vào.*** Có người ngồi Thiền xong, bảo: "*Tôi ngồi Thiền thấy có Ông* (hay Bà nào) *về báo tin này...*" hoặc "*Tôi thấy một cảnh giới trang nghiêm, có vị Tổ sư phán hỏi tôi rằng, v.v.*" Phải cẩn thận, chớ để *óc tưởng tượng* của mình gạt mình, lôi kéo mình vào chỗ mê tín.

Nếu biết tự cảnh giác, các cảnh khác thường đó tự nhiên biến mất, trả lại sự *thanh tịnh cho tâm được vắng lặng*.

5) ***Thử nếm pháp vị của hai Phẩm 2, 4 về Giới và Định.*** Hai Phẩm nói về *Giới* và *Định* trong Luận vẫn rất khó đọc, khó hiểu, và vì thế việc *nếm pháp vị* của hai Phẩm này cũng chẳng dễ chi; nếm còn chưa thường thức được chút nào ngọt ngào, đã thấy một vị ... *dắng đắng* rồi. Sao vậy? Chỉ vì càng đọc càng thấy khó khăn, rắc rối, nhứt là ở các *đoạn xếp các Giới, các Định* thành ra *hai loại, ba loại, bốn loại, năm loại*.

Sao lại khó hiểu các *loại Giới*, cùng các *loại Định*? Chỉ vì các *loại Giới* và *Định* đó quá cao, hiện vượt quá tầm hiểu biết của người đọc, vì lẽ tác giả đã viết cho bậc tu hành xuất gia đã có sự chứng đắc cao rồi. Những người sơ cơ làm sao hiểu thấu? Làm sao phàm phu chúng ta biết được các *giới* của bậc Thánh? Làm sao sơ cơ như chúng ta hiểu được các *loại Định* của bậc A-la-hán, của Đức Phật? Hoá cho nên, ta chỉ nên học cho kỹ những *loại Giới* nào còn thấp, còn nhẹ, dành cho kẻ vừa bước chơn vào Đạo, để *nếm được pháp vị* của các *loại Giới* đó. Lại nữa, ta còn chưa đắc được *ngoại định*, sao lại đeo bông đòi biết được *Định Đại bi, Định song biến* của Đức Phật. Ngay buổi ban đầu, sao chẳng cố *nếm thử* cái niềm *hi lạc* khiên *thân tâm* nhẹ nhàng, lâng lâng, một khi vượt qua khỏi được hai thiên chi *giác* và *quán*?

Để kết thúc *Phần Suy gẫm về Phẩm 4* này, xin hãy cứ yên tâm *tạm gác* qua các điều cao xa về Định, chờ đến khi đọc xong cả quyển Luận văn, hiểu được kỹ, và thực hành thật chăm, bấy

giờ mở sách ra *đọc lại*, may ra sẽ thấy được chỗ nào là *pháp vị* để ... thương thức. Đừng vì hiện đang thấy quá khó, vội cho rằng quá sức học tập của mình mà gát hẳn cuốn sách lại, ... "*uống oi là uống!*"

-ooOoo-

[Dầu trang](#) | [Mục lục](#)

Phần Chánh văn: [01](#) | [02](#) | [03](#) | [04](#) | [05](#) | [06](#) | [07](#) | [08.1](#) | [08.2](#) | [08.3](#) | [08.4](#) | [08.5](#) | [09](#) | [10](#) | [11](#) | [12](#)
Phần tìm hiểu: [01](#) | [02](#) | [03](#) | [04](#) | [05](#) | [06](#) | [07](#) | [08.1](#) | [08.2](#) | [08.3](#) | [08.4](#) | [08.5](#) | [09](#) | [10](#) | [11](#) | [12](#) | [Tổng kết](#)

Chân thành cảm ơn Cư sĩ Thiện Nhựt đã gửi tặng bản vi tính (Bình Anson, 01-2004)

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)

last updated: 16-01-2004