

## THANH TỊNH ĐẠO LUẬN TOẢN YẾU THÍCH PHƯỚC SƠN biên soạn

### CHƯƠNG V - ĐỊNH - NHỮNG ĐỀ MỤC KHÁC

#### 1. Biến xứ nước

Người tu tập biến xứ này - cũng như trong trường hợp biến xứ đất - cần có thể ngồi thoải mái và nắm lấy tướng nước. Nếu người đã tu tập ở đời trước, thì khi cần tác ý đến nước, biến xứ nước sẽ hiện ra. Nếu đời trước chưa tu tập biến xứ này thì cần lấy một cái bát đổ đầy nước làm căn cứ đề tác ý đến nước, và miệng thâm nhũ "nước, nước", cho đến khi nào **Sơ tướng** và **Tợ tướng** khởi lên rõ rệt. Khi tướng ấy xuất hiện thì hành giả đạt đến **định cận hành** và **định an chỉ** thuộc Tứ thiền hay Ngũ thiền như trên đã nói.

#### 2. Biến xứ lửa

Người muốn tu tập biến xứ lửa cần nắm lấy tướng lửa. Nếu hành giả đời trước đã tu tập, thì có thể tác ý đến bất cứ loại lửa nào khi cần. Nếu đời trước chưa tu tập thì phải dùng một que củi đốt lên, rồi chú tâm đến ngọn lửa, miệng thâm nhũ "lửa, lửa", cho đến khi nào 2 loại định xuất hiện như trường hợp biến xứ nước.

#### 3. Biến xứ gió

Người muốn tu tập biến xứ này cần phải nắm lấy tướng hư không, rồi an trú niệm vào gió thâm nhũ "gió, gió", cho đến khi nào Sơ tướng rồi tợ tướng xuất hiện.

#### 4. Biến xứ xanh

Người tu tập biến xứ này cần phải nắm lấy tướng màu xanh. Nếu người đã từng tu tập từ đời trước thì có thể tác ý về màu xanh ở bất cứ vật gì. Nếu người chưa từng tu tập, thì phải dùng hoa sen xanh đặt trên một vật cố định, rồi chú tâm trên tướng ấy, thâm nhũ: "xanh, xanh", còn các việc khác như đã nói trong phần biến xứ đất.

#### 5. Biến xứ vàng

Người muốn tu tập biến xứ này cần phải nắm lấy tướng màu vàng nơi một cái hoa, hay một tấm vải. Nếu đời trước đã tu tập thì tướng màu vàng xuất hiện dễ dàng. Nếu đời trước chưa tu tập, thì phải làm một biến xứ theo cách đã nói ở biến xứ xanh, rồi chú tâm trên tướng ấy, thâm nhũ "vàng, vàng".

#### 6-9. Biến xứ màu đỏ; Biến xứ màu trắng; Biến xứ ánh sáng; Biến xứ hư không.

Người muốn tu tập các biến xứ này cũng theo cách tương tự như đã trình bày ở các biến xứ trên.

#### 10. Nói tổng quát về tác dụng của các biến xứ trên

Đức Đạo sư đã dạy về 10 biến xứ, mỗi thứ đều có thể làm nhân cho 4 thiền hay 5 thiền. Đó là chìa khóa chủ yếu của cõi sắc giới. Trong những biến xứ này, **biến xứ đất** là căn bản cho những **thần thông**, như: "một thân biến ra nhiều thân". **Biến xứ nước** là căn bản cho những **thần thông** như **độn thổ**, **chui ra khỏi đất**. **Biến xứ lửa** là căn bản cho những năng lực **lâm**

**ra khói, ra lửa**, nhưng chỉ đốt cháy những gì mình muốn đốt. **Biển xứ gió** là căn bản cho những thần thông như **tạo ra những trận cuồng phong**. **Biển xứ xanh** là căn bản cho những thần thông như **tạo ra những hình tướng màu đen, bóng tối**. **Biển xứ vàng** là căn bản cho những thần thông như **tạo ra những hình tướng màu vàng**. **Biển xứ đỏ** là căn bản cho những thần thông như **tạo ra những hình tướng màu đỏ**. Ngoài ra, các biển xứ còn lại cũng có những tác dụng tương tự như các loại vừa kể.

Tuy vậy, không phải ai cũng có thể tu tập được các loại biển xứ này. Bởi vì, nếu một hữu tình thuộc loại sau đây thì không thể tu tập bất cứ biển xứ nào: "Bị nghiệp làm chướng ngại, bị phiền não làm chướng ngại, bị nghiệp dị thực (quả báo của nghiệp) làm chướng ngại, thiếu đức tin, thiếu dục, thiếu tuệ. Những kẻ này không thể nhập được quyết định tánh trong các thiện pháp." (Vbh. 341)

**Nghiệp chướng** là chỉ những người có ác nghiệp kéo theo quả báo tức thì vào lúc tái sinh. **Phiền não chướng** chỉ cho hạng người có tà kiến bác bỏ nhân quả. **Nghiệp dị thực** hay **báo chướng** chỉ cho hạng người có một kiết sinh không có thiện căn. **Thiếu đức tin** là không tin tam bảo. **Thiếu dục** là thiếu lòng ham muốn đối với đạo lộ vô ngại. **Thiếu tuệ** là thiếu chánh kiến thể gian và xuất thế gian. **Tánh quyết định** chỉ cho thánh đạo.

Bởi vậy, việc tu thiền phải được thực hiện bởi một thiện nam tử không bị báo chướng, không có phiền não chướng và nghiệp chướng, nuôi lớn đức tin, có dục và tuệ, siêng nghe pháp và gần gũi thiện hữu tri thức.

-ooOoo-

## CHƯƠNG VI - ĐỊNH - QUÁN BẤT TỊNH

### 1. ĐỊNH NGHĨA TỔNG QUÁT

Theo luận chủ, 10 thứ bất tịnh nơi thân chết không còn thân thức được kể như sau: 1. Tướng phình trương; 2. Tướng xanh bầm; 3. Tướng máu mù; 4. Tướng nứt nẻ; 5. Bị gậm nhấm; 6. Bị rã rời; 7. Bị phân tán; 8. Bị chảy máu; 9. Bị trùng ăn; 10. Tướng bộ xương. (Ch. III, 105)

### 2. TƯỚNG PHÌNH TRƯƠNG

Khi một thiền giả muốn tu tập phép quán bất tịnh về một tử thi phình trương, cần phải thọ giáo với một vị thầy am tường về đề tài này. Lúc đi đến bãi tha ma hay nơi có tử thi, hành giả phải thưa với một vị thượng tọa hay một tỷ kheo khác biết việc mình làm, và nên đi theo chiều xuôi gió để tránh hôi thối làm cho mình nôn mửa. Tử thi thích hợp phải là tử thi của người cùng phái. Vì nếu thi thể của một phụ nữ thì không thích hợp cho một hành giả phái nam. Thậm chí, nếu thân mới chết, nó còn có thể trông đẹp nữa là khác, và do đó có thể nguy hiểm cho đời sống phạm hạnh. Khi đã đến nơi, hành giả phải đứng đối diện với tử thi ở một khoảng cách vừa tầm nhìn rõ, không xa quá, cũng không gần quá. Thế rồi, hành giả chú tâm trên đối tượng ấy với các yếu tố: 1/ Theo màu sắc của nó; 2/ Theo đặc điểm của nó; 3/ Theo hình dáng; 4/ Phương hướng; 5/ Định xứ; 6/ Giới hạn của nó. Nhưng nếu quán tưởng theo các cách trên mà tợ tướng không xuất hiện, thì hành giả nên quán tưởng theo 5 cách khác nữa: 7/ Những khớp xương; 8/ Những chỗ mở ra; 9/ Những chỗ lõm; 10/ Những chỗ lõm; 11/ Xung quanh 4 phía. Theo những cách này, hành giả chú tâm vào tử thi, thâm nhủ: "Tướng phình trương, tướng phình trương", cho đến khi nào hình ảnh tử thi hiện rõ trong tâm hành giả. Nếu tướng ấy vẫn chưa hiện rõ, hành giả phải lập đi lập lại nhiều lần: "Bất tịnh là tướng phình trương, bất tịnh là tướng phình trương", và nhắm mắt lại tưởng đến tướng ấy cho đến khi nào tướng ấy hiện ra trước mắt, dù hành giả mở mắt nhìn hay nhắm mắt quán.

Khi hành giả luyện tập đến độ nhuần nhuyễn, tợ tướng sẽ khởi lên, và khi luyện tập tâm đối với tợ tướng, hành giả sẽ đắc định an chi. Khi đã vững chắc với an chi, hành giả tu tập tuệ

giác và đặc quả A la hán.

Tướng tử thi phình trương được tu tập như trên thì các tướng bầm xanh v.v... cũng áp dụng tương tự như thế, chỉ cần đổi danh từ "phình trương" bằng danh từ thích hợp với tình trạng tử thi mà mình đang quán tưởng.

### 3. BÀN TỔNG QUÁT

Một người đã đắc thiền nhờ bất cứ pháp quán bất tịnh nào trên đây thì thoát khỏi tham dục. Vì khi tâm đã được tập trung vào đề mục quán tưởng thì không còn chú ý đến các đối tượng bên ngoài.

Khi khảo sát bản tính của từng người để tìm một pháp quán bất tịnh thích hợp, ta thấy như sau: Tướng thầy phình trương thích hợp cho hầu người tham hình dáng, vì nó làm hiện rõ sự xấu xí của hình dáng tử thi. **Thấy bầm xanh** thích hợp cho vị nào tham màu da, vì nó hiện rõ sự xấu xí dị hình của màu da. **Thấy có mủ** thích hợp cho một người tham mùi thơm toát ra từ thân thể ướp hương, vì vết thương này làm hiện rõ mùi thối tha liên hệ đến thân thể. **Thấy bị chặt** thích hợp cho một người tham sự chắc chắn của thân thể, vì nó làm hiện rõ những lỗ hổng trong thân. **Thấy bị gặm nhấm** thích hợp cho một người tham sự tích tụ của thịt ở những thân phần như bộ ngực, vì nó làm hiện rõ sự tích tụ thịt đi đến tan rã. **Thấy rã rời** thích hợp cho một người tham dáng kiêu diễm của tay chân, vì nó làm hiện rõ tay chân bị rã rời như thế nào. **Thấy phân tán** thích hợp cho một người tham toàn bộ một thân hình đẹp, vì nó làm hiện rõ sự phân tán và đổi khác của toàn bộ thân thể. **Thấy chảy máu** thích hợp cho một người tham cái vẻ yêu kiều do đồ trang sức, vì nó làm hiện rõ vẻ ghê tởm của thầy chết cả mình đầy máu. **Thấy bị trùng ăn** thích hợp cho một người tham sở hữu thân thể, vì nó làm hiện rõ thân này là chỗ ở của nhiều loại trùng bọ. **Một bộ xương** thích hợp với người tham rãnh đẹp, vì nó làm hiện rõ tính cách ghê tởm của những cái xương trong cơ thể. Đây là cách phân loại bất tịnh có 10 thứ tùy theo tính tham.

Pháp quán bất tịnh này chỉ ở trong phạm vi Sơ thiền, Nhị thiền và những thiền khác không có. Mặc dù đối tượng này đáng ghê tởm, nhưng nó lại là một động cơ khích lệ cho những người bị sự bức bách của các triền cái, họ có thể quyết tâm tuyên bố: "Chắc chắn bằng cách này ta sẽ thoát khỏi già chết". Tác dụng của pháp quán này cũng giống như thuốc xô đối với một người đau bụng.

Tuy pháp quán bất tịnh này được chia thành 10 loại, nhưng đều có cùng một đặc tính, đó là trạng thái không sạch, hôi hám, đáng ghê tởm. Không những tử thi mới gọi là bất tịnh, mà một xác sống cũng mang đầy đủ tính chất bất tịnh như một xác chết, chỉ khác một điều là tính chất bất tịnh nơi xác sống không được rõ rệt, vì nó may mắn được che giấu dưới những lớp trang sức khá ái.

Đây là bản chất đích thực của thân xác: Nó là sự tích tụ của hơn 300 cái xương được nối lại với nhau bởi 180 khớp dính liền nhờ 900 cái gân, trét đầy khắp với 900 miếng thịt, được bọc bằng lớp da trong ẩm ướt, bao ngoài với lớp da có những lỗ rai rác đó đây, luôn luôn tiết ra như một cái bình dầu mà trong đó cả một tập thể vi trùng cư trú. Đó là cái nhà của tật bệnh, nền tảng của những trạng thái đau khổ, luôn luôn rỉ ra từ 9 lỗ như một ung nhọt kinh niên. Nơi 2 con mắt ghen chấy, nơi 2 lỗ tai thì cứ ráy, từ 2 lỗ mũi là nước mũi, từ miệng là thức ăn, mật, đàm, máu; từ 2 lỗ bài tiết bên dưới là phân và nước tiểu, và từ 99.000 lỗ chân lông tiết ra một chất mồ hôi vô vị, với ruồi nặng bu quanh. Cái thân xác này, nếu không được tắm rửa, chăm sóc, khoác y phục bên ngoài, thì xét về tính chất đáng tởm, một ông vua cũng không khác gì người hốt rác. Nhưng nhờ đánh răng, súc miệng, nhờ thoa ướp bằng những hương hoa mà nó biến thành một trạng thái được xem là **tôi** và **của tôi**. Cứ thế, dần ông say đắm đàn bà, đàn bà say đắm đàn ông, mà không nhận thức cái thực chất đơ bản của cơ thể được che đậy bằng những trang sức mong manh. Trong ý nghĩa tối hậu thật không có một chỗ nào trên thân xác, dù nhỏ như hạt bụi, đáng để mà tham đắm.

Khi có một mẩu nhỏ nào nơi thân xác như tóc, lông, răng, móng rơi ra, thì người ta sẽ không dám động tới, mà còn cảm thấy hổ thẹn, nhục nhã, ghê tởm. Vậy mà, khi chúng còn ở trong thân xác - thì mặc dù vẫn đáng ghê tởm - người ta lại xem là dễ chịu, đáng ham muốn, trường cửu, khả ái, tự ngã v.v... Bởi vì bị trùm kín trong màn tối vô minh, bị nhuốm đầy tham ái đối với tự ngã, mà người ta đã nhận thức sai lạc như thế. Chẳng khác chi con chồn già trông thấy cái hoa đỏ trên cây mà tưởng lầm là miếng thịt:

"Xưa có con chồn già  
Thấy cây rừng trở hoa  
Vội vàng chạy đến, nghĩ:  
Đây thịt, cây sinh ra !

Chồn ta nhai hoa rụng  
Chả thấy nước nổi gì  
Tưởng thịt trên cây khác  
Thịt rụng có ngon chi."

Thế nhưng, người trí sẽ quán sát thân này như sau:

"Thân xác thối tha này  
Như phân, như nhà xí  
Khó ưa với người trí  
Nhưng kẻ ngu say mê.

Như vết thương chín lỗ  
Bọc trong lớp áo da  
Rỉ bất tịnh mọi chỗ  
Uế khí, mùi bay xa."

Do vậy, một tỷ kheo có khả năng nên nắm lấy bất cứ tướng bất tịnh nào khi thấy chúng hiển lộ, để làm một đề mục thiền quán, hầu đạt đến định tâm.

-ooOoo-

## CHƯƠNG VII - ĐỊNH - SÁU TÙY NIỆM

Thông thường pháp **Tùy niệm** gồm có 6 thứ, nhưng nếu nói đủ thì có 10 tùy niệm, đó là: Niệm Phật, niệm pháp, niệm tăng, niệm giới, niệm thí, niệm thiên, niệm tử, niệm thân, niệm ác, niệm diệt.

- 1) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ đáng giác ngộ, gọi là **Niệm Phật**.
- 2) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ pháp, gọi là **Niệm pháp**.
- 3) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ tăng, gọi là **Niệm tăng**.
- 4) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ giới, gọi là **Niệm giới**.
- 5) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ bố thí, gọi là **Niệm thí**.
- 6) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ cái chết, gọi là **Niệm tử**.
- 7) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ chư thiên, gọi là **Niệm thiên**.
- 8) Tùy niệm khởi lên có cảm hứng từ thân thể, gọi là **Niệm thân** hay **thân hành niệm**.
- 9) Tùy niệm bắt nguồn từ hơi thở ra vào, gọi là **Niệm tức**, hay **niệm hơi thở** (anāpānāsati).
- 10) Tùy niệm có cảm hứng từ sự bình an, gọi là **Niệm diệt**.

### 1. NIỆM PHẬT

Một thiền giả muốn tu tập tùy niệm về đấng Giác ngộ, thì nên đọc cư tại một trú xứ thích hợp, và trường niệm đức tính đặc biệt của đấng Giác Ngộ như sau: "Đức Thế Tôn là bậc A la hán, Chánh Đẳng giác, đầy đủ minh và hạnh, đấng Thiện Thệ, đấng hiểu rõ thế gian, bậc Vô thượng Đạo sư điều phục những người đáng điều phục, bậc thầy của chư thiên và loài người, Phật, Thế Tôn . (M.I. 37; A. III. 285)

### *a. A La Hán (Arahanta)*

Trước tiên hành giả niệm về những đức tính của bậc A la hán: - Ngài là bậc hoàn toàn tách rời khỏi mọi cấu uế. Ngài đã tiêu diệt tất cả mọi kẻ thù (tức là những nhiễm ô). Ngài đã phá hủy hoàn toàn bánh xe luân hồi được làm bằng vô minh và khát ái. Ngài xứng đáng nhận những đờ cúng dường của cõi trời và cõi người. Ngài không có các hành vi mờ ám như những kẻ ngu ở đời, tự khoe thông minh nhưng lại làm ác. Vì thế, nên Ngài được gọi là A la hán:

"Bậc Thánh xa uế nhiễm  
Chiến thắng giặc não phiền  
Các cãm xe phá hủy  
Xứng đáng được cúng dường  
Không ác hành bí mật  
Vì năm lý do này  
Ngài có thể tuyên bố  
Thành bậc A la hán."

### *b. Chánh Đẳng Giác (Sammāsambuddha)*

Ngài là bậc Chánh đẳng giác, vì Ngài đã biết mọi sự vật một cách chân chính (sammā). Nghĩa là Ngài đã thấu triệt bốn Thánh đế: Khổ, tập, diệt và đạo. Cái gì cần thắng tri đã được thắng tri (tức khổ đế). Cái gì cần tu tập đã được tu tập (tức đạo đế). Cái gì cần được từ bỏ đã được từ bỏ (tức tập đế). Cái gì cần chứng đắc đã được chứng đắc (tức diệt đế). Cho nên Ngài xứng danh là bậc Giác Ngộ. (Sn. 558)

### *c. Minh hạnh túc (Vijjācaranasampanno)*

Ngài có đủ minh trí và giới hạnh. Ở đây, **minh trí** là chỉ cho ba minh: Thiên nhãn minh, Túc mạng minh và Lưu tận minh. Còn **Hạnh** là chỉ cho 15 đức tính: Phòng hộ bằng giới; gìn giữ các căn môn; biết vừa đủ trong sự ăn uống; Chánh niệm tinh giác; có bảy thiện pháp (tín, tâm, quý, đa văn, tấn, niệm, tuệ) và 4 thiền thuộc Sắc giới.

### *d. Thiện Thệ (Sugata)*

Ngài được gọi là đấng Thi?n Thệ vì Ngài có 4 yếu tố: Cách đi tốt đẹp; đã đi đến một nơi tốt đẹp; đã đi một cách đúng pháp; và đã tuyên bố đúng. **Cách đi tốt đẹp** là đi theo con đường Thánh đạo tám ngành. **Đã đến một nơi tốt đẹp** là đã đến Niết bàn bất tử. **Đã đi một cách đúng pháp** tức là Ngài không thiên về cực đoan nào trong 2 cực đoan là thường kiến và đoạn kiến, không theo hướng đam mê dục lạc, cũng không theo hướng ép xác khổ hạnh. **Ngài đã tuyên bố đúng** tức là Ngài chỉ nói những lời nói thích đáng, như đoạn kinh sau đây mô tả: "Bất cứ lời nào đức Như Lai biết là không thật, không đúng, đưa đến tai hại, làm người khác buồn khổ không thích ý, Như Lai không nói lời ấy. Bất cứ lời nào Như Lai biết là không thật, không đúng, đưa đến tai hại, làm người khác buồn khổ không thích, Như Lai không nói lời ấy. Bất cứ lời nào Như Lai biết là thật và đúng, nhưng dễ nghe và người khác ưa thích, Như Lai không nói lời ấy. Bất cứ lời nào Như Lai biết là thật và đúng, nhưng đưa đến tai hại, làm cho kẻ khác buồn khổ không thích, Như Lai không nói lời ấy. Bất cứ lời nào Như Lai biết là thật và đúng, đưa đến lợi ích, nhưng khó nghe và làm cho người khác không thích, Như Lai biết thời để nói lời ấy. Bất cứ lời nào Như Lai biết là thật và đúng, nhưng có hại, thì mặc dù vui tai và làm kẻ khác ưa thích, Như Lai không nói lời ấy. Lời nói nào Như Lai biết là thật và đúng, đưa đến lợi

ích, dễ nghe, làm kẻ khác ưa thích, Như Lai biết thời để nói lên lời ấy. (M. I, 395). Do vậy, Ngài là bậc Thiện Thệ, vì tuyên bố chính đáng.

#### **d. Thế gian giải**

Ngài là đáng biết rõ thế gian, vì Ngài đã biết cuộc đời trên mọi phương diện, đã thâm nhập thế gian về mọi mặt, như kinh nói: "Nầy hành giả, có một chỗ tận cùng thế giới, ở đây người ta không sinh, không già, không chết, không tái sinh, có thể được biết, được thấy hay đi đến bằng du lịch, điều ấy Ta không tuyên bố. Tuy nhiên, Ta cũng không nói rằng có sự chấm dứt khổ mà không cần đi đến tận cùng thế giới. Đúng hơn trong cái thân xác nhỏ bé này, với các tướng, các thức của nó, mà Ta công bố có thế giới, sự sinh khởi của thế giới, sự chấm dứt của thế giới, và con đường đưa đến sự chấm dứt." (Tuương Ưng bộ kinh. IA, 69).

Hơn nữa, Ngài biết cả 3 thế giới là thế giới các hành; thế giới của hữu tình và thế giới của xứ sở. **Thế giới các hành** là thế giới mà mọi loài hữu tình tồn tại nhờ thức ăn. **Thế giới hữu tình** có nghĩa là Ngài rõ khuynh hướng, tâm trạng và nghiệp báo thiện ác của tất cả các loài hữu tình. **Thế giới xứ sở** tức là 10 phương thế giới hay vũ trụ bao la. Trong vũ trụ này đức Phật biết rõ sự vận hành sinh diệt của các hành tinh và những thứ khác.

#### **e. Vô Thượng Sĩ Điều Ngự Trượng Phu.**

Vì trong thế giới Ta bà này không có một người nào cao cả hơn Ngài về những đức tính đặc biệt, do đó, Ngài được gọi là không ai trên (Vô thượng sĩ). Ngài vượt hẳn thế gian về giới, định, tuệ, giải thoát và giải thoát tri kiến. Như trong kinh đã nói: "Ta không thấy trong thế giới với chư thiên, ma, phạm vương, sa môn và Bà la môn với các tiểu vương và loài người, không một người nào toàn vẹn hơn ta về giới..." (S. I. 139). Cũng thế trong một kệ khác nói: "Ta không có thầy, và người như Ta không có trong toàn thế giới." (M. I, 171).

Ngài dẫn đạo những người đáng dẫn đạo, và điều phục đủ mọi loài chúng sinh, từ chư thiên cho đến loài phi nhân, như đoạn kinh sau đây mô tả: "Nầy Kosi, Ta điều phục những ai đáng được điều phục, khi thì ôn hòa, khi thì cứng rắn, khi thì vừa ôn hòa, vừa cứng rắn". (A. II, 112) Do đó, Ngài được gọi là Vô Thượng Sĩ Điều Ngự Trượng Phu.

#### **g. Thiên Nhân Sư.**

Ngài dạy dỗ về những vấn đề trong hiện tại, những vấn đề thuộc đời sau, và những mục đích tối hậu, tùy trường hợp thích đáng, cho nên Ngài là bậc Thầy. Một đoạn trong Niddesa diễn tả: "Đức Thế Tôn là bậc dẫn đạo đoàn lũ hành, người đưa kẻ lũ hành về đến nhà, đưa chúng vượt qua sa mạc sinh tử." (Nd. I, 446)

Chư thiên và nhân loại là chỉ cho những kẻ tốt nhất, có khả năng tiến hóa nhất. Thậm chí nhờ tài giáo hóa của Ngài mà loài súc sinh khi may mắn nghe diệu pháp, cũng hưởng được nhiều lợi lạc, được tái sinh vào những cảnh giới thuận tiện cho sự tiến hóa trong tương lai.

#### **h. Phật**

Ngài là đấng Giác Ngộ, là bậc trí tuệ tuyệt vời, đã tự mình giác ngộ và giác ngộ cho những kẻ khác cùng đạt đến mục đích trọn vẹn. Hoặc như Niddesa nói: "Ngài là đấng đã tìm ra chân lý, cho nên Ngài là Giác giả (Buddha); Ngài là đấng đánh thức chúng sinh, nên Ngài là Giác giả." (Nd. I. 457)

#### **i. Thế Tôn.**

Thế Tôn (Bhagavant) là một danh từ có nghĩa kính trọng, tôn sùng gán cho Ngài, được xem như cao cả nhất trong các chúng sanh, là bậc được thế gian nhiệt thành tôn kính. Ngài còn

được gọi là lưỡng túc tôn, vì giới hạnh và trí tuệ của Ngài đã đạt đến chỗ hoàn toàn viên mãn, nên được mọi loài tuyệt đối tôn sùng. Danh hiệu Thế Tôn không phải do cha mẹ đặt ra mà phát xuất từ sự giải thoát rốt ráo của những đấng Giác ngộ, do sự chứng đắc Chánh biến tri dưới cội bồ đề, nên Ngài được gọi là Thế Tôn. Ngài đã từ bỏ cả trăm nghìn thứ phiền não, đã đoạn trừ mọi khát ái, loại trừ 10 bất thiện nghiệp, các lậu hoặc đã hoàn toàn đoạn tận, như bài kệ sau:

"Từ bỏ tham sân si  
Ngài không còn lậu hoặc  
Ác pháp được tận trừ  
Thế Tôn xứng tên gọi."

Danh hiệu Phật ở đây chỉ kể có chín hiệu và ghép Vô Thượng Sĩ và Điều ngự trượng phu thành một. Thế nhưng, theo các Kinh Luận của Đại thừa thì danh hiệu của Phật được tính thành 10, như sau: 1. Như Lai; 2. Ứng cúng; 3. Chánh Biến Tri; 4. Minh Hạnh Túc; 5. Thiệt Thệ; 6. Thế Gian Giải; 7. Vô Thượng Sĩ; 8. Điều Ngự Trượng Phu; 9. Thiên Nhân Sư; 10. Phật, Thế Tôn. (Kinh Đại Bát Niết Bàn Đại Thừa, quyển 17 và 18). Và Đại Trí Độ Luận lại tách Phật, Thế Tôn riêng ra; đến Phật là vừa đủ 10 hiệu, còn Thế Tôn được xem như một tôn hiệu bao gồm đủ 10 đức kể trên.

## 2. NIỆM PHÁP

Một người muốn tu tập đề mục niệm pháp, hãy đi vào sống riêng biệt một mình và tưởng niệm những đức tính đặc biệt của pháp như sau: "Pháp được Thế Tôn khéo thuyết giảng, tự chứng ngay hiện tại, vượt ngoài thời gian, đến đề mà thấy, có hiệu năng hưởng thượng, được người trí chứng biết". (M. I, 37)

**Khéo thuyết giảng** là giảng một cách lão luyện ở phần nhập đề, phần nội dung và kết luận, tất cả đều hoàn hảo. Hoặc, toàn bộ giáo pháp tốt đẹp ở chặng đầu với giới đem lại an lạc bản thân, chặng giữa với định, tuệ, đạo và quả, tốt đẹp ở chặng cuối với Niết bàn. Lại nữa, **khéo giảng** vì pháp được tuyên bố một cách thích đáng không mâu thuẫn, không trái ngược. Vì những pháp Ngài gọi là chướng ngại, thực sự là chướng ngại, những pháp Ngài gọi là giải thoát thực sự là giải thoát.

**Thiết thực hiện tại:** Vì pháp này được thấy bởi một con người cao quý đã xa lìa tham dục nơi bản thân mình, như đoạn kinh mô tả: "Nầy Bà la môn, khi một người bị tham chi phối, bị tham tràn ngập, tâm bị ám ảnh bởi tham, thì nó suy nghĩ hại mình, hại người, hại cả hai, và cảm thọ đau khổ về tâm. Khi tham đã được trừ diệt, nó không suy nghĩ hại mình, hại người, hại cả hai, và không cảm thọ đau khổ về tâm. Nầy Bà la môn, đây là pháp thiết thực hiện tại". (A. I. 156). Hơn nữa, pháp này có thể trông thấy kết quả ngay trong hiện tại, nên gọi là thiết thực hiện tại.

**Không có thời gian** nghĩa là pháp này không có chậm trễ trong việc đem lại kết quả, nên gọi là không có thời gian. Hoặc, thay vì phải đợi một thời gian mới có kết quả, thì pháp này đem lại kết quả ngay tức khắc.

**Đến đề mà thấy** nghĩa là pháp này mời gọi người ta thăm sát như sau: "Hãy đến đây mà thấy pháp này", cho nên gọi là "đến đề mà thấy" (Ehipassika). Vì pháp xuất thế này hoàn toàn thuần tịnh như mặt trăng rằm trên bầu trời không mây, như ngọc mani trên tấm vải tinh sạch. Lại nữa, pháp này mang tính chất hưởng thượng, đưa đến đạo quả giác ngộ và Niết bàn.

**Được người trí chứng biết** nghĩa là pháp này được những người lợi căn, những bậc trí tuệ chứng biết. Pháp này không thể thấy như người ta thấy một đóa hoa, mà chỉ được thấy trong tự tâm mình, nghĩa là chỉ có người trí mới kinh nghiệm được, chứ không thuộc lãnh vực của những kẻ ngu, như một bài kệ đã đề cập:

"Người thực sự có trí  
Thì thường xuyên tu tập  
Niệm tưởng về chánh pháp  
Tối thắng nhiều tiềm năng."

### 3. NIỆM TĂNG

Một người tu tập niệm Tăng, nên đi vào đọc cư tại những nơi thanh vắng để tưởng niệm những đức tính đặc biệt của đoàn thể Thánh chúng như sau: "Chúng đệ tử của Thế Tôn đã đi vào thiện đạo, trực đạo, chân đạo, chánh đạo, nghĩa là 4 đôi 8 vị. Chúng đệ tử này của Thế Tôn đáng được cúng dường, cung kính chấp tay chào, là phước điền vô thượng của thế gian." (A. III, 286)

**Đi vào thiện đạo, trực đạo, chân đạo, chánh đạo** có nghĩa là đi vào con đường thánh thiện, con đường thẳng, con đường đúng đắn và con đường chân chánh. Lại nữa, con đường này là con đường trung đạo, từ bỏ hai cực đoan là hưởng thụ và ép xác, từ bỏ những tà vạy và lỗi lầm.

**Bốn đôi 8 vị** nghĩa là trong 4 thánh quả, mỗi quả có 2 bậc như sau: Dự lưu hướng, Dự lưu quả; Nhất lai hướng, Nhất lai quả; Bất hoàn hướng, Bất hoàn quả; và A la hán hướng, A la hán quả.

**Đáng được cúng dường** nghĩa là xứng đáng hưởng sự cúng dường của tín thí. Bởi vì những người cúng dường cho chúng Tăng sẽ được kết quả lớn như Pháp cú 107 nói:

"Dù trải một trăm năm  
Thờ lưã tại rừng sâu  
Chẳng bằng trong giây lát  
Cúng dường bậc chân tu."

**Là ruộng phước vô thượng của thế gian** nghĩa là Tăng chúng là đối tượng tuyệt hảo để cho chúng sinh gieo trồng phước đức. Vì các loại công đức của thế gian đưa đến an lạc hạnh phúc đều y cứ vào Thánh chúng để tăng trưởng, nên chúng tăng là **ruộng phước vô thượng của thế gian**. Khi hành giả tưởng niệm những đức tính đặc biệt của Tăng như thế, thì tâm hành giả sẽ không bị tham, sân, si chi phối, và dễ đưa đến an tịnh.

### 4. NIỆM GIỚI

Người muốn tu pháp **niệm giới** nên đi vào đọc cư tại một nơi thanh vắng và tưởng niệm đến những loại giới khác nhau của chính mình. Nếu giới pháp mà người xuất gia hay tại gia đã lãnh thọ, không bị phá hủy ở chặng đầu, hay chặng cuối, như miếng vải bị xé rách ở hai đầu thì giới ấy gọi là **không bị rách**. Nếu giới không bị phá hủy ở chặng giữa, thì gọi là **giới không bị lủng**, như miếng vải bị đâm lủng ở giữa. Nếu học giới không bị vi phạm 2, 3, lần liên tiếp, gọi là giới **không bị vã**. Nếu giới không bị phá cùng khắp, cách nhau từng thời khoảng, thì gọi là giới **không bị lốm đốm**, như con bò có những đốm trên lưng.

Chính những giới ấy là nền tảng đưa đến giải thoát, vì chúng giải tỏa khỏi sự nô lệ cho dục ái. Chúng được người trí tán thán. Chúng không liên hệ đến tham dục và tà kiến. Chúng có khả năng đưa đến thiên định.

Khi chuyên tâm vào việc niệm giới, hành giả có sự tôn trọng đối với học pháp. Vị này sống hòa hợp với những bạn đồng phạm hạnh, không sợ bị lương tâm cắn rứt. Vị này thấy sự sợ hãi trong những lỗi nhỏ nhặt, đạt đến lòng tin viên mãn. Vị này sẽ sống an lạc, dù không đạt được đạo quả gì cao hơn, thì cũng đang trên đường tiến đến những thiện thú tươi đẹp. Thế nên:



"Người thật sự có trí  
Sẽ thường xuyên niệm giới."

## 5. NIỆM THÍ

Người muốn tu tập **niệm thí** nên phát tâm bố thí một cách tự nhiên, thường san sẻ những gì mình có khi gặp người khác đến xin. Một người thường bố thí thì được nhiều người thân cận và mến mộ. Người này sẽ an ổn khi sống tại một trú xứ với suy nghĩ: "Ta an trú với tâm không bị ô nhiễm bởi tham." hay "Ta thích thú trong sự từ bỏ, ta vui mừng được cơ hội ban phát cho người nghèo thiếu một ít tài vật của chính mình." Khi một Tỷ kheo chuyên tâm niệm tưởng về bố thí, vị ấy sẽ cảm thấy hân hoan trong sự bố thí, hành xử phù hợp với tâm từ bi, và niệm vô úy, và do đó, sẽ hưởng được nhiều an lạc.

## 6. NIỆM THIÊN

Người muốn tu tập **niệm thiên** cần phải đi vào độc cư để tưởng niệm về chư thiên, và tin rằng: "Có chư thiên thuộc cõi Tứ thiên vương, chư thiên thuộc cõi Tam thập tam v.v... và chư thiên ấy có giới... đa văn, bố thí, trí tuệ, đồng thời trí tuệ ấy cũng có nơi ta". Khi hành giả niệm tín, thí, giới, văn, tuệ của chư thiên, rồi liên tưởng mình cũng có những đức tính ấy, thì tâm hành giả sẽ không bị tham, sân, si ám ảnh.

Tóm lại, một Tỷ kheo chuyên tu tập **niệm thiên** sẽ được chư Thiên thương tưởng, nếu không đắc quả gì cao, thì ít nhất cũng hưởng đến một cảnh giới tốt đẹp.

Nói chung, lục niệm vừa kể là đối tượng dành cho các Tỷ kheo tu tập. Khi hành giả quyết chí chuyên niệm về một trong những đề mục ấy, cần phải sống độc cư tại một nơi thanh vắng, dốc hết tâm tư suy nghĩ về những đức tính tốt đẹp của đề tài mình đã chọn. Nhờ chuyên chú vào đề mục với những tính chất tốt đẹp, tâm hành giả sẽ dần dần loại trừ các cấu uế và trở nên thanh tịnh, tạo điều kiện để chứng đạt các thiên chứng. Ngoài ra, một cư sĩ nếu giới thanh tịnh, cũng có thể tu tập 6 pháp này, nhờ đó các triền cái sẽ lắng xuống, tâm trở nên an lạc, trí tuệ sẽ phát triển, hưởng đến những kết quả tốt đẹp trong đời sống hiện tại.

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [01](#) | [02](#) | [03](#) | [04](#) | [05](#) | [06](#) | [07](#) | [08](#) | [Mục lục](#)

*Chân thành cảm ơn Đại đức Giác Đồng đã gửi tặng phiên bản vi tính  
(Bình Anson, tháng 09-2001)*

**[[Trở về trang Thư Mục](#)]**

*updated: 01-09-2001*