



GIẢI THOÁT ĐẠO LUẬN VIMUTTI MAGGA

Thiện Nhựt chuyển dịch sang tiếng Việt



PHẦN TÌM HIỂU

Phần Tổng Kết

095. Xuất xứ của Bộ Luận Giải thoát Đạo.

Căn cứ theo các nhà khảo cổ và học giả Phật giáo, bộ *Giải Thoát Đạo Luận* được Ngài A-là-hán Upatissa (*Uu-ba-đế-sa*, trùng tên với Ngài Xá-lợi-phất) sáng tác vào thế kỷ thứ nhứt Tây lịch, bằng tiếng Pàli, dưới nhan đề là *Vimuttimaggā*. Đến thế kỷ thứ sáu, bộ Luận được Ngài Tam tạng pháp sư Sanghapala (*Tăng-già-ba-la*), ở nước Lương Phù Nam, dịch sang tiếng Hán, in vào Hán tạng, dưới nhan đề là *Giải Thoát Đạo Luận*. Ở Tích lan, nguyên tác đã bị mất hẳn, các tu sĩ Phật giáo Nam tông mới lấy bản Hán văn dịch ngược lại ra tiếng Pàli, và ra Anh ngữ dưới nhan đề *The Path of Freedom*. [*]

Thiện Nhựt cố chuyển sang tiếng Việt thông thường, từ bản Hán văn trong bộ *Càn Long Đại Tạng Kinh*, quyển số 103, từ các trang 620 đến 755 và quyển số 104, từ các trang 001 đến 048. Khi chuyển dịch, vì số vốn Hán văn quá nghèo nàn, Thiện Nhựt phải dựa vào lối chấm câu trong bản dịch Anh văn. Về phần từ ngữ, các tiếng chuyên môn về Phật học, Thiện Nhựt vẫn giữ đúng theo nguyên văn trong Hán tạng.

Theo các học giả ngoại quốc, khi trước tác bộ luận *Thanh tịnh đạo* (*Visuddhimaggā*) Ngài Phật Âm (*Buddhaghosa*) có dựa theo quyển *Giải Thoát Đạo Luận* này, vì có nhiều đoạn trong Thanh tịnh Đạo rất giống với Giải Thoát Đạo Luận, mặc dầu hai quyển khác nhau rất xa về mục tiêu.

[*] *Thật ra, quý Đại đức Ehara, Soma và Kheminda chỉ dịch từ Hán văn sang Anh văn, với chủ thích đối chiếu với các bản kinh và luận Pàli.*

-- Bình Anson chủ thích.

096. Tóm lược bộ Giải Thoát Đạo Luận.

Bộ Luận *Giải Thoát Đạo* sở dĩ được trước tác là để chỉ dạy đường lối tu hành cho các hàng tu sĩ Nam tông học Thiên. Vì lẽ đó, ý nghĩa và lời văn trong bộ Luận khá cao thâm đối với hàng Phật tử tại gia. Trên cương vị một người học Phật còn sanh hoạt trong xã hội, Thiện Nhựt chỉ xin ghi lại, trong *Phần Tóm lược này*, những điều cần thiết cho những ai muốn tu theo con đường *giải thoát* của Đạo Phật, mà vẫn còn lo mưu sanh tại thế gian.

Toàn thể bộ *Giải Thoát Đạo Luận* gồm có 12 Phẩm, sắp xếp theo thứ tự của *Ba Môn Học Vô lậu*: Giới, Định, Huệ.

01) Phẩm 1: Nhân duyên.

Sau bài Kệ tán thán công đức của Đức Phật Thích-ca Phàm (1) nêu rõ lý do tại sao có quyền Luận này: để chỉ dạy cho những ai chưa biết rõ con đường *giải thoát*.

Phàm (1) lần lượt giải thích:

11. Thế nào là *năm phần giải thoát*, mà phần quan trọng là *Phục giải thoát*, vì được khai triển suốt cả bộ Luận. Bốn phần kia chỉ được nói sơ qua, chẳng thấy giải thích thêm.

12. Thế nào là *Ba Môn học vô lậu*: *giới học*, *tâm học* (hay *định học*) và *huệ học*?

13. Các yếu tố mỗi môn (theo Bát Chánh đạo):

- *giới học*: chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng;
- *định học*: chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định;
- *huệ học*: chánh kiến và chánh tư duy.

14. Các ích lợi quan trọng của Phục giải thoát:

- thành tựu *ba sự thanh tịnh*: *giới thanh tịnh*, *tâm thanh tịnh* và *tri kiến thanh tịnh*.
- liả được *nhị biên* (= một bên là bỏ sự ham mê về lợi dưỡng, còn một bên kia là ép xác khổ hạnh), để chọn *Trung Đạo*.

Như thế, Phàm (1) là *Phẩm nhập đề* để cho biết rõ toàn thể bộ Luận nhằm giúp hành giả theo đúng *con đường giải thoát*.

02) Phẩm 2: Phân biệt về Giới.

Phàm (2) bàn về vấn đề quan trọng đầu tiên là việc giữ *Giới*, môn học thứ nhứt trong ba môn vô lậu học.

Giới được định nghĩa hai cách:

1) định nghĩa rộng rãi: "*Tất cả pháp lành đều là Giới*",

2) định nghĩa chặt chẽ: "*Giới luật là các điều răn cấm do Đức Phật đặt ra, được ghi trong Luật tạng*."

Luận văn chú trọng đến *Giới luật* của người xuất gia, từ *Sa-di giới*, dành cho người mới đi tu, đến *Cụ túc giới*, còn gọi là *Ba-la-đề-mộc-xoa*, dành cho Tỷ-kheo và Tỷ-kheo ni. Nhưng Luận văn chẳng giải thích về *Ngũ giới*, *Bát quan trai giới* của hàng cư sĩ tại gia (Xin xem lại Phần Tìm hiểu trang 334).

Ba ý nghĩa của *Giới*: (1) *Giới* được xem như cái *đầu* của người tu hành, vì *mắt giới* cũng như *mắt đầu*, đời sống tu hành kể như *mắt luôn*; (2) *Giới thanh tịnh* đem lại sự *mát lạnh* cho thân tâm người giữ giới; (3) *biết sợ lỗi nhỏ*, *biết siêng làm điều lành nhỏ*, *chăm chỉ giữ đúng từng giới* một. *Giới có thanh tịnh*, khi ngồi Thiền mới có cơ đắc *Định*.

Về các lời khuyên trong Luận văn liên quan đến việc *thọ trì Giới*, quan trọng nhứt cho người tu tại gia có ba việc: (1) phải tập *bớt các dục vọng*, càng ít ham muốn thì càng dễ giữ giới; (2) *gìn giữ các căn*, nghĩa là khi tiếp xúc với cảnh vật bên ngoài, chẳng để tâm quá xúc động mà phạm giới; (3) *biết sợ lỗi nhỏ*, *biết siêng làm điều lành nhỏ*, *chăm chỉ giữ đúng từng giới* một. *Giới có thanh tịnh*, khi ngồi Thiền mới có cơ đắc *Định*.

03) Phẩm 3: Đầu-dà.

Phẩm (3) tiếp tục nói về *Giới*, nhưng đặc biệt dành cho bậc tu hành xuất gia, sống độc cư, có lời nguyện giữ *hạnh Đầu-đà*. Hạnh này được Đức Phật Thích-ca đặt ra cho những ai muốn giữ vẹn *giới luật*. Thường được gọi là *lối tu theo khổ hạnh*. Có tất cả *mười ba hạnh Đầu-đà*:

1. Hai hạnh về y phục:

11. Phấn tảo y (áo do lượm vải dơ ở hố rác về giặt sạch mà may mặc).
12. Chỉ giữ ba bộ y phục mà thôi.

2. Năm hạnh về ăn uống:

21. Phải đi khát thực hằng ngày;
22. Phải khát thực theo thứ lớp, đến từng nhà chẳng sót nhà nào;
23. Chỉ một lần ngồi ăn, hễ đứng lên thì thôi.
24. Khéo đo lường bữa ăn, tránh ăn quá nhiều.
25. Quá giờ Ngọ chẳng ăn.

3. Năm hạnh về ngồi và về chỗ ở:

31. Ngồi nơi vắng vẻ;
32. Ngồi dưới bóng cây.
33. Ở vào nơi chẳng có che lợp bên trên.
34. Ở nơi mồ mã.
35. Ở tùy chỗ nào gặp được, chẳng chọn.

4. Một hạnh về tinh tấn: luôn ngồi, chẳng nằm.

Mười ba hạnh đó qui định lối sống khắc khổ để người tu hành xuất gia tuân theo một *kỳ luật nghiêm khắc, giữ giới một cách chặt chẽ*. Mục đích là dẹp bỏ các ham muốn về tiện nghi, biết thiếu dục tri túc, tiết chế việc ẩm thực, và tinh tấn hành Thiền (luôn luôn ngồi, chẳng nằm).

(Người cư sĩ tại gia tuy chẳng thể nào theo đúng Hạnh Đầu-đà được, nhưng tinh thần hạnh Đầu-đà có thể ứng dụng vào lối sống hằng ngày, như là chẳng ăn tạp nhạp sau hai bữa ăn chánh; chẳng đua đòi, tích trữ y trang, chẳng đòi hỏi quá nhiều tiện nghi trong việc ăn và ở, v.v.)

(Về hạnh *ngồi nơi vắng vẻ*, người cư sĩ tại gia có thể áp dụng ngay trong nhà mình, chọn một chỗ trong phòng vắng, chờ mọi người đi ngủ, mà ngồi *tĩnh tâm* mỗi ngày chừng mười lăm phút, trước là để lắng đọng tâm tư, sau nữa là để tập ngồi Thiền, sớm đắc Định).

04) Phẩm 4: Phân biệt về Định.

Phẩm (4) giảng về *Định học* là môn học thứ nhì trong *Ba môn Vô lậu học*: *Giới, Định, Huệ*.

Định nghĩa của *Định* là tâm thanh tịnh, gom về một hướng, chẳng loạn động, chẳng bám níu vào đâu, suy tư dừng lại và tinh tấn an trú trong lặng lẽ.

Các điều kiện tiên quyết cần có đủ, để Định khởi lên: giữ giới thanh tịnh, ít muốn biết đủ, phòng vệ các căn, tiết độ trong việc ăn uống, ở nơi vắng lặng, siêng ngồi Thiền vào đầu hôm, nửa đêm và hùng sáng.

Nhờ đâu Định dễ khởi? Do sự dứt bỏ (= xả ly), chẳng giận hờn, chẳng xao động, thực hành các pháp lành khiến tâm hoan hỉ, tâm trí có tướng sáng.

Những gì làm trở ngại cho Định? Chạy theo thú vui vật chất, thường hay giận hờn, lười biếng, mê ngủ, đùa bỡn, nghi hoặc, si mê, làm các điều xấu ác.

Có nhiều loại Định, nhưng chỉ cần nhớ:

1. *Định tại thế* và *Định xuất thế*. *Tại thế* thì còn phiền não, kết sử; còn nơi bốn quả vị Tu-đà-huần, Tu-đà-hàm, A-na-hàm và A-la-hán là *định xuất thế*.
2. *Ngoại định* và *an định*: *Ngoại định* là lúc mới đầu, vừa khởi lên Định; còn *an định* kéo dài chẳng gián đoạn.
3. *Định có giác quán*: Sơ Thiên; *Định chẳng giác*, còn *ít quán*: Nhị Thiên; *Định dứt giác quán*: Tam và Tứ Thiên.
4. *Định có hi*: Sơ và Nhị Thiên; *Định có lạc*: Tam Thiên; và *Định có xả*: Tứ Thiên.

Tâm đắc Định hưởng được nguồn vui của Chánh pháp trở nên sáng khoái, trí bót bị che mờ khiến Huệ sớm khởi lên.

05) Phẩm 5: Tìm gặp Thiện tri thức .

Khi thân đã biết khép mình vào kỷ luật của *Giới hạnh*, khi tâm hết rong chạy lang bang, an trú trong vắng lặng của *Định căn*, hành giả muốn tiến tu trên con đường *giải thoát* cần tìm gặp vị *Thiện tri thức* để được chỉ dạy thêm về Giáo pháp.

Phẩm (5): *Tìm gặp Thiện tri thức* nêu rõ sự cần thiết gặp được vị Thầy hướng dẫn việc tu tập, và dạy các nghi thức mà một tu sĩ phải tuân theo khi đi tìm, thưa hỏi và theo học với bậc Thiện tri thức chọn chánh.

Ba đức tánh của bậc *xứng danh* là Thiện tri thức:

1. Thông suốt cả ba Tạng kinh điển;
2. Hiểu rõ nghiệp chướng;
3. Đắc các thần thông.

Bảy đức tánh tốt nơi người *có thể xem* là Thiện tri thức:

1. Đáng kính vì vui sống chung trong sự hoà giải;
2. Đáng trọng vì giới hạnh thật thanh tịnh;
3. Đáng quý vì trí huệ cao và lòng trọng Thiện;
4. Khéo giảng dạy;
5. Nhẫn nhục, bền chí;
6. Lời nói cao thâm về nghiệp quả;
7. Chẳng ở vào nơi chẳng phải chỗ.

Luận văn trình bày tỉ mỉ về cách một tu sĩ xuất gia đi tìm Thiện tri thức và các nghi thức thưa trình, vâng làm, cách sống chung và khi rời nơi tu học để trở về chùa cũ.

(Người tu tại gia, muốn tìm người hướng dẫn việc tu tập của mình, nên đến chùa học Đạo, đọc tụng Kinh sách, và cũng có thể coi Bộ Luận văn này như thay thế cho vị Thiện tri thức).

06) Phẩm 6: Phân biệt Tánh hạnh .

Trong các Phẩm trước, Luận văn bàn đến sự chuẩn bị của người tu học về *Giới*, về *Định*, về cách tìm gặp bậc *Thiện tri thức* để theo học. Trong Phẩm (6) này, Luận văn chú trọng đến bốn phận của vị Thầy phải biết rõ *tánh hạnh* của người đệ tử mà lựa cách chỉ dạy sao cho phù hợp và chóng có hiệu quả.

Có biết rõ được *tánh hạnh* của người đệ tử, vị Thầy mới dạy cách vượt qua các *sở đoán*, chỗ còn yếu kém cần được bồi bổ, và cách làm tăng trưởng các *sở trường*, chỗ tốt đẹp sẵn có để phát huy thêm.

Luận văn liệt kê mười bốn loại *tánh hạnh*, rất khó mà nhận ra để ghi nhớ, nếu nay xét theo tiêu chuẩn: *sở đoán* và *sở trường*, thì có thể xếp lại thành hai hạng:

1. Hạng người có nhiều *sở đoán*:

11. người nhiều *ham muốn* (tham)
12. người hay *giận hờn* (sân hận)
13. người quá *ngu mê* (si)

2. Hạng người có *sở trường*:

21. người biết *tin tưởng*;
22. người có *ý trí*;
23. người nhiều *hiếu biết*.

Tuy chia ra như thế, nhưng có người vừa tham lại hay giận, có người vừa tham lại vừa ngu, cũng có người nhiều hiếu biết lại hay tham, hoặc hay hờn giận, cũng có người nhiều tin tưởng nhưng lại quá ngu si, v.v. Tuy theo chỗ *sở đoán* nơi *tánh tham, sân, si* nhiều hay ít mà làm cho chỗ *sở trường* nơi *tánh biết tin tưởng, có nhiều ý trí, hoặc nhiều hiếu biết*, tuy có sẵn nhưng thiếu dịp hiển lộ ra. Vị Thầy, sau một thời gian quán sát cẩn thận *tánh hạnh* của người đệ tử, mới định rõ với hạng nào nên dùng đường lối gì cho chóng có kết quả.

Luận văn trong phần cuối Phẩm (6) mô tả tỉ mỉ và lý thú việc quán sát *tánh hạnh* của đệ tử xuất gia, qua các hành động thông thường như quét sân, đi, đứng, nằm ngủ v.v.

07) Phẩm 7: Phân biệt Hành xứ.

Phẩm (7) và Phẩm (8) kế tiếp sau là hai phẩm nói đến sự *thực hành*; Luận văn đã dành ngót 150 trang, trong số hơn 300 trang của bộ Luận, để chỉ dạy. Điều này cho thấy, lời chỉ dạy trong Luận văn chẳng phải chỉ là *lý thuyết suông*.

Phẩm (7) liệt kê 38 *đề mục quán tưởng*, gọi đó là 38 *hành xứ*, tức là những điều mà hành giả phải thực hành thật chu đáo. 38 *đề mục* gồm có:

- 10 *nhứt thiết nhập*;
- 10 *tướng về sự bất tịnh*;
- 10 *niệm*;
- 04 *tâm vô lượng*;
- 04 sự *quán tưởng* về: (1) *tứ đại*; (2) *thức ăn bất tịnh*; (3) *vô sở hữu xứ*; và (4) *phi tướng xứ*.

Sau đó, Phẩm (7) nêu lên 9 cách để thấy rõ *hiệu lực tối thắng* của 38 hành xứ đó; nhưng người đọc muốn nhìn thấy được hiệu lực đó, cần phải thuần thực cách thực hành trước đã. Vì lẽ này, chỉ xin ghi ra đây một cách trong chín cách đó:

Do hành Thiền mà thấy hiệu lực của các *đề mục*:

1. đưa đến *thiền ngoại hành*: các *đề mục niệm* (trừ *niệm thân* và *niệm hơi thở*), và các *đề mục quán tưởng về tứ đại* và *về thức ăn bất tịnh*.
2. đưa đến *Sơ Thiền*: mười *đề mục tướng bất tịnh*, một *đề mục về niệm thân*;

3. đưa đến *Tam Thiên*: các đề mục quán tưởng ba tâm vô lượng: từ, bi, và hi.

4. đưa đến *Tứ Thiên*: các đề mục về quán tâm vô lượng *Xả*, và tám *nhứt thiết nhập* đầu tiên;

5. đưa đến *Vô sắc Định*: các đề mục về hai *nhứt thiết nhập* chót.

(Ba mươi tám đề mục quán tưởng được chỉ dạy chẳng phải là để thực hành tất cả, chỉ cần tinh tấn tu hành một đề mục cho viên mãn, còn các đề mục khác chỉ cần biết qua thôi).

08) Phẩm 8: Hành môn .

Phẩm (8): *Hành môn* là phẩm dài nhất, gần 140 trang, chỉ rành rẽ cách thực hành 38 *đề mục quán tưởng*. Sau đây, xin lần lượt tóm tắt các lời chỉ dạy ấy, theo thứ tự đã được liệt kê nơi Phẩm (7) trước đây:

8.1) Mười Nhứt thiết nhập:

1. *Nhứt thiết nhập là gì?* Nhứt thiết nhập là một phương tiện trợ giúp việc quán sát kỹ lưỡng đối tượng, khiến cho *tâm* sớm hợp làm một với đối tượng và đắc *Định*.

2. *Mười Nhứt thiết nhập* gồm có: Tám nhứt thiết nhập có hình sắc là nhứt thiết nhập Địa, Thủy, Hoả, Phong, Xanh, Vàng, Đỏ, Trắng (và Ánh sáng); và hai nhứt thiết nhập vô sắc là Hư-không và Thức xứ.

3. *Tác dụng của Nhứt thiết nhập đến việc quán tưởng:*

Muốn thấy và biết rõ *tác dụng* của Mười nhứt thiết nhập, xin hãy lấy *Nhứt thiết nhập Địa* ra khảo sát trước, bảy nhứt thiết nhập có hình sắc còn lại sẽ hiểu được dễ dàng hơn.

3.1. Nhứt thiết nhập Địa:

- *Cách tạo một nhứt thiết nhập Địa:* Dùng đất ướt tinh khiết (chẳng có cỏ rác tạp nhập) tạo thành một hoa *man-đà-la* hình tròn như cái sàng gạo, xung quanh viền màu khác. Khi nhứt thiết nhập Địa đó đã khô, ngồi cách khoảng vừa phải, chăm chú nhìn đều đặn, liên tục vào, cho đến khi *tướng bi phần* khởi lên trong *tâm*.

- *Tướng bi phần là gì?* Do mắt nhìn dán vào đối tượng (= hoa *man-đà-la* bằng đất), hình ảnh của nhứt thiết nhập xuyên qua mắt, nhập vào *tâm*, tạo thành một *tâm ảnh* giống với đối tượng, đó gọi là *tướng bi phần*. Càng chăm chú nhìn lâu và đều đặn, *tướng bi phần* càng hiện rõ trong *tâm*, cho đến khi chẳng cần nhìn đến đối tượng nữa mà *tâm ảnh* vẫn khởi lên rõ ràng, tùy theo ý mình muốn, đó là lúc *tâm* và *nhứt thiết nhập* đã hoà chung làm một, hành giả đã đắc *thiền ngoại hành*, tuy chưa hẳn là *Định*, nhưng cũng sắp được *an định*, nếu tiếp tục tập luyện thêm.

- *Thiền ngoại hành và an định:* Một khi *tướng bi phần* đã an trú trong tâm, hành giả khiến *tâm* nhìn chiếu vào *tướng ấy*, làm cho tướng ấy càng lúc càng lớn ra, lan rộng, cho đến nỗi *tâm* hành giả chỉ còn thấy hình ảnh *man-đà-la* đất mà thôi, chẳng thấy, chẳng lưu ý đến vật hay việc gì khác. Đó là *ý nghĩa* của danh từ ***nhứt thiết nhập***: ***nhứt thiết*** là tất cả, tất cả mọi vật khác chẳng còn, chỉ còn hình ảnh duy nhứt của nhứt thiết nhập, và ***nhập*** là vào, toàn thể hình ảnh đó đã *nhập* vào *tâm*. Do đó, hành giả đi từ *thiền ngoại hành* đến *an định*, tâm an trú trên *tướng bi phần* của Nhứt thiết nhập Địa.

3.2. Nhứt thiết nhập Thủy:

- *Cách tạo một Nhứt thiết nhập Thủy*: Chọn một nơi vắng vẻ, trồng trái, đào đất một lỗ vừa đủ để chôn một cái chậu đựng *nước mưa thanh khiết*, mực nước lên cao đến vành chậu và ngang mặt đất, có ánh nắng rọi chiếu vào.

- *Cách hành trì*: ngồi cách khoảng vừa phải, chăm chú nhìn, nhìn đều đặn, cho đến khi *tướng bi phần* khởi lên trong tâm. Tác ý cho tâm ảnh đó càng lúc càng lớn thêm, lan rộng ra. Quán tưởng về *tướng nước đỏ*, cho đến khi *Thiền ngoại hành* và *an định* khởi lên: *tâm* và *tướng bi phần* hợp lại làm một, kéo dài chẳng gián đoạn.

Các điều khác cần làm cũng giống với cách quán tưởng về Nhứt thiết nhập Địa.

3.3. *Nhứt thiết nhập Hoả*:

- *Cách tạo Nhứt thiết nhập Hoả*: Vào lúc mặt trời vừa mọc lên, hay sắp lặn đi, gom củi khô chất thành đống, đốt lửa lên cho có ngọn cao.

- Đứng nhìn vào ngọn lửa cao và khói mù, phải chú tâm quán sát vào chỗ chính giữa ngọn lửa mà tác ý để khởi lên *tướng bi phần* của nhứt thiết nhập Hoả. Cách hành trì cũng giống như với Nhứt thiết nhập Địa.

3.4. *Nhứt thiết nhập Phong*:

Đến một nơi thanh vắng, khoét một lỗ ở tường, đặt một ống trúc xuyên qua, rồi ngồi kề gần, để gió thổi lọt lên trên thân. Do sự xúc chạm của gió trên da, tác ý để khởi lên *tướng bi phần* của nhứt thiết nhập Phong. Cách hành trì cũng giống như Nhứt thiết nhập Địa.

3.5. *Nhứt thiết nhập Xanh*:

Tại một nơi thanh vắng, ít chôn rộn, tạo một *mạn-đà-la* bằng hoa màu xanh (hoa *A-đa-tư, Asita*), tròn, vuông hay ba góc, lấy hoa màu khác viền chung quanh, rồi cũng quán tưởng như trường hợp Nhứt thiết nhập Địa.

3.6. *Nhứt thiết nhập Vàng*:

Hoa *mạn-đà-la* được tạo nên bằng hoa màu vàng (hoa *Ca-ni-ca-la, Kanikàra*) viền chung quanh với màu khác, rồi cũng quán tưởng như trường hợp Nhứt thiết nhập Địa.

3.7. *Nhứt thiết nhập Đỏ*:

Hoa *mạn-đà-la* màu đỏ (hoa *Bàn-thâu-thời-ba, Bandhujivaka*), cũng viền chung quanh với màu hoa khác, rồi cũng quán tưởng như trường hợp Nhứt thiết nhập Địa.

3.8. *Nhứt thiết nhập Trắng*:

Nương theo hoa trắng, áo trắng, gối trắng, kiếng soi, hoặc bóng trắng sáng, hoặc ánh nắng chói, hoặc các vì tinh tú, lấy màu trắng đó làm một hoa *mạn-đà-la*, rồi cũng quán tưởng như trường hợp Nhứt thiết nhập Địa.

3.8 bis. *Nhứt thiết nhập Ánh sáng*:

Đến gần một bức tường, hướng về phương Đông, lấy một cái bát rót đầy nước, được ánh nắng chiếu sáng vào, làm thành một hoa *mạn-đà-la* để quán tưởng,

giống như trường hợp Nhứt thiết nhập Địa.

3.9. *Nhứt thiết nhập Hu-không:*

Hoặc nhìn qua lỗ hồng nơi song cửa, hoặc khoét một lỗ nơi tường nhìn xuyên qua, khởi lên ý tưởng về Hu-không, rồi quán tưởng cho đến khi *tướng Hu-không* khởi lên. Cách hành trì chẳng khác với trường hợp Nhứt thiết nhập Địa.

3.10. *Nhứt thiết nhập Thức xứ:*

Về Nhứt thiết nhập *vô sắc* này, Luận văn rất vấn tắt: "Từ Hu-Không-xứ, tác ý nhập vào Thức xứ." Chẳng thấy dạy cách tạo hoa *mạn-đà-la* và cách hành trì.

8.2) Mười Tướng bất tịnh:

1. *Tướng bất tịnh là gì? Tướng bất tịnh* khởi lên trong tâm, khi quán sát một người chết đã lâu ngày, để bộc lộ, thân thể sinh chương, máu mủ bê bết, tay chơn rã rời, da thịt nát rữa, các khúc xương rời rạc... Trước sự gớm ghê một vật bất tịnh như thế, lòng sanh ra nhàm chán và rời bỏ được sự *tham luyến về sắc dục*.

2. Luận văn liệt kê *mười tướng bất tịnh* của một tử thi, từ lúc mới chết cho đến khi da thịt thối nát, chỉ còn lại các khúc xương trắng hếu. Mười tướng đó là:

- *Tướng sinh chương*, thi thể sưng phù, bốc mùi thối;
- *Tướng bầm xanh*, thi thể đổi ra màu xanh nhợt nhạt;
- *Tướng rỉ mủ*, các chất nhờn rỉ chảy từ thi thể;
- *Tướng đâm chém nát*, da thịt thi thể nứt nẻ, chơn tay rã rời;
- *Tướng bị gặm nhấm*, thi thể bị loài cầm thú cắn xé;
- *Tướng vứt bỏ rã rời*, đầu mình, tay chơn thi thể bị phân tán vun vãi khắp đó đây;
- *Tướng giết chết vứt bỏ*, thi thể bị gươm đao đâm chém nát nhừ;
- *Tướng dính máu huyết*, thi thể bị giết, bê bết đầy vết máu loang lổ;
- *Tướng trùng hôi*, thi thể bị dò, trùng bu bám, cắn xé
- *Tướng xương*, thi thể rữa nát lâu ngày, các lóng xương rời rạc, phơi màu trắng đục.

(Ngày nay, việc *quán tưởng thân người chết* khó thực hiện được, vì luật lệ vệ sanh. Ở Ấn độ xưa, chẳng chôn thân chết, đem để bộc lộ trong rừng, hay nghĩa địa gọi là *thi lâm*.)

8.3) Mười Niệm:

- *Mười Tướng* và *Mười niệm* khác nhau ra sao? *Tướng* là ý nghĩ nổi lên trong tâm, thoáng qua một chốc; *Niệm* là ý nghĩ nhớ lại và được lưu giữ trong tâm lâu hơn.

- *Mười Niệm* làm *đề mục quán tưởng* gồm có:

1/- **Niệm Phật:** thường nghĩ đến và ghi nhớ trong tâm *mười danh hiệu của Phật:*

Như Lai: bực đã bẻ gãy vòng *sanh tử*, chẳng từ đâu đến, cũng chẳng đi về đâu.

Ứng cúng: xứng đáng nhận sự cúng dường;

Chánh biến tri: biết rõ thật đứng đắn tất cả mọi pháp, tự mình chứng ngộ Đạo Bồ-đề.

Minh hạnh túc: đắc *tam minh* (1) tức mạng minh, (2) *sanh tử minh*, (3) *lậu tận minh* và *giới hạnh* thật thanh tịnh và đầy đủ.

Thiện thế: khéo vượt qua ba cõi, đến cảnh an lạc Niết-bàn, chẳng hề thoái lui.

Thế gian giải: hiểu rõ mọi căn cơ của mọi chúng sanh, và tất cả các hành nghiệp.
Vô thượng sĩ, điều ngự trượng phu: bậc đã giác ngộ cao cả như chẳng ai hơn được, thâm phục và thuần hoá mọi chúng sanh.
Thiên nhơn sư: thầy dạy của Trời và người.
Phật: bậc tự giác, giác tha và giác hành viên mãn.
Thế tôn: bậc được cả thế gian tôn kính.

Ngoài mười danh hiệu đó, còn **niệm** thêm: (1) *Sự tích bốn sanh* về các tiền kiếp của Đức Phật; (2) *Mười lục, mười tám pháp bất cộng* của riêng Phật và (3) *Mười bốn loại Trí Huệ Phật*.

2/- **Niệm Pháp**: là niệm công đức của sự tu hành dẫn đến cảnh Niết-bàn, tức là *Pháp Niết-bàn*.

- *Tu hành* dẫn đến *Niết-bàn* gồm có: *bốn niệm xứ, bốn chánh cần, bốn như ý túc, năm căn, năm lực, bảy giác chi, tám chánh Đạo*, tức là tất cả 37 Phẩm Trợ Đạo.

- *Tu niệm Pháp như thế nào?* Tâm khởi niệm: "*Pháp do Thế tôn khéo giảng, hiện chúng chẳng đợi thời; thấy được Đạo tương ứng với Trí huệ, kẻ hiện chúng có thể biết rõ.*"

- *Niệm công đức của Pháp*: (1) Pháp là mắt, trí; (2) Pháp là nơi nương tựa; (3) Pháp dẫn tới cõi *vô sanh, tịch diệt*.

3/- **Niệm Tăng**: *Niệm Tăng* là niệm công đức của tu sĩ rời lối sống thế tục, sống chung hoà hợp trong Tăng đoàn theo đúng Chánh pháp của Đức Phật.

- Cộng đồng các Thánh chúng: *tứ song bát bối* (bốn Đạo và bốn quả Thánh), làm *phước điền* và xứng đáng nhận cúng dường;

- Nhờ niệm công đức chư Tăng làm khởi niềm *tin* vào ngôi Tam bảo, tâm trở nên *bất loạn*

4/- **Niệm Giới**: Niệm công đức của sự *trì giới thanh tịnh*, biết lo sợ các lỗi lầm, được sự hoan hỉ vì chẳng lỗi.

- Niệm giới của tự thân: chẳng bị phá thủng, chẳng nhuộm dơ, chẳng chỗ xúc phạm;

- Niệm giới thanh tịnh xem như tài vật trân quý, làm tăng lên niềm tin, và tâm *bất loạn*

5/- **Niệm Thí**: Niệm công đức của sự *bố thí*.

- Niệm về sự xả bỏ, diệt bụng rít róng, vui vì thấy kẻ khác được hưởng lợi ích;

- Niệm *Thí* diệt sự tham, tăng lòng tin và tâm thường *chẳng loạn*.

6/- **Niệm Thiên**: Niệm công đức tu hành, giữ giới hạnh, để được sanh lên cõi Trời.

- Niệm về các cõi Trời, niệm về sự ái kính các bậc Thiên;

- Được sự ủng hộ của chư Thiên, tăng lòng tin nơi nghiệp quả tốt, tâm *chẳng loạn*.

7/- **Niệm Hơi Thở**: Chú tâm vào hơi thở, biết rõ khi hơi thở vào ra, dài ngắn, khiến thân bớt lười nhác, tâm *chẳng giao động*, khiến bốn lãnh vực quán niệm được đầy đủ.

- Niệm Hơi thở tu tập bốn pháp: *Sổ tức, Tỳ tức, Chí và Quán*.

- *Pháp Niệm 16 Hơi Thở*: a) Bốn hơi thở đầu, quán *thân bất tịnh*; b) Bốn hơi thở kế, quán *thọ* là *khổ*; c) Bốn hơi thở sau, quán *tâm vô thường*; d) Bốn hơi thở chót, quán *pháp vô ngã*.

- Đây là phép *Quán niệm* thù thắng nhưt.

8/- **Niệm Tử**: Niệm về sự *chết* chẳng thể tránh được, có thể đến bất cứ lúc nào, do đó tự thúc dục chăm lo tu tập để sớm được *giải thoát*.

- Bốn loại *chết*: (1) thông thường, (2) bất thường, (3) đoạn tử: diệt hết phiền não và (4) niệm niệm tử: vô niệm.

- Các cách niệm Tử: *chết* chẳng tránh được, xem như bị kẻ ác cố đuổi theo để giết, thân thể bị lệ thuộc nhiều thứ, chẳng thể biết rõ lúc nào sẽ chết, và cái chết sẽ tới trong một sát-na.

9/- **Niệm Thân**: Niệm các phần bất tịnh trong thân để bỏ lòng trúu mến thân xác, bỏ ngã kiến, tiến tới vô ngã

- Thuộc lòng 32 phần bất tịnh trong cơ thể;

- Các cách niệm Thân bất tịnh: do sanh từ nơi bất tịnh, sống chung với hàng trăm vi trùng, dễ phát sanh bệnh tật, thân thể còn phải chịu nhiều sự hạn chế.

- Niệm Thân khiến kham chịu sợ hãi, lo âu, các thay đổi thời tiết, thêm sự nhẫn nại

10/- **Niệm An tịch**: Niệm sự vắng vẻ, an tịch của Niết-bàn, khiến thân tâm tạm thời được an nghỉ, *giải thoát*

- Niệm An tịch khởi lên: khi thân hết loạn động, tâm hết xao xuyên, sau con Thiên định, đưa đến sự giải thoát vi diệu.

- Khả năng diệt trừ của Niệm An tịch:

a) Nơi bốn cõi Thiên, niệm An tịch lần lượt diệt trừ các triền cái, giác quán, hi và lạc;

b) Nơi bốn cõi Định, niệm An tịch lần lượt diệt trừ sắc tưởng, Hư-không tưởng, thức tưởng, vô sở hữu tưởng;

c) Nơi Diệt tận định, niệm An tịch diệt trừ thọ ấm và tưởng ấm;

d) Nơi quả Tu-đà-huàn và Tư-đà-hàm niệm An tịch diệt các phiền não thô;

e) Nơi quả A-na-hàm, niệm An tịch diệt các phiền não tế;

f) Nơi quả A-la-hán, niệm An tịch diệt tất cả phiền não, chứng Niết-bàn.

- Công đức của Niệm An tịch: thành tựu niệm này: ngũ yên, suy nghĩ chín chắn, tâm thanh tịnh, các căn điều phục, trở nên khả ái và hướng về Niết-bàn.

8.4) **Bốn Tâm vô lượng**: *Từ, Bi, Hi, Xả*.

1. *Sao gọi là Tâm vô lượng*? Trong ba mươi đề mục quán tưởng vừa qua, hành giả chỉ lo tu tập cho chính bản thân mình sớm được giải thoát. Nhưng khi nghĩ đến những người khác, muốn giúp họ cũng hiểu được và hành trì Đạo pháp như mình, hành giả mở rộng *tâm* ra, xem mọi người cũng như mình, cũng như người thân của mình. Chẳng những mở rộng đến mọi người, mà tâm lòng còn dần trải đến muôn loài, muôn vật. Vì thế, cho nên mới gọi tâm lòng rộng mở bao la đó là *tâm vô lượng*. Có bốn Tâm vô lượng: *Từ, Bi, Hi* và *Xả*.

2. *Tâm vô lượng và con đường Bồ-tát đạo*: Bồ-tát là bực đã giác ngộ (*tự giác*) chia xẻ sự giác ngộ với chúng sanh (*giác tha*), trong khi vừa tu tập cho bản thân, vừa lo cứu giúp kẻ khác, để cùng hoàn thành Phật đạo (*giác hành viên mãn*).

Trong hạnh nguyện này, Bồ-tát thi triển bốn *Tâm vô lượng*: *Từ*, ban vui, *Bi*, cứu khổ, *Hỉ*, cùng mừng với nỗi mừng của kẻ khác, và *Xả*, đối xử thật bình đẳng với muôn loài.

Bồ-tát đạo là con đường tu tập và hoá độ chúng sanh của Bồ-tát. Bắc tông kể ra *sáu Ba-la-mật* (= sự toàn thiện) lấy đó làm Bồ-tát đạo: *Bố thí, Trì giới, Nhẫn nhục, Tinh tấn, Thiền định, và Bát-nhã*. Con đường Bồ-tát đạo của Nam tông gồm có *mười Ba-la-mật*: *Bố thí, Trì giới, Xuất ly, Bát-nhã, Tinh tấn, Nhẫn nhục, Thực đức, Thọ trì, Đại từ, Đại xả*. Sự sai biệt giữa hai tông chỉ có trên hình thức và số lượng các ba-la-mật, còn mục tiêu hoàn thành Phật đạo vẫn chẳng khác nhau.

Lần lượt xin tóm tắt các lời dạy trong Luận văn về bốn tâm vô lượng.

8.4.A. Tâm Đại Từ:

1. *Thế nào là Tâm Đại Từ?* Đó là lòng thương mọi loài chúng sanh cũng như tình yêu thương đứa con một của mình, đem lại nguồn vui cho tất cả.

2. *Tâm từ đối trị sự giận hờn bằng cách:*

- Quán các lỗi lầm của sự giận hờn: giận hờn thiêu đốt tâm can, gây ra tổn hại và khiến bị cười chê.

- Làm sao diệt sự giận hờn? Thấy được công đức người bị ghét; khi bị hại, xem như trả món nợ cũ; giận chỉ làm khổ chính mình; giận ai mới được chớ, trong khi theo nghĩa rốt ráo của *tánh không* thì *chẳng có chúng sanh* nào cả,

- Quán các công đức của sự *nhẫn nhục*: nhẫn nhục là áo giáp hộ thân, như thuốc giải độc, đưa mòn lòng kiêu mạn và làm xứng danh người tu hành.

3. *Tu tập Tâm Từ cách nào?* Trước phải tập tâm Đại từ đối với chính mình, kể đến người thân, người dung, kẻ oán thù rồi lan rộng ra xóm, làng, tỉnh, nước và khắp nơi.

4. Thành tựu được tâm Đại từ khi biết nhẫn nhục và đã diệt trừ hết tánh giận hờn, thì đắc được *Định* và *Huệ*, *Tự nhiên trí* và *Nhứt thiết trí*.

8.4.B. Tâm Đại Bi:

1. *Thế nào là Tâm Đại Bi*: Lấy lòng lo lắng của mẹ đối với đứa con một, cứu giúp cho nó khỏi khổ, mà đem ra thương xót tất cả chúng sanh, đó là *tâm Đại Bi*.

2. *Tu Tâm Bi như thế nào?*

- Thấy chúng sanh *khổ*, kiếm cách dứt khổ;
- Thấy chúng sanh *điên đảo, theo pháp ác*, chỉ nẻo lành để noi theo.
- Chẳng khởi tâm oán ghét người thân
- Chận đứng, diệt trừ *tư tưởng báo oán, gây tổn hại*.

3. Như Tâm Từ, khởi Tâm Bi nơi mình trước, kể đến người thân, người dung, kẻ thù, từ xóm, làng, nước, cho đến khắp mọi nơi.

8.4.C. Tâm Đại Hỉ:

1. *Thế nào là Tâm Đại Hi?* Lấy lòng cha mẹ vui mừng khi thấy đứa con một mình được sung sướng, mà sanh lòng hoan hỉ đối với chúng sanh, đó là Tâm Đại Hi.

2. *Tu Tâm Hi như thế nào?* Khi biết người mình thương kính được vui vẻ, thì khởi lòng Đại hi; cũng như khi thấy người bỏ ác theo lành, thấy người làm điều thiện, đều chung vui với họ. Chẳng nhạo báng, khiến mất vui; chẳng khởi oán đối với người thân.

3. Như với Tâm từ, tu tập tâm Đại hi bắt đầu với chính mình, kể đến người thân, người dung, kẻ oán và lan rộng đến thôn làng, và khắp bốn phương.

8.4.D. Tâm Đại Xá:

1. *Thế nào là Tâm Đại Xá?* Lấy lòng cha mẹ thương bầy con đồng đều, chẳng cung chịu đứa này, hoặc rẻ rúng đứa kia, mà đối xử bình đẳng với mọi chúng sanh, đó là Tâm Đại Xá.

2. *Tu Tâm Xá như thế nào?* Khoan dung với các lỗi lầm của kẻ khác, giữ tâm bình thản chẳng quá xúc động đau gập vui lớn, giận sâu; chẳng oán trách người thân, chẳng để vô minh nổi dậy vì xúc cảm; từ Sơ thiên đến Tam thiên, tâm còn vương vít *hi lạc*, tới Tứ thiên, niệm *xá* mới khởi lên.

3. Như đối với Tâm Từ, hướng tâm xá đến người thân, người dung, kẻ oán, lan rộng đến xóm làng và khắp cả mười phương.

8.5) Quán Tứ Đại:

1. *Thế nào là quán về Tứ Đại?* Tứ Đại là bốn nguyên tố: đất, nước, lửa, gió. Tự tánh của tứ đại: *đất* cứng, *nước* lỏng, *lửa* nóng, *gió* lay động. Thân người do tứ đại kết hợp thành. *Quán về Tứ đại* trong thân thể sẽ phân biệt được rõ ràng về *sắc uẩn*: nơi thân này chỉ có tứ đại, chẳng có một *chúng sanh* nào, chẳng có *thọ mạng* nào, chẳng có cái *Ta*, cái *Ngã* nào cả.

2. *Quán Tứ Đại trong thân như thế nào?*

- Quán *vấn tất*: (1) các chất cứng thuộc về *đất*; (2) các chất lỏng thuộc về *nước*; (3) hơi nóng trong người thuộc về *lửa*; (4) hơi thở, ợ, ngáp, xì hơi, thuộc về *gió*.

- Quán *chi tiết*: (1) thuộc *địa giới*, có 22 phần thân thể có chất cứng; (2) thuộc về *thủy giới*, có 12 chất lỏng; (3) thuộc về *hoả giới*, có 4 mức độ của thân nhiệt; (4) thuộc về *phong giới*, có 6 loại gió trong thân.

- Quán thấy rõ: *Do nhân duyên hoà hợp* mà thân kết thành, *do nhân duyên phân tán* mà thân rã rời. Chỉ có tứ đại = *Sắc*, lập nên *sắc uẩn*; còn bốn *uẩn* kia (thọ, tưởng, hành, thức) thuộc về *Danh*.

- Kết luận: thân tâm này chỉ là *Danh-Sắc* phối hợp mà thành, chẳng có cái *Ngã* nào cả.

3. *Quán Tứ Đại đem lại ích lợi gì?* Kham chịu sự khủng bố, bỏ sự phân biệt nam nữ, bỏ tư tưởng về chúng sanh, hiểu rõ về bản tánh muôn vật, thông đạt được *tánh Không*, giữ được Tâm bình đẳng (= Xá) trước sự vui buồn.

8.6) Quán Tưởng chẳng khứng thức ăn:

1. *Thế nào là Tưởng chẳng khứng thức ăn?* Nhàm chán về sự ăn uống, thấy thức ăn chỉ ngon nơi lưỡi, khi đã qua khỏi cổ, có mùi tanh lúc ói mửa, có mùi thối khi thành phần; phải khổ công tìm vật thực và nấu nướng.

2. Ích lợi của Tướng chẳng khینگ thức ăn: chế phục được lòng tham ăn, và bỏ được năm món dục lạc (= năm ham muốn nơi các giác quan), khởi lên và nắm giữ được tướng bất tịnh của thức ăn.

3. Tập quán như thế nào? Quán tướng về công khó đi tìm thức ăn; về sự nhai nuốt thức ăn; về sự biến hình và lưu thông của thức ăn trong cơ thể.

8.7) Quán về Vô sở hữu xứ và Phi tướng xứ

Luận văn nói rất vắn tắt về việc quán tướng hai đề mục vô sắc này. (Phần giảng giải kể tiếp sau đây về các cấp Thiền và Định sẽ có dịp xét sơ qua hai đề mục đó).

8.8) Các cấp Thiền và Định:

Trong Phẩm 8 này, Luận văn dẫn giải về bốn cấp Thiền và bốn cấp Định, ngay sau khi trình bày về Nhứt thiết nhập Địa Đề cho việc tóm tắt được sáng sủa hơn, nay xin ghi lại Phần khảo sát về Thiền và Định, vào cuối Phẩm 8, sau khi đã học xong trọn cả 38 đề mục quán tướng.

8.8.A. Từ Thiền ngoại hành đến Sơ Thiền:

1. Khi quán tướng đúng cách một trong ba mươi tám đề mục hành Thiền vừa kể trên, tâm hành giả sẽ lần lượt vượt qua các giai đoạn Thiền và Định. Cấp bậc chứng đắc kể từ Thiền ngoại hành, Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền và Tứ hay Ngũ thiền, thuộc cõi dục giới, và sắc giới; sau đó đến cõi vô sắc giới với Không định, Thức định, Vô sở hữu định, Phi tướng định và cao nhất là Diệt thọ tướng định. Có hành môn chỉ đưa đến Thiền ngoại hành hoặc Sơ thiền, có đề mục quán tướng đưa đến cõi Định vô sắc, tùy theo trình độ tu tập của hành giả.

2. Thiền ngoại hành là gì? Đó là giai đoạn đầu của việc thực tập Thiền Định: do sự chăm chú quán sát đối tượng, hành giả đã phân biệt rõ thế nào là giác (= tâm hay biết đến đối tượng) và quán (= tâm đeo chặt vào đối tượng). Nhờ có giác và quán, hành giả chú tâm đến đối tượng, và chỉ chú tâm đến đối tượng đang quán sát mà thôi. Giai đoạn này, tâm hành giả còn xao động, lăng xăng vì phải giác, phải quán luôn. Đến khi tâm lắng xuống, tướng bị phân khởi lên và được nắm giữ, thì đến tình trạng an định: hành giả đắc được thiền cận, tức là thiền ngoại hành, tuy chưa vào Định, nhưng cũng khá an.

3. Khi rời được giác và quán, mà tướng bị phân vẫn được nắm giữ trong tâm, chẳng phai mờ, đó là sắp bước qua giai đoạn của Sơ Thiền. Vấn đề quan trọng kể đó là sự phân biệt rõ ràng các Thiền chi.

8.8.B. Sơ Thiền và năm Thiền chi:

Sơ Thiền có năm Thiền chi, tức là năm giai đoạn mà tâm hành giả lần lượt trải qua và an trú vào giai đoạn chót. Năm Thiền chi của Sơ Thiền là:

giác: tâm hay biết có đối tượng quán tướng ở trước mặt, chú tâm vào đối tượng;

quán: tâm dán chặt vào đối tượng, đeo đuổi việc quán sát mãi chẳng rời đối tượng;

hỷ: tâm khởi lên ý tưởng mừng;

lạc: tâm trú vào cảm thọ vui;

nhứt tâm: tâm an trú vào đối tượng, hoà làm một với đối tượng.

8.8.C. Nhị Thiền và bốn Thiền chi:

Nhị thiền khởi lên khi hai thiền chi giác, quán của Sơ thiền được vượt qua khỏi, để tâm được lắng đọng lại. Nhị Thiền có bốn thiền chi:

nội tin: tâm rời được *giác quán*, tăng niềm tin khiến tâm bớt loạn động;
hi: tâm vẫn giữ ý tưởng *mừng*;
lạc: tâm vẫn trú trong cảm thọ *vui*;
nhứt tâm: tâm và đối tượng vẫn hoà làm một.

8.8.D. Tam Thiên và năm Thiên chi:

Tam Thiên khởi lên khi thiên chi *hi* được vượt khỏi, vì khi còn *hi*, tâm vẫn còn động. *Tam Thiên* có năm Thiên chi:

xả: tâm bình đẳng, chẳng động vì *hi* đã diệt;
niệm: tâm an khởi lên chánh niệm;
trí: tâm an khởi lên chánh trí;
lạc: tâm phân biệt rõ: có *vui*, chẳng có *mừng*;
nhứt tâm: tâm lạc an trú trong *Định* thọ.

8.8.E. Tứ Thiên và ba Thiên chi:

Tứ Thiên khởi lên khi thiên chi *lạc* được vượt khỏi, vì khi còn *lạc*, *định tâm* vẫn còn thọ. *Tứ Thiên* có ba Thiên chi:

xả: tâm trú vào nơi *chẳng khổ chẳng lạc*;
niệm: với chánh niệm, đặc *xả niệm thanh tịnh*;
nhứt tâm: tâm an trú trong *xả niệm thanh tịnh*, nhập vào *Định* tế.

8.8.F. Không-Định là Sắc tướng:

Tâm đặc bốn cấp Thiên vẫn còn ở hai cõi *dục giới* và *sắc giới*; đến bốn cấp Định, mới đạt tới cõi *vô sắc giới*. Khởi đầu cho Định vô sắc là *Không-Định*.

1. Quán sự thiếu sót của *Tứ Thiên*: còn dựa trên sự vật về sắc chất nên Định chưa được hoàn toàn vi tế.
2. Diệt *đối tượng của sắc*, và tác ý *vô biên*;
3. Niệm *tịch diệt* để an trú vào *Hu-Không-xứ*, và đặc *Không định*.

8.8.G. Thức Định là Không tướng:

1. Diệt *Không tướng* vì còn gần với *sắc tướng*;
2. Niệm *tịch diệt* để an trú vào *Thức xứ*, và đặc *Thức định*.

8.8.H. Vô sở hữu Định là Thức tướng:

1. Diệt *Thức tướng*, vì còn gần với *Không tướng*;
2. Niệm *tịch diệt* để an trú vào *Vô sở hữu xứ*, và đặc *Vô sở hữu định*.

8.8.I. Phi tướng Định là Vô sở hữu tướng:

1. Diệt *Vô sở hữu tướng*, vì gần với *Thức tướng*;
2. Niệm *tịch diệt* để an trú vào *Phi tướng xứ*, và đặc *Phi tướng định*.

8.8.M. Diệt tận Định là Thọ và Tưởng:

Diệt thọ tướng định là cấp Định cao nhất, chỉ có các bậc A-la-hán trở lên mới có thể nhập và xuất Định này; thọ uẩn và tưởng uẩn đều được tạm thời diệt trừ.

1. Nhập vào Sơ Thiên, trải qua bốn cấp Thiên và bốn cấp Định;
2. Niệm *tịch diệt*, dứt bỏ tâm *phi phi tướng*, nhập vào cảnh giới *vô sanh*; và đắc *Diệt tận định*.
3. Tâm an trú trong Định tối hậu này, hưởng thọ niềm *an lạc* trong hiện tại.

(Phần *Diệt tận định* này ở vào các trang cuối cùng của Luận văn, xin tóm lược tại đây chung với các cấp Thiên Định).

09) Phẩm 9: Năm Thần thông.

Sau khi đã đắc được *định lực* ở bốn cấp Thiên, nhập và xuất Định được an trường và tự tại, hành giả có thể tu tập *Năm Thần thông*. Việc tu tập này chẳng phải là mục tiêu chánh của *con đường giải thoát*.

Năm Thần thông gồm có:

- (1) *thân thông*, thân thể biến hoá hoặc thành nhiều người, hoặc ra thân hình loài khác, hoặc bay trên hư-không, đi trên mặt nước, chui sâu vào đất, xuyên qua vách tường, núi đá, vượt qua biển cả, v.v...
- (2) *thiên nhĩ thông*, tai có khả năng hơn lỗ tai thường, nghe được âm thanh ở các cõi khác;
- (3) *tha tâm thông*, biết được tâm trạng của kẻ khác
- (4) *túc mạng thông*, biết rõ các kiếp trước của mình và của kẻ khác;
- (5) *thiên nhãn thông*, mắt có khả năng hơn mắt thường, nhìn thấy xa, cách tường, và ở các cõi khác.

Cách tập luyện được mô tả tỉ mỉ trong Luận văn, nhưng đọc qua chẳng thấy rõ được cách hành trì, có lẽ cần có được một bậc minh sư chỉ dạy thêm mới thành công được, nên xin khỏi ghi vào Phần tóm lược này.

10) Phẩm 10: Phân biệt Huệ.

Huệ đây là *Trí Huệ Bát-nhã*, được định nghĩa: *tâm ý nhìn thấy sự vật như hiện thấy, đúng theo Sự Thật*.

1. Các chức năng của Trí Huệ:

- chọn lựa đúng;
- dẫn đến Chánh trí;
- phá tan Vô minh;
- chiếu sáng như ngọn đèn.

2. Hiệu năng của Trí Huệ: đoạn trừ các phiền não.

3. Phân loại các Trí Huệ: Luận văn kể ra tỉ mỉ nhiều loại Huệ, chỉ cần nhớ:

- Ba loại Huệ: (1) *Văn tuệ*, nhờ nghe mà được Huệ, (2) *Tư tuệ*, do suy tư mà khởi lên Huệ, và (3) *Tu tuệ*, do tu Thiền nhập vào Định mà đắc Huệ.
- Bốn loại Trí: (1) *Khổ trí*, hiểu rõ Khổ đế, (2) *Tập trí*, hiểu rõ Tập đế, (3) *Diệt trí*, hiểu rõ Diệt đế, (4) *Đạo trí* hiểu rõ con đường Bát Chánh đạo.

11) Phẩm 11: Năm Phương tiện .

Năm phương tiện là năm đường lối quán tưởng nhằm thanh lọc tâm ý, phá vỡ sự che mờ của vô minh, để thấy rõ con đường *giải thoát*. Năm phương tiện đó là: (1) *âm*, (2) *nhập*, (3) *giới*, (4) *nhân duyên*, (5) *bốn Thánh đế*. Ba phương tiện đầu khảo sát thân tâm, nêu rõ nơi *thân tâm* này chỉ có *năm âm* do tứ đại phối hợp và kết tụ với phần tâm linh mà thành, chớ chẳng có một *chúng sanh*, một thọ mạng nào, dẹp bỏ được các tà kiến về *thân kiến*, *ngã kiến*. Phương tiện thứ tư khảo sát sự hỗ tương giữa các *nhân duyên*, giải thích luật *nhân quả* đã khiến vòng sanh tử Luân hồi quay mãi trong sự khổ đau. Phương tiện thứ năm là bốn Thánh đế chỉ rõ chơn lý về sự Khổ, nguồn gốc và sự tận diệt Khổ, để đạt được sự *giải thoát*, chứng đắc được cõi *vô sanh* của Niết-bàn an tịch.

Từ Phẩm (2) cho đến Phẩm (10), Luận văn chỉ dạy ba môn học vô lậu: *Giới*, *Định*, *Huệ*. Khi *Giới* được thanh tịnh, thân được an ổn, khi *Định* được thâm sâu, tâm được an trú, khi *Huệ* được phát triển, trí trở nên sáng suốt, bấy giờ là lúc áp dụng khéo léo và bền bỉ *năm phương tiện* nơi Phẩm (11) này, để thấy rõ đầu là Chơn Lý, để noi theo con đường *giải thoát*, để đạt mục tiêu là tiến tới cõi *an lạc* vĩnh viễn.

11.A. Âm phương tiện:

Phương tiện này khảo sát sự cấu tạo của *thân tâm*, do sự phối hợp của Tứ đại với phần tâm linh mà thành, chẳng có một chúng sanh, một linh hồn nào cả: diệt bỏ được tà kiến về *thân kiến* và *ngã kiến*.

Thân tâm gồm có *năm âm*: *sắc âm* do tứ đại hoà hợp tạo nên, là phần vật chất, tức là *thân*, còn gọi là *Sắc*. Bốn âm kia: (1) *thọ âm*, (2) *tưởng âm*, (3) *hành âm*, (4) *thức âm* là phần tinh thần, tức là *tâm*, còn gọi chung lại là *Danh*. Phần tinh thần có các *cảm thọ*, các *tư tưởng*, các *hành động*, và các *sự hiểu biết*, khởi lên khi cảnh vật bên ngoài tiếp xúc với các giác quan và xuyên vào *tâm*. Chính sự hỗ tương ảnh hưởng giữa phần vật chất và phần tinh thần này, làm cho một sanh vật biết hoạt động và khiến cho tà kiến về *thân kiến* này sanh: cứ tưởng rằng có một chúng sanh nào làm chủ thân tâm ấy đang sanh hoạt. Phá được tà kiến về *ngã kiến*, thì nhìn thấy ra Sự thật này: nơi *thân tâm* chỉ có *năm âm* mà thôi, chẳng có gì khác cả, chẳng có ai làm chủ cả, mà chỉ có *Danh* và *Sắc* thôi.

Luận văn mô tả rất tỉ mỉ các loại *sắc chất*, các loại *tinh cảm*, các loại *tư tưởng*, các loại *tâm hành*, các loại *kiến thức*, với mục đích khiến cho hành giả nhận chân được sự vận chuyển bên trong thân tâm, cũng như sự phản ứng của thân tâm ấy đối với cảnh vật bên ngoài.

11.B. Nhập phương tiện:

Phương tiện này khảo sát sự tiếp xúc giữa các giác quan với cảnh vật bên ngoài, cùng các ý tưởng với tâm bên trong.

Có tất cả 12 Nhập:

(1 và 2): *Sắc nhập* và *Nhãn nhập*: sắc chất bên ngoài xuyên qua mắt vào thân tâm, để *thấy* được;

(3 và 4): *Thanh nhập* và *Nhĩ nhập*: âm thanh xuyên qua tai vào thân tâm, để *nghe* được;

(5 và 6): *Hương nhập* và *Tị nhập*: mùi xuyên qua mũi, để *ngửi* được;

(7 và 8): *Vị nhập* và *Thiệt nhập*: vị xuyên qua lưỡi, để *nếm* được;

(9 và 10): *Xúc nhập* và *Thân nhập*: sự xúc chạm qua da trên thân, xuyên vào tâm, để *cảm* được sự sờ mó;

(11 và 12): *Pháp nhập* và *Ý nhập*: hình tướng của sự vật (= *pháp*) xuyên vào *tâm*, khởi lên ý bên trong, để *hiểu* được.

Sự chuyển vận ấy từ bên ngoài vào bên trong được gọi là *nhập*, do *nhân duyên* mà thành, (chỉ vì có sự tiếp xúc của giác quan với sự vật), tác động đến *tâm*, khiến có phản ứng bằng hành động, do đó mới tạo nên nghiệp quả. Sở dĩ phải chịu nghiệp xấu vì trước đã có hành động bất thiện, mà hành động này xấu là do sự *bám níu* vào giác quan muốn được thoả mãn.

Phương tiện *Nhập* này cho thấy rõ sự cần thiết phải *điều phục các căn* (giác quan) khi tiếp xúc với *các trần* (cảnh vật bên ngoài). Làm chủ được các căn là làm chủ được vận mạng mình.

11.C. Giới phương tiện:

Trong khi hai phương tiện *ám* và *nhập* chỉ rõ thân phận con người, thì phương tiện *giới* nói về các giới hạn của con người đối với hoàn cảnh xung quanh.

Có tất cả mười tám giới:

(1 đến 3): *nhãn giới, sắc giới, nhãn thức giới*: mắt có thể nhìn và tâm biết được, đến giới hạn nào về hình sắc;

(4 đến 6): *nhĩ giới, thanh giới, nhĩ thức giới*: tai nghe tới mức nào và tâm biết được âm thanh đến giới hạn nào;

(7 đến 9): *tị giới, hương giới, tị thức giới*: mũi ngửi đến mức nào và tâm biết được mùi đến giới hạn nào;

(10 đến 12): *thiệt giới, vị giới, thiệt thức giới*: lưỡi nếm đến mức nào và tâm biết vị đến giới hạn nào;

(13 đến 15): *thân giới, xúc giới, thân thức giới*: thân cảm xúc đến mức nào, tâm biết sự sờ chạm đến giới hạn nào

(16 đến 18): *ý giới, pháp giới, ý thức giới*: tâm ý biết đến muôn vật trong trời đất đến mức nào.

Phương tiện *Giới* giúp phân biệt rõ ràng khả năng và giới hạn của con người đối với vạn vật, và khi thấy rõ giới hạn, biết được thân tâm đang bị ràng buộc như thế nào, mới khởi lên ý định tìm đường giải thoát.

11.D. Nhân duyên phương tiện:

Biết rõ thân phận bị ràng buộc trong giới hạn, cần được giải thoát, cũng chưa đủ, còn phải biết do đâu mà bị ràng buộc, Phương tiện *Nhân Duyên* sẽ giảng giải các lý do khiến cho con người bị khổ đau ràng buộc và phải trôi lăn mãi trong vòng Luân hồi.

Có tất cả 12 Nhân duyên:

- thuộc về *quá khứ*:

(1) *Vô minh*, chẳng thông hiểu bốn Chơn lý Nhiệm mầu;

(2) *Hành*, các hành động đã qua tạo nên nghiệp báo;

- thuộc về *hiện tại*:

- (3) *Thức* là một niệm lúc nhập vào bào thai;
- (4) *Danh-Sắc*, là tâm và tâm sở khởi lên cùng lúc với bào thai;
- (5) *Lục nhập* là sáu nội nhập: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý;
- (6) *Xúc* là sáu loại va chạm vừa lục nhập vào thân tâm;
- (7) *Thọ* là sáu loại cảm thọ của thân;
- (8) *Ái* là sáu điều tham ái ở các căn;
- (9) *Thủ* là sự bám níu, chấp thủ vào *ái*;
- (10) *Hữu* là cuộc sống;

- thuộc về *tương lai*:

- (11) *Sanh* là các *ám* khởi lên;
- (12) *Lão tử*, là các *ám* chín muồi rồi tan hoại đi.

Mười hai nhân duyên xoay vần theo vòng *lưu chuyển*, khiến con người vướng phải vòng sanh tử Luân hồi. Bẻ gãy vòng lẩn quẩn, theo chiều *hoàn diệt* (ngược lại với thứ tự mười hai nhân duyên kể trên) thì được giải thoát khỏi Luân hồi.

Phương tiện Nhân Duyên cho thấy rõ sở dĩ bị ràng buộc là do nhân duyên: *vô minh, tham ái và chấp thủ*. Diệt cho xong các nhân duyên này thì được giải thoát. Lại nữa, biết rõ Nhân Duyên, thông đạt được Luật Nhân Quả, con người thấy tự do của mình nằm trong tay mình, tự mình cứu lấy mình, khỏi phải đợi sự cứu rỗi của một đấng Toàn năng nào cả.

11.E. Thánh đế phương tiện:

Bốn Thánh đế là bốn Chơn Lý Nhiệm mầu, do bực Thánh, đã vượt khỏi cảnh sanh tử Luân hồi, giảng dạy cho những ai biết nghe, hiểu và tu tập theo thì trở nên bực Thánh.

Có bốn Thánh đế, liên hệ nhau rất chặt chẽ:

1. *Khổ đế* liệt kê các nỗi Khổ: (1) Khổ vì sanh, (2) già, (3) bệnh, (4) chết, (5) oán ghét nhau mà phải gần nhau, (6) thương yêu nhau mà phải xa nhau, (7) cầu mà chẳng được.

Tóm lại, vì có thân tâm năm ấm này mà phải chịu khổ; lại vì bám níu vào thân tâm nên phải trôi lăn mãi trong vòng sanh tử, từ sanh của Luân hồi.

2. *Tập đế* vạch rõ *nguồn gốc* gây các nỗi Khổ: sự *tham ái*, bám níu vào thân tâm, mãi tìm cầu thú vui vật chất.

3. *Diệt đế* nêu rõ sự cần thiết phải tận diệt *tham ái*, mới được giải thoát.

4. *Đạo đế* chỉ rõ con đường Bát Chánh Đạo đưa đến sự giải thoát: (1) chánh kiến, (2) chánh tư duy, (3) chánh ngữ, (4) chánh nghiệp, (5) chánh mạng, (6) chánh tinh tấn, (7) chánh niệm và (8) chánh định.

Phương tiện Thánh đế nêu rõ bốn việc cần làm:

1. *Khổ đế*, cần phải *biết rõ*;
2. *Tập đế*, cần phải *đoạn trừ*;
3. *Diệt đế*, cần phải *chứng đắc*;
4. *Đạo đế*, cần phải *tu tập*.

Đứng về phương diện Nhân Quả, bốn Thánh đế đi từ Quả đến Nhân, từ Tại thể đến Xuất thể:

1. *Khổ đế* là Quả hiện tại, ở thế gian;
2. *Tập đế* là Nhân quá khứ, ở thế gian;
3. *Diệt đế* là Quả vị lai, xuất thế gian;
4. *Đạo đế* là Nhân hiện tại, xuất thế gian.

Phương tiện bốn Thánh đế chỉ dạy rất rõ ràng: Nay phải chịu Khổ (theo Khổ đế) là vì trong quá khứ đã gieo nhân xấu là tham ái (theo Tập đế), nếu tiếp tục bám níu vào thân tâm năm ấm nữa, Khổ sẽ triển miên từ hiện tại lan đến tương lai. Nếu biết tỉnh ngộ, ngay trong hiện tại, gieo Nhân lành (theo Đạo đế), thì trong tương lai sẽ được giải thoát (theo Diệt đế).

12) **Phẩm 12: Phân biệt Đế:**

Phẩm (12) tiếp tục nói về bốn Thánh đế, nhưng chỉ rõ thêm cách học tập bốn Thánh đế *theo chiều sâu*, dưới cái nhìn của *huệ nhãn*, con mắt của Trí Huệ Bát-nhã, trí tuệ cao thâm có khả năng đưa đến *giác ngộ và giải thoát*.

1. Nhìn *theo chiều sâu* là nhìn thế nào?

- Nhìn thấy rõ *năm ấm* chỉ là *Danh-Sắc*;
- Nhìn thấy rõ *Danh-Sắc* và *Khổ ấm* khởi lên và diệt đi, đều do *nguyên nhân*;
- Nhìn thấy rõ ba *đặc tướng* của *Danh-Sắc* và *Khổ ấm*: *vô thường, khổ, và vô ngã*;
- Nhìn thấy rõ ba *cửa giải thoát*: tâm an trú vào ba cảnh giới: *vô tướng, vô nguyện, Không*

2. *Huệ nhãn* khởi lên cách nào? Huệ nhãn khởi lên qua:

- *Phân biệt trí* thấy rõ ba *đặc tướng*: *vô thường, khổ, và vô ngã* của chư hành;
- *Khởi Diệt trí* thấy rõ sự *sanh Khởi* và sự *tận Diệt* của chư hành đều do nhân duyên;
- *Quán Diệt trí* thấy rõ sự liên hệ giữa chư hành, cùng tâm và tâm sở khi chúng tận diệt.
- Tướng sáng của *Trí quang minh* khởi rục lên.

Luận văn cho biết, sau khi đã đắc được ba Trí: *Phân biệt trí, Khởi Diệt trí, và Quán Diệt trí*, Trí Huệ Bát-nhã của hành giả lần lượt chứng được các loại trí sau đây:

- *Trí biết sợ* các nguyên nhân sanh ra *năm ấm*, tức là biết sợ về sự tái sanh vào ba cõi;
- *Trí muốn được giải thoát*, tức là trí muốn vượt khỏi cảnh sanh tử Luân hồi;
- *Tương tự trí*, tức là trí thông đạt và phù hợp với 37 Phẩm Trợ Đạo;
- *Tánh trừ trí*, tức là trí hướng về cõi *vô sanh* của Niết-bàn *tịch diệt*.
- *Thánh trí*, tức là *Đạo trí* và *Quả trí* của bốn quả vị Thánh: Tu-đà-huàn, Tư-đà-hàm, A-na-hàm và A-la-hán.

Với Trí tuệ Bát-nhã soi sáng sự thông đạt Bốn Thánh đế, hành giả nỗ lực tu tập bốn *Đạo* và bốn *Quả Thánh* kể trên, sẽ có ngày hoàn thành viên mãn *con đường Giải Thoát*.

-ooOoo-

097. **Nhận định về quyển *Giải Thoát Đạo Luận*:**

Bộ Luận văn này do một bậc A-la-hán, Ngài Upatissa, sáng tác, để dạy cho hàng tu sĩ xuất gia tu tập theo con đường *giác ngộ và giải thoát*. Con đường ấy đã được Đức Thế tôn vạch ra sẵn: *Ba môn học vô lậu Giới, Định, Huệ*. Nay bộ Luận văn này khai triển thật đầy đủ với nhiều chi

tiết tì mi, đi sâu vào những chỗ khúc mắc, vạch ra những chỗ hiểm hóc, chỉ rõ những nơi chông gai cần đề phòng. Nếu thông hiểu hết được tất cả lời văn và nghĩa lý, hành giả sẽ vững bước tiến tu và việc chứng đắc đạo quả có thể bảo đảm được.

Nhưng trên cương vị người cư sĩ tại gia, việc noi theo từng bước lời chỉ dạy trong bộ Luận này, chẳng thể nào thì hành trọn vẹn được, vì lẽ còn bận cuộc mưu sinh ngoài xã hội. *Thế thì, bộ Luận này chỉ dành riêng cho bậc xuất gia hay sao?* Thiển nghĩ, người cư sĩ tại gia vẫn có thể theo tinh thần của lời dạy trong bộ Luận này mà tu tập. Cho dù chẳng đạt được một quả vị nào (mà làm sao đạt được quả vị, khi mình còn nhiều phiền não nơi gia đình?) thì cũng mở mang Trí Huệ của mình được chút đỉnh. Cho dù chẳng đạt hết được các khả năng của Trí Huệ Bát-nhã, người cư sĩ tu theo đây, cũng có được phần lợi lạc về tinh thần, nếu chẳng rành đủ mười thì cũng hiểu được một hai; đấy, chẳng phải là đã mở mang thêm trí óc của mình rồi đó hay sao?

Luận văn đã chỉ rõ con đường tu tập theo ba môn học vô lậu, con đường quang minh chánh đại, rõ ràng và sáng sủa, chẳng vướng chút nào kỳ bí, chẳng đòi hỏi điều kiện tiên quyết nào. Bậc xuất gia tu hành chơn chánh có thể xem đây là quyển cẩm nang, giải đáp tất cả mọi nghi nan, thắc mắc trong khi thực tập. Còn người tại gia dù có quá bận rộn vì gia cảnh, vẫn có thể rút lấy các điều căn bản, với niềm tin tưởng vững chắc là mình đang lần bước theo con đường của đấng Từ phụ đã vạch ra, chẳng chút lo ngại bị lôi cuốn vào tà đạo.

098. Dựa theo Luận văn, thử vạch ra con đường tu tập cho người cư sĩ tại gia.

Luận văn dài hơn 300 trang, Phần Tim hiểu cũng dài đến chừng ấy, nhưng nếu tóm tắt lại cho gọn thì chẳng quá mấy hàng chữ sau đây:

Con đường giải thoát đặt căn bản trên ba môn học *Giới, Định, Huệ*. Giữ *giới* cho thanh tịnh, tất tâm tâm an ổn. Tâm tâm đã bớt loạn động, sự chú ý khá dễ dàng, ắt khiến cho *định tâm* được an trú. Tâm yên lặng dừng lại là cơ hội cho *trí huệ* phát khởi. Trí huệ chiếu sáng, soi rõ con đường đang tu tập và dẫn đến nơi *giác ngộ và giải thoát*.

Đối với người cư sĩ, *Giới, Định, Huệ* mang những ý nghĩa nào? Tu tại gia có *ngũ giới*: (1) chẳng sát sanh, (2) chẳng trộm cắp, (3) chẳng tà dâm, (4) chẳng nói dối, (5) chẳng uống rượu. Giữ năm giới đó, đầu có nhiều, đầu có quá khó, miễn là *biết sợ các lỗi nhỏ, biết siêng làm điều lành nhỏ*. Xem *giới thanh tịnh* chính là cái *đầu* của mình, phạm giới là mất đầu, còn tu làm sao?

Chẳng cách nào hữu hiệu hơn là tập *ngồi Thiền*, để giữ cho tâm an *định*. 38 đề mục quán tưởng trong Luận văn, chẳng phải là đề tu tập hết; chỉ cần tập một hay hai đề mục là đủ để khá gọi là đắc *Định*. Đó là: (1) *phép niệm 16 hơi thở*; hoặc (2) *niệm mười danh hiệu Phật*. Nếu mỗi ngày còn phải ăn để nuôi nâng tâm thân, thì mỗi ngày cũng phải biết *ngồi Thiền*, để bồi dưỡng tâm trí. Chẳng cần ngồi cho thật lâu, chỉ cần giữ sao cho sức chú ý của *chánh niệm* chẳng lơ là.

Làm sao cho *Trí Huệ Bát-nhã* phát khởi? Nếu nôn nóng muốn thấy, thì chẳng bao giờ thấy được. Còn chưa thấy được, chẳng qua là vì: (1) *Giới* còn lỏng lẻo; (2) *Định* chưa an, nay tập mai nghỉ. *Trí huệ* âm thầm phát triển khi hai môn *giới, định* được khá vững vàng. Và lại, muốn tạo điều kiện thuận lợi cho *Trí huệ* phát triển, sao chẳng học tập chuyên cần Bốn Chon lý Nhiệm mầu? Đây là kho tàng quý báu cho *Trí Huệ* khai thác.

Chỉ có chừng ấy, thế sao Luận văn lại kể đến hàng chục *loại* *Giới, Định, Huệ*. Đừng vì đó mà chùn bước, cứ thử tập đi, chập choạng buổi đầu, về sau vững bước, nhìn lại sẽ thấy đâu là chỗ mình còn thiếu sót, thì Luận văn sẵn sàng đẩy để giúp ta tiến bộ thêm lên.

099. "Đường đi chẳng khó vì ngăn sông cách núi, mà khó vì lòng người ngại núi e sông"

- Tu hành làm gì, khổ cực quá, tôi chỉ cần ăn chay và bố thí là đủ tạo phước cho đời này và kiếp sau rồi.

- Vâng, tu hành có khổ cực thật, nhưng nếu chỉ ăn chay, và bố thí để cầu phước thì chưa đủ, vì vẫn còn bị khổ đau ràng buộc. Phải học Kinh Luận để mở mang Trí huệ. Phước Huệ song tu mới đưa con người đến nơi giác ngộ và giải thoát.

- Tôi sống thoải mái, nào có ai ràng buộc tôi đâu, mà phải tìm đường giải thoát?

- Mừng cho bạn được sống thoải mái! Có lúc nào bạn đau ốm chẳng? Bạn giữ sức khoẻ của tuổi trẻ mãi mãi chăng? Bạn sẽ đối đầu ra sao với cái Chết chắc chắn sẽ đến? Có những nỗi Khổ chẳng ai tránh được, đó là mối ràng buộc. Bạn có hoàn toàn tự do chẳng, khi con giận dữ phùng lên trong tâm? Bạn có tránh được dễ dàng các cảm dỗ như thời để rồi lại gây hối tiếc lâu dài về sau? Các phiền não trong tâm, các triền cái, các kết sử, đó là những mối ràng buộc nơi thân phận con người mà chỉ có con đường giải thoát mới đủ khả năng tháo gỡ hoàn toàn được.

- Tôi đảo đầu ra đủ thời giờ để đọc quyển Luận văn tràng giang đại hải này, với những danh từ cao siêu khó hiểu?

- Luận văn này quả có dài và khó hiểu thật! Nhưng vẫn còn chưa dài hơn bộ *Lộc đình ký* của Kim Dung, bộ *Les Misérables* của Victor Hugo. Khó hiểu thật, nhưng cũng chẳng bí hiểm bằng *lời sấm* của Khổng Minh, Trang Trĩnh, cũng chẳng huyền ảo như *Kinh Dịch*. Nhưng đã có người đọc qua và hiểu được đôi chút, sao người ấy chẳng phải là bạn? Mỗi ngày chỉ cần đọc một trang, Luận văn 300 trang, một năm bỏ ra để đọc, so với cuộc đời ba vạn sáu ngàn ngày là mấy? Khó hiểu quá chẳng, Từ điển đó, sao chẳng tra? Chán quá chẳng, sao chẳng biết rằng thường thức *pháp vị* đâu phải là hường *thú vị* say mê đọc ngẫu nhiên bộ tiêu thuyết. Đâu đâu ra thời giờ? Ngày đêm hai mươi bốn tiếng, chắc gì bạn cả sao, nếu đã có giờ ăn để nuôi thân, sao chẳng có mười phút để dưỡng tánh?

Xin hãy suy gẫm kỹ câu nói của nhà cách mạng nước Việt Nam đã được ghi nơi tiểu mục số 099 trên đây. Đáng tiếc là hàng chữ ấy chưa được tô son thếp vàng thành câu liền!

100. Thiện Nhựt xin chơn thành sám hối các lỗi sơ sót khi thực hiện bản dịch Luận văn này!

Hằng tuần vào chùa lạy Phật, nghe giảng Kinh, lòng tôi chẳng khỏi bụi ngùi, xót thương cho thân phận người Việt Nam muốn học Đạo, thấy giáo lý của đấng Từ phụ bị khóa chặt trong tù kiếng chứa đầy Kinh Sách bằng chữ Hán.

Chẳng kể đến số vốn liếng tiếng Hán của mình còn ít oi, cú pháp cổ văn và cách chấm câu chẳng rành, mà dám đem Bộ Luận này ra phòng dịch, tội liễu lĩnh đó khó mà bỏ qua được. Nhưng nghĩ mình là một người học Phật, đức nhẫn nại phải được nâng lên cao, nên Thiện Nhựt xin thành tâm cúi đầu chờ mong lời chỉ giáo của các bậc cao minh.

Ngày Sanh nhựt thứ 70, các con tôi có tặng cho một số tiền, nay xin đem món quà đó ra in thành sách, mong về sau, các con có đọc đến vài hàng trong bộ Luận này cũng chia xẻ được ít nhiều mỗi lợi lạc tinh thần cùng cha chúng nó.

Thiện Nhựt kính trình,
Tìm hiểu xong ngày 17 tháng 09, 2003
Montréal, Canada.

[Đầu 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: 18-01-2004