

THIÊN SƯ MÔGOK

PHÁP DUYÊN SANH

---

-HT Hộ Tông

-HT Hộ Nhãn

Cùng các Bậc Trưởng Lão PGNT

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa  
(Thành kính dành lễ Đức Thế Tôn, bậc A-la-hán, đấng Chánh Biến Tri.)

Thiền Sư Mogok và  
**PHÁP DUYÊN SANH**



U Than Daing

TK Pháp Thông dịch

*Namo Tassa,*

*Thành Kính Dành Lễ*

*Bhagavato,*

*Đức Thế Tôn,*

*Arahato,*

*Bậc A-La-Hán,*

*Sammāsambuddhassa.*

*Đấng Chánh Biến Tri.*

## Mục Lục

Lời tựa	tr. 4
Giới Thiệu	tr. 12
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pháp Duyên Sanh</li><li>• Những pháp không ai có thể phản bác</li><li>• Duyên sanh là một vũ khí chống lại tà kiến</li><li>• Miến Điện và Pháp duyên sanh</li></ul>	
Chương I Duyên Sanh Là Gì?	tr. 24
Chương II Yếu Lược, Mắc Xích, Hành Tướng Và Thời	tr. 34
Chương III Khandha Paticcauppāda (Khía Cạnh Hiện Tại)	tr. 31
Chương IV Vòng Duyên Sanh Bắt Đầu Xoay Từ Thọ (Vedanā) Như Thế Nào	tr. 44
Chương V Sự Xoay Chuyển Của Duyên Sanh Từ Đầu	tr. 48
Chương VI Sự Xoay Của Duyên Sanh Từ Cuối Lên Đầu	tr. 50
Chương VII	tr. 51

Vòng Duyên Sanh Luân Hồi Luôn Luôn Xoay Khi Văng Mặt Thiên Minh Sát	
Chương VIII Giáo Lý Duyên Sanh Trình Bày Theo Chiều Thuận (Anuloma)	tr. 55
Chương IX Vòng Tuần Hoàn Của Duyên Sanh Vói Nhân Căn Bản Là Vô Minh Và Tham Ái	tr. 63
Chương X Làm Thế Nào Để Phá Hủy (Dỡ Bỏ) Và Bẻ Gãy Những Cây Cắm, Ổ Trục, Trục Xe, Đòn Và Vành Của Bánh Xe Duyên Sanh	tr. 68
Chương XI Ai Đi Theo Con Đường Duyên Sanh Người Ấy Đi Theo Con Đường Của Người Mù	tr. 73
Chương XII Duyên Sanh Theo Chiều Ngược Lại	tr. 82
Chương XIII Sakkāya Diṭṭhi (Có Thân Kiến) Nguyên Nhân Và Hậu Quả Của Nó	tr. 92
Chương XIV Thân Kiến Và Sự Sanh Khởi Của Nó (Cūla Vedalla Sutta, Mūlapannāsa) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yamaka Sutta     Saṃyutta Nikāya</li> <li>• Trưởng Lão Xa-Nặc</li> </ul>	tr. 96

(Channa Thera) • Tỳ Kheo Sāti	
Chương XV Thiền Minh Sát (Vipassanā) Satipatthāna	tr. 110
Chương XVI Tâm Quan Trọng Của Tâm Quán Niệm Xứ	tr. 115
Chương XVII Làm Thế Nào Để Diệt Trừ Tà Kiến	tr. 120
Chương XVIII Sassata Ditt̥hi (Thường Kiến) Uccheda Ditt̥hi (Đoạn Kiến) Cách Đoạn Trừ	tr. 124
Chương XIX Quán Tâm (Cittānupassanā)	tr. 130
Chương XX Một Vị Tỳ-Kheo Phạm Nhân Và Bốn Vị A-La-Hán • Vấn Đáp Của Hai Vị Đại Thánh Văn Đệ Tử Phật	tr. 144
Chương XXI Thọ Uẩn Và Pháp Duyên Sanh (Vedanakkhanddhā Và Patīccasamuppāda) • Quán Thọ (Vedanānupassanā) • Tác Động Của Thọ Trên Phạm Nhân Và Trên Bậc Thánh A-La-Hán	tr.152

---

• Sự Lắc Lư Của Thân Có Thích Hợp Với Việc Hành Thiền Minh Sát Không?	
Một Số Thuật Ngữ Pāli – Anh – Việt Sử Dụng Trong Tập Sách Này	tr.168
Tiểu Sử Tóm Tắt	tr. 180
Danh Sách Hùn Phước	tr. 190



### Lời Tựa

Với người hành thiền mong môn có được tri kiến đúng đắn về năm uẩn (*pañcakkhandha*) qua việc thực hành Pháp Duyên Sanh (*Patīccasamuppāda*) cuốn sách này chắc chắn sẽ là một tác phẩm đáng chú ý nhất. Nó cũng là một sự bổ sung rất ý nghĩa cho việc hiểu Pháp Duyên Sanh. U Than Daing, tác giả của cuốn sách, đã hoàn thành một sự giải thích rất rõ ràng và thấu đáo về Pháp Duyên Sanh từ quan điểm thực tiễn.

Mục đích của cuốn sách là nhằm giúp người hành thiền có được một hướng dẫn thấu đáo và sẵn sàng về con đường chân chánh đi đến giải thoát khỏi mọi khổ đau. Cuốn sách chủ yếu giải thích (1) những tiến trình danh và sắc khác nhau mà theo quy ước chúng ta gọi là con người, đàn ông, đàn bà..., không phải là một trò chơi của sự may rủi mù quáng mà là những kết quả của các nhân và duyên; (2) rằng sự xuất hiện của sanh và tử là do duyên; (3) rằng nếu các duyên được đoạn trừ mọi khổ đau sẽ biến mất; (4) cuốn sách cũng làm sáng tỏ ý nghĩa có tính triết lý về Thánh Đế thứ nhất và thứ hai (khổ đế và tập đế) theo chiều thuận (*anuloma*) và Thánh Đế thứ hai và thứ ba (diệt đế) theo chiều nghịch (*paṭiloma*). Vì vậy, Duyên Sanh (*Patīcca-samuppāda*) là pháp căn bản để hiểu đúng và thực chứng lời dạy của Đức Phật.

Đạo Phật được phân biệt với các tôn giáo và triết lý khác nhờ đặc điểm duy nhất này. Kỹ thuật giải thoát được

---

xem là đặc trưng của Đạo Phật rất khác với kỹ thuật giải thoát của các tôn giáo khác. Các tôn giáo khác nói, ***‘Hãy hướng về Thượng Đế; cầu nguyện Ngài; hiển mình hoàn toàn cho Ngài; trở thành một với Ngài.’*** Thiên Chúa Giáo, Ấn Giáo, Hồi Giáo, Bái Hoả Giáo, Do Thái Giáo y cứ Giáo Pháp của họ trên ý niệm về một Đấng Thượng Đế. Những tôn giáo này cho rằng trừ phi con người tin vào Thượng Đế, bằng không họ không thể khởi sự sống một đời sống chánh trực và hữu ích được. Chúng ta biết rằng hàng ngàn tín đồ của các tôn giáo này đã sống cuộc sống nhân hậu, trong sạch và thánh thiện, nhưng điều kỳ lạ là cuộc sống nhân hậu, trong sạch và thánh thiện ấy cũng được hàng ngàn người theo Đạo Phật sống mà Đức Phật không đòi hỏi họ phải tôn sùng bất kỳ đấng Thượng Đế nào như bước đầu tiên hướng đến sự giải thoát của họ.

Một trong những Pháp ở đó Đạo Phật khác với các tôn giáo khác là Pháp Vô Ngã (*Anatta*). Theo Triết lý Do Thái Giáo thì có một thực thể tồn tại bên trong thân của mỗi người và chi phối những việc làm của con người. Thực thể này được cho là bất biến, không thay đổi và vào lúc chết nó sẽ tồn tại ở một nơi nào đó cho đến Ngày ***Phán Xét Cuối Cùng*** lúc đó nó sẽ hoặc sanh lên cõi trời hoặc xuống địa ngục vĩnh viễn. Định thức của Vedanta<sup>1</sup> là: ***‘etam mama, eso hamasmi, eso me atta’*** (cái này là tôi, cái này là của tôi, cái này là tự ngã của tôi). Quan niệm cho rằng ***‘atta’*** hay ***‘atman’*** (tự ngã) bất diệt, và là một thực thể tách biệt sống

---

<sup>1</sup> Vedanta, một trong sáu trường phái triết học của Ấn Giáo.

bên trong thân hầu như được các trường phái tư tưởng Ấn Độ chấp nhận. Chỉ vừa mới đây các khoa học gia và triết gia Châu Âu hiện đại mới nhận ra rằng mọi sự vật đều nằm trong một trạng thái thay đổi không ngừng; trong khi Giáo Pháp về sự vô thường này đã được Đức Phật giảng dạy hơn 2500 năm trước, và sự áp dụng của nó không chỉ đối với vật chất mà còn cả đối với tâm nữa.

Cái chúng ta gọi là ‘con người’ chỉ là sự kết hợp của tâm và thân. Theo Đạo Phật ngoài tâm và thân hay Danh (*nāma*) và Sắc (*rūpa*), tạo thành cái gọi là ‘con người’ này ra, không có gì được xem như một linh hồn, một Atta (tự ngã) bất tử nằm đằng sau chúng. Sắc (*rūpa*) là hình thức có thể thấy được của những đặc tính và sức mạnh vô hình mà trong Pāli gọi là các Đại Chúng (*Mahā-bhūta*).

Bốn yếu tố (đất, nước, lửa, và gió) là những yếu tố không thể tách rời nhau và có tương quan với nhau. Mọi hình thức của vật chất hay sắc chủ yếu bao gồm nhiều yếu tố kết hợp với nhau, mỗi vật chất là một sự kết hợp của các yếu tố trong một tỉ lệ thể này hay thể khác. Nhưng ngay khi vật chất ấy chuyển thành những hình thức khác, các vật cấu hợp ấy được coi như chỉ là những khái niệm đơn thuần hiện bày đến tâm bằng diện mạo, hình thể, hay hình thức đặc biệt nào đó.

Tâm, phần quan trọng nhất trong một con người, về bản chất là một dòng trôi chảy của các đơn vị tâm hay thức và nó có thể được diễn đạt bằng từ ‘Tu Duy’. Tuy nhiên tư duy không phải là một chức năng sinh lý đơn thuần, mà là một loại năng lực, một cái gì đó giống như điện lực. Tư duy

---

và những bức xạ của dòng tư duy là những yếu tố tâm trong thế giới tinh thần tương ứng với bốn yếu tố vật chất (tứ đại) trong thế giới vật chất. Như vậy, một chúng sanh, về cơ bản, chỉ là sự thể hiện của những năng lực tư duy vốn nằm trong một trạng thái thay đổi không ngừng mà thôi.

Những phân tích của Đức Phật về tâm chỉ ra cho thấy tâm gồm bốn danh uẩn, đó là 1) thọ (*vedanā*) thuộc bất kỳ loại nào, 2) tưởng (*saññā*): những cảm nhận về các đối tượng giác quan hay những phản ứng của các giác quan, 3) hành (*saṅkhāra*): năm mươi loại tâm sở bao gồm những khuynh hướng và khả năng, và 4) thức (*viññāna*) được xem là yếu tố cơ bản của cả ba yếu tố kia.

Như vậy, cái gọi là chúng sanh (*satta*), là một sự kết hợp của năm uẩn hay của các năng lực vật chất và tinh thần luôn luôn thay đổi và không thể giữ nguyên trạng trong hai sát-na liên tiếp.

Có bất kỳ uẩn nào trong năm uẩn này là tự ngã (*atta*) hay linh hồn không? Câu trả lời của Đức Phật là Không. Vậy thì cái gì còn lại được gọi là Atta hay linh hồn? Như đã nói ở trên, ngoài năm uẩn ra không có gì còn lại để được gọi là Atta cả. Như vậy, ở đây chúng ta có một trong ba đặc tính cơ bản của mọi hiện hữu, đó là đặc tính Vô Ngã (*anatta*), sự vắng mặt của một cái ngã hay linh hồn thường hằng không đổi. Chính Pháp Vô Ngã này làm cho Đạo Phật đứng vững và khác biệt với các tôn giáo khác. Nếu các bánh xe, trục xe, khung xe, thành xe, tấm che, và các bộ phận khác được tháo rời khỏi chiếc xe thì cái gì còn lại? Câu trả lời là không có gì

còn lại, và chính sự kết hợp của các bộ phận này mà nó được gọi là một chiếc xe vậy thôi. Theo cách tương tự, sự kết hợp của năm uẩn được gọi là một chúng sanh và nó có thể mang lấy nhiều tên gọi khác nhau do chủng loại, hình dáng, hình thể ... của nó có thể thay đổi tùy theo cách những thay đổi về vật chất hay tinh thần vậy.

Liên quan đến vấn đề khởi nguyên của sự sống, có hai quan niệm chính, một cho rằng sự sống chắc chắn phải có một khởi đầu trong quá khứ vô tận và sự khởi đầu hay nguyên nhân đầu tiên đó là Đấng Thượng Đế Sáng Tạo; và quan niệm kia cho rằng sự sống không có khởi đầu, vì nhân luôn luôn trở thành quả và quả luôn luôn trở thành nhân, và rằng trong cái vòng nhân quả ấy một nguyên nhân đầu tiên là điều không thể quan niệm được.

Thử xét quan niệm thứ nhất, sự sống có một khởi đầu và sự khởi đầu đó là đấng Thượng Đế Sáng Tạo, câu hỏi đặt ra là bản thân đấng sáng tạo này đi vào hiện hữu hay nói nôm na là vị ấy được sanh ra như thế nào và những quy luật gì tạo điều kiện và chi phối sự sống của vị ấy? Nếu một chúng sanh (như ông ta) có thể hiện hữu mà không có nguyên nhân hay một đấng sáng tạo trước đó, thời không có lý do gì phải truy vấn tại sao tự thân thể giới hay sự sống của một chúng sanh lại không thể tự hiện hữu mà không cần phải có một đấng sáng tạo hay nguyên nhân đầu tiên như vậy.

Quan niệm cho rằng sự sống không có khởi đầu là quan niệm của Đạo Phật. Đức Phật khẳng định, **‘Nguồn gốc của mọi hiện hữu có tính hiện tượng là không thể quan**

**niệm được, và khởi đầu của các chúng sanh, do vô minh che đậy và tham ái trói buộc, cũng không ai có thể khám phá.’** (*Samyutta Nikāya, II.178*). Như đã nói ở trên tiến trình sống hay vạn vật trong vũ trụ này bị chi phối bởi quy luật tự nhiên của nhân và quả. Nhân luôn luôn trở thành quả, và quả cũng luôn luôn trở thành nhân, như vậy sanh được theo sau bởi tử và tử ngược lại cũng được theo sau bởi sanh. Sanh và tử là hai mặt của cùng một tiến trình sống. Vòng nhân quả hay vòng sanh tử này trong Đạo Phật gọi là Luân Hồi (*samsāra*), và điểm khởi đầu của nó không thể quan niệm được. Từ Pāli *samsāra* nghĩa đen là lang thang bất tận trong vòng sanh tử (luân hồi: 輪廻).

Tiến trình sanh và tử đã được giải thích cặn kẽ trong Pháp Duyên Sanh (*Paṭiccasamuppada*). Pháp này đề cập đến vòng luân hồi với tiến trình nhân hay nguyên nhân của sanh và tử. Tất nhiên đó không phải là một cố gắng để trình bày về nguồn gốc tuyệt đối của sự sống và cũng chẳng phải là một lý thuyết về sự tiến hoá của thế gian. Pháp duyên sanh bao gồm mười hai yếu tố (mắc xích) nối kết với nhau và hỗ trợ lẫn nhau của tiến trình nhân quả. (xem lược đồ)

Trong mười hai mắc xích, hai mắc xích đầu tóm tắt sự hiện hữu quá khứ và được xác nhận là nghiệp (*kamma*) quá khứ được thực hiện dưới ảnh hưởng của vô minh. Các mắc xích từ thức (*viññāṇa*) cho đến thọ (*vedanā*) tiêu biểu cho những kết quả của sự hiện hữu quá khứ hay nghiệp quá khứ. Các mắc xích từ Ái (*taṇhā*) đến Hữu (*bhava*) chỉ cho những hành nghiệp hiện tại đang diễn tiến từ khoảnh khắc này đến khoảnh khắc khác. Điều này hàm ý rằng mặc dù địa vị hiện

tại của chúng ta (cả tính cách lẫn hoàn cảnh) là kết quả của nghiệp quá khứ, song chúng ta sẽ là gì trong tương lai tùy thuộc vào những gì chúng ta đang làm trong hiện tại, vào cách chúng ta đối đầu với những hoàn cảnh trong hiện tại, và điều này nằm trong khả năng của chúng ta để thay đổi và uốn nắn tính chất của nghiệp lực vốn sẽ tiếp tục trong kiếp sau. Hai mắc xích cuối, sanh và những hệ quả của sanh, tóm tắt những kết quả của nghiệp hiện tại. Như vậy có ba sự hiện hữu nối tiếp nhau, đó là quá khứ, hiện tại và vị lai.

Như vậy, Giáo Lý Duyên Sanh trả lời ba câu hỏi lớn sau:

Thứ nhất: Chúng ta từ đâu đến?

Trả lời: Chúng ta đến từ quá khứ đến, từ những gì chúng ta đã làm trước đây; từ những công việc vẫn chưa làm xong; từ những cái xấu và tốt trong quá khứ; từ tăm tối vô minh của chúng ta; từ những tham muốn của chúng ta. Vì thế, có thể nói chúng ta đi vào kiếp sống hiện tại này, mang theo với chúng ta những cái tốt và cái xấu của quá khứ.

Thứ hai: Tại sao chúng ta lại ở đây?

Trả lời: Chúng ta ở đây là vì quá khứ, nghiệp quá khứ khiến cho có tái sanh trong kiếp hiện tại và từ hiện tại sẽ tiếp tục tái sanh trong tương lai; chúng ta được đem đến đây bởi chính những buồn vui của chúng ta, và hầu hết chúng ta đều bị dẫn đến đây bởi tham ái, và chúng ta sẽ tồn tại ở đây cho đến khi nào cái tham ái ích kỷ của chúng ta được đoạn trừ. Đối với người trí, kiếp sống mà chúng ta đang sống ở đây là một cơ hội để loại bỏ cái gánh nặng mà chúng ta đã tích lũy trong quá khứ; để loại trừ những tà hạnh, tà kiến của chúng

---

ta; để loại trừ những ý niệm sai lầm về sanh và tử; bỏ lại đằng sau tất cả mọi sự và đặt chân lên trên con đường trung đạo.

Thứ ba: Chúng ta sẽ đi về đâu?

Trả lời: Chúng ta sẽ đi theo quả của những nhân chúng ta đã làm. Những ai công việc (cần làm) chưa làm xong sẽ tiếp tục đi loang quanh trong vòng luân hồi và phải quay trở lại để làm tiếp công việc ấy. Những ai đi theo con đường trung đạo và đã hoàn tất những công việc (cần làm) của họ sẽ đạt đến Niết-bàn, sự diệt hoàn toàn của mọi khổ đau.

Gỡ bỏ tấm mặt nạ vô minh là công việc (cần làm) của con người. Giữ thăng bằng giữa những pháp thế gian (được mất, hơn thua,...) là con đường của Bạc Giác Ngộ. Thường ngoạn cuộc đời nhưng không để bị vướng mắc trong lối sống trần tục là pháp của Đấng Thế Tôn. Xuất ly cuộc sống trần tục để bước vào đời sống tâm linh cao quý hơn là lời khuyên của Đức Phật. An trú trong Niết Bàn, thực tại, thường hằng là cứu cánh của lối sống người Phật tử.

Trong những trang sau, một cố gắng đã được tác giả thực hiện nhằm đưa ra một sự giải thích rõ ràng về Pháp Duyên Sanh trong hình thức tiện lợi nhất. Đó là một sự giải thích ngắn gọn về những điểm quan trọng, thực tiễn cho những hành giả mong muốn thực hành thiền Minh Sát bằng sự hiểu biết của mình về Pháp duyên sanh. Hy vọng rằng sự giải thích ngắn gọn về Pháp duyên sanh này cũng sẽ giúp cho những người không có đủ thời gian để nghiên cứu thâm



sâu, nhưng muốn làm quen với sự giải thích có tính triết học thực tiễn về Pháp duyên sanh, có được chút lợi ích nào đó.

Ven.U.Thittila  
Aggamahāpandita

---

## GIỚI THIỆU

*Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa*  
(Thành Kính Đảnh Lễ Đức Thế Tôn, Bậc Ứng Cúng Đấng Chánh Biến Tri)

### **Pháp Duyên Sanh** (*Paṭiccasamuppāda*)

Trong toàn bộ Giáo Pháp của Đức Phật, Tứ Thánh Đế (*Catu Ariya Sacca*) là giáo lý nổi trội hơn hết vì đó là những lời dạy quan trọng nhất và thiết yếu nhất của Đức Phật. Tương tự, Pháp Duyên Sanh hay Thập Nhị Nhân Duyên đứng ở vị trí thứ hai chỉ sau Giáo Lý Tứ Thánh Đế này.

Sở dĩ người hành thiền đạt đến các Thánh Đạo và Thánh Quả Nhập Lưu (*sotapanna*), Nhất Lai (*sakadāgāmi*), Bất Lai (*anāgmi*) và A-la-hán (*Arahatta*) được là nhờ, thứ nhất bề gãy các mắc xích trong chuỗi Duyên Sanh và thứ hai tuệ tri và chứng ngộ Chân Lý Tứ Thánh Đế. Bồ tát Tỳ-bà-thi (*Vipassī*) sau khi quán chiếu và hành thiền một cách thâm sâu và nghiêm túc trên Chuỗi Duyên Sanh theo chiều nghịch và theo chiều thuận, tức quán từ cuối lên đầu và từ đầu đến cuối, nhiều lần, cuối cùng đạt đến trí thể nhập thuộc Lộ Tận Trí (*āsavakkhayañāna*), một loại trí giúp ngài diệt trừ hoàn toàn vô minh, tham ái và đạt đến sự Giác Ngộ Tối Thượng.

Đức Phật Gotama của chúng ta cũng đi theo bước chân của các vị Phật trước. Nghĩa là ngài cũng đã quán và hành thiền một cách thâm sâu trên chuỗi nhân duyên từ cuối lên đầu và từ đầu xuống cuối theo cách tương tự, cuối cùng, sau khi đã đoạn diệt và nhổ bật gốc vô minh và tham ái, ngài

đạt đến Phật Quả được báo trước bởi những sự kiện lớn như đất trời rung chuyển và các hiện tượng khác.

### ***Những Pháp Không Ai Có Thể Phản Bác***

Một số bài kinh trong Tam Tạng Kinh Điển có thể bị những người ngoài Phật Giáo chỉ trích và bắt bẻ, song những Pháp về Đế (Chân lý) hoặc Duyên Sanh luôn vượt ra ngoài sự tranh luận, chỉ trích và hoài nghi này.

Paṭṭhāna (Bộ Đại Trí, quyển thứ bảy trong Tạng Diệu Pháp) được coi trọng nhất trong số những Pháp Môn của Vi Diệu Pháp cần thiết cho sự chứng đắc **Vô Ngại Giải Trí** (*patisambhidāñāṇa*) đối với những vị đã là các bậc Thánh A-la-hán. Cũng vậy, Pháp Duyên Sanh cực kỳ quan trọng đối với hàng phàm nhân nhằm diệt trừ Thân Kiến (*Sakkāya diṭṭhi*), Thường Kiến (*Sassata diṭṭhi*), Đoạn Kiến (*Uccheda diṭṭhi*), Vô Nhân Kiến (*Ahetuka diṭṭhi*), và..... Việc diệt trừ những tà kiến này là điều thiết yếu cho sự chứng đắc Nhập Lưu Thánh Đạo cho đến A-la-hán Thánh Đạo. Điều đáng chú ý là sự diệt hoàn toàn của bốn loại tà kiến này sẽ bảo đảm cho một phàm nhân thoát khỏi mọi nguy phải rơi vào bốn ác đạo (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và a-tu-la) và được tái sanh trong thiện thú (*sugati*) trong kiếp kế.

Pháp Duyên Sanh được Đức Phật giải thích nhằm giúp hàng phàm nhân thoát khỏi những trói buộc của tà kiến và đạt đến giải thoát. Pháp duyên sanh có thể được trình bày một cách tóm tắt như sau: ***‘khi cái này hiện hữu, cái kia có mặt, với sự sanh khởi của cái này, cái kia sanh, khi cái này***

**không hiện hữu, cái kia không có mặt’.** Và trong hình thức hiện đại hơn, lời tuyên bố này được trình bày dưới dạng:

A hiện hữu	:	B có mặt
A sanh	:	B sanh
A diệt	:	B không có mặt

Mô thức này trình bày sự khởi sanh bất tận của các sự kiện có liên quan theo Pháp Duyên Sanh. Pháp duyên sanh tự nó đã tạo ra một sự kết hợp, không ai có thể bác bỏ được và vượt ra ngoài sự tranh luận, chỉ trích và hoài nghi.

### ***Duyên Sanh Là Một Vũ Khí Chống Lại Tà Kiến***

Pháp Duyên Sanh mô tả và xác định rõ mối quan hệ nhân quả của các Uẩn. Vì nó là điều kiện tiên quyết cho những hành giả có ý định sở hữu kiến thức về Năm Uẩn (*pañcakkhandhā*), giống theo cách một cậu học trò, theo truyền thống, đòi hỏi phải có kiến thức về bảng cửu chương, như  $2 \times 2 = 4$  ..., nếu như cậu thực sự có ý định muốn học các phép tính nhân hay tính chia. Tương tự như vậy, nếu một hành giả thực sự có ý định muốn đạt đến Đạo Quả thì ban đầu vị ấy phải có kiến thức về Pháp duyên sanh này, nghĩa là vị ấy phải biết về nhân và quả, và trừ phi có nó, bằng không vị ấy không thể nào hy vọng gỡ mình ra khỏi những ác tà kiến và nếu vị ấy không thoát khỏi những ác tà kiến vị ấy không thể trông đợi đạt đến dù chỉ là giai đoạn Tiểu Nhập Lưu (*Cūḷa Sotāpanna*). Thực ra, nhờ hành thiền trên danh và sắc vị ấy cũng có được phước báu nhưng sẽ không thể đạt đến đạo quả

vì những tà kiến sẽ tác hành như những triền cái hay chướng ngại chính ngăn chặn Đạo Quả.

Đại Trưởng Lão Mogok Sayadaw đã tuyên bố rõ rằng không nhận thức thấu đáo Pháp duyên sanh này một người không thể nào trông đợi sẽ đạt đến ngay cả giai đoạn đầu của sự Giác Ngộ.

*‘Thapetvā pana dve Bodhisatta añño satto attano  
dhammatāya  
Paccaya-karaṃ ujum kātum samattonāma natthi.  
Evamayan paccayakaraṃ ujumkātum asakkonto  
Dvāsathiditṭhi gata vasena gandhijāto hutvā apāyam  
duggati  
Vipataṃ samsāraṃ nativattati.*

Nghĩa là: Ngoại trừ hai hạng Bồ Tát (Toàn Giác và Độc Giác) ra không người nào có thể tự mình có được chánh trí về pháp duyên sanh và như vậy đối với hàng phàm nhân bị rối ren trong sáu mươi hai loại tà kiến giống như một cuộn chỉ rối (hay giống như đám cỏ munja) sẽ không thể thoát khỏi các đoạ xứ của vòng tử sanh luân hồi.

### ***Miền Điện và Pháp Duyên Sanh***

Ngày xưa Pháp Duyên Sanh này chỉ có trong các bản kinh tiếng Pāli, tức chỉ được tìm thấy trong Nidāna Vagga Saṃyutta (Phẩm Duyên của Tương Ứng Bộ Kinh), Mahāvagga (Đại Phẩm) và Vibhaṅga (Bộ Phân Tích của Tạng Diệu Pháp). Các bản chú giải của kinh này được đề cập

đầy đủ trong Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhimagga*) và Chú Giải Bộ Phân Tích (*SammohaVinodani*). Chúng ta biết rằng bản dịch Nissāya của Thanh Tịnh Đạo chỉ có thể khả dụng trong kỷ nguyên đầu của Ava (?) trong khi bản sau (*SammohaVinodani*) trong thời kỳ Amarapura dưới dạng lá buông (*palm leaves*) vốn không dễ sử dụng đối với những người cư sĩ và cho dù có gặp cũng chẳng dễ gì để hiểu được nó ngoại trừ những người có nghiên cứu Pāli mà hầu hết chỉ là các vị sư vì vậy nó thường được lưu giữ trong các bản sao của các tu viện nơi đây chúng được trân trọng cất giữ và kính ngưỡng như hình ảnh của Đức Phật.

Thực sự thì toàn bộ bài kinh Thập Nhị Nhân Duyên hay Pháp Duyên Sanh (*Paṭiccasamuppāda*) bằng tiếng Pāli (như Avijjā paccaya Saṅkhāra, ...) đã được hầu hết mọi người Phật tử học thuộc lòng và tụng đọc sáng và chiều trước điện Phật như một phận sự hàng ngày nhưng đa phần không hiểu hết giá trị nội tại hay ý nghĩa đầy đủ của nó.

Chính Ledi Sayadaw, một bậc Đại Trưởng Lão khả kính của Miến Điện, đã đưa Pháp Duyên Sanh này vào vị trí nổi bật bằng cách thuyết giảng cũng như viết các bản Tường Giải (*dīpanī*) bằng thứ ngôn ngữ dễ hiểu đối với người cư sĩ. Điều này đã tạo ra một hiệu quả đáng kể trên mọi người và từ đó ý nghĩa và tinh túy của Pháp duyên sanh này đã dần được họ hiểu rõ. Cố Đại Trưởng Lão Ledi đã viết hơn năm mươi cuốn sách dạng Dīpanī này và hầu hết trong những cuốn sách đó Pháp Duyên Sanh ít nhiều đã được trình bày hay giải thích.

Sau những năm tháng chiến tranh giành Độc Lập của Miến Điện nhờ Hội Đồng Phật Giáo (*Buddha Sassana*) các bản dịch tiếng Miến của Tam Tạng Pāli đã có thể sử dụng được và, có thể nói, từ những bản dịch này người ta đã nhận được những lợi ích đáng kể.

Một điều vui mừng nữa là nhiều trung tâm thiền Vipassanā đã được khai mở và con số những người quan tâm đến thiền minh sát ngày càng gia tăng. Tuy nhiên, chỉ tiếc rằng hầu hết các trung tâm thiền này đã trở thành bộ phận theo quan điểm của họ và chỉ cốt phù hợp với phương pháp tu tập quen thuộc của họ chứ ít hoặc thậm chí không quan tâm đến cốt lõi chính của thiền Minh Sát, nghĩa là không chú trọng đến “Sống Quán Tánh Tập Khởi Của Các Pháp”.<sup>2</sup>

Cũng đáng tiếc nữa là hai Pháp quan trọng và thiết yếu nhất, Tứ Thánh Đế và Pháp Duyên Sanh (*Patīccasamuppāda*) đã không được giảng dạy hay nói cách khác chưa từng có một lời nào đề cập đến hai Pháp quan trọng này được nghe đến trong những trung tâm thiền này.

Thật đáng tiếc, Pháp Duyên Sanh với mục đích để diệt trừ tà kiến và hoài nghi, và Tứ Thánh Đế mục đích để chứng ngộ Thánh Đạo và Thánh Quả đã không được đề cập đúng chỗ của chúng. Sẽ không ngoa khi nói rằng hai Pháp thiết yếu này của Đức Phật đã bị thờ ơ một cách thảm hại.

<sup>2</sup> Vị Tỳ-kheo sống quán tánh sanh và diệt của thân (*kāya*), thọ (*vedanā*), tâm (*citta*), và pháp (*dhamma*). Kinh Đại Niệm Xứ

---

Có một sự thực mà người viết, với thiện ý và lòng kính trọng đối với những người có nguyện vọng (giải thoát) chân chánh, không thể bỏ qua không đề cập ở đây là những phương pháp thiền đang thịnh hành trong hầu hết các trung tâm thiền hầu hết đều nghiêng về giống như thiền định (*samatha*) hơn bằng cách đặt tâm quan trọng vào Niệm Hơi Thở (*ānāpāna sati*) của thiền định.

Một điều tệ hại nữa khi thấy rằng các thiền sinh ở những trung tâm thiền này không biết xoay xở ra sao vì bị bỏ mặc không được hướng dẫn thêm để chuyển sang cho đúng giai đoạn thiền của mình, tức từ niệm hơi thở của thiền định sang minh sát thuần túy.

Như đã đề cập ở trước, cố Đại Trưởng Lão Ledi Sayadaw chính là người đầu tiên đã làm cho Pháp này được phổ cập giữa những người tại gia cư sĩ.

Sau Ledi Sayadaw, Trưởng Lão Mogok đã cố gắng hồi sinh không những pháp Duyên Sanh mà còn nhấn mạnh đến ý nghĩa và yếu tính của Pháp vốn được xem như nguyên tắc căn bản trong việc diệt trừ Tà Kiến (*Diṭṭhi*). Với một lối giảng dạy dễ hiểu và thuận tiện ngài đã trình bày cho thấy cách pháp Duyên Sanh này xoay chuyển như thế nào và làm sao để những nấc xích của nó có thể bị bẻ gãy bằng sự trợ giúp của một Lực Đồ do chính ngài sáng chế và giới thiệu.

Tôi nghĩ sẽ lợi ích cho người đọc nếu có một thoáng nhìn về cuộc đời của Trưởng Lão Mogok, người đã bận rộn trong hơn ba mươi năm để xiển dương Pháp Học (*Pariyatti*



*Sasanā*), bằng cách tổ chức các lớp học đêm về Vi Diệu Pháp (*Abhidhamma*) cho tăng sinh tại Tu Viện Mingalā Taik ở Amarapura cách cố đô Mandalay khoảng bảy dặm. Có lần ngài nói với người viết rằng đôi lúc ngài chột nghĩ ngài cũng giống như một kẻ chăn bò mặc dù chăm sóc cho đàn bò nhưng chẳng có cơ hội dùng sữa mà chúng cho.

Vào thời ấy, ngài là vị thầy giảng dạy Pathāma (Bộ Đại Trí) và Yamaka (Bộ Song Đối) trong Tạng Diệu Pháp lừng danh nhất và đã giành được sự kính trọng rất mực trong phạm vi tu viện nhưng lại ít được biết đến trong giới tại gia cư sĩ.

Một hôm ngài đi đến Mingun, phía bên kia của cố đô Mandalay, nơi đây ngài tự mình thực hành thiền quán (*vipassanā*) một cách nghiêm túc cho mãi đến khi Thế Chiến Thứ Hai nổ ra. Cư dân của vùng Mogok đã thỉnh cầu ngài về trụ ở đó, nhưng ngài không thường xem Mogok là nhà mà chỉ ở đó vào mùa hè và trở về Amarapura vào những tháng mùa lạnh. Kể từ sau chiến tranh Sayadaw bắt đầu thuyết giảng các bài pháp về Thiền Minh Sát tại Amarapura, Mogok và sau đó tại Mandalay. Ngài tránh chỗ đông người và không muốn mở rộng đồ chúng: ngài chỉ đến thăm Yangon một lần và có lẽ đó là lần đầu và cũng là lần cuối; vì ba tháng sau khi ngài quay trở lại, ngài qua đời tại Amarapura. Người ta tin rằng ngài là một bậc Thánh A-la-

hán với bằng chứng hiển nhiên là sự kết tinh của xá-lợi<sup>3</sup> sau khi hoả thiêu nhục thân của ngài. Nghi lễ hoả thiêu nhục thân ngài có thể được xem là nghi lễ long trọng và hoành tráng chưa từng có trong suốt một trăm năm qua. Đây là một sự mất mát to lớn không gì có thể thay thế được.

Phương pháp được ngài dùng và giảng dạy hoàn toàn phù hợp với kinh Đại Niệm Xứ và các bản kinh khác trong Tương Ưng và Tăng Chi Bộ Kinh nghiêm ngặt cả về văn lẫn nghĩa. Ngài không chỉ dạy mà còn phát triển, bổ sung, sửa sai và cải cách những quan niệm và ý tưởng sai lầm đã ăn rễ sâu xa từ thời các vị tiền bối. Chẳng hạn, trong Kinh Niệm Xứ mặc dù sự thực rằng trong hầu hết các chương đều có phần cốt lõi chính của Thiền Minh Sát, đó là *'Samudayadhammānupassī vā kāyasmim viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmim viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmim viharati.'* Vẫn có nghĩa là người hành thiền phải sống an trú trên việc quán tính chất sanh và diệt của các hiện tượng (hay các pháp danh và sắc). Pháp quán này tự nó là Minh Sát, không có nó thì bài kinh Đại Niệm Xứ này không phải nói về thiền minh sát, và nó được xem là phần chính yếu và quan trọng nhất của thiền Minh Sát. Có thể nói phần này của kinh Đại Niệm Xứ hầu như đã bị bỏ sót và không được chú ý một cách đáng trách trong hầu hết các trung tâm thiền.

---

<sup>3</sup> Khi xác ngài được hoả thiêu một số phần xương bị đốt cháy tạo thành những viên (xá lợi) tròn màu trắng với nhiều cỡ khác nhau. Điều kinh ngạc nhất là hai con người của mắt ngài dù bị hoả thiêu vẫn giữ nguyên vẹn.

Ānāpāna hay niệm hơi thở là phương pháp rất được ưa chuộng và khá nổi tiếng, thậm chí một đứa bé cũng biết nó, và phương pháp kế tiếp trong kinh Đại Niệm Xứ, quán Tứ Oai Nghi (Iriyāpatha) cũng vậy. Nhiều người Phật tử vẫn chưa thể phân biệt được đâu là thiền định đâu là thiền minh sát.

Khi từ **hay biết**, **chánh niệm** hay **ghi nhận** được dùng trong niệm hơi thở hoặc quán tứ oai nghi thì nó vẫn là thiền định chứ không phải thiền minh sát cho đến khi và trừ phi việc quán tính chất sanh và diệt của các pháp (*samudaya vaya dhamma nupassī*) được dùng hay nói khác hơn cho đến khi người hành thiền thực sự đang quan sát hay đang tùy quán các pháp sanh diệt (*anupassanā*). Vì vậy, chỉ khi người hành thiền cố gắng để thấy tính chất sanh và diệt của các uẩn trong từng giây phút với trí tuệ, vị ấy mới thực sự đang hành thiền minh sát.

Mặc dù pháp, tính chất sanh (*uppāda*) và diệt (*vaya*), là cốt lõi của thiền minh sát hay pháp tùy quán (*anupassanā*) như Đức Phật đã dạy, song cốt lõi đích thực của pháp sanh diệt này đã bị vô minh che lấp do tính chất lẩn át của việc ghi nhận và do việc thở ra và thở vô quá sâu.

Chính đại Trưởng Lão Mogok, suốt những năm tháng cuối đời mình, đã cố gắng hướng dẫn người tại gia cư sĩ đi theo con đường giảng dạy đích thực và thuần khiết của Đức Phật về thiền Minh Sát.

Thực sự những lời dạy cao quý của bậc Đại Đạo Sư đã từng bị trình bày theo ảnh hưởng của các tín ngưỡng khác nhau, như Mật Giáo, Ấn Giáo, Thần Bí Giáo, Duy Linh Giáo và Bà-la-môn Giáo, vì vậy Đạo Phật ở Miến Điện cũng có thể được gọi là Đạo Phật Miến Điện. Bởi vì trong đời sống hàng ngày đa số người Phật tử Miến bị đắm chìm trong vòng xoáy của Thường Kiến (*Sassata Ditṭhi*), do đó sẽ không sai khi nói rằng trong việc hành thiền của họ đa số đều bị mắc cạn nửa đường, nghĩa là chỉ đến ngang mức Định của Niệm Hơi Thở (*ānāpāna Sati Samādhi*) chứ chưa đến giai đoạn minh sát đích thực và thuần túy. Mục tiêu và mục đích của cố Đại Trưởng Lão Mogok là cố gắng sửa sai và triệt bỏ những quan điểm không đúng với Đạo Phật, cũng như để chỉ rõ những quan niệm sai lầm và những tác ý không đúng trong việc bố thí và trì giới<sup>4</sup> và để truyền đạt những điều lợi ích nhất đến những người hành thiền có thiện chí. Điều thiết yếu thứ nhất là người hành thiền phải xua tan những quan kiến sai lầm, như Thường Kiến (*Sassata Ditṭhi*), Đoạn Kiến (*Uccheda...*), Vô Hành Kiến (*Akiriya...*), Vô Nhân Kiến (*Ahetuka Ditṭhi*), ...<sup>5</sup> ra khỏi tâm mình bằng Trí Biện Tri (知遍知)

<sup>4</sup> Ở đây người viết muốn ám chỉ những việc phước thiện như bố thí (dāna) và trì giới (sīla) được làm với quan niệm đạt đến một địa vị cao hơn như chuyên luân thánh vương, Thiên Chủ, v.v...trong những kiếp sau.

<sup>5</sup> *nāta-pariññā* (知遍知, Trí Biện Tri) phải đến trước *tīraṇa-pariññā* 度遍智, Độ Biện Tri), hay nói khác hơn trong thiền Minh sát bước đầu tiên phải đến trước và các bước tiếp theo sẽ theo sau, điều này có nghĩa là việc thực hành thực sự chỉ được thực hiện sau khi người hành thiền đã có sự hiểu biết đáng kể về Uẩn (Khanddha), Xứ (Āyatana), Đé (sacca) và Pháp Duyên Sanh (paṭiccasamuppada) và khi quan kiến của vị ấy bước đầu đã thoát khỏi

trước khi vị ấy chuyển sang minh sát quán. Điều này có thể được hoàn tất bằng cách học pháp Duyên Sanh (*Paṭiccasamuppāda*). Thứ hai chỉ thực hành niệm hơi thở vô – ra mà không chuyển sang quán tính chất sanh và diệt (*aniccamupassanā, vô thường tùy quán*) sẽ không dẫn đến sự chứng đạt ngay cả trí lý luận theo thánh đế (*saccānulomika-ñāṇa*), giống như cách chỉ ghi nhận đơn thuần những chuyển động của thân và tâm mà không quan sát hay không quán tính chất sanh diệt của danh sắc thì cũng chỉ là tướng tri (*saññā*) vậy. Đại Trưởng Lão Mogok nhấn mạnh cực kỳ đến tính chất sanh diệt (vô thường, khổ, và vô ngã) này. Khi việc hành thiền hay việc quán được tập trung trên sự sanh diệt của năm Uẩn, nó có thể được gọi là minh sát một trăm phần trăm. Vì thế theo lẽ đương nhiên, ở đâu không có sự quán sanh diệt ở đó không có minh sát một trăm phần trăm vậy. Nói khác hơn thiền nào không có pháp quán sanh diệt như đã được giải thích trong Kinh Đại Niệm Xứ thiền ấy không đầy đủ và không toàn diện. Chính mục đích và mục tiêu của Hội Truyền Bá Thiền Mogok (*Mogok Vipassanā Pyanpwaye Ahphwe*)

những tà kiến không mong muốn (do được nghe những bài pháp nơi một vị thầy đáng tin cậy). Điều đáng chú ý là việc diệt trừ các tà kiến phải được thực hiện theo ba bước. Thứ nhất do được nghe những lời dạy của một vị thầy đáng tin cậy, đây là trí biến tri (*ñāta-pariññā*). Thứ hai do đi vào thực hành thực sự (*tīraṇa-pariññā*), và thứ ba do búng gốc hoàn toàn (*pahānapariññā*). Ba loại biến tri này cũng được gọi là ba loại đoạn trừ, đó là Nhất Thời Đoạn Trừ hay Bi Phần Đoạn (*tadaṅgappahāna, 彼分断*), Trấn Phục Xả Đoạn (*vikkhambhana-pahāna pahāna, 鎮伏捨断*) và Diệt Đoạn Tuyệt hay Chánh Đoạn (*samuccheappahāna, 正断、断絶*)

---

là nhằm truyền bá và hồi phục hai giáo lý quan trọng này, đó là Tứ Thánh Đế và Thập Nhị Nhân Duyên hay Duyên Sanh.

Trước khi kết luận người viết mong muốn bày tỏ lòng biết ơn đến Tôn Giả Sayadaw U Thittila, Bậc Đại Thiệt Trí (*Aggamahapandita*), người đã từ bi giúp đỡ bằng cách đọc lại toàn bộ bản thảo và bản in cuối cùng. Thực sự nhờ việc đọc lại của Sayadaw về hai bản thảo này mà những lỗi tiếng Anh của các từ Pāli phần nào được hoàn hảo và phù hợp với cách dùng theo tiêu chuẩn quốc tế hiện nay.

Rangoon, Burma ngày 11 tháng 9 năm 1967

U Than Daing

Chủ Tịch Hội Truyền Bá Thiên Minh Sát Theo  
Phương Pháp Mogok

## CHƯƠNG I

### PATICCASAMUPPADA hay DUYÊN SANH LÀ GÌ?

Paṭiccasamuppada là một từ Pāli được kết hợp bởi ba chữ, đó là Paticca với nghĩa “do” hay “dựa vào”, Sam có nghĩa khéo, và Uppāda với nghĩa sự sanh khởi của quả do nhân, chính vì dựa vào nhân mà có quả nên nó được gọi là Pháp Duyên Sanh (*Paṭiccasamuppada - Law of Dependent Origination*) hay Vòng Tái Sanh Luân Hồi).

Trong Pháp Duyên Sanh có mười hai mắc xích trình bày tiến trình sanh khởi của một hữu tình từ một hiện tượng này đến một hiện tượng khác trong chuỗi luân hồi bất tận.

Mặc dù Pháp Duyên Sanh bắt đầu với Vô Minh (*Avijjā*), song cần lưu ý rằng Vô Minh không phải là nguyên nhân đầu tiên bởi vì vòng luân hồi vốn không có khởi điểm; nguồn gốc của các chúng sanh luân chuyển trong Luân Hồi không thể khám phá ra được do bị vô minh che đậy. Pháp Duyên Sanh dạy cho chúng ta biết vòng luân chuyển của tái sanh, trong đó nguyên nhân vừa là nhân và cũng vừa là quả hay nói chính xác hơn nhân luôn trở thành quả và quả đến lượt nó cũng trở thành nhân trong hệ thống không gian và thời gian của vũ trụ này.

Mười hai mắc xích được trình bày như sau:

1. Dựa vào hay duyên Vô Minh (*avijja*) các Hành (*saṅkhāra*) sanh.
2. Duyên Hành, Thức (*viññāṇa*) sanh.

3. Duyên Thức, Danh Sắc (*Nāmarūpa*) sanh.
4. Duyên Danh Sắc, Lục Nhập (*Salāyatana*) sanh.
5. Duyên Lục Nhập, Xúc (*Phassa*) sanh.
6. Duyên Xúc, Thọ (*Vedanā*) sanh.
7. Duyên Thọ, Ái (*Tanhā*) sanh.
8. Duyên Ái, Thủ (*Upādāna*) sanh.
9. Duyên Thủ, Huru (*Bhava*) sanh.
10. Duyên Hữu, Sanh (*Jāti*) sanh.
11. Duyên Sanh, Già (*Jarā*), Chết (*Marana*), Sầu (*Soka*), Bi (*Parideva*), Khổ (*Dukkha*), Ưu (*Domanassa*), Não (*Upāyāsa*) sanh.

Mong rằng giáo lý duyên sanh hay pháp thập nhị nhân duyên này sẽ được mọi người học thuộc lòng bằng tiếng Pāli. Những ai chưa thể nhớ nên cố gắng ghi nhớ càng sớm càng tốt, bởi vì nó sẽ là một sự trợ giúp đáng kể cho những ai nắm bắt được ý nghĩa của pháp duyên sanh. Một số người thường tụng đọc nó trong thời kinh lễ bái Tam Bảo. Tất nhiên họ có thể chọn cách làm như vậy nhưng nếu chỉ tụng đọc suông mà không hiểu được mục đích và ý nghĩa của pháp duyên sanh điều đó sẽ không giúp họ xua tan được các loại tà kiến (*diṭṭhi*) vốn là cội nguồn của hiểm nguy bị rơi và bốn ác đạo (*duḡgati*).

Điều dễ nhớ là pháp duyên sanh này không nói đến cái gì khác ngoài cái gọi là bản ngã của bạn, hay các uẩn, danh và sắc của bạn. Thực sự là vậy, và còn hơn thế nữa. Nó chỉ cho bạn thấy dòng tương tục nhân quả của cái gọi là bản ngã, về tiến trình sanh và diệt của Danh Sắc hay nói cách khác, về chuỗi sầu, bi, khổ, ưu, não,...vô cùng tận của bạn.



Thực sự pháp Duyên Sanh tự nó chỉ là một trình tự có tính tuần hoàn của sự sanh và diệt của Pháp hay các Uẩn (*Khandhas*). Một hiện tượng cũ làm phát sanh một hiện tượng mới trong chuỗi tương tục bất tận. Hiện tượng sanh và diệt ấy được gọi là Duyên sanh và trong pháp duyên sanh này không có Đấng Sáng Tạo hay Thượng Đế nào có thể can thiệp vào nhiệm vụ của nó, nghĩa là không một đấng nào có thể làm cho nó khởi động hay kéo cho nó dừng lại được. Nhiệm vụ này là sự nối kết lại của các pháp do duyên sanh. Đạo Quả (*Magga Phala*) là Pháp (*Dhamma*) duy nhất có thể bẻ gãy mắc xích của duyên sanh và khi sự nối kết này không còn nữa thì được gọi là Niết Bàn.

Tiến trình này chỉ là sự sanh và diệt của các Uẩn Danh và Sắc hay nói cách khác đây là tiến trình của Quy Luật Nhân Quả trong đó không có hình thái nào có thể được xem như Tôi, của tôi, hay Tự Ngã của tôi. Không có gì ngoại trừ sự sanh và diệt của các Uẩn, không có gì ngoại trừ sự sanh và diệt của Danh Sắc hay của Sáu Xứ (*āyatana*).

- Những từ đàn ông, đàn bà, người, vật, hay chúng sanh có thể được mọi người biết đến và gọi như vậy theo Sự Thực Chế Định hay Tục Đế (*sammuti saccā*), trong khi pháp Duyên Sanh chỉ cho thấy vô minh (*avijjā*) và tham ái (*tanhā*) là khởi đầu của Luân Hồi. Tuy nhiên điều này không nên đem so sánh với sự khởi đầu của con người hay nguyên nhân đầu tiên. Trong Sự Thực Tối Hậu hay Chân Đế không có đàn ông, đàn bà, hay nhân loại hay sinh vật,.... và vì vậy chúng ta chỉ có thể theo dấu

- 
- trở lại Pháp, đó là phải xem Vô Minh và Tham Ái là khởi đầu của Luân Hồi.
- Nó cũng chỉ cho thấy rằng Duyên Sinh không là gì khác ngoài tiến trình sanh diệt bất tận và liên tục của Ngũ Uẩn hay của cái gọi là con người, mà theo Sự Thực Chế Định ai cũng biết đó như đàn ông, đàn bà, và sinh vật này sinh vật nọ, v.v....
  - Cần nhớ rõ rằng trong Sự Thực Tối Hậu (*Paramattha Sacca*, Chân Đế) không có những vật như đàn ông, đàn bà, .... Duyên sanh là pháp chỉ cho chúng ta thấy ‘Khi cái này có mặt, cái kia sanh; với sự sanh khởi của cái này, cái kia hiện hữu; khi cái này không có mặt, cái kia không xuất hiện.’
  - Nó cho thấy sự nối kết giữa Hành (*Saṅkhāra*) và Thức (*Viññāna*) và giữa Nghiệp Hữu (*Kammabhava*) và Sanh (*Jāti*).
  - Nó cho thấy vòng luân lưu bất tận của sanh, già, bệnh, và cuối cùng là chết. Nói khác hơn, tiến trình sanh, già, bệnh, chết tiếp diễn vô cùng tận giống như cách cây cho trái và trái tạo ra cây, và cây sau đó lại tạo ra trái, v.v... tiến trình cứ kéo dài liên tục và bất tận như vậy.
  - Nó cho thấy tiến trình sanh và diệt chỉ là chuỗi dài của đau khổ.
  - Điều này cũng giống như đám lửa và nhiên liệu, khi nhiên liệu được bỏ vào ngọn lửa sẽ cháy bùng lên, cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp tục không ngừng khi nhiên liệu cứ được tiếp vào vậy.

- Theo Tứ Thánh Đế thì đây chỉ là tiến trình lập đi lập lại không ngừng của Tập Đế (*Samudaya Sacca*) và Khổ Đế (*Dukkha Sacca*) trong một chuỗi tương tục bất tận.
- Theo Tam Luân (*Vatta*) thì đây là vòng xoay (tam luân) không ngừng của Phiền Não Luân (*Kilesa Vatta*), Nghiệp Luân (*Kamma Vatta*), và Quả Luân (*Vipāka Vatta*). Nói khác hơn, do phiền não luân mà có nghiệp luân và do nghiệp luân có quả luân.
- Chỉ có một trật tự thời gian và không gian xoay chuyển theo chu kỳ, đó là chỉ có Quá Khứ, Hiện Tại, và Tương Lai đang diễn tiến. Hiển nhiên, người đọc sẽ thấy rằng hiện tại trở thành quá khứ của tương lai và tương lai đến lượt nó lại trở thành hiện tại. Như vậy tiến trình miên viễn của luân hồi cứ diễn tiến một cách vô hạn định.

---

## CHƯƠNG II

### 4 PHẦN, 12 MẮC XÍCH, 20 YẾU TỐ VÀ 3 THỜI

Suốt chương này, người đọc nên tham khảo lược đồ (có đính kèm) để hiểu rõ hơn ý nghĩa và sự vận hành của Duyên Sanh.

- a. Ngay chính giữa vòng tròn Thập Nhị Nhân Duyên chúng ta thấy có Vô Minh (*avijja*) và Tham Ái (*taṇhā*), được xem là hai gốc rễ hay Căn.
- b. Có hai Đế (Sự Thực): 1. Tập Đế (*samudaya sacca*), 2. Khổ Đế (*dukkha sacca*). Vì ở đây chỉ nói đến Vatta Desanā (Thuyết Luân Hồi), trong khi hai đế khác, Đạo Đế, và Diệt Đế còn bị che khuất trong Vô Minh (*avijjā*).
- c. Có bốn phần: 1. Tương Tục Nhân Quá Khứ, 2. Quả Hiện Tại, 3. Tương Tục Nhân Hiện Tại, 4. Quả Tương Lai.
- d. Có hai mươi yếu tố: 1. 5 yếu tố nhân quá khứ là Vô Minh (*avijjā*), Hành (*saṅkhāra*), Ái (*taṇhā*), Thủ (*upādāna*), Hữu (*bhava*), 2. 5 yếu tố quả hiện tại: Thức (*viññāna*), Danh Sắc (*nāmarūpa*), Lục Nhập (*salāyatana*), Xúc (*phassa*), Thọ (*vedanā*), 3. 5 yếu tố nhân hiện tại là Ái, Thủ, Hữu, Vô Minh và Hành, và 4. 5 yếu tố quả tương lai: Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc, Thọ.
- e. Có mười hai mắc xích: Vô minh, Hành, Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc, Thọ, Ái, Thủ, Hữu, Sanh, Lão, Tử.

- f. Ba Thời: Quá Khứ, Hiện Tại, và Tương Lai.
- g. Ba Luân: Phiền Não Luân (*KilesaVatta*); Nghiệp Luân (*KammaVatta*); Quả Luân (*VipākaVatta*).
- h. Ba Mối Nối: 1. Nhân Quá Khứ và Quả Hiện Tại, 2. Nhân Hiện Tại và Quả Hiện Tại, 3. Nhân Hiện Tại và Quả Tương Lai.

Đức Phật dạy Pháp Duyên Sanh hợp với các Uẩn (*Khandhās*) sau khi quan sát thấy sự diệt hay biết mất của một hiện tượng làm phát sanh một hiện tượng khác, hay nói khác hơn Ngài dạy Duyên Sanh theo quy luật Tương Tục Nhân Quả với sự diệt hay tan hoại đến sau, tức sau khi một hiện tượng sanh lên chúng liền diệt.

Cổ Đại Trưởng Lão Mogok Sayadaw sau khi quan sát cẩn thận sự sanh và diệt của các Uẩn đã rút ra lược đồ như đính kèm ở đây. Nhờ lược đồ người hành thiền có thể hiểu Pháp Duyên Sanh này không là gì khác ngoài các Uẩn của họ và các Uẩn này không là gì khác ngoài tiến trình sanh và diệt và tiến trình sanh và diệt này không là gì khác ngoài khổ, và khổ này chính là Khổ Đê (*dukkha sacca*). Về bản chất, năm uẩn là những gì cần phải được tuệ tri đã được minh sát trí tuệ tri. Chỉ khi người hành thiền hiểu rõ và tuệ tri được nó, Thường Kiến (*sassata ditṭhi*), Đoạn Kiến (*uccheda ditṭhi*), và Thân Kiến (*sakkāya ditṭhi*) mới đoạn trừ. Do đó người hành thiền được khuyên hãy cố gắng để hiểu rõ những gì các Uẩn phô bày, hiển lộ, biểu thị và chỉ ra cho biết.

Xoay quanh trục Vô Minh và Tham Ái, Danh Sắc sanh khởi do (duyên) Thủ và Hữu, tựa như hạt giống sanh ra từ cây và rồi cây lại sanh ra từ hạt giống như thế nào, tương

tục nhân quả này cũng diễn tiến bất tận không ngừng theo cách như vậy. Duyên Danh Sắc Nghiệp (*kamma*) sanh, sự kiện chính xác về tương tục nhân quả này có thể được hiểu và tuệ tri rằng (để thấy rằng) đây không phải là công việc của một Đấng Sáng Tạo hay Đại Phạm Thiên nào cả.

### Tóm Tắt

Nhân hai, Đế (*sacca*) cũng hai  
 Các phần thì có bốn  
 Mắc xích mười hai chi  
 Ba luân, ba mối nối  
 Ba thời, gồm hai mươi yếu tố

Có lần Trưởng lão Ānanda nói với Đức Phật rằng giáo lý Duyên Sanh này với ngài có vẻ như không sâu sắc và thâm thúy lắm.

Đức Phật quả rằng Giáo Lý Duyên Sanh này thực sự rất thâm sâu và uyên áo và ba lần Đức Phật đã ngăn không cho phép ngài Ananda nói như vậy.

Sau đó Đức Phật nói, chính do không có tri kiến thấu đáo và trí tuệ thể nhập vào giáo lý duyên sanh này mà các chúng sanh bị rối ren giống như một cuộn chỉ rối, giống như đám cỏ munja hay cây bấc, không thể vượt qua những trạng thái khổ của hiện hữu và vòng tử sanh luân hồi.

Do đó chúng ta được khuyên nên đọc và nghiên cứu kỹ giáo lý này mỗi khi không bận rộn với những vấn đề gì

khác hay mỗi khi rảnh rỗi hoàn toàn. Có thể nói nhờ làm như vậy những lợi ích sau có thể trông đợi:

1. Khi người hành thiền hiểu rõ nội dung chính của giáo lý Duyên Sanh họ sẽ có được trí tuệ nhập về sự sanh và diệt, đó là, khi người hành thiền thấy rõ tiến trình sanh của các Uẩn hợp theo quy luật nhân quả Đoạn Kiến (*uccheda ditthi*) có thể được diệt trừ, và khi người hành thiền thấy rõ tiến trình diệt của các Uẩn cũ và sự sanh khởi của các Uẩn mới hợp theo quy luật nhân quả Thường Kiến (*sassata ditthi*) có thể được diệt trừ.

Khi người hành thiền hiểu thấu đáo và nhận biết rõ các hiện tượng sanh và diệt chỉ là tiến trình nhân quả trong đó không có một chúng sanh, không có đàn ông, đàn bà, cũng không có bản ngã nào cả, lúc đó có thể nói vị ấy đã tạm thời giải thoát khỏi bức màn che phủ của tự ngã hay thân kiến (*tadaṅgappahāna*, 彼分斷, *bỉ phân đoạn*).

2. Tuệ Phân Biệt Nhân Duyên (*Paccaya Pariggaha Ñāna*) chỉ có thể đạt được khi vị ấy hiểu rõ tiến trình của sự sanh và diệt như kết quả của Pháp Duyên Sanh.
3. Hiểu và nhận thức rõ ràng dựa vào Vô Minh, Tham Ái và các Hành mà ngũ uẩn (*pañcakkhandha*) có mặt người hành thiền có thể xua tan được những tà kiến về 1). Tà kiến về một sự sáng tạo,

hay tin rằng có một đấng Thượng Đế sáng tạo (*issaranimmāna ditṭhi*), 2). Vô hành tà kiến hay tin rằng không có nhân của nghiệp (*akiriya ditṭhi*), 3). Vô nhân kiến hay tin rằng không có quả của nghiệp (*ahetuka ditṭhi*).

4. Hiểu biết đúng về giáo lý Duyên Sanh sẽ giúp người hành thiền thấy rõ năm uẩn này không là gì khác ngoài sự kết hợp lũy tích của tiến trình sanh và diệt không ngừng của các hiện tượng thân và tâm, đó là, Sắc, Thọ, Tưởng, Hành và Thức. Cuối cùng người hành thiền có thể đạt đến trí tuệ thể nhập (thấy rõ ràng) suy cho cùng tất cả năm uẩn chỉ là một khối khổ lớn mà thôi.

Khi bốn điểm vừa nói đã được người hành thiền thấu triệt vị ấy sẽ thoát khỏi mọi hiểm nguy phải rơi vào bốn ác đạo (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, và A-tu-la).

Vì thế, người hành thiền được khuyên nên hiểu biết đầy đủ về giáo lý này trước khi thực sự đi vào hành thiền để có thể gặt hái được những lợi ích cao quý, đó là đắc các thánh đạo và thánh quả hợp theo đức tin (*saddhā*), trí tuệ (*paññā*) và sự tinh tấn (*vīriya*) của mình.



### CHƯƠNG III

#### KHANDHA PATICCASAUPPĀDA

#### (KHÓA CẢNH HIỆN TẠI)

Cổ Đại Trưởng Lão Mogok đã giải thích căn kẽ Duyên Sanh của các Uẩn (*Khandha Paticcasauppāda*) vì lợi ích của những người hành thiền. Đây có thể được xem là lối quán tất hay cách thiền tất cho người hành thiền bởi vì nó tập trung vào những khía cạnh hiện tại của duyên sanh. Nói cách khác nó giúp người hành thiền hiểu được các Uẩn (khandha), sự bắt đầu, nhân duyên và sự diệt của chúng. Trong kinh điển Pāli có nói:

*Cakkhuñca paticca rūpe ca uppajjati cakkhuvīññāṇaṃ, tinnaṃ saṅgati phasso, phassaṃ paccayā uppajjati vedayitaṃ sukhaṃ vā dukkhaṃ vā adukkhamasukhaṃ, Vedanā Paccayā Tanhā, Tanhā Paccayā Upādānaṃ, Upādāna Paccayā Bhava, Bhava Paccayā Jāti, Jāti Paccayā Jarā Marāna Soka Parideva Dukkha Domanassa Upāyāsā Sambhavanti Evametassa Kevalassa Dukkhaḥkhandhassa Samudayohoti.*

*Sotañca Paticca Saddeca Uppajjati Sota Vīññāṇaṃ. Ghāṇañca Paticca Gandheca Uppajjati Ghāṇa Vīññāṇaṃ. Jivhañca Paticca Raseca Uppajjati Jivhā Vīññāṇaṃ. Kāyañca Paticca Phothhabbece Uppajjati kāya vīññāṇa. Manañca Paticca Dhammece Uppajjati Mano Vīññāṇaṃ, Tinnāṃ...Samudayohoti.*

“Cakkhunca” có nghĩa là “Con Mắt”, “Rūpeca” có nghĩa là “Cảnh Sắc” hay “sắc trần”. Khi sự va chạm của hai hiện tượng này xảy ra Nhãn Thức (*Cakkhu vīññāṇa*) khởi sanh.

Cần lưu ý rằng chỉ có sự sanh khởi của nhãn thức chứ không có Tôi, không có Anh, hay Chị thấy trong đó. Không có người thấy. Không có Tôi, Anh hay Chị trong con mắt hay trong cảnh sắc. Không có người thấy trong nhãn thức. Nhãn thức chỉ là nhãn thức, không hơn không kém và nhãn thức này không nên lầm lẫn với Tôi, Anh hay Chị hay nói khác hơn nó phải không được nhân cách hoá.

Sự kết hợp của con mắt, cảnh sắc và nhãn thức làm phát sanh Xúc (*phassa*), duyên xúc thọ (*vedanā*) sanh, và trong thọ không có Tôi, Anh hay Chị nào cả.

Duyên thọ ái (*taṇhā*) sanh, duyên ái thủ (*upādāna*) sanh. Duyên thủ thân nghiệp (*kāya kamma*), khẩu nghiệp (*vacīkamma*) và ý nghiệp (*mano kamma*) sanh. Duyên Nghiệp Hữu (*kammabhava*) Tái Sanh (*jāti*) sanh. Jāti cũng có thể hàm ý tái sanh trong bốn ác đạo (*apāya jāti*).

Duyên Jāti (sanh) già, chết sanh sầu, bi, khổ, ưu, và não sanh. Như vậy là toàn bộ khối khổ sanh.

“*Sotañca Paticca Saddeca Uppajjati*” có nghĩa là lỗ tai và cảnh thính va chạm khiến cho Nhĩ Thức (*sotaviñāṇa*) sanh. Tương tự, Ghānañca Paticca... (mũi và cảnh khí [hương trần]...), Jivhañca Paticca... (lưỡi và cảnh vị), Kāyañca Paticca...(thân và cảnh xúc), Manañca Paticca ... (ý và cảnh pháp) cũng phải được hiểu lần lượt như vậy.

Những gì vừa đề cập ở trên là cách thức duyên sanh của các uẩn (*khandha paticcasamuppāda*) theo sự giải thích của Đại Trưởng Lão Mogok.

Để làm cho sáng tỏ và dễ hiểu hơn, chúng tôi sẽ giải thích lại bằng thứ ngôn ngữ thông thường như sau:

Khi anh A thấy một vật đẹp, anh ta mong muốn, dính mắc và cố gắng để có được nó. Ở đây, thấy một vật đẹp và muốn có nó là tham (*tanhā*). Do tham ái anh ta bị tràn ngập bởi một sự khao khát mãnh liệt muốn có nó và dính mắc vào nó: đây là thủ (*upādāna*). Và để có được nó anh ta thực hiện mọi loại nỗ lực, đó là những cố gắng bằng thân, khẩu và ý, đây là Nghiệp Hữu (*kammabhava*).

Người đọc được khuyên nên tham khảo lược đồ và tụng lại văn kinh Pāli.

*'Kammabhava paccayā jāti'* nghĩa là duyên nghiệp hữu tái sanh sanh. *'Jāti paccayā jarā maraṇa soka parideva dukkha domanassa upāyās sambhavanti'*, duyên tái sanh, già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não sanh. Như vậy, chuỗi Duyên Sanh diễn tiến hay nói cách khác đây là quy trình tiến hoá theo tuần tự của một chuỗi Duyên Sanh mà vốn chỉ là sự xuất hiện và biết mất (hay sanh và diệt) của các uẩn và tự thân các uẩn này không là gì khác ngoài khổ hay một chuỗi khổ đau (*dukkha*).

Đối với người đọc có tư duy điều này sẽ trở nên rõ ràng hơn, trong một ngày không biết bao lần chúng ta đã dục phần vào trong tiến trình sanh khởi không ngừng của Ái,

---

Thủ, và Nghiệp Hữu hay nói theo ngôn ngữ thông thường, trong một ngày không biết bao lần chúng ta đã thấy, chúng ta đã mong muốn, chúng ta đã bị áp đảo bởi sự khát khao mãnh liệt và chấp thủ, và vì điều này chúng ta đã phạm vào ba loại hành (nghiệp), bằng ý, bằng lời nói, và bằng thân. Tương tự, khi chúng ta nghe, khi chúng ta nghĩ, nếm, xúc chạm và suy nghĩ một điều gì, nếu chúng ta thích hay rất thích nó, thái độ ấy là tham ái (*tanhā*). Và khi chúng ta bị áp đảo bởi tham ái mãnh liệt này, đó là thủ (*upādāna*), và khi chúng ta phạm vào ba loại hành bằng thân, khẩu, ý, thì điều này gọi là Nghiệp Hữu tức nghiệp có khả năng đưa đi tái sanh.

Dù ý thức hay không ý thức, trong một ngày, từ lúc sáng sớm cho tới khi chúng ta đi ngủ, chúng ta vẫn rơi vào những tiến trình này.

Người đọc ít nhất cũng nên lưu tâm đến sự kiện rằng Duyên Sanh không là gì khác ngoài chuỗi hành động của mình và cũng nên một lần tập trung sự suy nghĩ của mình vào các uẩn (*khandha*) để thấy xem chuỗi hành động ấy có dứt khoát nằm trong Quy Luật Nhân Quả và phù hợp với giáo lý Duyên Sanh này hay không.

Nếu bạn nghĩ đã đến lúc để chấm dứt chuỗi hành động hợp với Duyên Sanh của mình thì có con đường để thoát ra khỏi Luân Hồi. Nếu bạn tiếp tục thực hiện nó như thường lệ thì vòng Duyên Sanh sẽ tiếp diễn và tiến trình sầu, bi, khổ, ưu, não và toàn bộ khối khổ này của nó sẽ tiếp tục không ngừng.

Khi có sự va chạm của ‘con mắt’ và ‘cảnh sắc’ nhãn thức sẽ sanh. Người hành thiền được khuyên nên quan sát ‘nhãn thức’ này xem nó vẫn còn đó, hay diệt mất. Sau khi quan sát người hành thiền sẽ thấy rằng nhãn thức ấy đã diệt hay biến mất khi nó được quan sát bởi tâm quan sát. Một điều sẽ trở nên rõ ràng đối với người quan sát là nhãn thức không còn được thấy nữa vì sự sanh khởi của nó chỉ có tính chất nhất thời. Theo cách tương tự, bất cứ khi nào có nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, hay ý thức sanh khởi, sự sanh khởi của nó phải được quan sát bởi **tâm quan sát kế tiếp**. Điều cần ghi nhớ là khi tâm quan sát khởi lên thì sự sanh của nhãn thức tâm hay bất kỳ tâm nào khác đã diệt và biến mất bởi vì không thể có hai tiến trình tâm cùng tồn tại song song.

‘*Aññam Upajjate Cittaṃ, Aññam Cittaṃ Nirujjati*’ nghĩa là mỗi lần chỉ một tâm sanh (hay không thể có hai tâm sanh trong một sát na). Do đó, người hành thiền được khuyên nên quan sát hay quán (để thấy rằng) bất kỳ Uẩn nào sanh, dù cho đó là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, hay Thức, sự sanh ấy chỉ nhất thời vì nó diệt liền sau khi sanh. Đây chính xác là những gì các Uẩn của bạn phải trải qua. Mọi hiện tượng sanh đều nhất thời. Uẩn cũ biến mất làm phát sanh một Uẩn mới và tiến trình này cứ diễn ra bất tận.

Nếu người hành thiền quên quan sát hay quên quán một nhãn thức khi nó khởi lên, tham ái sẽ phát sanh, và nếu vị ấy lại quên quan sát (tâm) tham ấy, thủ (*upādāna*) chắc chắn sẽ theo sau. Do vậy, vị ấy cần phải quán thủ. Nếu vị ấy không làm được như vậy Nghiệp Hữu (*kammabhava*) sẽ theo

sau, và khi nghiệp hữu đã sanh tiến trình sanh, già, chết chắc chắn sẽ xảy ra. Vì vậy sự xoay vần của bánh xe Thập Nhị Nhân Duyên là vô cùng tận.

Còn đây là một minh họa khác theo kinh Pāḷi: *‘Sotañca paṭicca saddeca upajjati sota viññāṇaṃ tinnam sangati phasso, phassa paccaya vedanā... hoti’* (Duyên tai và cảnh thính, nhĩ thức sanh, sự va chạm của ba pháp này gọi là xúc, xúc duyên thọ ...). Một người cha nghe tiếng gọi của đứa con khi nó đi học về. Ngay khi nghe tiếng con gọi anh ta cảm thấy nóng lòng muốn được thấy đứa bé và hơn thế nữa anh nóng lòng muốn được ôm nó và vuốt ve, hôn hít nó, và anh đã làm những điều đó. Anh ta có thể nghĩ và nói rằng anh làm tất cả những điều này là vì nó là con anh và vì anh thương yêu nó; ở đây, không có tội gì chống lại anh ta vì anh ta không vượt qua bất kỳ quy tắc đạo đức nào. Tuy nhiên, sự thực là những điều anh làm đã khiến cho tiến trình Duyên Sanh diễn tiến và tiếp tục cái vòng xoay không ngừng của nó một cách không lay chuyển được.

Để làm sáng tỏ việc Duyên Sanh bắt đầu xoay như thế nào khi nghe giọng của đứa bé vừa đi học về này, chúng ta hãy phân tích: - Khi giọng của đứa bé được nghe và ngay khi nghe được giọng của nó tham ái (*tañhā*) khởi lên (khiến người cha) muốn thấy, muốn vuốt ve và hôn hít nó. Do tham ái, anh đã làm những gì anh muốn. Sự vuốt ve, hôn hít này là Nghiệp Hữu (*kammabhava*). Nghiệp hữu làm duyên cho tái sanh (*kammabhava paccaya jāti*). Tham khảo lại mối nối giữa Phần III và Phần IV của lược đồ chúng ta sẽ thấy rõ điều này. Khi nghiệp hữu có mặt thì jāti (tái sanh) bắt buộc phải

theo sau. *'Kammabalam sabbaññu Buddhāpi patibhahitum nasakkonti'*, ngay cả chư Phật cũng không thể làm cho nghiệp lực dừng lại được.

Từ sáng cho đến tối, tiến trình này cứ diễn tiến. Khi có đối tượng hấp dẫn thì dường như tham ái đã khởi và do tham ái, thủ sanh; do thủ, nghiệp hữu (nghiệp lực) sanh, và như vậy toàn bộ chuỗi Duyên Sanh diễn tiến trong sự xoay vần không ngừng của nó.

Khi nghe một giai điệu thích ý tham ái phát sanh và do ái thủ sanh, do thủ nghiệp hữu, tái sanh, già, bệnh, chết, sầu, bi,...ru não sanh, và toàn bộ tiến trình của vòng xoay thập nhị nhân duyên diễn tiến trong sự xoay vần không ngừng của nó. Tương tự, khi ngửi một mùi hương dễ chịu, nếm một vị ngon, xúc chạm một đối tượng vừa ý và suy nghĩ đến một ý tưởng hay thì ngay đó một chuỗi ái, thủ, nghiệp hữu, già, chết, sầu, bi,...và toàn bộ khối khổ, phát sanh.

Trong thực tế, bất cứ khi nào một đối tượng (sắc) đẹp, một âm thanh du dương, một mùi thơm, một vị ngon, một sự xúc chạm dịu dàng, một ý tưởng hay xâm nhập vào tâm qua các căn môn (cửa giác quan) chắc chắn tham ái và một chuỗi các yếu tố khác sẽ phát sanh. Chuỗi các tiến trình này không là gì khác ngoài Phiền Não Luân (*kilesa vatta*, vòng xoay của các phiền não) rồi đến lượt nó, phiền não luân sẽ làm phát sanh Nghiệp Luân (*kamma vatta*) và từ nghiệp luân Quả Luân (*vipāka vatta*) được tạo ra. Vòng xoay của tam Luân (*vatta*) được tạo thành như vậy (tham khảo lại lược đồ). Vô minh, tham ái, chấp thủ là Phiền Não Luân trong khi hành và nghiệp hữu là

---

Nghiệp Luân, còn Thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, sanh, già, chết tạo thành Quả Luân.

Tương tự, duyên mũi, duyên lưỡi, duyên thân và duyên ý.....có thể được xem như Duyên Sanh của Ngũ Uẩn (*khandha paṭiccasuṅgha*), là những gì cần phải được quan sát và quán chiếu bằng minh sát trí, nếu không toàn bộ chuỗi tiến trình luân hồi sẽ tiếp diễn không ngừng và kéo theo sau nó là cả một khối khổ bất tận.



**CHƯƠNG IV****VÒNG DUYÊN SANH BẮT ĐẦU  
XOAY TỪ THỌ (VEDANĀ) NHƯ THẾ NÀO**

Tham khảo lại lược đồ. Trong Phần II, chúng ta thấy có Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc và Thọ.

Khi có sự kết hợp của căn, cảnh (trần) và thức, xúc sẽ phát sanh, và đến lượt nó xúc làm phát sanh ra thọ, đó có thể là lạc, khổ, hoặc bất lạc bất khổ thọ.

Để minh họa điều này: Một người nhìn thấy một bông hoa đẹp và nếu anh ta thích thú với nó anh ta sẽ cảm giác một cảm thọ lạc. Nếu anh ta khởi lên tham ái đối với nó, chắc chắn thủ (*upādāna*) sẽ theo sau. Đây là chỗ chuỗi Duyên Sanh bắt đầu xoay.

Cần lưu ý rằng Duyên Sanh không bao giờ dừng lại ngay lập tức và ngay tại chỗ. Khi Thủ được theo sau bởi Nghiệp Hữu, Tái Sanh chắc chắn sẽ theo sau. Tham khảo lược đồ, Phần III và IV sẽ cho chúng ta thấy mối xích nối kết giữa Nghiệp Hữu và Sanh.

Sự nối kết này có nghĩa là tiến trình hoạt động của Duyên Sanh.

Đức Phật nói: ‘Ở đâu có Ái và Thủ, Như Lai nói rằng ở đó sẽ không có sự chứng ngộ Đạo, Quả, và Niết Bàn.’

Cũng vậy, ở đâu có Sân (*dosa*), Đạo, Quả, và Niết Bàn sẽ không bao giờ được chứng ngộ.’

Khi kinh nói tiến trình Duyên Sanh sẽ mãi tiếp diễn không ngừng thì điều đó hàm ý rằng chính các Uẩn của chúng ta sẽ phải trải qua cái tiến trình xoay chuyển không ngừng của chuỗi Luân Hồi. Ở đây các Uẩn không chỉ có nghĩa là thân vật lý nặng khoảng năm bảy chục ký này, vì đây chỉ là lời nói theo quy ước.

Uẩn có nghĩa là gì: Khi một đối tượng (*ārammana*) đi vào một căn môn nào đó, thức (*viññāna*) hay thức uẩn (*viññānakkhandha*) sẽ phát sanh. Ở đâu có xúc ở đó có thọ hay thọ uẩn (*vedanakkhandha*). Khi xúc có mặt, tưởng (*saññā*) hay còn gọi là tưởng uẩn (*saññakkhandha*) có mặt. Tư (*cetanā*) được gọi là Hành uẩn (*saṅkhārakkhandha*) và sắc (*rūpa*) được gọi là sắc uẩn (*rūpakkhandhā*). Sự phát sanh của bất cứ uẩn nào, dù là sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn hay thức uẩn thì cũng đều là chuỗi hay tiến trình của các Uẩn sanh hay nói cách khác chỉ là tiến trình Duyên Sanh (*paṭiccasamuppāda*), và tiến trình này, trong thực tế, không tìm thấy nơi kinh điển hay ở sự tụng đọc suông mà được thấy ngay trong chính các uẩn của chúng ta. Ở đâu có chuỗi tương tục của Duyên Sanh hay chuỗi hoạt động của các uẩn ở đó chỉ có khổ sâu bi, khổ hiện hữu. (*‘Evametassa Kevalassa Dukkakhandhassa Samudayohoti’*). Trong Nidāna Vagga Samyutta có nói ‘Nếu một người sống đời sống theo Duyên Sanh, người ấy được gọi là sống theo Tà Đạo (*Micchapaṭipadā*). Và nếu một người sống có thực hành thiền Minh Sát người ấy được gọi là người sống theo Chánh Đạo (*sammāpaṭipadā*).’

Do đó, có thể khẳng định rằng người thực hành phạm hạnh Đạo (*Magga brahmacariya*) hay Minh sát Đạo (*vipassanā*) là người đang cố gắng để cắt đứt sự tái nối kết của Nghiệp Lực hay các Uẩn, nói khác hơn người ấy đang cố gắng để đình chỉ chuỗi duyên sanh. Đến đây, người đọc nên tham khảo lại lược đồ. Thực hành minh sát là làm công việc cắt đứt mối liên lạc giữa Phần III và Phần IV, tức diệt ái (*tanhā*) để không cho phép nghiệp lực phát sanh.

Cũng có thể nói thực hành Thiền Minh Sát là làm công việc cố gắng thay đổi mô thức Thọ Duyên Ái (*vedanā paccayā tanhā*) thành Thọ Duyên Tuệ (*vedanā paccayā paññā*). Hay có thể xem minh sát là làm công việc thay thế Ái bằng Minh Sát Đạo (*vipassanā magga* gồm chánh kiến, chánh tư duy, chánh niệm, và chánh định.) theo sau Thọ.

Trừ phi có Minh Sát Đạo hoặc Thiền Minh Sát bằng không, đứt khoát ái chắc chắn sẽ theo sau. Không gì khác có thể ngăn được sự sanh khởi của Ái ngoài minh sát đạo. Nếu một người đi theo con đường của Duyên Sanh họ sẽ phải đương đầu với Tập Khởi và Khổ (*samudaya*: nhân sanh, và *dukkha*: khổ). Bạn đồng hành của họ sẽ là Tập và Khổ. Họ giống như một gốc cây vô tri trong Luân Hồi (*samsāra*) và sẽ mãi mãi là một gốc cây vô tri ngay cả khi có Đức Phật xuất hiện trên thế gian.

Đây là lúc để người đọc tự quyết định chọn con đường nào, Đạo Quả hay con đường giữ nguyên là một gốc cây vô tri trong Luân Hồi? Nếu bạn muốn tự giải thoát mình

khỏi vòng xoáy của luân hồi bạn phải đi theo con đường của Đạo Quả hay nói khác hơn, bạn phải thực hành thiền Minh Sát và phải cố gắng để nhận thức được tính chất sanh và diệt của Thọ với minh sát trí bằng cách dùng năm chi đạo (*pubbabhāga magga*, đạo đi trước).

Cũng cần nói rõ ở đây rằng Thọ không phải đi tìm ở chỗ này chỗ kia như người ta thường nghĩ. Không cần, và không phải tìm thọ ở đâu cả. Thọ sanh bất cứ khi nào có một tác động của Xúc (*phassa*). Một loại nào đó của thọ, có thể là lạc hay khổ, vừa ý hay không vừa ý, đa dạng hay trung tính, luôn luôn chiếm ưu thế trong chúng ta, vì vậy không cần thiết phải cố ý đi tìm thọ vì lúc nào nó cũng hiện hữu nơi một trong sáu căn môn.

Thọ tiết lộ sự hiện diện của nó cho chúng ta thấy qua sự xuất hiện và biến mất (của nó) trước chúng ta. Điều này giúp người hành thiền có trí tuệ nhận ra rằng thọ là vô thường hay thọ luôn luôn sanh và diệt. Nếu người hành thiền có thể thấy đúng như thực bản chất của thọ, người ấy thoát khỏi Thường Tưởng (*nicca saññā*), một loại tà kiến về sự thường hằng. Khi tính chất vô thường của thọ được tuệ tri bằng trí tuệ minh sát như vậy vị ấy kể như đã ở trên chánh đạo.

*'Vedanā nirodhā tanhā nirodho'*, nghĩa là khi thọ diệt thì ái diệt. *'Tanhā nirodhā Nibbāna'*, ái diệt có nghĩa là Niết Bàn.

## CHƯƠNG V

### SỰ XOAY CỦA DUYÊN SANH TỪ KHỞI ĐẦU

Do thiếu chánh niệm người hành thiền không quán được sự sanh và diệt của các hiện tượng, đó là không nhận ra Cảnh Sắc (*rūparammana*) và Nhân Môn (*cakkhucvāra*) khi chúng sanh khởi. Tương tự, người hành thiền không quan sát và quán được sự sanh và diệt của nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức khiến cho chuỗi duyên sanh khởi động từ đầu, đó là khởi động từ Vô Minh. Bị che phủ trong vô minh một người làm đủ mọi loại Hành (thân hành, khẩu hành, ý hành). *Avijjā paccayā saṅkhāra, saṅkhāra paccayā viññāṇam, viññāna paccayā nāmarūpaṃ* (*vô minh duyên hành, hành duyên thức, thức duyên danh sắc*). Điều này hàm ý họ sẽ có được năm uẩn. Khi năm uẩn có mặt chắc chắn sẽ có xúc, duyên xúc có thọ, và duyên thọ có ái, từ ái thủ sanh, từ thủ hữu sanh và từ hữu tái sanh sẽ sanh, và nếu đã có sanh thì tất cả các loại sầu, bi, khổ, ưu, và não sẽ có mặt. Như vậy, chuỗi bất tận của Duyên Sanh khởi sự xoay trở lại.

Do đó bất cứ khi nào người hành thiền bận rộn với một việc gì khác hay chần chừ không quán trên sự sanh và diệt của các hiện tượng khi chúng sanh khởi, chuỗi Duyên Sanh sẽ khởi động tiến trình xoay của nó từ vô minh trở lại. Đây là Tà Đạo (*micchā patipadā*) và tám chi: thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ, nghiệp hữu, luôn luôn có mặt. Người đọc có thể tham khảo lại lược đồ. Nếu phân theo Đế tám chi này được sắp vào nhóm Tập Đế và Khổ Đế. Tập là

---

lửa và Uẩn là nhiên liệu, như vậy chúng ta có sự kết hợp của lửa và nhiên liệu. Có thể nói suốt toàn bộ chuỗi Luân Hồi này chỉ có sự kết hợp của Lửa và Nhiên Liệu. Bất cứ khi nào cường độ của ngọn lửa yếu đi nhiên liệu lại được bổ sung vào. Rõ ràng không có dấu chỉ về một kiếp sống nào trong suốt kiếp luân hồi này trong đó (người ta) có ý định hay có một nỗ lực dù nhỏ nhoi nhất muốn dập tắt ngọn lửa ấy.

Vì thế, trong kiếp hiện này tại những ai có một Đức Tin tương đối và một mức độ trí tuệ nào đó nên đi đến một quyết định dứt khoát là sẽ cố gắng để dập tắt ngọn lửa bằng cách rút hết nhiên liệu của nó ra.

---

## CHƯƠNG VI

### SỰ XOAY CỦA DUYÊN SANH TỪ CUỐI LÊN ĐẦU

Chuỗi tâm sân (*dosa*) và bất toại nguyện phát sanh khi thấy một kẻ thù hay một đối thủ. Đối mặt với người này hay nói chuyện với người này sẽ làm cho bạn giận dữ. Tiếng nói hay hình ảnh của người này đối với bạn là đáng khinh và đáng ghét. Pāli diễn đạt những trạng thái ấy như sau: *'Dosa, soka, parideva, domanassa, upāyāsā, sambhavanti Eva metassa kevalassa dukkhakhandassa samudayo hoti.'* Sân, sầu, bi, ưu, não có mặt, có nghĩa là toàn bộ khối khổ có mặt, vì vậy Duyên Sanh ở đây bắt đầu xoay từ cuối lên đầu như Pāli nói: *āsava samudaya avijjā samudayo* (do các lậu hoặc tập khởi vô minh tập khởi, hay do các lậu hoặc có mặt, vô minh có mặt).

Do đó khi thấy một cảnh không đáng ưa và không vừa ý (*anittārammana*) nếu người hành thiền không quán và hành thiền trên tính chất sanh diệt của nó, Duyên Sanh sẽ bắt đầu xoay từ cuối.

---

## CHƯƠNG VII

### VÒNG DUYÊN SANH LUÂN HỒI

#### LUÔN LUÔN XOAY KHI VẮNG MẶT THIÊN MINH SÁT

Vòng Duyên Sanh luôn luôn xoay chuyển không ngừng. Ngoại trừ khi người ta ngủ say (lúc ấy tâm hữu phần *[bhavanga]* hiện hành) còn ra, cho dù khi một người đối diện với cảnh vừa ý hay không vừa ý, vòng duyên sanh vẫn cứ xoay chuyển, đôi lúc với sân (*dosa*), đôi lúc với tham (*lobha*) và đôi lúc với si (*moha*).

Khi Duyên Sanh xoay cùng với tham, sân và si tâm bất thiện sẽ phát sanh và người này được nói là đã dự phần vào Phi Phúc Hành (*apuriññābhisankhāra*), nói khác hơn người này đã tạo tác những nghiệp bất thiện. Khi một người hạnh phúc với hoàn cảnh chung quanh vừa ý, như sum vầy cùng vợ con, với những tài sản hay công việc làm ăn hanh thông của mình, vòng duyên sanh kể như đang xoay với tham. Đôi khi người ấy rơi vào những tình cảnh ngược lại, như công việc làm ăn thất bát, con cái không nghe lời, lúc đó duyên sanh sẽ xoay với sân.

Khi người ấy phạm vào những hành động sai lầm, dù cố tình hay vô ý, đây gọi là sự xoay chuyển của vòng duyên sanh với si.



Hành thiện (*kusala saṅkhāra*) hay phúc hành (*puññābhisakhāra*): khi các việc thiện được làm với hy vọng kiếp sau được tái sinh trong một cảnh giới cao hơn, đây gọi là hành thiện để luân hồi (*vatta kusala*, những việc thiện vốn sẽ làm cho vòng luân hồi xoay chuyển). Bất kỳ việc thiện nào được làm mà không có trí hiểu biết về Khổ Đế hay làm với quan niệm được nhận một phần thưởng nào đó gọi là Phước Hành (*puññābhisankhāra*).

*‘Aviadvā Bhikkhave avijjāgato puññābhisankhārampi abhisankharoti. Apuññābhi saṅkhārampi abhisankharoti. Āneñjābhisakharampi abhisankharoti. Yatoca kho Bhikkhave Bhikkhuno avijjā pahinā vijjā uppānā. So avijjā virāga vijjuppādā neva puññābhi saṅkhāram abhisankharoti.’* (Samyutta Nikāya).

Đức Phật dạy: ‘Này các Tỳ-kheo! Người thiếu trí và có đầy đủ vô minh phạm vào các phúc hành, phi phúc hành và bất động hành (hành thiện định để đạt đến một phạm thiên giới cao hơn).’ Trong khi, này các Tỳ Kheo, nơi vị nào đã đoạn trừ vô minh và minh đã sanh khởi, không còn tạo tác những phúc hành nữa.

Theo lời dạy của Đức Phật ở trên thì người không còn vô minh, hay người đã giải thoát khỏi vô minh và đoạn trừ vô minh chắc chắn phải là bậc Thánh Alahán. Một bậc Thánh Alahán không còn phạm vào bất cứ một hành nào, kể cả phúc hành và bất động hành, và các ngài cũng không bị đòi hỏi phải làm như vậy, và nếu có làm thì đây chỉ là một

hành động đơn thuần không có bất kỳ một hàm ý hay kết quả nào dự phần trong đó (duy tác, kiriya<sup>6</sup>).

Đối với các bậc thánh Tu-đà-hoàn, Tu-đà-hàm, và A-na-hàm, vẫn cần phải thực hiện những thiện nghiệp bố thí và trì giới thêm nữa. Lẽ tự nhiên là những việc làm này đối với hàng phàm nhân thì lại càng phải chú ý đến nhiều hơn nữa, song cần lưu ý rằng không để bố thí (*dāna*) và tham ái (*taṇhā*) hoà trộn với nhau, bố thí và tà kiến hoà trộn với nhau, và nhất là không để bị ngự trị bởi vô minh. Nếu đặt câu hỏi, bố thí là thiện hay bất thiện, câu trả lời chắc chắn phải là: Bố Thí là Thiện. Chủ ý (hay Tư) trong việc bố thí chắc chắn phải là Thiện. Nhưng mong muốn đạt đến một cảnh giới cao hơn trong kiếp sau là Tham Ái (*taṇhā*), là Bất Thiện. Do đó hành động bố thí ấy có một sự hoà trộn của Thiện và Bất Thiện. Chẳng hạn, nếu tôi làm phước bố thí này để mong gặt hái quả lợi ích trong kiếp sau, hành động bố thí ấy của tôi đã bị Tà Kiến, vốn là bất thiện, ngự trị và ảnh hưởng, do đó đừng để cho Bố Thí bị lẫn lộn với tham ái, tà kiến, và cho phép vô minh ngự trị. Nếu một người thiếu sự hiểu biết thích hợp về việc bố thí, hay nếu một người không đủ khả năng hiểu biết và chọn những quả lợi ích đúng của bố thí thì bố thí này sẽ trở thành bố thí hay làm phước thiện để luân hồi (*Vatṭa Dāna*) và sẽ dẫn đến tiến trình xoay chuyển của luân hồi.

<sup>6</sup> “kiriya” có nghĩa chỉ là một hành động đơn thuần không có bất kỳ sung lực tham, sân, si nào dự phần, những hành động như vậy không có khả năng tạo thành nghiệp lực.

Vì thế cần phải lưu ý rằng không phải Bồ Thí sẽ kéo dài tiến trình Luân Hồi, mà chính sự thiếu hiểu biết về cách làm thế nào để có một thái độ đúng khi làm việc bố thí giúp cho nó trở thành Bồ Thí Xuất Ly Luân Hồi (*vivatta dāna*) mới làm cho bố thí ấy kéo dài vòng luân hồi ra vậy.

---

## CHƯƠNG VIII

### GIÁO LÝ DUÊN SANH TRÌNH BÀY THEO CHIỀU THUẬN (ANULOMA)

Đến đây, độc giả nên tham khảo lại lược đồ. Lược đồ này đã được cố Đại Trưởng Lão Mogok phát minh, trình bày, và vẽ ra hợp với tiến trình chung của các Uẩn (*khadhas*) nhằm trình bày cho mọi người thấy rằng Duyên Sanh chỉ là tiến trình xoay chuyển không ngừng của các Uẩn của chính chúng ta, trong đó sự diệt của một uẩn cũ được thay thế bằng một uẩn mới, nói cách khác, Duyên Sanh không là gì khác ngoài Dòng Tương Tục của sự sanh và diệt của các hiện tượng danh và sắc theo nhân quả.

*‘Anamataggo yam Bhikkhave Samsāro pubba koti napaññayati, avijjā nīvaranānam sattānam tanhā samjōyanānam sandharatam samsāra tam’* (Anamatagga Samyutta), có nghĩa rằng khởi đầu của vòng luân hồi là điều không thể quan niệm được. Do bị vô minh che đậy và tham ái trói buộc không ai có thể hiểu được sự khởi đầu của các chúng sanh đang phải trải qua vòng tái sanh luân hồi, hết kiếp này sang kiếp khác, này. Nếu xương của một người có thể chất chứa lại thành đồng nó sẽ cao ngang đỉnh Núi Tu-di. Trèo lên đến đỉnh núi ấy sẽ mất bốn ngày. Điều này cho thấy, chỉ xương của một người thôi, vòng luân hồi đã dài biết dường nào. Khi vòng luân hồi được nói là dài, nó cũng có nghĩa rằng thời gian (họ) phải chịu khổ trong vòng luân hồi ấy là rất dài, và vòng Duyên Sanh cũng dài như vậy.

Có chỗ nói rằng khởi đầu của Luân Hồi<sup>7</sup> là vô minh (*avijjā*), như vậy câu hỏi sẽ phát sanh là: Vô Minh là gì? Vô minh là không hiểu biết về Tứ Thánh Đế (*Ariya Sacca*)

1. Không hiểu biết về Nhân Sanh Của Khổ (*samudaya sacca*, hay tập đế)
2. Không hiểu biết về khổ đế (*dukkha sacca*)
3. Không hiểu biết về sự diệt khổ (*nirodha sacca*)
4. Không hiểu biết về con đường đưa đến sự diệt khổ (*nirodha gāminīpatipadā*)

#### Ví dụ

1. Nỗi ám ảnh và khao khát về vàng, bạc và những của cải vật chất khác luôn cố hữu trong mỗi người chúng ta. Sự khao khát này là nhân căn đế của Khổ (*dukkha*). Không hiểu biết điều này gọi là vô minh về tập đế, hay không hiểu biết về nhân sanh của khổ (*samudaya sacca*).
2. Không hiểu biết rằng các uẩn (*khandha*) của chúng ta chính là khổ được gọi là vô minh về khổ đế.
3. Không hiểu biết rằng sự diệt của tất cả khổ là Diệt Đế, hay nói cách khác là Niết Bàn Tối Thượng, sự không hiểu biết này được gọi là diệt đế.

<sup>7</sup> Lưu ý không nên nhầm lẫn điều này với Nguyên Nhân Đầu Tiên hay chúng sanh đầu tiên.

- 
4. Không hiểu biết rằng Bát Thánh Đạo là con đường dẫn đến Niết Bàn Tối Thượng được gọi là vô minh về đạo diệt khổ thánh đế.

Sự không hiểu biết như vậy gọi là vô minh (*avijjā*) và tất cả những hành động bằng thân, khẩu, ý sẽ xuất phát từ vô minh này. Vì lẽ đó Đức Phật nói ‘Vô minh làm duyên cho các hành, (*‘avijjā paccayā sankhāras’*). Không biết nhân căn đề của tất cả khổ, mọi hành động đều được làm hay vi phạm. Vì bản thân, vì gia đình, v.v ... , người ta sẵn sàng dùng mọi thủ đoạn bất kể là thiện hay bất thiện để tích góp của cải, hay để có được những địa vị cao hơn,... cho chính mình.

Có thể anh ta sẽ nói rằng anh ta đang sống một cuộc đời lương thiện vì anh ta chỉ làm những công việc mua bán hợp pháp, nhưng trên quan điểm của Duyên Sanh thì điều anh ta làm không những đã không bẻ gãy chuỗi Luân Hồi mà còn đang thực hiện công việc nối kết cho chuỗi Duyên Sanh ấy nữa. Nếu được hỏi, vậy anh ta đã phạm tội gì? Câu trả lời tất nhiên sẽ là: không thể quy kết anh ta có phạm một tội nào hay không, nhưng dứt khoát có thể nói điều anh ta làm đã nối kết các mắc xích của chuỗi Duyên Sanh và đang làm cho chuỗi ấy xoay chuyển.

Lại nữa, vì muốn đạt đến một cảnh giới cao hơn trong kiếp sau mà một người bố thí. Đây là thiện nghiệp, không có gì phải hoài nghi, tuy nhiên bất cứ thiện nghiệp nào được làm với vô minh, tức thiện nghiệp được làm mà không có sự hiểu biết về Khổ Đế, sẽ trở thành Phúc Hành (*puññābhisankharas*): ‘Vô minh làm duyên cho thiện hành’

(*'avijjā paccayā kusala saṅkhārā'*). Khi bỏ thí hay giữ giới được làm với quan niệm đạt đến những cảnh giới cao hơn, nghĩa là được trở thành chư thiên hay phạm thiên trong kiếp kế. Bỏ thí và giữ giới ấy cũng do vô minh làm duyên. Lời nguyện cuối cùng bao giờ cũng là cầu mong cho những ước nguyện ấy được thành tựu. Và nếu những ước nguyện này được thành tựu và họ trở thành chư thiên hay phạm thiên, thì khởi đầu của kiếp kế vẫn là sinh (*jāti*). Sanh không là gì khác ngoài Khổ Đế (*dukkha sacca*). Kinh Chuyển Pháp Luân nói: *'Jātipi Dukkha Sacca'* (Sanh là Khổ Đế).

*'Saṅkhāra paccayā viññāṇam'*, hành duyên thức hay duyên các hành (*thiện hoặc bất thiện*) kiết sanh thức sanh. Kiết Sanh Thức hay thức tái sanh là sự khởi đầu của mọi hiện hữu. Chính sự hiện hữu mà chúng ta đang trải qua này là Khổ (*dukkha*), mặc dù đơn giản chúng ta đã bị đánh lừa bởi vô minh để xem đó như là lạc (*sukha*). Do đó khi bỏ thí hay làm bất cứ một việc công đức nào hành giả nên suy nghĩ một chút xem liệu có đáng để mơ ước hay mong muốn những địa vị cao hơn trong kiếp kế hay không, điều này hoàn toàn tùy thuộc vào hành giả. Lời khuyên chân thành nhất cho người hành thiền là hãy nỗ lực để đạt đến sự diệt khổ vì tái sanh trong hình thức chư thiên hay Phạm thiên hay bất cứ hình thức hiện hữu nào khác tự nó đã là Khổ, và không có gì ngoài Khổ.

*'Viññāna paccayā nāmarūpaṃ'*, thức duyên danh sắc, người nào đã tạo ra tái sanh (*jāti*) người ấy cũng tạo ra Danh và Sắc (*nāma rūpa*). Bạn đọc nên tham khảo lại Phần II. Do thức làm duyên danh và sắc sanh. Cần phải nghiên cứu cần

thận xem trong thức này có Tôi, hay của Tôi không. Trong Danh và Sắc cũng vậy, cần phải nghiên cứu tận tường xem có bất kỳ yếu tố nhân tính nào được xem như Tôi, của Tôi, Anh hay Chị trong đó không.

Thức ở đây là Kiết Sanh Thức (*paṭisandhi viññāna*) và là sự khởi đầu của kiếp sống hiện tại. Trong thức này cũng không có cái Tôi, Tự Ngã,... nào cả. Nó chỉ là kết quả của Saṅkhāra.

Trong Danh Sắc, nếu xem xét tận tường và tỉ mỉ, chúng ta cũng sẽ thấy không có yếu tố nhân tính nào là Tôi hay Của Tôi, trong đó. Nó chỉ là dòng tương tục quả của dòng tương tục nhân, hay nói khác hơn nó chỉ là chuỗi Duyên Sanh (*paṭiccasamuppāda*).

*‘Nāmarūpa paccayā salāyatanaṃ’* (‘danh sắc duyên lục nhập’). Chỗ nào có Danh và Sắc chỗ đó mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tâm (lục nhập) phát sanh.

Con mắt là hiện tượng quả của hiện tượng nhân và trong đó không có gì để có thể tuyên bố là Tự Ngã của tôi, là Tôi, hay Của Tôi được. Nó là dòng tương tục Quả của dòng tương tục Nhân. Nó không phải là Tôi, hay Con Mắt của Tôi hay Tự Ngã của Tôi.

Tương tự, Mũi, Lưỡi, Thân và Tâm là hiện tượng Quả của hiện tượng Nhân trong đó không có yếu tố nào chúng ta có thể tuyên bố là cá nhân tôi, hay là Tôi, hay Tự Ngã của Tôi được.



Sáu Xứ hay lục nhập (*salāyatana*) là sáu Pháp (*dhamma*) mở rộng phạm vi của Luân Hồi hay nói cách khác chúng là sáu pháp kéo dài chuỗi tuần hoàn của Duyên Sanh.

Con mắt mở rộng phạm vi của luân hồi, tai, mũi, lưỡi, thân, và tâm cũng mở rộng phạm vi của luân hồi. Tham khảo lại Chương III và kiểm tra lại cái gọi là tự ngã của bạn để thấy xem bạn có thể dừng ngay tại chỗ thấy cảnh sắc, hay âm thanh, mùi, vị, sự xúc chạm hay ý nghĩ nào đó được không. Ví dụ, nếu bạn tình cờ thấy một người hay vật đẹp, bạn có dừng ngay tại chỗ cái thấy chỉ là cái thấy hay bạn sẽ tiến thêm bước nữa và nói Tôi thích nó hay Tôi muốn có nó? Chắc chắn, bạn không dừng ngay tại đó mà sẽ cố gắng để có được nó bằng cách này hay cách khác. Đây gọi là sự nối kết của Luân Hồi hay mở rộng phạm vi của luân hồi (*samsāra*), nói cách khác nó kéo cho chuỗi Duyên Sanh dài thêm. Đối với năm căn xứ còn lại cũng có thể hiểu theo cách tương tự.

*‘Salāyatana paccayā phasso’* (‘Lục nhập duyên xúc’) nghĩa là duyên con mắt, nhãn xúc sanh. Duyên tai, nhĩ xúc sanh, duyên mũi tỷ xúc sanh, duyên lưỡi thiệt xúc sanh, duyên thân thân xúc sanh, duyên tâm ý xúc sanh.

*‘Phassa paccayā Vedanā’* (‘Xúc duyên Thọ’), nghĩa là do duyên xúc thọ sanh. Duyên nhãn xúc nhãn thọ sanh. Điều này trong Pāli gọi là *‘Cakkhusamphassajā vedanā, tức Thọ sanh từ nhãn xúc’*). Tương tự, các cảm thọ dựa vào các căn xứ khác như nhĩ, tỷ, thiệt, ... gọi là *sotasamphassajā vedanā* (thọ sanh từ nhĩ xúc), *ghānasamphassajā vedanā* (thọ sanh từ tỷ xúc),

*jivhāsamphassajā vedanā* (thọ sanh từ thiệt xúc), *kāyasamphassajā vedanā* (thọ sanh từ thân xúc), và *manosamphassajā vedanā* (thọ sanh từ ý xúc). Thọ có khi được chia làm ba loại, đó là, Lạc (*sukha*), Khổ (*dukkha*), và Xả (*upekkhā*), hay có khi được chia thành năm loại, đó là, lạc, khổ, hỷ, ưu và xả (*sukha, dukkha, somanassa, domanassa, và upekkhā*), hoặc nếu được chia nhỏ hơn, nó sẽ bao trùm một phạm vi đáng kể. Tuy nhiên, người hành thiền chỉ cần nhớ rằng khi có xúc hay có một sự tác động trên sáu căn môn (*dhāra*), thọ thuộc một loại nào đó sẽ xuất hiện, vì thế chắc chắn không cần phải đi tìm thọ ở đâu, vì thọ thuộc loại này hay loại khác luôn luôn xuất hiện ở sáu căn xứ khi có xúc (*phassa*).

‘*Vedanā paccayā tañhā*’ (‘Thọ duyên ái’), Duyên thọ tham ái sanh. Nếu ái sanh do duyên cảnh sắc, nó gọi là Sắc Ái (*Rūpa Tañhā*); do duyên (âm) thanh gọi là Thanh Ái (*sadda tañhā*); duyên mùi là Hương Ái (*gandha tañhā*); duyên vị là Vị Ái (*rasa tañhā*); duyên thân là Xúc Ái (*phoṭṭhabba tañhā*); và duyên ý là Pháp Ái (*dhamma tañhā*).

‘*Tañhā paccayā Upādāna*’ (‘ái duyên thủ’), nghĩa là do ái làm duyên chấp thủ sanh, ở đây thủ hay tham muốn lấy lòng chỉ là một hình thức cường thịnh của tham ái. Có bốn loại thủ, đó là dục thủ (*kāmapādāna*), kiến thủ (*dittṭhupādāna*), giới cấm thủ (*sīlabbatupādāna*), và ngã luận thủ (*attavādupādāna*).

‘*Upādāna paccayā kamma bhavo*’ (‘thủ duyên nghiệp hữu’), nghĩa là do chấp thủ người ta làm những hành động bằng thân (*kāya kamma*, thân nghiệp), bằng lời nói (*vāci kamma*, khẩu nghiệp), và bằng ý nghĩ (*mano kamma*, ý nghiệp). Bất kỳ

một trong ba loại nghiệp này đều được gọi là Nghiệp Hữu, vốn là yếu tố cuối cùng trong Phần III. Trong Phần thứ nhất, Trương Tục Nhân Quá Khứ, nó được gọi là Hành (*saṅkhāra*). Theo Vi-diệu-pháp Yếu Nghĩa (*Abhidhamma.Sangaha*) hành hay nghiệp hữu bao gồm 29 tâm thiện và bất thiện hiệp thể.

*'Kammabhava paccayā jāti'* ('Nghiệp hữu duyên sanh') nghĩa là, do những hành động bằng thân, bằng khẩu, và bằng ý làm duyên, thức tái sanh vốn là sự khởi đầu của hiện hữu kế tiếp, sanh khởi, và cho dù nó thuộc bất kỳ loại tái sanh gì, sự khởi đầu của nó vẫn là Kiết Sanh Thức (*paṭisandhi viññāna*). Đức Phật nói, sanh là khổ (*jātipi dukkhā*). Điều này hàm ý Jāti (sanh) là Khổ Đế dù đó là tái sanh làm người, làm chư thiên hay Phạm thiên... Chính tại mỗi nối này, vấn đề quyết định xem có đáng để mong muốn hay khao khát được tái sanh trong kiếp kế hay không, hoàn toàn tùy thuộc vào người hành thiện. Khi Jāti đã được sanh ra những ngẫm ý của nó là gì? Cái giá cuối cùng của nó sẽ ra sao? Câu trả lời là *'Jāti paccayā jarāmaraṇa*, sanh duyên già chết'. Hiển nhiên là do có sanh mà già và chết được sanh ra hay nói khác hơn Sanh chắc chắn được theo sau bởi già và chết.

Để minh bạch hơn, khi một người tạo ra jāti (sanh), người ấy sẽ được theo sau bởi già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não, và toàn bộ khối khổ. Có thể tham khảo lại lược đồ để hiểu rõ hơn.

Đây là sự xoay vòng của pháp Duyên Sanh (*paṭiccasamuppāda*) được trình bày hợp với lời dạy của Đức Phật.

---

## CHƯƠNG IX

### VÒNG TUẦN HOÀN CỦA DUYÊN SANH VỚI NHÂN CĂN BẢN LÀ VÔ MINH VÀ THAM ÁI

Điều quan trọng đối với người hành thiền là, trong chừng mực nào đó, phải biết rằng thủ phạm thực sự gây ra sự luân chuyển của tiến trình tử sanh bất tận, hết hiện hữu này đến hiện hữu khác, của một chúng sanh trong vòng luân hồi này không ai khác ngoài Vô Minh và Tham ái.

Tham khảo lại lược đồ người đọc sẽ thấy ngay chính giữa (lược đồ) là Vô Minh và Tham Ái. Vô minh là không biết về tứ thánh đế. Tham ái là khát khao, mong muốn bất cứ điều gì vừa ý mà nó gặp, vì vậy người đọc hay người hành thiền cần phải ghi nhớ rằng khởi đầu của vòng duyên sanh là vô minh và tham ái.

Khi các uẩn đi vào hiện hữu nó được theo sau bởi già và chết. Thủ phạm trách nhiệm cho việc xây dựng nên các Uẩn này cần phải được khám phá. Và hiển nhiên lúc này người hành thiền sẽ thấy rõ rằng thủ phạm đích thực xây dựng nên các Uẩn là Vô Minh và Tham Ái. Do đó nhân căn bản phải được đoạn trừ để sẽ không còn quả phát sanh.

Người hành thiền cũng cần phải khám phá xem những việc làm của vô minh và tham ái này là gì. Như đã đề cập ở trước, vô minh là không hiểu biết về Tứ Thánh Đế. Tham ái là khát khao những gì vừa ý mà nó gặp. Nói đúng ra, vô

minh còn làm hơn thế nữa, vì nó làm nhân và làm duyên cho các Hành (*sankhāras*) phát sanh, trong khi tham ái làm nhân và làm duyên cho chấp thủ (*upādāna*) phát sanh. Lại nữa Các Hành làm nhân và làm duyên cho Tương Tục Quả Hiện Tại, đó là, xúc, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, hay nói khác hơn Năm Uẩn phát sanh.

Tham khảo lại lược đồ, trong Phần I, phần được gọi là Tương Tục Nhân Quá Khứ, chúng ta thấy có năm yếu tố, đó là vô minh, hành, ái, thủ và hữu. Từ tương tục nhân quá khứ này phát sanh ra Phần II gọi là Tương Tục Quả Hiện Tại. Nó được tạo thành bởi thức, danh sắc, lục nhập, xúc, và thọ, hay có thể nói tương tục quả hiện tại này không là gì khác ngoài năm uẩn của chính chúng ta.

Nghiên cứu cẩn thận chúng ta sẽ thấy rằng từ Phần II hay từ Tương Tục Quả Hiện Tại sẽ làm phát sanh Tương Tục Nhân Tương Lai hay Tương Tục Nhân Hiện Tại vốn được đặt tên là Phần III. Phần này bao gồm ái, thủ, hữu, vô minh, và hành. Nếu sắp theo Đế (*sacca*) những yếu tố này sẽ rơi vào nhóm Tập Đế (*samudaya sacca*). Lại nữa từ Phần III sẽ làm phát sanh Tương Tục Quả Tương Lai gồm thức, danh sắc, lục nhập, xúc, và thọ, mà nếu sắp xếp theo Đế sẽ rơi vào nhóm Khổ Đế (*dukkha sacca*).

Bây giờ chúng ta thấy rõ ràng rằng từ Tương Tục Nhân Quá Khứ làm phát sanh Tương Tục Quả Hiện Tại và từ Tương Tục Quả Hiện Tại sẽ làm phát sanh Tương Tục Nhân Tương Lai hay Tương Tục Nhân Hiện Tại và từ Tương Tục Nhân Hiện Tại làm phát sanh Tương Tục Quả Tương

---

Lai, và Tương Tục Quả Tương Lai sẽ lại trở thành Tương Tục Nhân Quả Khứ, cứ như thế quá khứ sanh ra hiện tại, hiện tại sanh ra tương lai và tương lai lại trở thành quá khứ, và v.v... Như vậy chuỗi Duyên Sanh hay vòng Luân Hồi hay tiến trình sanh và diệt của các hiện tượng từ sát-na này đến sát-na khác đang làm cho sự xoay chuyển thông thường của nó tuần hoàn bất tận.

Nói theo Tứ Thánh Đế, khi tiến trình tuần hoàn của Tập Đế (samudaya) sanh thì Khổ sanh, và ngược lại khi Khổ sanh nó sẽ làm cho Tập Đế hay nhân sanh khổ v.v...sanh. Cũng vậy, Quả Khứ trở thành Hiện Tại, Hiện Tại trở thành Tương Lai, Tương Lai trở thành Quả Khứ và Quả Khứ trở thành Hiện Tại và v.v...trong một trật tự tuần hoàn bất tận.

Do vô minh người ta làm đủ mọi loại hành động, thiện và bất thiện, qua đó cái họ nhận được không gì khác ngoài Năm Uẩn vốn đơn giản chỉ là Khổ Đế. Lại nữa, bị vô minh dẫn dắt và tham ái thúc giục kẻ phạm phu phạm vào đủ mọi loại nghiệp có khi là vì lợi lạc vật chất của bản thân mình hay có khi vì lợi ích của gia đình mình để rồi chắc chắn chúng sẽ dẫn họ vào những cõi khổ. Đứng ra mà nói, họ cũng làm được những điều thiện có thể đưa họ lên một cõi sống cao hơn, nhưng cho dù là như thế họ vẫn không thoát khỏi khổ.

Minh họa trong cuộc sống hàng ngày. Khi anh “A” nhìn thấy một vật gì; anh ta cảm thấy thèm muốn; anh ta bị tràn ngập với khát khao muốn có nó; và cuối cùng anh ta đã cố gắng để có được nó. Chắc chắn anh ta sẽ nhận được, và

theo quy luật Duyên Sanh, cái anh ta nhận được đó là sanh (*jāti*). Khi *Jāti* hay sanh có mặt nó lại bị thống trị và ảnh hưởng bởi vô minh và tham ái.

Như vậy Phần I nối với Phần II và Phần II nối với Phần III. Rồi từ Phần III lại làm phát sinh Phần IV. Theo cách này, trật tự xoay vần của Duyên Sanh sẽ tiếp diễn mãi mãi không ngừng. Hết một vòng cũ nó lại xoay một vòng mới, và tiến trình tuần hoàn sẽ diễn tiến bất tận như vậy. Tất cả mọi người chúng ta đều nằm trong mối liên hệ nhân quả này và chưa từng có một cơ hội, dù nhỏ nhoi nhất, tìm được lối ra. Nếu có, chắc hẳn hiện nay chúng ta sẽ không phải hiện hữu ở đây vậy.

Người đọc hãy nhìn vào lược đồ và tự tìm xem hiện nay mình đang ở phần nào. Câu trả lời chắc chắn sẽ là chúng ta đang ở Phần II, chỗ Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc và Thọ được thấy, nếu sắp theo Tứ Thánh Đế chúng sẽ nằm trong nhóm Năm Uẩn vốn là Khổ Đế.

Dựa vào Tương Tục Nhân Quả Khứ, đó là: vô minh, hành, ái, thủ, và hữu, năm uẩn (Tương Tục Quả Hiện Tại) phát sanh. Do đó, Phần I là Tập Đế trong khi Phần II là Khổ Đế, và như vậy rõ ràng chỉ có tiến trình của Tập và Khổ trong khi Đạo Đế và Diệt Đế đã bị che lấp. Sở dĩ hai Đế Siêu Thế này không có mặt trong chúng ta là vì chúng ta không quan tâm đến việc tiếp cận những bậc thầy đáng tin cậy có thể dẫn dắt chúng ta đi vào chánh đạo (Thánh Đế, *ariya sacca*).

---

Giờ đây quý vị được thúc giục nên thực hiện một quyết định để đạt đến hai Đấng Siêu Thế này và thực hành theo những chỉ dẫn đã được giải thích tỉ mỉ bởi cố Đại Trưởng Lão Mogok Sayadaw. Cũng cần lưu ý rằng Đạo Đế và Diệt Đế phải được tuệ tri bằng việc thực hành Phạm Hạnh (*Brahma Cariya*), và thực hành thiền Minh Sát để bẻ gãy những cây cãm, cang xe, gọng xe, và trục xe của bánh xe Duyên Sanh. Cũng cần lưu ý người hành thiền là Phần IX này nên được đọc đi đọc lại nhiều lần để giúp quý vị trở nên thành thạo và hiểu rõ giáo lý Duyên Sanh hơn.



## CHƯƠNG X

### LÀM THẾ NÀO ĐỂ PHÁ HỦY (DỠ BỎ) VÀ BỀ GẦY NHỮNG CÂY CẮM, Ồ TRỤC, TRỤC XE, ĐÒN VÀ VÀNH CỦA BÁNH XE DUYÊN SANH

(Cần tham khảo lại Lược Đồ Thập Nhị Nhân Duyên)

Có lẽ bạn đã từng thấy bánh của một chiếc xe bò rồi. Nhìn vào đó bạn sẽ thấy Ổ Trục nằm ở ngay chính giữa. Ổ trục này sẽ được biểu trưng cho Vô Minh và Tham Ái. Có bốn cây cãm tượng trưng cho: 1. Phúc hành dục giới (*kāma puññābhi saṅkhāra*), 2. Phúc hành sắc giới (*rūpa puññābhi saṅkhāra*), 3. Phi phúc hành (*Apuññābhi saṅkhāra*), và 4. Bất động hành (*Āneñjābhi saṅkhāra*). Vành xe tượng trưng cho Già & Chết (*Jarā Marana*). Để làm cho bánh xe được chắc chắn và bền bỉ những cây cãm này đã được gắn chặt một đầu vào Vành Xe và đầu kia vào Ổ Trục, nhờ vậy mà các bộ phận khác của bánh xe không bị cong gãy và rời ra thành từng miếng. Chính vì thế Ổ Trục, Đòn Xe, Trục Xe, Cãm Xe, và Vành Xe, năm bộ phận này tạo thành một tổng thể hoàn chỉnh mà chúng ta có thể gọi là một Chiếc Xe; khi một người làm những việc phước thiện như bố thí, giữ giới với quan niệm có được địa vị cao hơn trong kiếp kế như làm Chuyển Luân Vương hay Vua cõi trời, theo pháp Duyên Sanh, điều đó có nghĩa là họ đang tạo một Phúc Hành (*puññābhi saṅkhāra*) chứ không có gì khác. Trong khi, nếu một người làm những điều phi phước thuộc bất kỳ loại nào cho bản thân họ hay cho gia đình họ thì đây là Phi Phúc Hành (*Apuññābhi saṅkhāra*). Phi Phúc Hành chắc chắn sẽ đẩy họ vào những cõi khổ như địa ngục, nga quý, súc sanh,... Còn khi một người hành

thiền định với quan niệm đạt đến cõi Phạm Thiên Sắc Giới (*rūpāvacara bhūmi, Bhramaloka*); đây gọi là Phúc Hành Sắc Giới (*rūpa puññābhi saṅkhāra*) chứ không có gì khác; và nếu một hành giả vì chán ghét sắc và tu tập thiền vô sắc với quan niệm đạt đến cõi phạm thiên vô sắc (*arūpāvacara bhramaloka*), nơi đây không có sắc mà chỉ có bốn danh uẩn. Đây gọi là bất động hành (*Aneñjābhi saṅkhāra*).

Nói chung bất cứ hành nào được làm, dù là phúc hành, phi phúc hành hoặc bất động hành, thì việc đi lên hay đi xuống (các cõi) của chúng cũng vẫn bị hạn cuộc trong ranh giới của Già Chết hay nói cách khác chúng phải kết thúc trong giới hạn của các hành thế giới (*saṅkhāra loka* 行世界) hay trong phạm vi của Ba Mươi Một Cõi. Ngay cả nếu một người có đi lên cõi Phạm Thiên Sắc Giới họ cũng không thể vượt qua cái Vành Xe Già Chết. Đối với người đắc thiền vô sắc nhờ thực hành thiền định, bên đở cuối cùng của họ sẽ lên đến Vành của (Già Chết) là cùng.

Bất cứ điều gì được làm trong Thế Giới của các Hành cũng không thoát khỏi nanh vuốt của Già Chết. Vì vậy tái sinh trong bất kỳ cõi nào, tái sinh trong bất kỳ hiện hữu nào cũng đều cùng chung số phận. Do đó, các hành thiện được làm để đạt đến một địa vị tốt hơn trong kiếp kế cuối cùng cũng sẽ đáp xuống ngưỡng cửa của già chết. Không có cửa nào thoát khỏi già và chết trong đó cả.

Akusala saṅkhāras hay những hành nghiệp bất thiện của thân, khẩu, và ý sẽ tạo thành những cây cắm (xe) của cõi khổ.

Những người lầm lẫn tin rằng Cõi Sắc Giới (*rūpa loka*) là Niết-Bàn hay Cõi Vô Sắc Giới là Niết Bàn và đã cố gắng hành thiền định cũng như luyện các thần thông để mong đạt đến các cõi đó. Khi một người hành thiền tập trung trên sắc (*rūpa*) xem như cội nguồn của khổ (*dukkha*) và đạt đến Thiên Vô Sắc (*arūpajhāna*), đây cũng là một trong những cây cắm thuộc cõi vô sắc trói buộc họ vào vòng luân hồi.

Tham khảo lại Lược Đồ 2. Ở đó chúng ta thấy có Trục Xe tiêu biểu cho Lậu Hoặc (*āsava*). Theo kinh điển Pāli, '*Āsava.samudaya Avijjā.samudayo, (với sự tập khởi của lậu hoặc, vô minh tập khởi hay sanh)*'; Trục xe lậu hoặc này phải được điều chỉnh cho vừa với Ổ Trục với bốn cây cắm đã được gắn vào bánh xe. Bây giờ thì bánh xe đã có thể xoay được. Khi bánh xe xoay đều chắc chắn rằng một số cây cắm sẽ ở bên trái trong khi những cây cắm khác xoay xuống hoặc một số ở bên trái và một số ở bên phải. Bất cứ chỗ nào chúng đi chúng sẽ không thể tự tách khỏi vành xe. Theo cách tương tự, một phàm nhân dù có đi lên cõi Phạm Thiên, hay cõi Chư Thiên, hay cõi Nhân Loại, thì cũng không có chỗ nào cho họ thoát khỏi luân hồi (*samsāra*). Bánh xe luân hồi này xoay vẫn mãi không ngừng và luôn kéo năm uẩn đi theo nó. Do đó, chỗ nào năm uẩn này đáp xuống chỗ đáp thông thường của nó là Già Chết (*jarāmarana*).

Từ quan điểm của Chân Lý (*sacca*) chúng ta hãy thử nhìn lại xem. Vô Minh và Tham Ái chính là những thủ phạm chịu trách nhiệm cho sự hình thành của các uẩn vốn không là gì khác ngoài Khổ Đế (*dukkha sacca*) trong khi tự thân chúng

---

(vô minh và tham ái) là Tập Đế (*samudaya sacca*). Vì thế suốt vòng luân hồi này bạn đồng hành của chúng ta là Khổ và Tập (nhân sanh của khổ), trong khi Đạo Đế và Diệt Đế đang bị bỏ quên. Đây là lý do tại sao chúng ta không có cách thoát khỏi lãnh địa của Khổ và Tập này.

Chắc chắn hầu hết chúng ta đã cố tình né tránh Đạo và Diệt (*magga và nirodha*) và hầu hết thời giờ quý giá của chúng ta đã được dùng trong việc làm xoay chuyển và kéo dài thêm chu kỳ của Vòng Duyên Sanh. Đây là những gì được Đức Phật gọi là Kéo dài thời hạn của Khổ.

Tham khảo lại Lược Đồ I chúng ta sẽ thấy: vô minh, tham ái và chấp thủ là Phiền Nã Luân (*kilesa vatta*). Phạm phu chúng ta làm đủ mọi loại hành động đưa đến Nghiệp Hữu (*bhava kamma*), và nghiệp hữu này làm phát sanh Quả Luân (*vipāka vatta*) hay năm uẩn. Như vậy Quả Luân sanh là do Nghiệp Luân. Đây là cách tiến trình tuần hoàn của vòng luân hồi bất tận khởi động.

Từ quan điểm của Chân Lý giờ đây chúng ta sẽ thấy là chỉ có vòng Tập Đế và Khổ Đế. Thêm nữa, nếu nhìn theo quan điểm tam luân thì sẽ chỉ có ba vòng xoay của phiền não luân, nghiệp luân và quả luân. Và nếu nhìn từ quan điểm của không gian và thời gian thì sẽ chỉ có sự xoay chuyển của Quá Khứ, Hiện Tại, và Tương lai.

Cũng cần phải lưu ý cẩn thận rằng chỉ khi chuỗi hay những mắc xích của Duyên Sanh bị phá rời chúng ta mới có

thể thoát khỏi vòng luân hồi. Bao lâu chuỗi duyên sanh còn được liên kết, thời gian của khổ sẽ được kéo dài bấy lâu.

Nếu chúng ta quan tâm đến việc muốn rút ngắn thời hạn trong luân hồi của chúng ta, chúng ta phải tìm cách thoát ra khỏi tam Luân (ba vòng xoay của phiền não, nghiệp, và quả) và chiến thắng được tham ái.

Trong kiếp sống hiện tại này chúng ta có được một cơ hội lớn để phát triển trí tuệ đến một mức độ tương đối liên quan đến Duyên Sanh và Thánh Đế nhờ nghe pháp hay nhờ đọc những cuốn sách nói về đề tài này. Người hành thiền nên thực hiện một quyết tâm để tháo rời Vòng Xe, Ổ Trục, Trục Xe, và những cây Cắm của Bánh Xe Duyên Sanh này ra.

Đối với người hành thiền thực sự có ý định muốn thoát khỏi Luân Hồi, đơn thuần ước nguyện thôi sẽ không giúp vị ấy đạt đến Đạo Quả. Chỉ có thực hành miên mật Thiền Minh Sát mới có thể giúp vị ấy chuyển Vô Minh thành Minh, Tham ái thành Vô Tham và đạt đến mục đích cuối cùng của giải thoát.

Trong những chương sau con đường Giải Thoát sẽ được bàn đến.

---

## CHƯƠNG XI

### AI ĐI THEO CON ĐƯỜNG DUYÊN SANH NGƯỜI ẤY ĐI THEO CON ĐƯỜNG CỦA NGƯỜI MÙ

Không hiểu biết về Tứ Thánh Đế là Vô Minh và người mà cái nhìn bị vô minh che đậy như vậy được gọi là phạm phu (*puṭhujjana*) trong kinh điển Pāḷi.

Có hai loại phạm phu: Người không hiểu biết về Tứ Thánh Đế được gọi là phạm phu mù lòa (*andha puṭhujjana*), người này do suy nghĩ một cách mù mờ nên luôn luôn bất an và chỉ muốn đi lang thang chỗ này chỗ kia. Và do không có con mắt trí tuệ, chắc chắn một hố bẫy sẽ dành cho người ấy.

Với quan niệm sẽ đạt đến một địa vị cao hơn, như trở thành một vị Chư Thiên hay Phạm Thiên trong kiếp sau, người này làm các việc công đức (*puññābhi saṅkhāra, phước hành*). Điều này có thể được ví như họ đang đi bằng chân phải.

Lại nữa do bị áp đảo bởi mong muốn trở nên giàu có một cách nhanh chóng, họ phạm vào các loại hành bất thiện (*apuññābhi saṅkhāra, phi phước hành*) vì lợi ích của bản thân họ hay vì lợi ích của gia đình họ. Điều này được gọi là họ đang đi bằng chân trái.

Do Vô Minh, không hiểu biết về Tứ Thánh Đế, họ tạo tác các hành này. Những điều họ làm giống như những bước đi của một người mù. Ở đây, bị mù là vô minh, không hiểu

biết về sự thực và làm những hành thiện và bất thiện được ví như đang bước đi với chân phải và chân trái.

Nếu một người bỏ thí với sự hiểu biết rõ ràng năm uẩn này là Khổ Đê (*dukkha sacca*) và do vậy (chúng) là đáng khinh, đáng ghét, chứa đầy khổ đau và không đáng mong muốn, có thể nói đây là cách bỏ thí chân chánh bởi vì nó được làm với sự hiểu biết về Sự Thực (đế) rằng các Uẩn không là gì cả ngoài Khổ Đê. Loại bỏ thí này được gọi là Thiện Xuất Ly Luân Hồi (*Vivatta Kusala*) không lẫn lộn trắng với đen.

Khi bỏ thí được làm mà không có bất kỳ sự trông đợi nào hay không có bất kỳ ước vọng nào cho một địa vị tốt hơn trong kiếp sau, nó đã được làm với lòng mong muốn rõ rệt là đạt đến sự diệt tận của vòng Luân Hồi hay nói cách khác nó đã được làm vì sự không hoạch đắc bất cứ một loại Uẩn nào trong kiếp sau, bỏ thí này là thiện xuất ly luân hồi vốn có thể phá hủy bất cứ Nghiệp Lực nào.

Ở điểm này người ta có thể đặt câu hỏi. Trong khi luân hồi thì dài vô tận và trước khi đạt đến Niết-Bàn một người vẫn có thể phải tái sinh vào những kiếp sống nghèo đói, túng thiếu, vì vậy việc ước ao và mong mỏi thịnh vượng và hạnh phúc trong những cảnh giới cao vời của chư thiên, như được làm Thiên Tử hay làm Vua Chuyển Luân,... trong kiếp sau sẽ chẳng phải là điều đáng làm hay sao?

Điều này cần phải được làm cho sáng tỏ. Hầu hết mọi người đều tin rằng chính ‘Tôi’ là người bỏ thí và cũng chính

‘Tôi’ sẽ là người gặt quả lợi ích của bồ thí trong kiếp sau và trong niềm tin này ý niệm về ‘Tôi’ hay Tự Ngã vốn là một Tà Kiến (*micchā ditṭhi*) đã có mặt. Khi quan niệm cho rằng ‘Tôi’, người bồ thí và ‘Tôi’, người thọ quả là một người thì đó là Thường Kiến (*sassata ditṭhi*). Người đọc phải rất cẩn thận về điểm này bởi vì mặc dù bồ thí là một thiện nghiệp, vẫn có hai pháp lẫn lộn trong thiện nghiệp ấy, đó là tham ái (*taṇhā*, mong muốn gặt quả), và tà kiến (*ditṭhi, ngã kiến và thường kiến*). Một tà kiến như vậy đã từng thịnh hành và ngu ngâm trong mỗi con người chúng ta từ rất xa xưa và do đó sẽ không dễ để loại trừ nó. Còn đây là một cách giải thích khác.

Không có gì phải hoài nghi, bồ thí là một thiện nghiệp, và mong muốn có được một địa vị cao là Tham Ái (*taṇhā*), vì vậy nghiệp này được gọi là Nghiệp Hồn Hợp (*missaka kamma*). Do có sự pha trộn giữa nghiệp trắng (bồ thí) và nghiệp đen (mong muốn một địa vị cao), nên gọi là nghiệp hồn hợp. Và quả của nó thường được bảo là sẽ cho tái sanh làm các loài thú hữu phước như Long Vương Nāga, Bạch Tượng Chúa, v.v...

Do đó, đến đây người đọc có thể tự quyết định xem bản chất của nghiệp hồn hợp là đáng mong muốn hay không đáng mong muốn. Chúng ta hãy trở lại với bước đi của người mù. Bị mù ở đây muốn nói tới sự không hiểu biết về Tứ Thánh Đế. Bước đi với chân phải và chân trái là tạo Phúc Hành (*puññābhisankhāra*) và Phi Phúc Hành (*apūññābhisankhāra*). Bước với chân phải bạn sinh ra các Uẩn của con người hay chư thiên vốn không là gì ngoài Khổ Đế. Bước với chân trái bạn sinh ra các Uẩn thuộc cõi khổ (*duggati khandha*). Vì thế,



khi kẻ phạm phu mù lòa bước đi, bất kể là về hướng nào, họ cũng chẳng đi đến đâu và nếu có làm điều gì họ cũng làm với vô minh để rồi đưa họ đến với Duyên Sanh trở lại.

*‘Saṅkhāra paccayā Viññāṇam’* nghĩa là do các hành làm duyên thức sanh. Ở đây thức có nghĩa là thức tái sanh (*patisandhi viññāṇam*). Khi một người mù bước đi họ có thể trượt chân và rơi xuống hố, hố ở đây tượng trưng cho Sanh (*jāti*), mà sanh là khổ (*jātipi dukkha*). Khi sanh có mặt người ấy sẽ có tất cả các loại khổ do sanh tạo ra.

Tất nhiên chúng ta sẽ chỉ nhận ra cái khổ của sanh này nếu chúng ta nhớ lại chúng ta đã phải chịu khổ như thế nào suốt chín tháng nằm trong bào thai của người mẹ giữa những phân và nước tiểu, phải ngồi với đầu gối co quắp và thân hình bị ép từ bốn phía thậm chí không có lấy một chỗ trống chừng vài phân để cựa quậy, co duỗi. *‘Saṅkhāra paccayā Viññāṇam’* nghĩa là khởi đầu của kiếp sống hiện tại này là Sanh (Jāti). Lại nữa, *‘Viññāna paccayā Nāmarūpaṃ’*, do Sanh làm duyên Danh và Sắc sanh, ngụ ý người mù vấp ngã, rơi xuống hố và bị thương.

Có thể diễn tả lại bằng phép ẩn dụ như thế này, khi người mù ngã xuống, đó không phải là cái ngã bình thường mà là cái ngã chúi đầu làm cho y mang thương tích cùng mình. Điều này có nghĩa là y sanh ra Danh bị tổn thương và Sắc bị tổn thương hay nói cách khác cái y sanh ra không là gì khác ngoài Khổ (*dukkha*). *‘Pañcupādānakkhandhāpi Dukkhā’*, tất cả năm uẩn này là khổ.

Lại nữa, nếu tiếp tục theo pháp Duyên Sanh, chúng ta thấy ‘Danh sắc làm duyên cho lục nhập’ (*‘Nāma Rūpa paccayā Salāyatanaṃ’*), từ phép loại suy chúng ta có thể nói rằng khi người mù bị thương, vết thương đó sẽ bị nhiễm trùng và lây lan khắp cơ thể, vì vậy Con Mắt bị thương (*cakkhāyatana*), Tai bị thương (*sotāyatana*), Mũi bị thương (*ghāṇāyatana*), Lưỡi bị thương (*jīvhāyatana*), Thân bị thương (*kāyāyatana*), và tâm ý bị thương (*manāyatana*).

Đức Phật đã tuyên bố rằng Năm Uẩn là những ung nhọt, là bệnh hoạn, cơn sốt, vết thương, gai đâm, v.v...

Do là con mắt nên nó phải làm nhiệm vụ thấy. Tai phải làm nhiệm vụ nghe. Mũi phải làm nhiệm vụ ngửi. Lưỡi phải làm nhiệm vụ nếm. Thân phải làm nhiệm vụ xúc chạm. Và tâm phải làm nhiệm vụ suy nghĩ. Bất cứ khi nào hay bất cứ ở đâu có sự tác động của Cảnh (*Ārammana*) và Căn Môn (*dvāra*) ở đó tham, sân hay hỷ, ưu, xả có thể khởi lên.

Khi người mù bước đi y bước những bước chân lầm lẫn, trượt ngã, bị thương và toàn thân nhiễm trùng. Lại nữa, ‘Lục nhập làm duyên cho xúc’ (*‘Salāyatana paccayā phasso’*) nghĩa là người mù còn bị đâm bởi những cây gai khiến phải bị thương, nhiễm trùng, vì thế tình trạng của y mỗi ngày mỗi tệ hại hơn.

Cú ngã của họ là một cú ngã nặng nề: sự đau đớn là khốc liệt, và khổ đau là vô cùng. Tính khốc liệt này là do Vô Minh. Với vô minh đi trước và tham ái như một người bạn đồng hành của nó kẻ phàm phu phạm vào đủ mọi loại hành

ác dưới sự chỉ dẫn của tham ái. (tập để làm phát sanh khổ đế).

*‘Evametassa Kevalassa Dukkakkhandhassa Samudayo hoti’* nghĩa là trong tiến trình luân hồi thực sự không có gì ngoài toàn bộ khối khổ và sự kết hợp của sâu và khổ.

Lại nữa, khi người mù đi xa, hơn y tạo ra Thọ như kết quả của việc bị gai đâm. ‘Xúc làm duyên cho Thọ’ (*phassa paccayā vedanā*). Thọ sanh bất cứ khi nào và bất luận chỗ nào có sự va chạm của ba hiện tượng: căn, cảnh (trần), và thức. Hay thọ sanh khi một cảnh sắc được thấy, một âm thanh được nghe, một mùi được ngửi, một vị được nếm, khi thân được xúc chạm và khi ý suy nghĩ về một điều gì đó.

Chúng ta kinh nghiệm được tất cả các loại thọ này khi chúng sanh khởi. Chúng ta chắc chắn phải bị khổ với 96 loại bệnh. Lược đồ sẽ cho chúng ta thấy rằng toàn bộ Phần II là Khổ Đế.

Chỉ khi Vô Minh trở thành Minh chúng ta mới có thể chọc thủng và thấy rõ được Khổ Đế đúng theo thực tại của nó, vì vậy, kinh nói *‘cakkhum udapādi, ñāṇam udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.* ‘ (*Nhãn sanh, trí sanh, tuệ sanh, minh sanh, quang sanh*)

Chúng ta sẽ quay trở lại với hình ảnh của người mù một lần nữa. Để làm voi nhẹ nổi khổ của mình và để chữa lành những vết thương anh ta phải tìm thuốc chữa, và mặc dù đã cố gắng hết sức để tìm thuốc trị bệnh, nhưng cũng

không thể cho rằng người mù sẽ gặp được đúng thầy đúng thuốc. Ý điều này muốn nói rằng khi một người còn bị bao phủ trong vô minh và phớt lờ các Sự Thực (*Sacca*) họ sẽ không thể nào tìm được đúng loại thuốc (sự thực) như mong đợi.

Suốt cuộc hành trình trong luân hồi, việc tìm kiếm thuốc trị bệnh của chúng ta đã chứng tỏ là vô ích và thất bại, ngay trong kiếp này cũng như trong những kiếp sống trước. Chúng ta không khác gì hơn những chúng sanh đang bị cuốn xoay không ngừng trong xoáy nước của vòng xoay luân hồi. Chúng ta hãy tự thấy xem những điều vừa nói có đúng với những gì đã xảy ra cho chúng ta trong cuộc hành trình qua đại dương luân hồi hay không?

Do tham ái (*tāpā*) trong Tương Tục Nhân Quá Khứ, khổ thuộc đủ loại trong kiếp hiện tại này có mặt. Thực sự đây là những gì gọi là sự nối kết giữa nhân sanh khổ và khổ.

Chúng ta hãy giả sử như một người có được thọ lạc (*sukha vedanā*) hay hạnh phúc trong cuộc sống. Chẳng hạn, một mái ấm gia đình với đầy đủ tiện nghi vật chất, một địa vị xã hội, một thu nhập dồi dào,... Nếu anh ta dính mắc quá nhiều vào địa vị hiện tại này, tham ái (*taṇhā*) đã phát sanh trong anh ta. Tham khảo lại lược đồ chúng ta thấy ‘Thọ (lạc) làm duyên cho Ái’ (*‘Sukha vedanā paccayā taṇhā’*). Ở đây Phần II và Phần III được nối kết với nhau.

Trở lại với hình ảnh người mù. Người mù trong quá trình đi tìm thuốc chữa bệnh chắc chắn sẽ gặp một loại thuốc

không thích hợp nào đó. Y có thể uống hay y có thể nhỏ hay đắp bên ngoài (mắt), nhưng thay vì khá hơn, tình trạng của y có thể trở nên tồi tệ hơn.

Duyên Sanh tuyên bố: ‘Thủ làm duyên cho nghiệp hữu’ (*upādāna paccayā kammabhavo*). Điều này có nghĩa rằng do sự chấp thủ mà những hành động bằng thân, khẩu, ý lại tiếp tục bị vi phạm. Bất cứ khi nào làm một việc bổ thí y đều nguyện được tái sinh trong kiếp sau và mong muốn trở thành một người giàu có hơn, hay một vị chư thiên quyền lực hơn... . Hơn thế nữa, y còn nguyện rằng con trai, con gái, vợ và cả bản thân y, tất cả mọi người trong gia đình, sẽ được gặp lại nhau trong mỗi kiếp tái sinh trong tương lai.

Đây là một ví dụ về những hành động sai lầm của một người bình thường khi bị vô minh (*không hiểu biết về Tứ Thánh Đế*) chi phối. Họ có thể được so sánh với một người mù bị trượt chân vấp ngã, trặc chân và bị những vết thương, sau đó nhiễm trùng và còn bị chích bởi những cây gai, họ cố gắng tìm thuốc chữa nhưng chỉ được những loại thuốc không thích hợp.

Suốt cuộc hành trình trong vòng luân hồi này, khi không có sự hiểu biết về Thánh Đế, người lữ hành chắc chắn sẽ bị nhồi lên nhồi xuống không ngừng trong xoáy nước của luân hồi theo đúng Quy Luật của Duyên Sanh. Rõ ràng là họ chưa từng có một chút hiểu biết nào về Đạo Đế (*magga sacca*), đó là Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, và Chánh Định.

Có thể nói chúng ta ngày nay có đủ may mắn để được nghe Chánh Pháp và được đọc những cuốn sách ghi lại những bài giảng của cố Đại Trưởng Lão Mogok, chắc chắn qua đó chúng ta sẽ có được một sự hiểu biết tương đối nào đó về Pháp Duyên Sanh và Thánh Đế.

Những bài giảng của ngài luôn sách tấn người đọc nuôi dưỡng hoài bão mãnh liệt để tự giải thoát mình khỏi chuỗi luân hồi bất tận ngay trong kiếp sống này vì họ đã có được đầy đủ Niềm Tin (*saddhā*) và nhất là cơ hội thuận lợi để nghe chánh pháp.

## CHƯƠNG XII

### DUYÊN SANH THEO CHIỀU NGƯỢC LẠI

Đức Phật Tỳ-bà-thi (*Vipassī Buddha*) trước khi đắc thành Phật Quả, khi còn là một vị Bồ tát đã quan tâm sâu sắc về nỗi thống khổ của con người và thường xuyên suy quán đến nguyên nhân sanh khổ của tất cả các chúng sanh đang phải trải qua tiến trình Sanh, Lão, Bệnh và Tử không ngừng và làm thế nào để ngài có thể đạt đến trí tuệ vốn cho ngài khả năng giải thoát những chúng sanh này khỏi cái tiến trình Sanh Lão Bệnh Tử vô tận ấy.

Khi ngài thấy ra chuỗi luân hồi bất tận này ngài nóng lòng mong đợi đến cái ngày ngài sẽ ở trong địa vị có thể đạt đến trí tuệ thể nhập để chấm dứt và bẻ gãy mọi liên kết của chuỗi tiến trình sanh lão bệnh tử bất tận mà con người đang phải trải qua ấy.

Ngài đã thẩm tra một cách hệ thống để khám phá lý do tại sao và vì có gì chuỗi sanh, già và chết này diễn ra không ngừng.

Sự thẩm tra bằng cách xoay vào bên trong đã được ngài thực hiện và từng bước, từng bước tăng cao mức độ hành thiền cuối cùng ngài đi đến kết luận rằng chính Vô Minh là thủ phạm và là nhân căn bản cho tất cả khổ đau của con người. Lại nữa, ngài thực hành pháp quán sâu bắt đầu từ sanh, già chết theo chiều ngược một vài lần rồi lại bắt đầu từ

vô minh theo chiều thuận (thứ tự thông thường) cho đến cuối cùng khi ánh sáng của tuệ thể nhập trở nên rõ ràng giúp ngài phá hủy mọi phiền não và nhổ bật gốc các lậu hoặc (*Āsavas*) nhờ đó cũng bẻ gãy chuỗi Duyên Sanh, và cuối cùng đạt đến sự Giác Ngộ Tối Thượng.

Có thể nói Đức Phật Gotama của chúng ta trước khi đạt đến Phật Quả, trong khi vẫn còn là một vị Bồ Tát, cũng đã quan tâm nhiều về nỗi khổ đau bất tận của Nhân Loại. Nỗi thống khổ xuất phát từ Sanh, Già và Chết. Và nhờ quán sâu vào nguyên nhân căn bản của khổ, đó là dò tìm sâu vào tiến trình bất tận của Sanh, Lão, Bệnh, Tử, cuối cùng ngài đạt đến trí tuệ thể nhập vốn cho ngài khả năng phá vỡ toàn bộ tiến trình của Duyên Sanh và như vậy ngài cũng hủy diệt tất cả lậu hoặc, Phiền Não Tùy Miên (*anusaya*) và Kiết Sử (*samyojanas*), cuối cùng đức Bồ Tát đạt đến Phật Quả Tối Thượng.

Dù cho chư Phật có xuất hiện trên thế gian này hay không quy luật Duyên Sanh (*paṭiccasamuppāda*) vẫn luôn luôn hiện hữu, tuy nhiên chỉ khi có sự xuất hiện của một vị Phật Giáo Lý này mới được giải thích tỷ mỉ, và giảng dạy: như thế này, thế này là Sanh và Già Chết; thế này, thế này là Nghiệp Hữu, thế này, thế này là Thủ, ... Ái, .... Thọ, ... Xúc, v.v... Cốt lõi chính của giáo lý Duyên Sanh đã được Đức Phật giải thích rất cô đọng như vậy: ***Khi cái này có mặt cái kia có mặt, với sự sanh khởi của cái này cái kia sanh khởi. Khi cái này không có mặt cái kia không có mặt.***

Tham khảo lại lược đồ, ở Phần IV chúng ta sẽ thấy Sanh (*jāti*) và Già Chết (*jarāmarana*). Già chết không thể có mặt



mà không có nhân. Ở đây, Sanh là nhân và Già Chết là quả. Sanh mới thực sự đáng ghét. Già, Bệnh, Chết là hậu vận của mỗi người kể từ ngày họ sanh ra, vì vậy chúng ta sẽ thấy rằng mọi người đang trở nên già hơn theo từng ngày, từng tháng, và từng năm. Tuổi già đồng nghĩa với sự mất đi của tuổi trẻ, mất đi cái diện mạo, phong thái của tuổi trẻ, mất đi những đặc trưng của tuổi trẻ, cùng với đó là sự xuất hiện của tóc bạc, nặng tai, kém mắt, mất trí nhớ, răng rụng, không thể tự đi đứng, và tệ nhất trong đó, càng già người ta càng trở nên yếu đuối, nhu nhược dẫn đến tình trạng không thể kiểm soát được việc đại tiểu tiện, những công việc thường làm của con người, vì vậy họ trở thành đối tượng của sự ác cảm và chán ghét ngay cả với chính những người thân yêu của họ. Không phải chỉ trong kiếp này già, bệnh, chết mới là những người bạn đồng hành của mọi người mà già bệnh chết đã từng là những người bạn bất khả phân của chúng ta từ khởi thủy của luân hồi, vì thế đây chẳng phải là lúc để chúng ta tìm cách chặt đứt sự nối kết với Sanh và Già Chết sao? Chúng ta nên quyết định dứt khoát để thoát ra khỏi tầm với của những điều tồi tệ như già, bệnh và chết. Chúng ta hãy suy xét về điểm này thử xem. Từ tuổi già này chúng ta sẽ đi tới đâu? Chúng ta đang đi đến dần với cái chết trong từng giây, từng phút. Chúng ta như con ngựa phi nước kiệu không có điểm dừng ở nơi đến ấy. Kinh nói: *'Maranampi dukkha sacca'* ('Chết là khổ đế'), thực sự không có cái khổ nào lớn như cái khổ chết. Cứ tưởng tượng mà xem. Chúng ta đang đối diện với tuổi già và, không sớm thì muộn, chúng ta bắt buộc phải đối diện với cái chết, bất cứ lúc nào trong năm, trong tháng, hay trong ngày. Chúng ta không biết tử thần sẽ đến bắt chúng ta từ hướng nào.

Có ai trong chúng ta khám phá ra bất kỳ một nơi ẩn náu nào không hay có ai trong chúng ta có thể dứt lốt cho Diêm Chúa để được gia hạn sống mãi trong tham, sân và ngã mạn không? Liệu chúng ta có thể yêu cầu xin Diêm Chúa hoãn cho đến một ngày nào đó được không? Đó có phải là lý do tại sao chúng ta bị tham, sân và mạn áp đảo quá nhiều không? Đây là lúc để chúng ta tự xét lại mình.

Mỗi người chúng ta đang sống với bốn tên sát nhân. Tên sát nhân Đất (*killer-pathavī*) đang nằm chờ để giết chúng ta. Nếu chất đất (địa đại) thái quá hay không phù hợp cái chết của chúng ta là không sao tránh khỏi. Tên sát nhân khác là Nước (*Āpo*) đang canh chừng mọi cơ hội để chạm bàn tay của nó trên chúng ta. Khi chất nước trong người thái quá, nó bắt buộc chúng ta phải chuyển động nhiều và đi tiểu nhiều mà điều này cuối cùng sẽ được theo sau bởi cái chết. Tên sát nhân Gió (*Āpo*) và tên sát nhân Lửa cũng vậy, đang nằm chờ cơ hội để tấn công chúng ta; khi một người bị tăng nhiệt bất thường kèm theo đó là sự mê sảng, tình trạng của anh ta có thể khiến cho quỵen thuộc vô cùng lo lắng và cuối cùng thì cái chết tới. Ngoài bốn tên sát nhân ấy ra, năm uẩn cũng còn là những kẻ sát nhân nữa. Có lần một vị Tỳ-kheo tên Rādha đã hỏi Đức Phật ý nghĩa của từ *Māra* (Ma Vương hay Tử Ma). Đức Phật trả lời, '*Rūpamkho Rādha Māroti vuccati, Vedanākho Rādha Māroti vuccati, Saññākho Rādha Māroti vuccati, Saṅkhārākho Rādha Māroti vuccati, Viññānamkho Rādha Māroti vuccati.*' Có nghĩa rằng Sắc là một kẻ sát nhân, Thọ, Tưởng, Hành và Thức là những kẻ sát nhân. Tất cả mọi người chúng ta đều đang sống

với những kẻ sát nhân luôn chờ dịp để gây tai họa cho chúng ta.

Sau khi đã trở thành nạn nhân của bốn kẻ sát nhân đầu tiên hay của năm kẻ sát nhân sau chúng ta phải tự nạp mình cho chúng với sự miễn cưỡng giữa bao người thân yêu, vợ, con, quyến thuộc, đang vây quanh chúng ta bên giường bệnh. Chúng ta hãy nhìn vào Lược Đồ I trở lại.

‘Sanh làm duyên cho già chết’ (*Jāti paccayā jarāmarana*) do có sanh mà già chết có mặt, vì vậy Sanh rất là đáng sợ. Jāti có nghĩa là sự sanh của tất cả các hữu tình dù là con người, chư Thiên hay Phạm Thiên.

Trong Kinh Chuyển Pháp Luân có nói ‘Sanh Là Khổ’ (*Jātipi dukkhā*) điều này hàm ý dù cho đó là sự sanh của con người hay chư Thiên, hay Phạm Thiên, sanh tự nó là khổ. Khổ đi kèm với sự thực (sacca, đế) là Khổ Đế và như vậy chúng ta phải đương đầu với Khổ Đế hay chân lý về Khổ.

Do vô minh, không hiểu biết về Duyên Sanh, hầu hết mọi người chúng ta đều rơi vào tà kiến và bị đánh lừa bởi cái bản chất hão huyền, nông cạn của cái gọi là sự vinh quang và vẻ quyền rũ của vua chuyển luân vương, Vua các cõi trời, chúng ta, những kẻ vô văn phạm phu, mỗi lần làm phước hay bố thí, đã không ngừng mong mỏi hay cầu xin cho đạt được những điều hư ảo ấy của vua chuyển luân vương hay Vua của Thiên giới, Phạm Thiên giới. Đức Phật nói: *Tayo bhava andugharam vīya*’ nghĩa là dù hiện hữu làm người, làm chư

---

thiên hay Phạm thiên sự hiện hữu ấy cũng giống như một nơi giam cầm.

Theo Pháp Duyên Sanh những sự hiện hữu như Chuyển Luân Vương, Thiên Vương này đều là Khô Đế và đó chẳng khác nào những nơi giam cầm.

Lời cầu nguyện để mong nhận được những đặc ân này chẳng khác nào đang cầu nguyện cho sự bỏ tù chính mình vậy, vì cái gọi là vinh quang trong những hiện hữu ấy cũng chỉ là ảo tưởng và sự quyền rũ giả dối mà thôi.

Ai cầu nguyện cho được tái sanh (*jāti*) người ấy đang cầu nguyện cho có một vách núi đá lớn để được cắm đầu rơi xuống đó từ trên đỉnh.

Jāti có nghĩa là tái sanh. Không có những sự khó chịu hay khổ như vậy khi ở trong bào thai người mẹ. Chính do sự yếu kém của trí nhớ mà con người không nhớ được những nỗi thống khổ không sao tả hết được trong một cái nơi cực kỳ chật chội và nhỏ hẹp giữa những phân và nước tiểu suốt chín tháng mười ngày ấy. Dù cho là một vị Chuyển Luân Vương (*Cakkavatti*), một vị Vua cõi trời, điểm khởi đầu chắc chắn cũng là tái sanh, vì thế cầu nguyện cho một sự tái sanh mới cũng giống như cầu nguyện cho có Khô Đế mới vậy.

Cố Trưởng Lão Mogok Sayadaw dạy rằng bỏ thí hay các phước sự khác trước hết phải được làm vì sự ghê tởm và chán ghét cái gánh nặng Năm Uẩn này và thứ hai là với quan

niệm muốn giải thoát mình khỏi Sanh Già và Chết hoặc với quan niệm được giải thoát khỏi vòng Duyên Sanh Luân Hồi.

Có lần Đức Phật nói với Tôn giả Ānanda, *‘Này Ānanda, trong tất cả những sai lầm thì mong đạt được các Uẩn mới sau khi từ bỏ các Uẩn cũ là sai lầm lớn nhất.’*

Đạt được các Uẩn mới có nghĩa là đạt được tái sinh mới và đạt được sự tái sinh mới có nghĩa là đạt được Khổ Đế. Do vậy cầu nguyện cho được bất cứ Uẩn nào là cầu nguyện cho già, bệnh, và chết. Bất kỳ loại tái sinh nào cũng phải đương đầu với Già Chết. Một số còn đi xa hơn, họ cầu nguyện để được hưởng một địa vị cao như được làm vua cõi trời hay một vị chuyển luân vương. Đây là cách của những người vô minh, không hiểu biết về giáo lý Duyên Sanh.

Người ta có thể đặt câu hỏi là Sanh (*Jāti*) xuất phát một cách tự nhiên hay tình cờ hay có bất kỳ căn nguyên nào cho sự có mặt của nó không. Có, nhân căn bản của sanh là nghiệp hữu (*kammabhava*) và nghiệp hữu này được xem là đáng sợ hơn Sanh bởi vì nó làm nhiệm vụ nối kết Phần III với Phần IV, Tương Tục Nhân Tương Lai. Nói cách khác nghiệp hữu khiến cho có Tái Sanh hay khiến cho có sự hiện hữu mới mà như đã được giải thích đầy đủ ở những chương trước *‘sanh là sự khởi đầu của khổ’*. Nó là phương tiện nối kết của chuỗi duyên sanh, thực ra nghiệp hữu chính là thân nghiệp, khẩu nghiệp, và ý nghiệp của chúng ta hay là phúc hành, phi phúc hành và bất động hành mà chúng ta đã tạo.

Theo Duyên Sanh, những hành động đã làm trong quá khứ được gọi là Saṅkhāra (*hành*) và những hành động chúng ta làm trong hiện tại gọi là Kammabhava (*nghiệp hữu*); mặc dù khác chữ nhưng chúng có cùng một ý nghĩa.

Ở điểm này chúng ta thử suy nghĩ một chút để thấy xem trong một ngày, từ lúc thức dậy cho tới khi đi ngủ, chúng ta đã vô tình hoặc cố ý phạm vào thân nghiệp, khẩu nghiệp, và ý nghiệp bao nhiêu lần. Đức Phật nói, ‘*Sabbampi Bhagavāmi Kamman Kammabhavo*’, nghĩa là bất cứ điều gì chúng ta làm dù thiện hay bất thiện đều sẽ tạo ra quả của nó trong kiếp sau, nói cách khác chúng ta là người thiết kế cho số phận của chúng ta trong kiếp sống tương lai.

Chúng ta hãy lùi lại một bước nữa để thấy xem Kammabhava hay nghiệp hữu này tự sanh hay nó phát sanh do một cái gì khác. ‘Thủ Duyên Nghiệp Hữu’ (*‘upādāna paccayā kammabhavo*’), nghĩa là thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp của chúng ta được làm do chấp thủ (*upādāna*). Theo Pháp Duyên Sanh hay theo Vô Ngại Giải Đạo (*Patisambhidā Magga*), Thủ là Tập Đế và Nghiệp Hữu là Khổ Đế. Kế tiếp, nếu chúng ta lùi thêm một bước nữa chúng ta sẽ thấy nhân sanh của Thủ là Ái: ‘Ái làm duyên cho Thủ’ (*‘Tanhā paccayā upādāna*’). Khi tham ái trở nên mãnh liệt hơn nó sẽ mang hình thức của Thủ; vì ái là nhân sanh của Thủ, nó được xem là đáng sợ hơn và nguy hiểm hơn Thủ.

Rõ ràng là từ lúc rạng đông cho tới nửa đêm hay có thể nói là cả ngày, lúc nào cũng có những người đến và đi từ nơi này đến nơi khác, từ bắc tới nam, từ đông sang tây, từ thành phố này đến thành phố khác, từ quốc gia này đến quốc

gia khác, từ lục địa này đến lục địa khác từ vùng này sang vùng khác, bằng các loại phương tiện khác nhau, xe cộ, tàu thủy, hay máy bay... Hầu hết tất cả những cuộc du hành này, những chuyến bay hay chuyến tàu này là do tham ái, được thúc đẩy bởi Tham ái (*tañhā*). Bị nô lệ cho Tham Ái con người đi đến các hướng, đến mọi vùng lãnh thổ vì những mục đích khác nhau, khuynh hướng khác nhau và vì những công việc làm ăn khác nhau.

Nếu do Tham ái thúc đẩy thì dù cho là nửa đêm, dù cho là trời mưa to bão lớn, dù cho đó là những nơi có giặc cướp tràn vào hay những vùng chiến sự, những kẻ nô lệ của tham ái, vì mục đích của mình, sẽ không từ chối lao vào đó bất kể những hiểm nguy sắp xảy ra. Liệu kẻ nô lệ có bao giờ dám nói '**Không**' đối với ông chủ '**tham ái**' của nó không? Không bao giờ. Tham ái có sức mạnh, có ảnh hưởng và có lực đẩy rất lớn, thậm chí nó có thể làm cho một đứa bé sẽ cố gắng hết sức mình để giành lại món đồ chơi của nó bằng cách lăn lộn cái thân bé bỏng của nó dưới đất, hay khiến một người già phải quy lụy dưới sự thống trị của nó.

Sẽ dễ hiểu hơn nếu chúng ta đem so sánh những gì vừa nói với những gì đang diễn ra trong chính cuộc sống của chúng ta. Chúng ta hãy lùi thêm một bước nữa để thấy xem Tham Ái tự khởi hay nó phát sanh do một cái gì khác. 'Thọ làm duyên cho tham ái' (*vedanā paccayā tañhā*), vì thọ là nhân của tham nên thọ đáng sợ hơn. Tham khảo lại lược đồ chúng ta sẽ thấy rằng Phần II và Phần III nối kết Thọ với Ái. Đây là điểm mà người hành thiền phải làm sao để cảm Thọ không cho liên kết với Ái hay nói cách khác người hành thiền phải

---

làm sao để các chi Đạo (*maggāṅga hay pañcāṅgika*) xảy ra giữa thọ và Ái, điều này có nghĩa rằng người hành thiền phải thực hành ngay tại mỗi nỗi để Vô Minh trở thành Minh, hay để cho Minh sanh “*vijjā uddapādi*”

Phương pháp thay thế Thọ Duyên Ái bằng Thọ Duyên Tuệ sẽ được đề cập ở Chương kế.



### CHƯƠNG XIII

#### SAKKĀYA DITṬHI (THÂN KIẾN)

#### NGUYÊN NHÂN VÀ HẬU QUẢ CỦA NÓ

Sakkāya gồm hai phần - Sa hay Santo có nghĩa là cái thực sự hiện hữu, và kāya là các Uẩn. Ditṭhi là quan niệm sai lầm hay tà kiến. Hai từ này hợp lại tạo thành Có Thân Kiến hay nói gọn Thân Kiến (*sakkāya ditṭhi*).

Tà kiến này khởi lên như thế nào và theo cách ra sao? Khi năm uẩn được quan niệm và cố chấp như Tôi, Tự Ngã Của Tôi, thì sự chấp này được gọi là Tà Kiến. Tà kiến phát sanh bất cứ khi nào các Uẩn được xem như cá nhân hay khi ý niệm về Tôi, Linh Hồn, Tự Ngã của Tôi lên vào trong tâm. Tà Kiến là tội nguy hiểm nhất và gây tai hại nhiều nhất trong ba mươi một cõi. Đức Phật nói *‘Vijjānam Bhikkhave micchādītṭhi paramāni’* có nghĩa là trong tất cả các tội Tà Kiến là tội nguy hiểm và gây tai hại nhiều nhất.

Trong Tăng Chi Bộ Kinh (*Aṅguttara Nikāya*) Đức Phật dạy rằng: *‘Hai mươi loại Thân Kiến không thể dẫn một chúng sanh đến cõi an vui (Sugati) mà chỉ dẫn họ đến các Cõi Khó (Apāya Bhūmi). Ví như những viên sỏi, dù chỉ bằng hạt đậu, không thể nổi trên mặt nước như thế nào, một chúng sanh chấp thân kiến cũng không bao giờ có thể trôi lên và nổi được trên bề mặt của Luân Hồi như vậy.’*

Thân Kiến là Dòng Dối và nơi khai sanh của sáu mươi hai loại tà kiến. Dựa vào thân kiến các loại kiến chấp khác phát sanh, vì vậy Đức Phật nói ‘*Ví như một người bị lửa cháy đầu và giáo đâm thủng ngực cần phải vội vã chữa trị như thế nào, vị Tỳ-kheo có chánh niệm cũng nên cố gắng diệt trừ Thân Kiến với tất cả sự vội vã như vậy.*’

Nếu một người chấp giữ Thân Kiến chắc chắn họ vẫn có thể đạt đến các cảnh giới an vui nhờ làm các việc bố thí, giữ giới và hành thiền, nhưng người ấy không thể nào chứng đắc Đạo, Quả được. Người chấp giữ Thân Kiến không có sự ăn năn hối lỗi khi phạm tội giết cha, giết mẹ hay thậm chí khi làm cho Đức Phật chảy máu. Người như vậy không có Bất Thiện Pháp (*akusala dhamma*) nào mà họ không dám làm. Chính do Thân Kiến này thúc đẩy mà Đề-bà-đạt-đa đã cố gắng mưu sát Đức Phật bằng đủ mọi cách để tự tôn mình lên làm Phật.

Thái tử A-xà-thế do bị Đề-bà-đạt-đa xúi bậy đến mức tin rằng bao lâu phụ vương Tần-bà-sa-la này vẫn còn sống ông có thể chẳng bao giờ được làm Vua, và do nóng lòng muốn được làm vua lúc tuổi còn trẻ như vậy mà ông đã giết cha. Hành động giết cha của ông chính là do Thân Kiến thúc đẩy.

Cũng chính Diên Đảo Kiến (*ditthi vipallāsa*) hay Thân Kiến (*sakkāya ditthi*) này đã khiến cho Patācāra<sup>8</sup> (*tiểu thư con*

<sup>8</sup> Xem tích chuyện đầy đủ về Paccatāra, người sau này trở thành một vị Trưởng lão-ni A-la-hán thời Đức Phật, trong Đại Niệm Xứ Tường Giải I. ND

*của một phú hộ*) rơi vào trạng thái điên loạn. Do bị dẫn dắt bởi tà kiến, làm chấp Năm Uẩn này là chồng, là con trai, con gái, là cha, là mẹ, nên khi những người này chết nằng rơi vào tình trạng mất trí và trở nên điên loạn không còn kiểm soát được mình.

Người chấp giữ thân kiến cũng giống như cánh diều, có bay cao lắm cũng chỉ bằng chiều dài của sợi chỉ, và nó sẽ rơi xuống đất trở lại do chính thân kiến, cái vốn đi cùng với nó và làm cho nó rơi.

Đức Phật dạy *‘Ukkhittā puññatejena, kāmarūpa gatimgatā, bhavaggantampi sampattā, puna gacchanti duggatim’* nghĩa là, nhờ thiên định và các thiện nghiệp một người có thể đạt đến những cảnh giới như Dục Giới, Sắc Giới và Vô Sắc Giới nhưng họ chắc chắn phải rơi vào Khổ Thú trở lại do thân kiến cố hữu trong họ (chưa được diệt trừ).

Từ thân kiến căn bản này người ta còn mở rộng ra thành bốn Tà Kiến nguy hiểm và đáng sợ khác, đó là, **Vô Tác (Nghiệp) Kiến** (*Akiriya Ditthi ditthi* 無作見), **Phi Hữu Kiến** (*Natthika ditthi* 非有(之)見), **Vô Nhân Kiến** (*Ahetukaditthi* 無因見) và **Sáng Tạo Kiến** (*Issaranimmāna ditthi* 创造).

Vô Tác (Nghiệp) Kiến là tà kiến chủ trương rằng tất cả những việc làm, tất cả những hành động dù bằng thân, bằng lời nói, hay bằng ý nghĩ, dù là thiện hay bất thiện, dù là chánh hay tà, đạo đức hay vô đạo đức đều không có quả báo,

không có hậu quả, là vô sanh, vô quả và sẽ chẳng khác gì con số không.

Vô Nhân Kiến là tà kiến phủ nhận hoàn toàn luật nhân quả hay nói cách khác tà kiến này cho rằng những vật hay hiện tượng hữu tình hay vô tình đều ngẫu nhiên mà có và những biến cố cũng chỉ là những chuyện xảy ra tình cờ chứ không có nguyên nhân nào cả.

Phi Hữu Kiến, là tà kiến phủ nhận Luật Nhân Quả. Nó nhấn mạnh rằng mọi vật hữu tình hay vô tình đều không có nhân (cho sự sanh khởi của nó), và những hành động thiện hay ác đều không có quả báo, vô nghĩa, và sẽ chỉ là con số không. Sự phủ nhận của nhân có nghĩa là sự phủ nhận của Quả, cũng vậy sự phủ nhận của nhân có nghĩa là sự phủ nhận của hai cái khác, và sự có mặt của một tà kiến trong bất kỳ tà kiến nào trong số này đều rất nguy hiểm và tai hại hơn cả người phạm vào Ngũ Vô Gian Nghiệp<sup>9</sup>. Do đó chúng ta phải rất cẩn thận đừng để rơi vào một trong những tà kiến cố định (*niyata micchā ditṭhi*) này, dù vô tình hay cố ý.

---

<sup>9</sup> Ngũ vô gian nghiệp (Pañcānantariya Kamma) : năm nghiệp có quả báo tức thời, đó là giết cha, giết mẹ, giết một vị Alahán, chia rẽ tăng chúng, làm cho thân Phật đổ máu. (the five acts that have immediate retribution, viz: matricide, patricide, murdering of a holy person, wounding a Buddha, and making a schism in the community of monks.).

---

**CHƯƠNG XIV**
**THÂN KIẾN VÀ SỰ SANH KHỞI CỦA NÓ**  
 (Cūla Vedalla Sutta, Mūlapannāsa)

Lúc Đức Phật đang cư ngụ tại Trúc Lâm Tịnh Xá (*Veluvana Vihāra*) trong Kinh Thành Vương Xá, có một người đàn ông giàu có tên là Visākha và người vợ tên Dhammadinnā, sau này trở thành một vị Tỳ-kheo-ni, Visākha có thói quen đi chùa nghe Đức Phật giảng Pháp vào mỗi buổi chiều. Mỗi lần đi nghe pháp về như vậy người vợ yêu quý của anh ta thường đứng đón ở cửa và họ tay trong tay cùng bước vào nhà. Một hôm, như thường lệ, Dhammādinna chờ đợi ở cửa nhưng người chồng hôm nay với dáng vẻ trang trọng, đã không đưa tay cho Dhammadinnā bắt, khiến nàng không cảm thấy thoải mái với thái độ này của chồng. Tuy thế nàng vẫn giữ im lặng. Đến giờ đi ngủ Dhammadinnā mới hỏi xem nàng có làm điều gì lầm lỗi khiến anh phải có thái độ nghiêm nghị đến lạ lùng như vậy. Người chồng trả lời rằng nàng không có gì sai hết nhưng do anh đã đạt đến trí tuệ thể nhập cao hơn (Bất Lai thánh quả) và đó là lý do vì sao thái độ của anh có vẻ nghiêm nghị vậy thôi. Sau đó anh nói với Dhammadinnā rằng tất cả tài sản nàng có thể sở hữu vì anh đã từ bỏ chúng, và thậm chí nàng có thể tái hôn với bất kỳ người đàn ông nào nàng thích.

Trước lời đề nghị này Dhammadinnā đã hỏi lại anh, *‘Thưa huynh, huynh vừa nói đến thắng trí, liệu thắng trí ấy*

*chỉ giới hạn cho người nam hay nói khác hơn người nữ bị loại trừ khỏi Pháp cao siêu ấy?’*

Người chồng nói, *‘Không phải vậy, này hiền tử, Pháp Phật được mở ra cho tất cả mọi người.’*

Vậy thì, người vợ nói, *‘xin huynh hãy cho phép tôi được đi nghe pháp.’* Vài ngày sau Dhammadinnā trở thành một vị Tỳ-kheo ni và gia nhập vào Ni chúng. Rút ngắn lại câu chuyện, cuối cùng nàng đạt đến A-la-hán Thánh quả.

Sau đó giữa Visākha và Tỳ-kheo ni Dhammadinnā có phát sanh một số vấn đáp liên quan đến pháp như sau.

Visakhā hỏi. *‘Thưa Ni sư, Đức Phật dạy Có Thân (sakkāya), ý nghĩa của nó là thế nào?’*

A-la-hán Dhammanandā trả lời, *‘Này thí chủ Visakhā Năm Uẩn là Có Thân (sakkāya).’*

*‘Thưa ni sư, Thân Kiến khởi lên như thế nào?’*

*‘Này thí chủ Visakhā, khi Năm Uẩn được quan niệm sai, tin sai, và được giải thích sai như là tự thân, cá nhân, tự ngã, hay là tôi, thì ‘thân kiến (sakkāya dīṭṭhi)’ đã phát sanh.’*

*‘Thưa Ni sư, Tôi có thể hỏi thêm là tại sao và vì lý do gì Thân Kiến phát sanh?’*

*‘Thí chủ Visakhā, trong giáo pháp của Đức Phật này kẻ vô văn phàm phu không có thói quen đi đến các bậc Thánh, không thông thạo Pháp của các bậc Thánh và đối nghịch với Thánh Pháp; Thứ hai, người ấy không muốn đi đến các bậc Chân Nhân, không thông thạo pháp của các bậc Chân Nhân, và đối nghịch với pháp của các bậc Chân Nhân, vì thế người ấy xem, chấp nhận và hiểu sai Sắc này là Tự Ngã hay Cái Tôi, và cho rằng Tự Ngã có Sắc; hay có tự ngã trong Sắc; hay Sắc có tự ngã.’*

*Theo cách tương tự, người ấy xem Thọ, Tưởng, Hành, Thức này là Tự Ngã hay cái Tôi, v.v...và cho rằng Thức có Tự Ngã; có Tự Ngã trong Thức; hay Tự Ngã có Thức.’*

*‘Thí chủ Visakhā, cũng giống như một người không thể phân biệt được ánh sáng (của cây đèn) với ngọn lửa, xem ngọn lửa là ánh sáng. Tương tự kẻ vô văn phàm phu không có thói quen đi đến các bậc Thánh, không thông thạo Pháp của các bậc Thánh và đối nghịch với Thánh Pháp; Thứ hai, người ấy không muốn đi đến các bậc Chân Nhân, không thông thạo pháp của các bậc Chân Nhân, và đối nghịch với pháp của các bậc Chân Nhân, vì thế người ấy xem, chấp nhận và hiểu sai Sắc này là Tự Ngã hay Cái Tôi, và cho rằng Tự Ngã có Sắc; hay có tự ngã trong Sắc; hay Sắc có tự ngã.’ Cũng vậy, người ấy xem Thọ, Tưởng, Hành, Thức này là Tự Ngã hay cái Tôi, v.v...và cho rằng Thức có Tự Ngã; có Tự Ngã trong Thức; hay Tự Ngã có Thức. Đây là cách Hữu Thân Kiến phát sanh.’*

**YAMAKA SUTTA***Samyutta Nikāya*

Lúc Đức Phật đang trú ngụ tại Kỳ Viên Tịnh Xá, điều này đã khởi lên nơi một vị tỳ-kheo có tên là Yamaka, rằng khi một vị A-la-hán nhập diệt không có gì xảy ra cả mà ngài chỉ biến mất và chìm vào sự lãng quên. Không những vị ấy hiểu và tin như vậy vị ấy còn loan truyền điều mình tin giữa các vị Tỳ-kheo khác. Khi nghe được những điều vị ấy nói các vị Tỳ-kheo khác khuyên vị ấy không nên nói những điều Đức Phật không dạy và xuyên tạc giáo lý của Ngài. Yamaka vẫn cứng đầu và loan truyền quan điểm báng bỏ và không thích hợp của mình đi ngược lại với lời dạy của bậc Đại Đạo Sư. Các vị Tỳ-kheo, do không thể ngăn được việc truyền bá giáo lý báng bỏ của vị ấy, đã đi đến Tôn giả Xá-lợi-phất và trình báo lại sự việc. Ngay sau đó Tôn giả Xá-lợi-phất, vì lòng bi mẫn, đã đi đến chỗ ở của Yamaka và hỏi xem có đúng sự thực là vị ấy đã truyền bá quan điểm đi ngược lại lời dạy của Đức Phật như vậy hay không. Khi Yamaka thừa nhận sự việc, Tôn giả Xá-lợi-phất hỏi, *‘Này hiền giả Yamaka, có thực là hiền giả nuôi dưỡng tà kiến cho rằng khi một vị A-la-hán nhập diệt không có gì xảy ra cả mà chỉ đơn giản biến mất và chìm vào sự lãng quên mà thôi.’*

Yamaka đã trả lời xác nhận. Tôn giả Xá-lợi-phất lại hỏi, *‘Này hiền giả Yamaka, hiền giả nghĩ sao về điều này? Hiền giả có thể đưa ra bất kỳ câu trả lời nào tùy ý. Sắc (rūpa) có bền vững và thường hằng không?’*



*‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Thọ (vedanā) có bền vững và thường hằng không?’*

*‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Tưởng (saññā) có bền vững và thường hằng không?’*

*‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Hành (saṅkhāra) có bền vững và thường hằng không?’*

*‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Thức (viññāṇa) có bền vững và thường hằng không?’*

*‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Vậy thì, này hiền giả Yamaka, hiền giả phải xem sắc là không bền vững và vô thường.’ Tương tự, Thọ, Tưởng, Hành, và Thức phải được xem như không bền vững, vô thường và hoại diệt trong từng sát na.’*

*‘Bây giờ, hiền giả Yamaka, tôi sẽ đặt những câu hỏi, và hiền giả có thể trả lời theo ý mình nghĩ.’*

*‘Hiền giả có xem Sắc là một vị A-la-hán không?’*  
*‘Không, thưa Tôn giả.’*

---

*‘Hiền giả có xem Thọ, Tướng, Hành, Thức là một vị A-la-hán không? ‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Hiền giả có xem ngũ uẩn là một vị A-la-hán không? ‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Và này Yamaka, ngoài ngũ uẩn hiền giả có xem bất cứ cái gì là một vị A-la-hán không? Không, thưa Tôn giả.’*  
*‘Ngoài Sắc hiền giả có xem bất cứ cái gì là một vị A-la-hán không?’ ‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Và này Yamaka, ngoài thọ, hiền giả có xem bất cứ cái gì là một vị A-la-hán không?’ ‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Và này Yamaka, ngoài Tướng, Hành, hiền giả có xem bất cứ cái gì là một vị A-la-hán không?’ ‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Và này Yamaka, ngoài Thức, hiền giả có xem bất cứ cái gì là một vị A-la-hán không?’ ‘Không, thưa Tôn giả.’*

*‘Nếu sự tình là vậy, này Yamaka, có hợp tình, hợp lý để hiền giả nói bậc Đại Đạo Sư dạy rằng khi một bậc A-la-hán, vị đã đoạn trừ và bứng gốc hoàn toàn các lậu hoặc, nhập diệt không có điều gì xảy ra cả mà chỉ là sự biến mất và chìm vào lãng quên mà thôi.’ ‘Không, thưa Tôn giả. Đó là điều không hợp tình hợp lý để tôi nói như vậy.’*

*‘Bây giờ nếu có người nào tình cờ hỏi điều gì sẽ xảy ra với một vị A-la-hán khi nhập diệt, hiền giả sẽ trả lời thế nào?’*

*‘Thưa Tôn giả, Tôi sẽ trả lời rằng sắc là nhất thời, không bền vững và phải chịu thay đổi, vô thường. Thọ, Tướng, Hành cũng là nhất thời, không bền vững và phải chịu thay đổi, vô thường. Thức là nhất thời, không bền vững và phải chịu thay đổi, vô thường. Năm Uẩn là nhất thời, không bền vững và phải chịu thay đổi, vô thường.’*

*‘Lành thay, Tôn giả Xá-lợi-phật nói, này Yamaka bây giờ hiền giả đã có chánh kiến và thấy được các pháp đúng như thực.’*

Bao lâu còn có Tà Kiến thì hai loại biên kiến này sẽ có mặt, đó là tà kiến xem một vị A-la-hán như là một cá nhân, đây là Hữu Thân Kiến, và tà kiến khác cho rằng không có gì xảy ra vào lúc chết của một vị A-la-hán mà chỉ đơn giản biến mất và chìm vào quên lãng, đây là Đoạn Kiến (*uccheda ditthi*) vốn có nghĩa là sự hủy diệt hoàn toàn và rỗng không trong Niết-Bàn.

Tất nhiên, Hữu Thân Kiến cũng đáng sợ như vậy, vì khi một người chấp vào tà kiến này cho dù họ có cố gắng duy trì việc thực hành thiền minh sát nhiều đến đâu chăng nữa, cũng sẽ không thể chứng ngộ được sự giải thoát cuối cùng .

Ở đâu không có sự hiểu biết về Pháp Duyên Sanh (*Patīccasamuppāda*) ở đó những tà kiến này sẽ rất thịnh hành và phổ biến.

### **TRƯỞNG LÃO XA-NẶC**

(*Channa Thera*)

Xa-nặc là một trong những viên nội thị (*người hầu trong hoàng cung*) thuộc hoàng tộc Thích Ca, người đã theo hầu Thái Tử Tất-đạt-đa khi ngài từ bỏ hoàng cung đi tìm Chân Lý. Xa-nặc xuất gia làm Tỳ-kheo chỉ một thời gian sau khi Thái Tử thành Phật. Điều đáng nói là mặc dù Xa-nặc đã hành thiền Minh Sát rất nhiệt tâm nhưng vị ấy vẫn không thể đạt đến tầng thánh đầu tiên trong Đạo Quả, đó là đạo quả nhập lưu (*sotāpanna*). Đi đến đâu vị ấy cũng nói với các vị Tỳ-kheo khác rằng mặc dù vị ấy đã có được minh sát trí vào tính chất vô thường và khổ của các pháp, vị ấy vẫn chẳng thể đạt đến Đạo Quả. Thực vậy, vị ấy đã nỗ lực trong hơn bốn mươi năm nhưng vẫn không chứng đắc, dù chỉ là đạo quả đầu tiên, bất chấp vị ấy đã minh sát được vào tính chất sanh diệt của các uẩn. Vị ấy biết rằng Sắc là không bền và vô thường, Thọ, Tưởng, Hành và Thức cũng vậy. Nhưng khi quán đến tính chất Vô Ngã vị ấy nói mình như thể đang đứng ngay mép vực sâu và sẵn sàng rơi xuống đó bất cứ lúc nào. Vị ấy còn nói thêm rằng nếu tất cả năm uẩn đều vô ngã ai là người để vị ấy chiêm ngưỡng và nương tựa như một nơi quy y. Điều này rõ ràng cho thấy vị ấy đã nương tựa quá nhiều vào tự ngã (*Atta*), và do đó bất cứ khi nào quán vô ngã (*anatta*) vị ấy

đều bị rùng mình như thể đang đứng trên mép vực sâu. Cứ như vậy thời gian trôi qua hơn bốn mươi năm cho tới khi Đức Phật nhập diệt.

Chán nản và hối hận, Sa-nặc đi hết chùa này đến chùa khác cầu xin các vị Tỳ-kheo khác khuyên bảo và chỉ dạy cho vị ấy, nhưng tất cả đều vô vọng.

Cuối cùng, vị ấy nghĩ rằng chỉ có Trưởng lão Ānanda mới chính xác là người để vị ấy đi đến tham vấn và chỉ Trưởng Lão Ānanda mới có thể đưa vị ấy đi vào chánh đạo, vì thế vị ấy đi đến Kosambi nơi Trưởng lão Ānanda đang trú ngụ. Sau khi đến nơi, vị ấy đã giải bày mọi việc, và Trưởng lão Ānanda ngay lập tức hiểu rằng chính do thiếu sự hiểu biết về Pháp Duyên Sanh đã ngăn cản việc quán vô ngã của vị ấy, sau đó Trưởng lão an ủi và chỉ dạy cho vị ấy Pháp Duyên Sanh theo như cách Đức Phật đã dạy cho Ca-chiên-diên (*Kaccāyana*), con trai của Mantāli.

Sau khi thông thạo pháp Duyên Sanh, Trưởng-lão Sa-nặc đã có đủ khả năng để diệt trừ và bứng gốc Thân Kiến, Thường Kiến và Đoạn Kiến này. Nhờ đó Đạo Quả Nhập Lưu đến gần với vị ấy hơn. Điều này hiển nhiên cho thấy rằng chính sự không hiểu biết về giáo lý duyên sanh đã cản trở việc chứng đắc, thậm chí Đạo Quả đầu tiên, của Trưởng lão Sa-nặc trong hơn bốn mươi năm vậy.

Không cần phải nói chúng ta cũng biết rằng giáo lý Duyên Sanh rất cần thiết cho những hành giả nào có ý định thực hành thiền Minh Sát. Trừ phi người hành thiền thông

thạo giáo lý này bằng không họ sẽ chẳng bao giờ có được tri kiến đúng đắn về các Uẩn (*Khandha*) và khi không có tri kiến về các Uẩn, đó là không hiểu biết về sự sanh và diệt của các Uẩn, người hành thiền không thể diệt trừ được những Tà Kiến vốn trú ngụ trong (các Uẩn) và chấp thủ vào các Uẩn này, và tất nhiên ở đâu Tà Kiến còn tồn tại ở đó những người bạn đồng hành không thể tách rời của nó, Vô Minh và Tham Ái, chắc chắn sẽ có mặt và thống trị.

Tà kiến, như đã đề cập ở trước, nguy hiểm và độc hại hơn Vô Minh và Tham Ái bởi vì nó án ngữ con đường đi đến Đạo Quả Nhập Lưu được xem là bước đầu tiên từ đó các đạo quả cao hơn khởi sự. Hơn nữa, Tà Kiến còn là mảnh đất đích thực cho các cõi khổ (*apāya bhūmi*) phát triển, trong khi Tham Ái không cản trở con đường đi lên các cõi an vui (*sugati bhūmi*).

Tà kiến đáng sợ và nguy hiểm hơn Vô Minh và Tham Ái bởi vì mọi hình thức của vô minh và tham ái đều không nằm trong nhóm nguy hiểm có thể đưa đến các cõi khổ. Vô minh này chỉ có thể được bứng gốc và tuyệt diệt vào lúc chứng A-la-hán thánh đạo trong khi Tham ái tuyệt diệt ở giai đoạn thấp hơn, tức Bất lai thánh đạo. Như vậy ngay cả khi còn vô minh ba đạo quả thấp vẫn có thể được đạt đến.

Tín nữ Visākhā, thí chủ nổi tiếng dâng cúng ngôi Đông Viên Tự (*Pubbārāma*, 東園寺), được bảo là đã òa khóc trước cái chết của đứa cháu nội yêu quý mặc dù bà đã đắc đạo quả nhập lưu, tuy nhiên tình trạng sầu bi và ai oán này xảy ra đối với bà không dẫn đến khổ thú (*apāyagaminiya* - tái

*sanh vào cõi khổ*), nghĩa là chúng không có khả năng để khiến bà phải rơi vào các cõi khổ.

### **TỶ KHEO SĀTI**

Đây là câu chuyện về một vị Tỷ-kheo có tên là Sāti, người đã chấp chặt vào tà kiến cho rằng Thức (*viññāṇa*) là bền vững, không đổi và thường hằng, chỉ có thân là thay đổi mà thôi. Vị này đã nói với các vị tỷ-kheo khác rằng đó chính xác là lời dạy của Đức Phật. Khi nghe bài pháp Đức Phật nói về mười tiền kiếp của ngài, đó là khi ngài làm Bồ tát Temiya, Janaka, Suvanasāma, Bhūrida, Campeya, Vidhūra, Mahosadhā, Nemiya, Nārada và Vessantarā, vị ấy chấp chặt quan niệm cho rằng chuỗi dài sanh tử từ Temiya đến Vesantarā chỉ là một, ngoại trừ sự thay đổi về thân tướng bên ngoài còn ra thức (*viññāṇa*) vẫn là một, luôn bền vững, không đổi và thường hằng.

Vị ấy truyền bá tà kiến ấy giữa các vị Tỷ-kheo nhưng bị các vị này ngăn lại cho rằng phi báng chánh pháp do Đức Thế Tôn giảng dạy như vậy là không tốt. Nhưng Sāti vẫn ngoan cố và tiếp tục truyền bá quan niệm sai lầm của mình, nhân đó các vị Tỷ-kheo, do không thể ngăn được vị ấy, đã đi đến Đức Phật và trình bày toàn bộ vấn đề lên Ngài.

Đức Phật cho gọi Sāti đến và hỏi xem có thực sự là vị ấy đã cố chấp tà kiến như vậy không. Sāti thừa nhận vị ấy có chấp những tà kiến xuyên tạc ấy. Đức Phật nói, *'Này kẻ ngu si kia, người từng nghe Ta dạy một giáo lý như vậy cho ai? Chẳng phải, bằng nhiều cách, ta đã làm sáng tỏ tính chất*

*duyên sanh của tất cả thức đó sao? Phải chăng ta luôn chỉ ra rằng không đủ nhân không thức nào có thể sanh khởi đó sao? Phải chăng ta đã dạy rằng thức, giống như các Pháp khác, là không bền, nhất thời, vô thường, hằng thay đổi và không thể tiếp tục giữ nguyên như vậy trong hai sát na liên tiếp đó sao.'*

Quay qua các vị Tỳ-kheo Đức Phật nói, 'Này các Tỳ-kheo phạm thức gì sanh, thức ấy chỉ sanh khi có nguyên nhân. Duyên hai pháp, căn và cảnh (*ārammana*) thức sanh. Khi có sự tiếp xúc giữa con mắt và cảnh sắc, thức sanh. Tương tự duyên tai và tiếng, mũi và mùi, lưỡi và vị, thân và sự xúc chạm, tâm và các ý niệm, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, và ý thức lần lượt sanh. Cũng giống như ngọn lửa cháy là do nhiên liệu. Chính nhờ nhân (nhiên liệu) này mà quả (lửa) có mặt; nếu lửa cháy do củi thì gọi là lửa củi, lửa cháy do phân bò thì gọi là lửa phân bò, do tre gọi là lửa tre, do cỏ gọi là lửa cỏ, .... Nói chung do nhiên liệu gì lửa sanh thì nó được gọi theo tên đó. Tương tự, Thức sanh theo cảnh và căn (*dvāra*) của nó. Do đó, khi cái này có mặt cái kia có mặt, với sự sanh khởi của cái này cái kia sanh. Khi cái này không có mặt cái kia không có mặt. Đây là chuỗi quan hệ nhân quả của những sự kiện hợp theo pháp Duyên Sanh. Thức của kiếp hiện tại này diệt như Cuti Viññāṇa (*tử thức hay tử tâm*) và Thức mới sanh khởi trong kiếp kế là Paṭisandhi Viññāṇa (*kiết sanh thức hay tâm tục sanh*). Thức của Hoàng Tử Temiya diệt như Tử Tâm vào lúc vị ấy chết và một thức mới khởi sanh và xuất hiện trong kiếp sau như Kiết Sanh Thức. Cũng vậy, thức của Hoàng Tử Janaka, Vidhūra, Suvannasāma và Vesantarā lần lượt diệt trong những kiếp sống trước của họ



như Tử Tâm và Thức Mới sanh khởi như Kiết Sanh Thức trong những kiếp sống mới tương ứng của họ. Nếu nhìn vào lược đồ chúng ta sẽ thấy nó là môi nối đầu tiên trong Phần II (thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ).

Chẳng hạn con ếch trong tích chuyện Pháp Cú, không biết gì về Pháp của Đức Phật nhưng đã lắng nghe một cách chăm chú vì thích giọng nói trong sáng và dịu dàng của Đức Phật, rồi nó vô tình bị chết dưới mũi gậy nhọn của một người chăn bò. Nó trở thành một vị Thiên Tử trong cõi trời Đạo Lợi. Ở đây, chúng ta cần hiểu rõ rằng Thức của con ếch không bám theo thân của vị Thiên Tử, và thức đó cũng không đi vào trong thân của vị Thiên Tử này. Đây là quy luật nhân quả. Không có sự di chuyển của Linh Hồn, cũng không có sự đầu thai trong Phật Giáo, những điều này hoàn toàn bị Đạo Phật bác bỏ. Cái thực sự xảy ra là Kiết Sanh Thức (*patisandhi viññāṇa*) của vị Thiên Tử là quả của nhân đi trước, đó là thức cận tử trong kiếp trước của con ếch. Nói cách khác Thức Tái Sanh hay Kiết Sanh Thức của vị Thiên Tử sanh khởi dựa vào Thức Cận Tử của con ếch. Cũng cần phải lưu ý rằng thức của vị thiên tử và của con ếch chỉ là một bởi vì không có linh hồn hay thức liên kết kiếp này với kiếp khác. Không có linh hồn hay thần thức chuyển sang kiếp khác. Vì thức như đã nói là nhất thời, vô thường, không bền vững và không thể duy trì giống nhau trong hai sát-na liên tiếp.

Cũng vậy, tín nữ Visākhā, thí chủ của ngôi Đông Viên Tự (*Pubbārāma*, 東園寺) được tán dương nhiều nhất trong thời Đức Phật, sau khi chết tái sanh làm Sunimmita,

---

chánh cung hoàng hậu của Đức Vua Trời Đâu-Suất. Ở đây, như đã viện dẫn, thức của Tín nữ Visākhā không bao giờ đi theo thân của hoàng hậu Sunimmita tuy nhiên Kiết Sanh Thức khởi lên trong kiếp sống mới vẫn là do Thức Cận Tử trước đó của Visākhā làm duyên mà Tái Sanh chỉ là kết quả. Cũng cần phải nhắc lại rằng không có gì truyền từ một hiện hữu này sang một hiện hữu khác, mà chỉ có sự vận hành của quy luật nhân và quả.

Do đó, nếu khi một người tin, hay quan niệm, hay nhầm lẫn cho rằng thức của kiếp sống hiện tại và thức trong kiếp kế chỉ là một, thì điều đó có nghĩa là Thường Kiến (*sassata ditṭhi*), trong khi nếu họ chấp giữ tà kiến cho rằng sau khi một người chết không còn gì hiện hữu thì điều đó có nghĩa là đoạn kiến (*uccheda ditṭhi*). Chỉ có Trung Đạo mới thoát khỏi hai cực đoan này và đưa đến Đạo và Quả. Khi những chướng ngại dưới hình thức của những Tà Kiến này có mặt thì Đạo Quả, thậm chí Đạo Quả Đầu Tiên hay Nhập Lưu Thánh Đạo, cũng khó mà có thể đạt đến, bất chấp những nỗ lực tích cực trong thiền Minh Sát.

## CHƯƠNG XV THIỀN MINH SÁT (*Vipassanā*)

Kinh Đại Niệm Xứ (*Mahāsatipatthāna Sutta*) được rất nhiều người trong những nước Phật Giáo biết đến. Do vì có bốn niệm xứ nên chúng cũng giống như bốn chiếc cầu thang để đi lên một Ngôi Tháp. Đi bằng bất kỳ cầu thang nào người ta cũng có thể đến được nền tháp. Bốn niệm xứ đó là:

Quán Thân (*Kāyānupassanā*)  
Quán Thọ (*Vedanānupassanā*)  
Quán Tâm (*Cittānupassanā*)  
Quán Pháp (*Dhammānupassanā*)

Điều quan trọng cần lưu ý ở đây là khi chọn quán thân một người vẫn không loại trừ ba tùy quán (*anupassanā*) còn lại. Khác nhau duy nhất nằm ở chỗ sự nhân mạnh, tính chất vượt trội hay thiên hướng mà thôi. Cũng cần lưu ý rằng ở đoạn áp chót của mỗi chương trong Kinh Niệm Xứ đều có những câu sau: *'Samudaya dhammānupassivā viharati, vayadhammānupassivā viharati, samudayaṅvayadhammānupassivā viharati'* ('Sống quán tánh sanh khởi của các pháp, hay sống quán tánh hoại diệt của các pháp hay sống quán tánh sanh khởi và hoại diệt của các pháp.'). Đây là ba yếu tố rất quan trọng trong thiền Minh Sát, và trừ phi người hành thiền quán được trên những yếu tố này bằng không nó sẽ luôn luôn chỉ là một niệm xứ (*satipatthāna*), nghĩa là chỉ có 'niệm' hay sự hay biết đơn thuần thôi. Việc hành thiền sẽ không tiến bộ và phát triển đến giai đoạn Minh Sát được. Thông thường người

hành thiền, bất chấp những ý định cao quý và sự nhiệt tâm của họ, được nói là hay bị mắc kẹt trong niệm hay sự nhất tâm (*định, samādhi*), vốn chỉ cần thiết đến một mức độ nào đó mà thôi.

Hơn nữa, cũng trong Kinh Niệm Xứ, chúng ta sẽ thấy rằng đoạn cuối cùng của mỗi chương đều có câu ‘*Atthi kāyo ti vā paṇassa sati paccupatthitā hoti ca viharati*, Có nghĩa là, nơi người hành thiền chỉ có niệm hay sự hay biết về hơi thở vô và hơi thở ra. Một câu khác, ‘*Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati*’ người hành thiền dần dần phát triển minh sát trí của mình. Ở điểm này, người hành thiền đã đạt đến trạng thái Minh sát, đó đó vị ấy không xem Thân, Thọ, Tâm, và Pháp như của vị ấy cũng không nghĩ ‘**Tôi đang hành thiền. Tôi là người hành thiền, hay sự tập trung của tôi rất tốt, niệm hơi thở của tôi rất tốt.**’ *Na ca kiñci loke upādiyati.*’ Người hành thiền không chấp thủ vào Sắc, Thọ, Tưởng, Hành hay Thức như là Tôi, hay như Sắc của tôi, hay Thọ, hay Tâm, ... của tôi. ‘*Evampi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.*’ Có nghĩa là ‘**Đây thực sự là cách mà một người hành thiền minh sát trên Kāyānupassanā hay Quán Thân.**’

Qua sự điều tra cẩn thận và kỹ lưỡng việc hành thiền Minh Sát ngày nay, có thể an toàn nói mà không mắc vào bất kỳ định kiến nào, rằng hầu hết những người hành thiền chỉ đi được nửa đường vì thường thường điếm quan trọng nhất trong Kinh Niệm Xứ, đó là ‘*Samudaya dhammānupassī vā viharati, vāyadhāmmānupassī vā viharati, samudayaṇaya*

*dhammānupassī vā viharati*' vốn là cốt lõi của minh sát, đã bị xem nhẹ.

### **SATIPATTHĀNA**

Theo cố Trưởng Lão Mogok Sayadaw thì Satipatthāna được chia làm ba phần:

1. Satipatthāna (niệm hay sự hay biết)
2. Satipatthāna Bhāvanā (Quán tánh sanh và diệt);
3. Satipatthāna gāminīpaṭipadā (Đạo dẫn đến sự diệt của các Hành hay sự Sanh và Diệt).

Để làm sáng tỏ hơn:

1. Gắn sự tập trung của tâm trên bất kỳ đối tượng đã chọn nào, có thể đó là hơi thở vô, hơi thở ra hay ghi nhận sự chuyển động của thân hoặc tâm, được gọi là Satipatthāna (niệm xứ).
2. Quán Thân, Thọ, Tâm hay Pháp và sự sanh và diệt tức thời của chúng (*samudaya vaya dhammānupassī*) là Satipatthāna Bhāvanā, hay Tu Tập Niệm Xứ.
3. Trí hiểu biết về các hiện tượng duyên sanh, tức trí thấy sự sanh và diệt của các Uẩn (*Khandha*) như đáng ghê tởm được gọi là Đạo Hành Niệm Xứ (*satipatthānagāminīpaṭipadā*) hay con đường thực hành dẫn đến sự diệt của các Hành. Cần lưu ý rằng tùy niệm (*anussati*) được xếp vào loại Định (*samatha*) trong khi tùy quán (*anupassanā*) là Minh Sát, và trừ phi và cho đến khi người hành thiền có được trí hiểu biết về sự sanh và diệt của các Uẩn như Vô Thường,

Khô, Vô Ngã, còn không chưa thể gọi đó là Minh Sát.

Đức Phật có lần nói với du sĩ ngoại đạo Susima rằng ‘*Susima, Moggovā Phalamvā Nasamādhi nisandho, Nasamādhisandho, Nasamādhi Nipphati. Vipassanāya Pasena Nisandho Vipassanāyanisanso, Vipassanāya Nipphati*’ nghĩa là ‘Này Susima, không phải do định mà Đạo Quả được chứng đắc mà chính nhờ Minh sát người ta chứng đắc Đạo Quả. Chỉ có thiền minh Sát mới có thể tạo ra kết quả mong muốn, chỉ có thiền minh sát mới mới có thể tạo ra kết quả mong muốn và viên mãn, và nhờ minh sát người ta mới có thể chứng đắc Đạo Quả.

Đức Phật còn nói, ‘*Pubbekho Susima Dhammathitiñānam paccā nibbidañānam,*’ nghĩa là ‘Này Susima Trí rõ biết như thực<sup>10</sup> đến trước và Yêm Ly Trí (*Nibbidañānam*) đến sau nó. Nói cách khác với trí minh sát, trước tiên người hành thiền nhận ra rằng các hiện tượng đang sanh và diệt không là gì ngoài khô và thứ hai, nơi vị ấy lúc đó sẽ khởi lên trí hiểu biết rằng các hiện tượng duyên sanh (pháp hữu vi) đều đáng ghê tởm, đáng nhòm góm và hoàn toàn không đáng mong muốn.

Hiển nhiên bây giờ chúng ta đã biết có hai giai đoạn minh sát để chứng đắc sự giác ngộ cuối cùng theo lời dạy của Đức Phật. Trong khi ở Kinh Chuyện Pháp Luân Đức

<sup>10</sup> Yathābhūtañāna – trí thể nhập vào những gì đang thực sự hiện hữu trong chúng ta, hay những gì đang sanh và diệt trong chúng ta.

Phật dạy sự chứng ngộ này theo ba giai đoạn tuệ, đó là Sự Thực Trí (*Sacca Ñāṇa*), Sở Tác Trí (*Kicca Ñāṇa*), và Dĩ Tác Trí (*Kata Ñāṇa*).<sup>11</sup> Vì thế, người hành thiền có nguyện vọng giải thoát khỏi tử sinh luân hồi được khuyên không nên đi theo con đường dài và chán ngắt mà hãy cố gắng chọn con đường tắt như Đức Phật đã dạy.

---

<sup>11</sup> Xem lại trong cuốn ‘Giảng Giải Kinh Chuyển Pháp Luân’ của cùng người dịch để biết thêm chi tiết. ND

## CHƯƠNG XVI

### TÂM QUAN TRỌNG CỦA TÂM QUÁN NIỆM XÚ

Trong Tăng Chi Kinh điều này đã được Đức Phật trình bày một cách tỉ mỉ và chi tiết như sau:

1. ‘Ta không thấy một pháp nào khác nhu nhuyễn và dễ uốn nắn như Tâm đã được tu tập và phát triển.
2. ‘Ta không thấy một pháp nào khác dễ thích ứng như tâm đã được tu tập và phát triển.
3. ‘Ta không thấy một pháp nào khác đưa đến thuận lợi và lợi ích lớn như tâm đã được tu tập và phát triển.
4. ‘Ta không thấy một pháp nào khác có ảnh hưởng tốt như tâm đã được tu tập và phát triển.
5. ‘Ta không thấy một pháp nào khác đem lại hạnh phúc và an vui lớn như tâm đã được tu tập và phát triển.

Và có thể hiểu những kết quả của tâm không tu tập và phát triển theo chiều ngược lại.

Trong Pháp Cú (*Dhammapada*) Đức Phật có nói:

‘Manopubbaṅgamā dhammā,  
manoseṭṭhā manomayā;  
Manasā ce paduṭṭhena,  
bhāsati vā karoti vā;  
Tato naṃ dukkhamanveti,  
cakkam’va vahato padaṃ.



*(Tâm đi trước các pháp  
Tâm làm chủ, tâm tạo,  
Nếu với tâm ô nhiễm  
Nói năng hay hành động,  
Khổ não sẽ theo sau  
Như xe (lăn) theo (bước) chân bò.)*

Hay trong một bài kệ khác

‘Cittena niyate loko  
Cittena parikassati  
Cittassa Ekadhamassa  
Sabbeva Vasa Manvagū.

*(Chính tâm dẫn dắt đời,  
Chính tâm tự nào hại  
Chính tâm là một pháp  
Mọi vật đều tùy thuộc.)*

Có nghĩa rằng, tâm là cái đi trước các hành động của chúng ta cũng như đi trước tất cả pháp. Không điều gì có thể được làm, dù bằng thân, hay tâm mà không có sự hợp tác hay phối hợp của tâm. Tâm đóng vai trò quan trọng trong việc làm điều thiện hay điều ác. Không hành động nào trở thành khả dĩ mà trước không có suy nghĩ về nó; tư duy chỉ xảy ra ở trong tâm. Khi tâm chúng ta được kiểm soát thân chúng ta sẽ được kiểm soát. Khi tâm buông thả và không được kiểm soát thì hành động của thân sẽ không có sự chế ngự, bộc lộ tự do những ý nghĩ và cảm xúc của chúng ta.

Như vậy, tâm là yếu tố chính điều khiển mọi hành động của chúng ta.

Chính tâm là nơi ngã kiến hay tà kiến về cái Tôi trú ngụ, và nó là nơi sản sinh ra Thân Kiến (*Sakkāya ditṭhi*). Ảo tưởng về Tôi hay Chủ Nghĩa Vị Kỳ là lực đẩy nằm đằng sau tâm, vì vậy bất cứ hành động nào, dù bằng thân, khẩu hay ý, phát sinh, chúng đều là những kết quả trực tiếp của tâm. Điều quan trọng cần lưu ý ở đây là chính yếu tố Vị Kỳ hay Thân Kiến này che phủ tâm và làm suy yếu tâm. Hơn nữa, từ quan điểm của Pháp Tùy Quán (*Anupassanā*), trong chú giải của Bộ Sammohavinodani có nói, '*Ditṭhi caritassapi mandassa nātipabhedagatam cittānupassanā satipathānaṃ visuddhi maggo.*' Nghĩa là, đối với vị Hành Giả có khuynh hướng về Tà Kiến và trí tuệ chậm lụt, Quán Tâm, theo phương pháp đơn giản và không chi tiết là pháp quán thích hợp để họ chứng Đạo. Cố Đại Trưởng-lão Mogok Sayādaw, người rất tinh thông Kinh Tạng, sau khi kiểm tra lại toàn bộ vấn đề này theo Kinh Điển Pāli và thấy rằng nó phù hợp với Kinh và Chú Giải, đã lập ra phương pháp Quán Tâm (*cittānupassanā*) rất đơn giản và không nặng về chi tiết được xem là thích hợp nhất cho những hành giả thời buổi này. Mặc dù Quán Tâm được chú trọng nhưng không thể nói rằng ba tùy quán còn lại (quán thân, quán thọ, và quán pháp) được bỏ qua. Điều này không đúng, không có loại quán riêng như vậy, bởi vì, cũng giống như chất si-rô trong đó nước ép chanh tươi, đường, muối và nước được bao gồm như những thành phần của nó, cũng thế, khi thực hành quán tâm ba tùy quán còn lại cũng được bao gồm dù không được nổi bật và rõ rệt như tâm. Chúng là

những pháp tương ưng (*sampayyutta dhammas*), cùng hiện hữu, cùng xảy ra và sự sanh và diệt của chúng cũng đồng thời.

Trở lại với việc Quán Tâm, Trong Kinh Sacittapariyāna, Ngài Xá-lợi-phất có nói : ***‘Đọc được tâm của người khác không phải việc dễ bởi vì nó có thể đúng hoặc sai, nhưng đọc được tâm của mình có lẽ sẽ không bao giờ sai, bởi vì biết những gì đang xảy ra trong tâm mình là điều rất dễ’***. Như vậy điều quan trọng đối với người hành thiền là hãy quan sát tâm mình vì nó rất dễ làm. Giả sử khi tâm tham (*lobha citta*) phát sanh trong tâm bạn có thể dễ dàng biết được rằng tham đang có mặt trong tâm mình. Nếu tâm sân, tâm si hay ganh tỵ tật đố xuất hiện trong tâm, bạn có thể ngay lập tức biết rằng nó đang xuất hiện, và nếu nó biến mất, bạn cũng ngay lập tức biết rằng nó biến mất.

Có thể nói, ở Miền Điện nhiều người Phật tử vẫn bị tác động bởi ấn tượng sai lầm dựa trên tri kiến điên đảo cho rằng có một cái Thức (*viññāna*) đi đầu thai hay di chuyển từ một hiện hữu này sang một hiện hữu khác. Nhiều người trong số đó còn tin nơi sự hiện hữu của linh hồn và cho rằng chính linh hồn ấy lìa bỏ thể xác của một người vào lúc chết. Một số thậm chí còn tin là linh hồn sẽ không rời khỏi thể xác bao lâu chưa có một chỗ trống để trú ngụ giống như ấu trùng của một con muỗi vẫn phải bám vào thành trùng hay cái vỏ bọc của nó vậy. Loại tà kiến này đã ăn rễ sâu xa và được lưu truyền từ đời cha ông của họ. Những niềm tin đại loại như tin vào sự chuyển di của linh hồn hay tin vào sự đầu thai từ một hiện hữu này sang một hiện hữu khác này là tà kiến chứ không có gì khác. Như đã đề cập ở trên, những tà kiến này

---

đã được nuôi dưỡng và duy trì do người ta tin rằng thức (*viññāṇa*) là vĩnh cửu, thường hằng và chỉ có thân phải chịu sự hoại diệt.

Thực sự họ vẫn chưa có một sự hiểu biết thích đáng về Pháp Duyên Sanh (*Paṭiccasamuppāda*) để hiểu được thức là vô thường và luôn luôn nằm trong tiến trình sanh diệt không ngừng. Thức sanh và diệt ở cùng một không gian hay thời gian và vì thế nó không thể di chuyển, dù chỉ một phân, từ nơi chỗ nó sanh lên cũng như không thể giữ nguyên như vậy trong hai sát na liên tiếp.

Chủ đích của ngài Đại Trưởng Lão trong việc nhấn mạnh đến tầm quan trọng của Quán Tâm (*Cittānupassanā*) là nhằm diệt trừ sự phổ biến của tà kiến xem thức (*viññāṇa*) là thường hằng, đã ăn rễ sâu xa và lâu đời trong tâm của người Phật Tử.

(Ghi chú : Cố Đại Lão Mogok vì lòng bi mẫn đối với số đông, và với quan niệm muốn cứu họ thoát khỏi sự nguy hiểm của việc rơi vào bốn cõi khổ (*vinipata bhaya*) mà ngài đã nhấn mạnh rất nhiều đến tầm quan trọng và sự cần thiết phải diệt trừ tà kiến. Ngài nói rằng để đạt đến thánh đạo đầu tiên (*sotāpanna*), sự diệt trừ tà kiến là tuyệt đối cần thiết. Chính tâm hay Citta là nơi tà kiến trú ngụ và chấp thủ. Vì thế cần phải chú trọng đến việc quán tâm (*cittānupassanā*).

**CHƯƠNG XVII****LÀM THẾ NÀO ĐỂ DIỆT TRỪ TÀ KIẾN**

Đức Phật nói rằng căn nguyên của việc đọa vào bốn khổ thú (*apāyagati*) cần phải được diệt trừ và bứng gốc. Căn nguyên ấy chính là sự thể hiện của Tà Kiến. Những ai còn có những Tà Kiến ngủ ngầm trong tâm sẽ không hối tiếc khi đoạt mạng sống của một chúng sanh khác, không hối tiếc khi trộm cắp, tà dâm, giết cha, giết mẹ, và thậm chí phạm vào đại trọng tội làm thân Phật chảy máu. Vì thế tất cả những việc làm ác đều xuất phát từ Tà Kiến.

Hầu hết mọi người đều cho rằng chính nghiệp bất thiện (*akusala kamma*) là nhân tố trách nhiệm cho việc rơi vào bốn ác đạo của một người nhưng qua khảo sát chúng ta thấy rằng thủ phạm đích thực là Tà Kiến. Không có gì hoài nghi, chính đao phủ là người hành quyết tội nhân nhưng quyền lực thực sự vẫn là ở vị thẩm phán, người tuyên bản án tử hình.

Theo cách tương tự, chính Tà Kiến đưa chúng sanh vào bốn ác đạo. Nghiệp chỉ làm nhiệm vụ ném (người ấy vào bốn ác đạo) hay chỉ là lực đẩy chứ không phải là thủ phạm, vì vậy Tà Kiến rất nguy hiểm và độc hại.

Trong mọi hoạt động, ăn, ngủ, nói năng, ... luôn luôn có ý nghĩ khởi lên và những ý nghĩ này thường bị nhầm lẫn cho là cá nhân một người, như tôi muốn ăn, tôi muốn ngủ, tôi muốn nói, .... Từ khái niệm lầm lẫn này sẽ phát triển

---

thành Cái Tôi, tức gán cái Tôi, của tôi, hay tự ngã của tôi trên sự xuất hiện của từng hiện tượng tâm lý. Một ý nghĩ hay tâm sanh như kết quả của sự tác động giữa căn môn (*dvāra*) và cảnh (*ārammana*). Đây là chỗ ý niệm về cá nhân hay ý niệm về : cái này là tôi, cái này là của tôi, cái này là tự ngã của tôi đi vào. Do đó, chúng ta phải rất thận trọng không để nhận thức sai cái thấy như Tôi thấy, và cái nghe như Tôi nghe. Thực chất không có người thấy, người nghe hay bất cứ một người làm hành động nào cả. Mà đây chỉ là kết quả tất yếu của Quy Luật Nhân Quả. Khi tâm sân hay tâm tham phát sanh chúng cần được hiểu, được quan sát và nhận thức như chỉ là tâm sân và tâm tham, ... mà thôi. Phải thấy ra rằng những tâm này sanh hợp theo chức năng và nhiệm vụ riêng của chúng. Sau một thời gian thực hành người hành thiền sẽ vỡ lẽ ra rằng chẳng có gì cả ngoài tâm. Ở giai đoạn này người hành thiền phải chú trọng nhiều hơn đến sự sanh của các trạng thái tâm để thấy rằng đó chỉ là các danh pháp hay các hiện tượng tâm và rằng không có gì ngoài tâm và như vậy không có cái Tôi, của tôi hay tự ngã nào của tôi cả.

Lại nữa, sẽ có những ý nghĩ ganh tị, tật đố, hay ý nghĩ về bố thí phát sanh; dù bất cứ ý nghĩ hay tâm nào sanh nó cần phải được hiểu và ghi nhận rằng đó chỉ là những trạng thái tâm. Khi một ý nghĩ về hút thuốc sanh, nó phải được biết và ghi nhận rằng đó chỉ là một ý nghĩ hay tâm chứ không có cái ‘Tôi’, người muốn hút thuốc. Những ý nghĩ này sanh theo chức năng và nhiệm vụ riêng của chúng, không có gì để có thể được nhận dạng là ‘Tôi’ hay Tự Ngã của tôi muốn ở đây cả. Phải ghi nhớ trong tâm rằng tâm sanh khởi theo chuỗi nối tiếp nhau như kết quả của hai hiện tượng (căn

và cảnh) và mỗi khi có sự xuất hiện của một tâm nào đó cũng nên hiểu như vậy.

Khi tâm hay ý nghĩ về thở vô sanh, nó cần phải được ghi nhận đúng như vậy, và khi ý nghĩ về thở ra sanh, nó cũng phải được ghi nhận đúng như vậy, chứ không phải như ‘Tôi’ thở vào hay ‘Tôi’ thở ra. Điều này rất quan trọng đối với người hành thiền bởi vì hầu hết trong số những người hành thiền đều vui thích trong thiền hơi thở (*ānāpāna*), với ý niệm sai lầm cho rằng chính ‘Tôi’ là người đang thở vô và thở ra. Khi sự đồng nhất với cái Tôi ‘Ích Kỷ’ được diệt trừ đến một mức nào đó Thân Kiến (*sakkāya ditthi*) kể như cũng được xua tan đến một mức tương ứng. Điều này chỉ trở thành khả dĩ nếu việc thực hành miên mật được thực hiện với chánh kiến (*sammā ditthi*) như yếu tố tiên phong.

Cũng cần đề cập ở đây rằng trong việc diệt trừ thân kiến, nhiệm vụ của Định là để giúp cho (nhà lãnh đạo) Chánh Kiến bằng việc thiết lập sự hợp nhất của tâm.

Quán hay minh sát không phải được dẫn dắt bởi Chánh Định mà bằng Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, và được theo sau bởi Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm và Chánh Định.

Thân Kiến sẽ thịnh hành khi có ý niệm về Tôi hay Của Tôi, tuy nhiên bất luận khi nào thức (*viññāna*), hay thọ (*vedanā*), hay hành (*saṅkhāra*) sanh khởi hành giả cần phải hiểu và thấy rõ đó chỉ là thức,... chứ không phải Tôi. Khi hành giả đạt đến giai đoạn này Thân Kiến được nói là đã bị diệt một cách tạm thời. Tất nhiên việc thực hành không dễ như

---

khi chúng ta đọc về nó trong giai đoạn này. Có thể rất nhiều lần những hiện tượng ấy thoát khỏi sự ghi nhận của hành giả, ngay cả khi đang quán miên mật. Chúng càng thoát khỏi sự ghi nhận nhiều bao nhiêu thì giai đoạn diệt trừ thân kiến sẽ càng phải mất nhiều thời gian hơn bấy nhiêu.

Nếu sự ghi nhận không bị gián đoạn càng nhiều, tâm nhận thức sẽ được rõ ràng hơn và hành giả sẽ mất ít thời gian để hoàn thành mục đích của mình hơn. Điều quan trọng là hành giả phải phát triển trí tuệ nhập vào các uẩn của mình bằng cách quan sát để thấy rằng thức, thọ và hành đang sanh nối tiếp nhau và rằng chúng sanh như một thông lệ hoặc theo trình tự nhân quả.

Đây gọi là sự quán chiếu để diệt trừ tà kiến và vẫn chưa phải là Minh Sát Tùy Quán vốn chỉ quán tính chất vô thường, khổ, và vô ngã, hay sự sanh và diệt của các Uẩn mà thôi.

Giai đoạn này gọi là Trí Phân Biệt Danh và Sắc (*nāmarūpapariccheda ñāṇa*) và dù đã thành tựu trí này hành giả vẫn còn có những giai đoạn cao hơn khác để thực hiện. Vô thường tùy quán là giai đoạn kế sẽ được đề cập trong những chương sau.



## CHƯƠNG XVIII

SASSATA DIṬṬHI (Thường Kiến)

UCCHEDA DIṬṬHI (Đoạn Kiến)

CÁCH ĐOẠN TRỪ

Khi một người nhìn thấy trên bàn ăn được sửa soạn với những món ăn thơm ngon hấp dẫn, Tham Ái (*taṇhā*) sanh khởi, kể đó mong muốn mãnh liệt đối với việc ăn sẽ sanh và được theo sau bởi Nghiệp Hữu (*kammabhava*). Nói cách khác, khi tham ái sanh thì Thủ và Nghiệp Hữu liền theo sau; như vậy ba yếu tố Ái, Thủ, Nghiệp Hữu đã hoàn tất.

Đức Phật nói, ‘Ái làm duyên cho thủ sanh’ (*Taṇhā paccayā Upādāna*). Như vậy có có mỗi nhân duyên ‘*paccayā*’ giữa Ái và Thủ. Nếu không có ‘Duyên’ hay nhân, sẽ không có quả, vì vậy không thể có Thủ nếu không có ái.

Lại nữa, mắc xích kế tiếp là ‘Thủ làm duyên cho Nghiệp Hữu’ (*Upādāna Paccayā Kammabhavo*). Điều này hiển nhiên cho thấy rằng Nghiệp Hữu không thể có mặt mà không có nhân Thủ. Thủ không chỉ sanh mà còn diệt và để lại nhân duyên cho hiện tượng kế tiếp sanh khởi. Như vậy rõ ràng ‘Duyên’ (*Paccayā*) là dòng tương tục của nhân quả.

Tất cả chúng sanh đều đang xoay lăn trong vòng xoáy của dòng tương tục Ái, thủ, và Hữu bất tận. Chúng ta nên kiểm lại những gì đang thực sự xảy ra trong chính chúng ta

để thấy xem nó có đúng với những gì Đức Phật nói trong Pháp Duyên Sanh này hay không.

Trong ‘Ái làm duyên cho Thủ’, ‘Duyên’ giữa ái và thủ không phải được ghi nhận như một yếu tố tách biệt mà chỉ là cách trình bày nhiệm vụ của nó như một Tương Tục Nhân Quả mà thôi. Rõ ràng thủ sanh là do duyên ái, ở đây phải hiểu ái diệt để lại duyên và duyên này tạo điều kiện cho sự sanh khởi của thủ, vì vậy mới nói ‘Ái Duyên Thủ’. Nếu câu hỏi tại sao thủ sanh ? Nó tự sanh hay do duyên Ái ?

Đối với người hành thiền, ở giai đoạn này, vấn đề sẽ rõ ràng là : Thủ sanh do duyên Ái. Đoạn này được nhắc đi nhắc lại nhiều lần với mục đích làm cho người hành thiền hiểu cặn kẽ và quen thuộc với Pháp Duyên Sanh, và cũng để giúp họ có khả năng xua tan ý niệm sai lầm cho rằng các hiện tượng thế gian tự sanh, hay sanh một cách ngẫu nhiên, tình cờ. Trong trường hợp này, hiện tượng đi trước mở lối cho sự sanh khởi của ‘thủ’ là ‘ái’, chính ái nhường chỗ cho thủ, và do đó Thủ sanh do duyên Ái. Ở điểm này người hành thiền được khuyên chỉ nên suy tư về nó như vậy thôi.

Nếu chuỗi liên kết này trở nên rõ ràng đối với người hành thiền thì họ hoàn toàn có thể hiểu được Pháp Duyên Sanh, cũng như hiểu được rằng dòng Tương Tục Quả Hiện Tại là kết quả của Tương Tục Nhân Quá Khứ đi trước và có chuỗi những mắc xích liên kết giữa quá khứ và hiện tại, giữa hiện tại và tương lai. Còn nếu họ khẳng khẳng tin rằng không có sự nối kết giữa quá khứ và hiện tại thì họ được nói là đang nuôi dưỡng Đoạn Kiến (*Uccheda ditṭhi*). Bị tà kiến này

chặn đường họ sẽ chẳng bao giờ đạt đến được, dù chỉ là Đạo Quả Nhập Lưu.

Lại nữa, sự tham muốn ăn phát sanh và được theo sau bởi Thủ, dính mắc vào việc ăn, và thủ này lại được theo sau bởi Thân Nghiệp (*kāya kamma*), Khẩu Nghiệp (*vācī kamma*), nghĩa là, người ta có thể nói, ‘*Tôi rất đói. Tôi sẽ tự mình đi mua thức ăn*’. Như vậy, chuỗi liên kết trong Pháp Duyên Sanh có mặt. Trong trường hợp đầu tiên, tham muốn ăn phát sanh rồi diệt và để lại ‘Duyên’ (*paccayā*) khiến cho Thủ sanh, vì thế, cần phải lưu ý rằng Thủ chỉ có thể sanh do duyên, ở đây duyên làm nhiệm vụ như một mắc xích nối giữa Ái và Thủ. Kế tiếp Thủ diệt và để lại ‘Duyên’ khiến cho Nghiệp Hữu phát sanh. Có thể nói đây là chuỗi nhiệm vụ của tâm, và khi người hành thiền thấy rõ rằng các hiện tượng không chỉ sanh mà còn diệt và nhường chỗ cho hiện tượng mới, người ấy được bảo là đã thoát khỏi sự trói buộc của Thường Kiến.

Bước kế tiếp đối với người hành thiền là phải biết và ghi nhận sự sanh khởi của bất cứ tâm nào như chỉ là tâm, không có ‘Tôi’ hay ‘Tự Ngã của Tôi’ hay bất cứ ngã thể nào, trong đó. Một điều tự nhiên là Tham, Sân, Si và các loại tâm khác sẽ phát sanh, và khi chúng phát sanh người hành thiền phải quan sát và nhận ra chúng chỉ là tâm đơn thuần chứ không là gì khác. Dù tâm gì sanh hành giả cũng phải tập trung vào nó và biết rõ từng mỗi tâm lúc nó khởi sanh và ghi nhận rằng đây chỉ là hiện tượng tâm (danh pháp), trong đó không có gì để được cá nhân hóa như ‘Tôi’ hay ‘Của Tôi’, hay ‘Tự Ngã của Tôi’ cả. Khi nhãn thức sanh, nó không phải là tôi thấy bởi vì không có người thấy, khi nhĩ thức sanh, nó

không phải là tôi nghe, không có người nghe, đó chỉ là sự nghe và trong cái nghe không có gì để được cá nhân hóa như ‘Tôi’ hay ‘Của Tôi’.

Khi thấy nếu người hành thiền nghĩ chính ‘Tôi’ là người thấy, quan niệm này được gọi là Thân Kiến (*sakkāya dīṭṭhi*).

Khi người hành thiền nhận thức và biết rõ những gì mình thấy chỉ là nhãn thức, chính nhãn thức là cái qua đó vị ấy nhận thức và nếu làm được như vậy thì nơi vị ấy chỉ có Thân (*sakkāya*) mà không có Kiến (*dīṭṭhi*). Thân (*sakkāya*) có nghĩa là năm uẩn. Thấy sai về một trong năm uẩn này như là ‘Tôi’ hay cá nhân tôi là Tà Kiến. Chẳng hạn, khi nhãn thức sanh khởi và nếu nó được xem như chính ‘Tôi’ là người thấy thì đó gọi là Thân Kiến (*sakkāya dīṭṭhi*), tương tự, khi nhĩ thức sanh và nếu chấp rằng chính ‘Tôi’ là người nghe, là thân kiến, khi tỷ thức sanh và nếu chấp rằng chính tôi là người nghĩ, đó là Thân Kiến, và v.v... Khi ý thức sanh và nếu cho rằng chính ‘tôi’ là người suy nghĩ thì đó gọi là ‘Thân Kiến’. Nói chung, khi thức bị nhầm lẫn cho là ‘Tôi’ hay cá nhân tôi, nó được gọi là thân kiến. Khi người hành thiền có được tri kiến hiểu biết đúng rằng ‘thấy’ ‘nghe’ ‘ngửi’ ‘nếm’ ‘xúc chạm’,... chỉ là sự sanh khởi của các uẩn và do đó không thể có cái ‘Tôi’ hay ‘tự ngã của tôi’, thì Thân Kiến đã được diệt trừ nơi họ.

Chúng ta, những kẻ phàm phu, luôn luôn có khuynh hướng pha trộn Thân với Tà Kiến, hay có thể nói, trong suốt cuộc luân hồi này lúc nào chúng ta cũng kết hợp và pha trộn

thân với tà kiến. Vì thế những gì người hành thiền cần phải làm là làm ngược lại, tức là cố gắng pha trộn Thân với Chánh Kiến.

### **Chúng Ta Có Không ?**

Có thể nói, lúc nào một trong năm uẩn cũng sanh khởi theo tuần tự và mỗi khi một uẩn nào đó sanh người hành thiền phải ghi nhận như đó chỉ là sự sanh khởi của một uẩn, không thêm gì khác ngoài nó, và không pha trộn nó với ‘Tôi’ hay ‘Tự Ngã của Tôi’ hay cá nhân tôi.

Làm được như vậy người hành thiền đã có được một sự hiểu biết đáng kể về Thân (*sakkāya*)<sup>12</sup> nhờ vậy có thể kết hợp Thân với Chánh Kiến. Vì thế người hành thiền được khuyên nên xa lìa Pháp không đáng mong muốn và chỉ thân cận với pháp đáng mong muốn, đó là Chánh Kiến.

Khi người hành thiền thấy Thân chỉ là Thân, đó là thấy đúng giá trị thực của nó và không lẫn lộn với Tà Kiến vì ấy được nói là đã làm tiêu tan Kiến Kiết Sử và thoát khỏi sự

---

<sup>12</sup> Ở đây, để thực hành minh sát một cách hiệu quả, người hành thiền được khuyên nên có một sự thảo luận đầy đủ về những pháp căn bản: thứ nhất là Danh sắc, thứ hai là Pháp Duyên Sanh. Cố Trưởng Lão Mogok chủ trương rằng những người chưa thông những pháp căn bản này chưa nên cho thực hành minh sát. Điều này được làm để xua tan Tà Kiến bằng Trí Đạt Tri (Ñātapariññā), và sau đó là Thẩm đạt tri (Tīraṇapariññā), Trừ đạt tri (Pahānapariññā).

---

nguy hiêm của việc rơi vào Khô Thú (*apāyagati*) trong kiếp sống tương lai.

## CHƯƠNG XIX QUÁN TÂM (Cittānupassanā)

Những ai phát nguyện muốn đạt đến sự Giác Ngộ cuối cùng đều phải kinh qua các giai đoạn: Nhập Lưu Thánh Đạo, Nhất Lai Thánh Đạo, Bất Lai Thánh Đạo và A-la-hán Thánh Đạo. Một điều ai cũng biết là để đạt đến giai đoạn đầu tiên, Tu Đà Hoàn Đạo, chúng ta phải diệt trừ Thân Kiến và Hoài Nghi.

Chú giải Sammohavinodani có nói, *‘Ditṭhi caritassapi Mandassa nātipa bhedagatam cittānupassanā Satipatthānam visuddhi maggo.’* Nghĩa là, đối với người hành thiền căn tánh tà kiến và trí tuệ chậm lụt, quán tâm theo cách đơn giản và không chi tiết là thích hợp cho sự chứng đắc Đạo Quả.

Cổ Đại Trưởng Lão Mogok đã lập ra một phương pháp quán tâm (*cittānupassanā*) rất đơn giản và không chi tiết, dễ áp dụng và thích hợp cho con người ngày nay vốn khuynh hướng về sự áp dụng thực tiễn hơn. Mười ba loại tâm hay thức sau phải được quán. Tuy nhiên cần lưu ý rằng không phải cả mười ba loại tâm này sẽ được quán một lần. Hay nói khác hơn mỗi lần chỉ một tâm được quán hay quan sát khi nó khởi lên. Cũng cần phải nhớ rằng theo nguyên tắc mỗi lần chỉ có một tâm sanh mà thôi. Kinh nói, *‘Aññam Uppajjati Cittam, Aññam Cittam Nirujjati’*. ‘Tâm này diệt và tâm khác sanh.’

Người ta thường tin rằng có nhiều loại tâm xảy ra trong một người. Có lẽ có đến một hoặc hai ngàn tâm gì đó

nhưng nói chung vẫn rơi vào chỉ mười ba nhóm như đã được lập thành hệ thống bởi Ngài Mogok như sau:

1. Tâm nhãn thức
2. Tâm nhĩ thức
3. Tâm tỷ thức
4. Tâm thiệt thức
5. Tâm thân thức

Năm tâm này được gọi là những tâm khách đến thăm từ bên ngoài.

6. Tâm Tham (*lobha*)
7. Tâm Sân (*dosa*)
8. Tâm Si (*moha*)
9. Tâm Vô Tham (*alobha*)
10. Tâm Vô Sân (*adosa*)
11. Tâm ý thức (*mano*)

Sáu tâm này được gọi là những tâm khách đến thăm từ bên trong.

12. Tâm hơi thở vô
13. Tâm hơi thở ra

Hai tâm này được gọi là tâm Chủ

Mười ba loại tâm kể trên bao trùm tất cả các Tâm (*cittas*) thuộc về hàng phàm nhân, và cũng nên lưu ý rằng bất cứ tâm nào sanh nó cũng chỉ sanh do có sự tác động của Cảnh (*ārammana*) và Căn Môn (*dvāra*) và chỉ thông qua sáu căn môn này thức mới có thể sanh; tâm sẽ không và không bao giờ có thể sanh ngoài sáu căn môn.



Cũng nên lưu ý rằng Tâm và Thọ (*vedanā*) là những pháp đồng sanh (*sahajāta dhammas*); hơn nữa Thọ và Tưởng (*saññā*) được xếp loại như các tâm hành (*cittasaṅkhāra*). Và cũng không thể nói rằng khi Danh Uẩn được quán thì Sắc Uẩn bị loại trừ. Vì các uẩn là những hiện tượng đồng sanh, đồng hiện hữu và đồng diệt, nên có thể nói rằng quán một uẩn là đã bao trùm các uẩn còn lại, nhưng ở đây tâm là hiện tượng rõ ràng và nổi bật nhất nên nó được chọn và đặt tên là quán tâm (*cittānupassanā*) vậy thôi. Thực vậy, tất cả năm uẩn trong một con người có quan hệ với nhau, cũng giống như khi nói nước chanh thì trong đó đã bao gồm các thành phần như đường, nước chanh, muối và nước vậy. Do đó khi quán tâm được thực hành thì quán thân đã được bao gồm bởi vì tâm hơi thở vô và tâm hơi thở ra được hợp nhất ở đây như tâm ‘chủ’ trong pháp ‘quán tâm’ này nên không thể nói rằng quán thân hay quán thọ đã bị loại trừ. Cuối cùng thì tất cả các Tùy Quán (*anupassanā*) khác đã hội tụ và phải được hoàn tất trong Quán Pháp (*dhammānupassanā*) nơi đây Đê (*sacca*), yếu tố cuối cùng và cũng là yếu tố quyết định.

Hành giả nên tham khảo lại bảng liệt kê 13 loại Tâm ở trên. Có Tâm Tham ăn, tham ngủi,.... Ganh tị, tật đố (*Issā* 嫉 (tật), *Macchariya* 慳 (san lận)) nằm trong nhóm Sân (*Dosa*); tâm bố thí thuộc nhóm Vô Tham (*alobha*) hay Ly Tham (*Vītarāga*), Tâm Trạo Cử hay Phóng Dật nằm trong nhóm Si (*moha*). Tâm Vô Si hay trí tuệ không nằm trong mười ba tâm này. Câu hỏi có thể phát sanh là tại sao tâm Vô Si không được kể trong mười ba tâm này? Câu trả lời là Vô Si là Chánh Kiến Thuộc Đạo Chi (*sammā ditṭhi maggaṅga*) hay trí tuệ (*paññā*) vốn được xem như người hành thiền trong khi mười

---

ba tâm kia là cái được (*người hành thiền*) thiền trên đó. Những tâm này sanh từng tâm một, mỗi lần một tâm, như đã nói ở trước. Người ta thường cho rằng có quá nhiều tâm để một người hành cũng như quá khó để nhận ra và nhận thức được tâm một cách thấu đáo. Người hành thiền được nhắc rằng tâm chỉ sanh lên hay khởi lên mỗi lần một tâm. Hơn nữa, việc quan sát tâm của chính mình không thể nói là quá khó, bởi vì nó có thể dễ dàng nói cho bạn biết nó là loại tâm gì hay ý nghĩ gì đang chạy qua trong tâm mình vậy. Nếu tâm tham sanh nó có thể nói cho bạn một cách chính xác rằng tâm tham đang sanh và v.v... Do đó, cần ghi nhớ rằng việc quan sát hay theo dõi tâm của chính mình trên tính chất sanh và diệt của nó có thể được thực hành tiện lợi bởi bất kỳ người nào và việc quán trên đó không có gì khó khăn cả.

Sẽ không có gì phải hoài nghi, nếu người hành thiền nhận thức thấu đáo sự sanh và diệt của tâm, họ được nói là đang đi đúng đường đến cửa Niết Bàn.

Khi chúng ta mở mắt chúng ta thấy mọi thứ trước mắt chúng ta. Đây là những gì chúng ta gọi là sự sanh khởi của nhãn thức, việc nhận thức và hiểu biết rõ sự sanh khởi này là công việc dành cho người hành thiền. Khi chúng ta nghe một âm thanh thì thức sanh khởi và sự sanh khởi này phải được nhận thức và hiểu biết rõ. Cũng vậy, khi thiết thức sanh, sự sanh này phải được nhận thức và biết rõ. Lại nữa, nếu vị ấy cảm thấy đau rát hay ngứa ngáy, thọ lạc hay thọ khổ đã sanh khởi nơi thân thức. Người hành thiền phải nhận thức và hiểu biết rõ từng sự sanh và diệt khi bất kỳ tâm hay thức nào sanh, và phải nhớ rằng mỗi lần chỉ một thức sanh.

Thức sanh hai hay ba (thức) một lần là điều phi tự nhiên và không thể xảy ra. Trong quá trình thực hành, sự hiểu biết hay tâm minh sát của người hành thiền sẽ càng lúc càng trở nên sâu sắc và chánh niệm của vị ấy cũng trở nên chuyên chú độc nhất vào sự sanh và diệt hơn. Tình trạng không hay biết về tâm sanh và diệt trở nên không thường xuyên hơn. Nói chung ở thời điểm này, người hành thiền, với tâm minh sát của mình, thấy rõ được rằng bất cứ tâm gì sanh, dù nó là Tham, Sân, Si hay Vô Tham, Vô Sân, thì nó đều tự kết thúc trong sự diệt hay biến mất. Vị ấy có thể thấy rõ rằng không tâm nào có thể duy trì giống nhau trong hai sát-na liên tiếp. Kinh nói, *‘Aññam Upajjati Cittam, Aññam Cittam Nirujjati’*, nghĩa là ‘Tâm này sanh sau khi tâm khác đã diệt’. Do đó, khi quán Tâm người hành thiền sẽ chỉ thấy tâm mà vị ấy quán đã diệt. Kinh nói, *‘Hutvā abhāvathena Aniccām.’* (Nó là vô thường bởi vì sau khi đã sanh lên nó liền diệt). Vì vậy khi người hành thiền quan sát hay quán bất cứ tâm nào vị ấy sẽ chỉ thấy tính chất vô thường hay sự diệt hay sự biến mất của tâm mà thôi. Tuy thế nếu vị ấy cứ khăng khăng đi tìm cái tâm không diệt (**tâm bất diệt**), thì phải nói rằng đó không phải là Vô Thường Tùy Quán (*Aniccārupassanā*) và như vậy người hành thiền không vượt qua được **Thường Tưởng** (*Nicca Saññā*); vị ấy vẫn chưa có gắng để nhận thức rõ bản chất của các Uẩn, đó là sự sanh và diệt của nó.

Khi người hành thiền, với trí tuệ minh sát, thấy được hay chứng ngộ được Vô Thường, thì khổ cũng sẽ được chứng ngộ. Khi khổ được chứng ngộ bằng trí tuệ minh sát, Vô Ngã cũng sẽ được chứng ngộ.

Vô thường sẽ chẳng bao giờ được chứng ngộ đúng nghĩa chỉ bằng việc tụng đọc suông Anicca, Anicca, ... Điều quan trọng là người hành thiền phải quan sát và theo dõi tính chất Vô Thường mà các Uẩn vốn lúc nào cũng phô bày và hiển lộ chứ không phải cái Vô Thường do chính mình tạo ra bằng sự tụng đọc từng chữ hay bằng cách đọc lần theo chuỗi hột. Các hiện tượng sanh và diệt luôn luôn diễn ra trong con người chúng ta được gọi là Pháp Vô Thường (*aniccadhamma*) và nó luôn luôn chỉ ra cho chúng ta thấy rằng các uẩn đang xuất hiện cũng như đang biến mất. Chỉ với thiền minh sát người hành thiền mới có thể nhận ra được nó. Cũng cần nhắc lại rằng sự sanh và diệt của tâm được gọi là Cintaniyāma (định luật cố nhiên của tâm), một tiến trình tự nhiên và diễn tiến bất tận. Trí hiểu biết đúng các Uẩn có những đặc tính sanh và diệt như vậy gọi là Như Thực Trí (*yathābhūtañāṇa*). Trí này nhận ra rằng không có gì ngoài sự sanh và diệt của các Uẩn trong con người chúng ta. Nói cách khác, nó là trí hiểu biết đúng các uẩn thực sự là gì.

Trạng thái sanh và diệt của tâm lướt nhanh đến nỗi không thể mô tả được và vượt ra ngoài sự hiểu biết của chúng ta. Người hành thiền không nhất thiết phải biết chính xác nó nhanh như thế nào hoặc phải biết đúng theo Lộ Trình Tâm (*vīthi*). Điều cốt yếu ở giai đoạn này là chỉ cần hiểu sự sanh và diệt của các uẩn. Lại nữa, đối với Tâm Chủ, người hành thiền phải quan sát và chánh niệm về tâm hơi thở vô và tâm hơi thở ra; nghĩa là vị ấy phải quan sát và chánh niệm về sự sanh cũng như sự diệt của hai loại tâm này.

Khi tâm hơi thở vô được theo dõi và quan sát người hành thiền sẽ thấy rằng đã diệt và biến mất, tương tự khi tâm hơi thở ra được theo dõi và quan sát nó cũng đã diệt và biến mất. Tâm đã diệt và biến mất như vậy được gọi là Vô Thường và tâm nối tiếp theo sau nhận ra tâm trước đã diệt và biến mất gọi là Minh Sát Đạo (*vipassanā magga*).

Trong suốt lúc quán và quan sát người hành thiền phần lớn sẽ biết về tâm hơi thở vô và tâm hơi thở ra cũng như tâm nhận biết tính chất vô thường của chúng. Như vậy người hành thiền nên cố gắng làm sao để chỉ có hai pháp trong tâm, đó là, **vô thường** và **đạo** (*anicca* và *magga*).

Các tâm viếng thăm từ bên trong hay bên ngoài được gọi là tâm khách, sở dĩ được gọi như vậy là bởi vì chúng thỉnh thoảng mới đến thăm. Kinh Điển Pāli nói: '*Pabhassaramidam Bhikkhave Cittam Āgantukehi Upakkilesehi*', có nghĩa rằng một số những tư duy là những người khách khi thoảng (đến thăm).

Người ta có thể hỏi, '*Pháp tùy quán tâm (cittānupassanā) này được hành khi nào và ở đâu?*' Có phải hành tại các Trung Tâm Thiền Minh Sát hay tại các Tu Viện không?' Câu trả lời là: 'Quán tâm được thực hành ở chỗ nào tâm sanh. Nếu sự sanh khởi của tâm xảy ra trong lúc đang đi, thiền phải được hành<sup>13</sup> trong lúc đang đi. Trong khi đang ăn,

<sup>13</sup> Nghĩa là nó phải được quan sát và nhận ra rằng mỗi tâm không chỉ sanh mà còn diệt với mỗi bước đi.

đang uống, nếu tâm sanh, thiền phải được hành ngay đó. Nếu nó xảy ra trong lúc đang ngồi ở bàn giấy, thiền cũng phải được hành ở ngay đó. Trong thiền cái người hành thiền được đòi hỏi phải làm một cách chính xác là quan sát tâm của chính mình với sự hay biết thận trọng và hiểu biết đúng đắn, sự theo dõi và quan sát tính chất sanh diệt càng xít xao thì lợi ích càng nhiều cho người hành thiền. Nếu có phóng tâm, trao cử và sự lẫn lộn, các phiền não (tham, sân, si) sẽ dễ dàng tìm được một chỗ để an trú trong con người bạn, trong trường hợp nào cũng vậy, người hành thiền tốt nhất nên quan sát sự sanh và diệt của những gì đang xảy đến. Để sáng tỏ hơn, vì lợi ích của người hành thiền, một lần nữa xin giải thích lại rằng tâm đi trước vốn đã diệt là Vô Thường và tâm kế liền theo sau quan sát và theo dõi hay thiền được gọi là Đạo (*magga*). Vì vậy Vô Thường được theo sau bởi Đạo, hay nói cách khác Tâm đã diệt gọi là Vô Thường bởi vì nó là những khoảnh khắc nối tiếp nhau rất ngắn ngủi. Và tâm đã diệt này được quan sát, theo dõi hay thiền trên đó một cách xít xao bởi một Tâm gọi là Đạo vì tâm theo liền kế tiếp này là Chánh Kiến Minh Sát (*vipassanā sammā ditṭhi*) hay Minh Sát Đạo (*vipassanā magga*). Do đó tiến trình sẽ là một chuỗi những sự kiện, Vô Thường, Đạo, Vô Thường, Đạo...nối tiếp nhau.

Trong việc thực hành minh sát, điều quan trọng đối với người hành thiền là làm sao để thấy được rằng Vô Thường (*anicca*) đi trước và Tâm (minh sát) Đạo theo sau diễn tiến một cách đồng thời hết tâm này đến tâm khác không để cho phiền não xen vào giữa chúng, đó là xen vào giữa Vô Thường và Đạo. Nói cách khác, các tâm diệt và biến mất không được bỏ sót mà phải được ghi nhận, quan sát tức thời

và hiểu được rằng tâm đi trước là Vô Thường bởi vì nó đã diệt và tâm kế liền theo sau được gọi là Đạo bởi vì nó nhận thức được rằng tâm đi trước đã diệt và biến mất.

Trong suốt giai đoạn thực hành người hành thiền sẽ gặp phải tất cả các loại Tâm có liên quan hay không có liên quan, đáng mong muốn hay không đáng mong muốn. Dù là tâm gì thì chúng cũng phải được quán trên đó như những đối tượng của thiền. Trong bất kỳ trường hợp nào người hành thiền cũng không được thất vọng hay nản chí do những nhiễu loạn này mà tốt hay xấu chúng cũng phải được xem chỉ như những đối tượng thiền mà thôi.

Trong sáu ân đức pháp có ân đức '*Ehipassiko*' nghĩa là 'hãy đến để thấy'. Vì vậy Pháp (*dhamma*) lúc nào cũng đang mời gọi mọi người đến để thấy và hành thiền trên đó, hành thiền trên pháp phải chịu biến đổi vô thường hay trên hiện tượng sanh và diệt không ngừng đó.

Trong việc thực hành thiền minh sát, nếu hành giả chỉ bỏ lỡ một vài sát-na trong sự quan sát và theo dõi của mình thì có thể nói hành giả đã phát triển được minh sát đến một mức độ đáng kể, trong đó chỉ có tiến trình sanh diệt nối tiếp nhau mà không có một phiền não nào xen vào giữa chúng. Hay có thể nói người hành thiền đã đạt đến giai đoạn ở đây vị ấy có thể phá hủy các phiền não và việc thành tựu thánh đạo đầu tiên (*nhập lưu thánh đạo*) đối với vị ấy không còn xa lắm.

Đức Phật nói, *'Idha Bhikkhave Ariyasāvako Cittaṃ Aniccānupassi Viharati Saññī Anicca Aniccapatisamvedī Sasatam Samītam Abbokinnam Cetassa Adhimucca Māno Paññāya Pariyogāmāno So Āsavānam Khayā Anāsavam Ceto Vimuttim Paññāvimuttim. Ditthevadhamme Sayamabhiññā Sacchikatvā Upasampajja Viharati,'* (Anguttara), có nghĩa là vị Thánh đệ tử sống quán tâm trong tất cả thời không xao lãng một sát na chánh niệm tỉnh giác và với trí tuệ minh sát thấy rằng tâm là thoáng qua, vô thường, không bền vững và không thể duy trì giống nhau trong hai sát-na liên tiếp. Như vậy vị thánh đệ tử đã thấm nhuần với trí hiểu biết về vô thường, không có bất kỳ phiền não nào và được giải thoát khỏi các lậu hoặc (*āsavas*) có thể chứng đắc Niết Bàn ngay trong kiếp hiện tại này.

Công việc của người hành thiền là không để cho một phiền não nào xen vào trong lúc thực hành minh sát và với trí tuệ tỉnh giác cố gắng tập trung trên sự sanh và diệt của bất kỳ tâm nào xuất hiện để thấy rằng Pháp (*dhamma*) luôn luôn phô bày và hiển lộ.

Sự chứng đắc sanh diệt tuệ có nghĩa là sự chứng đắc Như Thực Trí (*yathābhūtañāna*) qua đó người hành thiền thấy các Uẩn đúng như thực, tức thấy chúng không là gì khác ngoài sự sanh và diệt hay Khổ Đế (*dukkha sacca*).

Câu hỏi có thể phát sanh: Đắc trí sanh diệt về các uẩn này thì người hành thiền có được lợi ích gì? Câu trả lời là, chẳng hạn khi tâm tham phát sanh, nếu Minh Sát được thực hành, người hành thiền sẽ hiểu rõ tâm tham không tìm thấy ở



đâu cả mà chỉ có sự sanh và diệt của nó mà thôi, điều này có nghĩa là Tâm Tham không còn nữa. Vì vậy, tiến trình Duyên Sanh đã bị cắt rời ở đoạn giữa, hay nói cách khác Tâm Tham đã bị giết chết. Ngược lại nếu Tâm Tham không được quán đúng như thực, chắc chắn nó sẽ được theo sau bởi Thủ, và tiếp theo Thủ là Nghiệp Hữu (*kammabhava*). Khi nghiệp hữu có mặt chắc chắn Sanh (*jāti*) sẽ có mặt. Khi có Sanh là có Khổ và Duyên Sanh lại tiếp tục khởi động để tạo ra sự tái sanh bất tận.

Cần ghi nhớ rằng việc thực hành quán tính chất sanh diệt hay thực hành quán vô thường là để chấm dứt vòng luân hồi. Đây là công việc nhằm bẻ gãy những cây cắm của bánh xe sanh tử. Nhiệm vụ của nó là cắt rời các mắc xích của chuỗi Duyên Sanh, hay nói cách khác nhiệm vụ của nó là diệt trừ vô minh và cố gắng để đạt đến trí tuệ (minh) bằng cách quán sự Sanh và Diệt của các Uẩn mà thực chất không là gì ngoài Khổ Đế vốn chỉ có thể được nhận thức và thấu triệt bằng trí tuệ Minh Sát.

Khi trí tuệ nhập này được đạt đến Minh (*Vijjā*) sẽ xuất hiện và Vô Minh biến mất. Trong kinh Chuyển Pháp Luân có nói: ‘*Cakkhum Udapādi, Nāṇam Udapādi, Paññā Udapādi, Vijjā Udapādi, Āloko Udapādi*’ (‘nhãn sanh, trí sanh, tuệ sanh, minh sanh, ánh sáng sanh’) nghĩa là khi tuệ thể nhập vào Khổ Đế phát sanh Vô Minh sẽ trở thành Minh, vì vậy kinh mới nói Vô Minh diệt Minh sanh.

Theo pháp Duyên Sanh khi Vô Minh trở thành Minh, các hành (*saṅkhāra*) sẽ không còn sức mạnh để nối kết với

thức (*viññāṇa*) hay nói cách phác Phần I sẽ không nối kết được với Phần II nữa (*tham khảo lại lược đồ*). Khi sự nối kết không xảy ra, các hành sẽ không tạo ra quả để có thể đưa đến một sự tái sinh mới mà thường là trong các cõi khổ (*apāya jāti*)<sup>14</sup>. Như vậy có thể nói vòng Duyên Sanh đã bị bẻ gãy ngay từ đầu. Nối kết ở đây có nghĩa là xây dựng các Uẩn mới cho kiếp sống kế tiếp. Nhờ thực hành thiền Minh Sát chuỗi nhiệm vụ có khuynh hướng tạo chất liệu cho sự Tái Sanh sẽ không được trợ giúp. Chúng sẽ dừng lại ngay khoảnh khắc Vô Minh trở thành Minh, vì vậy phải nói chắc chắn rằng các mắc xích của chuỗi Duyên Sanh đã bị bẻ gãy ngay từ lúc bắt đầu và do đó các Uẩn (trong cõi khổ) sẽ không còn được xây dựng nữa.

Khi tà kiến bị trừ diệt tất cả các Uẩn vốn là những hệ quả của chúng sẽ chấm dứt; tương tự, khi hoài nghi (*vicikicchā*) bị diệt trừ tất cả các Uẩn phát sanh do hoài nghi cũng sẽ chấm dứt, và theo cách đó, các Uẩn quả do phiền não hay phiền não tùy miên tạo ra cũng sẽ tuần tự chấm dứt tùy theo đạo quả được chứng. Đó là lý do vì sao cố Đại Trưởng Lão Mogok với tâm đại bi thường sách tấn các hành giả nên hành thiền trên sự sanh và diệt của các uẩn.

Khi người hành thiền đắc trí (hiểu biết) sự sanh và diệt của các uẩn, trí đó gọi là Như Thực Trí (*yathābhūta ñāṇa*); khi người hành thiền nhầm chán đối với bản chất sanh và

<sup>14</sup> Đức Phật nói rằng trong số một trăm người chết, họa hoàn lắm mới có một người được tái sinh cảnh giới cao hơn. (Nakhasikha Sutta)

diệt không ngừng của các uẩn trí của vị ấy được gọi là Yêm Ly Trí (*nibbidā ñāṇa*). Và người hành thiền, sau khi đã đắc được trí này, tiếp tục hành thiền trên sự sanh và diệt của các uẩn, cuối cùng thiền của vị ấy đạt đến cực điểm ở cuối của sự sanh diệt đó. Đây gọi là Đạo Trí (*magga ñāṇa*). Với sự chứng đắc ba giai đoạn trí này vị ấy trở thành một bậc Thánh Nhập Lưu.

Giai đoạn nhập lưu này được xem là cao hơn địa vị của Chuyên Luân Vương (*cakka rāja*), bởi vì theo lời dạy của Đức Phật thì bậc Thánh Nhập Lưu không còn phải rơi vào bốn cõi khổ (địa ngục, ngạ quỷ,....) và trong kinh cũng nói một bậc Thánh Nhập Lưu sẽ không tái sanh làm người bị các chứng bệnh như cùi, câm, điếc, mù hay què. Tồi đa vị ấy chỉ phải tái sanh bảy kiếp trước khi đạt đến Đạo Quả A-la-hán và Niết Bàn tối hậu.

Theo pháp Duyên Sanh lúc này trong người hành thiền chỉ biết đến sự sanh và diệt của các uẩn, vì sanh và diệt là Khổ và trí hiểu biết về khổ này là Đạo (*magga*) hay vijjā magga, vòng Duyên Sanh đã bị bẻ gãy ngay chặng đầu (vô minh), và như kết quả tất yếu, Ái, Mạn, Kiến (*taṇhā, māna, diṭṭhi*) cũng bị diệt, do đó vòng Duyên Sanh bị bẻ gãy ở đoạn giữa (ái). Hơn nữa, khổ, ưu, và não (*dukkha, domanassa, upādāya*) không còn cơ hội để sanh, vì vậy vòng Duyên Sanh cũng bị bẻ gãy ở chặng cuối.

Theo Tứ Đế, sanh và diệt là Khổ Đế; trí hiểu biết Khổ là Đạo Đế. Sự diệt của Ái, Mạn, Kiến là sự Diệt của Tập Đế; sự không xuất hiện của Sanh, Già và Chết là Diệt Đế.

Đo đó quán sanh diệt có nghĩa là quán tứ thánh đế hay có thể nói bao trùm toàn bộ tứ thánh đế, vì thế thiền Minh Sát cần phải được thực hành ngay khi có thể. Nếu người hành thiền trễ đi một ngày họ sẽ mất cơ hội trong một ngày và điều này có nghĩa là bất cứ điều rủi ro nào cũng có thể xảy ra với họ trong ngày ấy, hơn nữa những nguy hiểm của bệnh và chết trong thời đại hết sức khẩn trương này sẽ ập đến bất cứ lúc nào...!

Thực hành Minh Sát là con đường duy nhất có thể chặn trước được sự rủi ro tiệt tàng của việc rơi vào bốn ác đạo trong lần tái sanh kế tiếp.

## CHƯƠNG XX

### MỘT VỊ TỖ-KHEO PHẠM NHÂN VÀ BỐN VỊ A-LA-HÁN

Khi Đức Phật đang trú ngụ tại Kỳ Viên Tịnh Xá, một vị Tỳ-kheo nọ lo lắng muốn biết cách làm thế nào để có thể chứng đắc Niết-bàn nên đã đi đến một vị A-la-hán nọ và hỏi, *'Kittā Vatānukho Āvuso Yathābhūtam Nāṇadassanam Suvisuddham Ahoṣi'* ('Thưa hiền giả điều gì đòi hỏi phải có để thấy rõ Niết-bàn?') Vị A-la-hán trả lời, *'Yatokho Āvuso Channam Āyatanānam Samudayanca Atthangamanca Yathābhūtam Nāṇadassanam Suvisuddham Hoṣi.'* (Này hiền giả, để có được cái thấy rõ ràng về Niết Bàn, điều đòi hỏi phải có là phải biết và nhận ra sự sanh và diệt của sáu căn xứ- đó là nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, và tâm- đúng như thực.) Danh và Sắc phải được nhận thức đúng như chúng thực sự là, tức thấy chúng chỉ là các hiện tượng sanh và diệt. Nếu một người có thể tuệ tri sáu căn xứ này đúng như thực, họ sẽ thấy và chứng đắc Niết-bàn.

Vị Tỳ-kheo phạm nhân không cảm thấy thỏa mãn với câu trả lời đó bởi vì vị ấy nghĩ số lượng những điều mà vị ấy phải tuệ tri như vậy là hơi quá nhiều. Ở đây, vị ấy quan tâm tới con số nhiều hơn là tầm quan trọng của trí thấy sự sanh và diệt. Nghĩ rằng con số những điều mà vị ấy phải làm việc (quán) là quá nhiều, do đó vị ấy đi đến một vị A-la-hán khác và cũng hỏi câu hỏi ấy.

Vị A-la-hán thứ hai trả lời rằng để một người có thể thấy và chứng đắc Niết-bàn họ cần phải cố gắng để nhận thức và tuệ tri sự sanh và diệt của Năm Uẩn (*pañcakkhandhā*).

Với câu trả lời này vị ấy cũng chưa cảm thấy thỏa mãn bởi vì vị ấy nghĩ vẫn còn quá nhiều điều để quán. Hiển nhiên rằng vị Tỳ-kheo phạm nhân này quá đặt nặng vào con số chứ không phải vào điểm cốt yếu, đó là sự sanh và diệt.

Do không thỏa mãn với câu trả lời thứ hai, vị ấy lại đi đến vị A-la-hán thứ ba và hỏi như thường lệ. Vị A-la-hán thứ ba trả lời rằng một người sẽ thấy và chứng đắc Niết-bàn nếu họ nhận thức và tuệ tri được bản chất sanh và diệt của Tứ Đại (*mahābhūta*), đó là đất, nước, lửa và gió<sup>15</sup>.

Với câu trả lời này cũng vậy, vị Tỳ-kheo phạm nhân không thể thỏa mãn mặc dù trong thâm tâm ông nghĩ rằng câu trả lời thứ ba khá hơn câu trả lời thứ nhất và thứ hai. Ông vẫn không thấy được tầm quan trọng nằm ở sự sanh và diệt chứ không phải ở số lượng.

Sau đó ông đi đến vị A-la-hán thứ tư và đặt câu hỏi như cũ. Vị thứ tư trả lời, *Yaṃ kiñci samudaya dhammaṃ Sabbantaṃ nirodhadhammanti* ('Phạm pháp nào có bản chất sanh pháp ấy chắc chắn phải diệt.') ai tuệ tri pháp này có thể sẽ thấy và chứng đắc Niết-bàn.

Vị Tỳ-kheo phạm phu không cảm thấy thỏa mãn chút nào với câu trả lời của vị A-la-hán thứ tư bởi vì ông nghĩ vị này vẫn chưa tuệ tri hai pháp. Thứ nhất vị này chưa từng

<sup>15</sup> Yếu tố cứng mềm là địa đại, yếu tố kết dính là thủy đại, yếu tố chuyển động là phong đại và yếu tố nóng lạnh là hỏa đại.

chứng những gì vị ấy cần phải tuệ tri, đó là sáu Căn Xứ, Năm Uẩn, và Tứ Đại Chung; và thứ hai, vị này chưa thấy sự sanh và diệt hay vô thường vốn là cốt tử của thiên Minh Sát, vì thế ông đi đến gặp Đức Phật và trình bày lại những gì ông đã được nghe từ bốn vị A-la-hán và sự không hài lòng của ông đối với những câu trả lời của họ.

Đức Phật nói, ‘Này Tỳ-kheo, có một người cả đời chưa từng thấy cây phượng (butea). Gặp người thứ nhất anh ta hỏi cây ấy trông như thế nào. Người thứ nhất trả lời cây phượng có màu đen bởi vì ông thấy cây này khi nó đã bị người ta đốt cháy thành than. Không thỏa mãn với câu trả lời, anh ta tiếp tục đi hỏi một người khác về nó. Người thứ hai trả lời rằng cây phượng giống như một miếng thịt bởi vì ông chỉ thấy cây này khi nó nở hoa đỏ thắm. Một lần nữa anh không thỏa mãn và tiếp tục đi hỏi người thứ ba, người này nói với anh ta rằng cây phượng giống như những thanh gươm bọc trong vỏ bởi vì anh ta chỉ thấy cây này khi nó đã kết trái. Không thỏa mãn với câu trả lời đó, anh tiếp tục đi hỏi người thứ tư, người này nói cây phượng trông giống như cây đa với tán lá trải rộng ra bởi vì ông chỉ thấy cây này vào mùa xuân khi nó xum xuê với những cành lá xanh tươi rợp mát. Đức Phật tiếp tục, ‘Sự mô tả cây phượng của bốn người ấy là hoàn toàn chính xác theo cách thấy của họ. Tương tự, bốn vị A-la-hán đã giác ngộ với trí tuệ nhập ấy là hoàn toàn đúng theo cách thấy của họ bởi vì cả bốn vị đều nhấn mạnh đến tầm quan trọng của sự sanh và diệt, *‘Samudayanca và Attagamanca’*.

Điều cần lưu ý ở đây là không phải sáu căn xứ, không phải năm uẩn, không phải bốn đại, và cũng không phải bất kỳ pháp nào khác, mà chính sự sanh và diệt mới là tiêu chuẩn, bởi vì trong con người chúng ta không có gì ngoài sự sanh và diệt. Trong thiền minh sát đây là pháp thiết yếu duy nhất sẽ cho người hành thiền khả năng đạt đến trí thấy Vô Thường (*anicca*), và chính nhờ nhận thức được tính chất vô thường này mà Khổ Đế mới có thể được tuệ tri. Kinh nói rằng không tuệ tri Vô Thường, không thể có được ngay cả Minh Sát Trí về Đế (*Saccānulomika ñāṇa*). Vì thế, điều quan trọng đối với người hành thiền là phải bám chắc vào pháp sanh diệt và ở giai đoạn này người hành thiền sẽ đoan chắc rằng bất cứ phương pháp nào không có sự quán sanh diệt không thể nói đó là phương pháp toàn hảo và chính xác.

Một sự thực không thể phủ nhận là thiền minh sát phải bắt đầu từ *Udaya* và *Vaya* (quán tính chất Sanh và Diệt của mọi hiện tượng). Vì thế cái gọi là thiền minh sát mà không quán sanh diệt không thể gọi là thiền minh sát thuần khiết được, và chúng ta không nên tin và dựa vào phương pháp ấy để tu tập giải thoát.

Trong Pháp Cú Đức Phật dạy: '*Sabbe saṅkhārā aniccā'ti, yadā paññāya passatiatha nibbindati dukkhe, esa maggo visuddhīyā.*' ('tất cả hành vô thường, với tuệ giác thấy vậy, đau khổ được nhàm chán, (đây) chính con đường thanh tịnh.') Nghĩa là tất cả các pháp hữu vi hay pháp do điều kiện tạo thành là vô thường; khi sự thực này được tuệ tri bằng Minh Sát Trí tâm người hành thiền sẽ phát sanh một sự nhàm chán và ghê tởm đối với các Uẩn vì bản chất sanh và diệt không ngừng (Khổ



Đế) của chúng. Vị ấy không còn tham đắm đối với các uẩn, không còn nhen lên ngọn lửa tham dục đối với sự tái sanh, như vậy và có thể nói vị ấy đã đứng ở cửa vào Niết-Bàn.

Đức Phật lại còn nói, '*Aniccāvata Saṅkhārā Uppādavaya Dhammiko, Uppajjitvā Nirujjhanti Tesam Vūpasamo Sukho.*' ('Hữu vi vô thường, thị sanh diệt pháp, sanh diệt diệt dĩ, tịch diệt vi lạc.' Nghĩa là các pháp do điều kiện tạo thành (hữu vi) đều vô thường; tính chất vô thường này được biểu thị bằng sự sanh và diệt. Sự chấm dứt của pháp sanh diệt này là chấm dứt khổ, là Niết-bàn.

Đến đây người hành thiền sẽ thấy rõ rằng hai bài kệ Pāḷi nổi tiếng này suy cho cùng không phải chỉ để tụng đọc suông vì trong quá khứ chúng ta đã đọc chúng quá nhiều rồi nhưng vẫn không giải quyết được vấn đề. Đây là hai pháp cần phải được quán khi chúng ta thực hành Minh Sát vậy.

Trong kinh Đại Niệm Xứ chúng ta thấy rằng cả bốn tùy quán (quán thân, quán thọ, quán tâm, và quán pháp) đều có chung một pháp quan trọng nhất, đó là '*Samudaya dhammā nupassivā viharati, vaya dhammā nupassivā viharati, samudaya vayadhammā nupassivā viharati.*' Nghĩa là người hành thiền phải quán tính chất sanh và diệt mà thôi. Như vậy rõ ràng pháp sanh và diệt trong thiền minh sát là pháp quan trọng, thiết yếu và tuyệt đối cần thiết đối với người hành thiền như thế nào.

### VẤN ĐÁP CỦA HAI VỊ ĐẠI THINH VĂN ĐỆ TỬ PHẬT

Thời Đức Phật, Tôn giả Kotthika có lần đi đến Tôn-giả Xá-lợi-phất, một vị đại đệ tử của Đức Phật, và hỏi, ‘*Bạch Tôn-giả, một phàm nhân giới đức trong sạch và có như lý tác ý (yonissomanasikāra) nên làm gì và làm như thế nào để chứng đắc đạo quả nhập lưu?*’ Tôn giả Xá-lợi-phất trả lời, ‘*Thưa Tôn-giả, một phàm nhân giới đức trong sạch và có như lý tác ý cần phải quán tính chất sanh diệt của các uẩn để chứng đắc đạo quả nhập lưu.*’ Tôn giả Kotthika lại hỏi, ‘*Vâng, thưa Tôn giả, tôi có thể hỏi thêm là một vị Thánh nhập lưu cần phải làm gì và làm như thế nào để đắc chứng đạo quả nhất lai (sakadagāmi). Về điều này, Tôn giả Xá-lợi-phất trả lời, một vị nhập lưu với như lý tác ý cần phải quán tính chất sanh và diệt, thưa Tôn-giả.*’

Theo cách tương tự Tôn giả Kotthika đã hỏi Tôn giả Xá-lợi-phất về việc vị Thánh nhất lai và bất lai cần phải làm gì và làm như thế nào để đắc các giai đoạn cao hơn kế tiếp. Tôn giả Xá-lợi-phất cũng trả lời như trước, đó là để đạt đến giai đoạn cao hơn tính chất sanh và diệt cần phải được quán. Tôn giả còn thêm rằng ngay cả vị A-la-hán cũng vẫn phải tiếp tục hành thiền trên tính chất sanh và diệt ấy để có thể thọ hưởng lạc của Thánh Quả (*phala samāpatti*).

Ở đây *Yonisomanasikāra* hay như lý tác ý có nghĩa là thái độ đúng hướng đến chánh trí (hiểu biết) rằng Sắc chỉ là Sắc, không phải là ‘**Tôi**’ hay ‘**của tôi**’; Thọ là Thọ; Tưởng là Tưởng; Hành là Hành; và Thức là Thức, không phải là ‘**Tôi**’

hay ‘**của tôi**’, nói cách khác như lý tác ý là thấy các pháp đúng như chúng thực sự là theo thực tại cùng tột hay theo pháp chân đế (*paramattha dhamma*).

Tôn giả Kotthika, mặc dù bản thân cũng là một vị A-la-hán, đã đặt ra những câu hỏi này vì lợi ích của hàng hậu thế.

Không có như lý tác ý người hành thiền không thể thấy các pháp đúng như chúng thực sự là. Giới (*sīla*) trong sạch có nghĩa là ngũ giới hay bát giới không có vết nhơ, được các bậc thánh tán thán và dẫn đến Định (*samādhi*).

Giới trong sạch và như lý tác ý được xem là những điều kiện tiên quyết mà người hành thiền đòi hỏi phải có trước khi đi vào hành thiền minh sát, và lúc đó trong thiền minh sát chỉ có tính chất sanh diệt được quán.

Những người hành thiền trên cảm thọ (*vedanā*) sẽ được cảm thọ mời gọi đến để thấy rằng nó đang diệt; tương tự Tâm (*citta*) cũng đang mời gọi người hành thiền đến để thấy rằng nó đang diệt. Đó là những gì từ ‘*Ehi passiko*’ và ‘*Sanditthiko*’ (đến để thấy và thiết thực hiện tại) muốn nói. Sự mời gọi này rất quan trọng đối với người hành thiền và nó phải được đáp ứng với sự hiểu biết và trí tuệ tỉnh giác chứ không phải bằng Tham và Sân. Điều này muốn nói, khi người hành thiền đáp lại cảm thọ lạc (*sukha vedanā*) với tham ái hay cảm thọ khổ (*dukkha vedanā*) với sân hoặc ưu (*domanassa*), tiến trình Duyên Sanh sẽ không chấm dứt mà tiếp tục đi theo đường lối thông thường bất tận của nó.

---

Có người nói rằng họ đã đi tìm Pháp (*Dhamma*) ba bốn năm nay nhưng vẫn không thể gặp đúng tiêu chuẩn của nó. Có thể là họ nói đúng vì họ mãi đi tìm pháp ở đâu đâu chứ không biết rằng Pháp đang mời gọi họ đến để thấy. '*Ehi passiko*' có nghĩa là pháp luôn luôn đang mời gọi (mọi người) đến để thấy. Toàn thể con người chúng ta, năm uẩn, là đối tượng để hành thiền trên đó. Chúng ta cũng giống như người chèo thuyền nhưng lại nói không thấy nước. Ở đâu có Khanddha (Uẩn) chắc chắn ở đó phải có sự sanh và diệt và ở đâu có sự sanh diệt ở đó chắc chắn phải có khổ (*dukkha*). Khi thấy khổ thì vô ngã cũng được thấy và trí tuệ thấy rõ Khổ Đế sẽ theo sau.

Không hiểu biết về các Uẩn và không có khả năng nhận thức tính chất sanh và diệt cố hữu của nó người hành thiền bị mê hoặc vào trong ý nghĩ cho Vô Thường là Thường, Khổ là Lạc bởi vì họ không gặp được một vị thầy đáng tin cậy hay họ không quan tâm đến việc tìm một vị thiền sư đáng tin cậy, người mà lời dạy của họ chú trọng đến pháp Duyên Sanh kết hợp với Thánh Đế (*Sacca*), nó khởi động như thế nào và làm sao để bẻ gãy những cây cắm của pháp Duyên Sanh này.

## CHƯƠNG XX

### THỌ UẨN VÀ PHÁP DUYÊN SANH (Vedanakkhanddhā và Patīccasamuppāda)

Ai đang đọc cuốn sách này? Người đọc là một người nam? Một người nữ? hay chỉ là cảm thọ (*vedanā*)? Câu trả lời sẽ là gì? Thọ là một trong năm uẩn và được gọi là Thọ Uẩn (*vedanakkhanddhā*), vì vậy câu trả lời đúng sẽ là Thọ Uẩn đang đọc chứ không phải ông A hay bà B đang đọc.

Trong pháp Duyên Sanh có nói '*Phassa-paccayā Vedanā*' nghĩa là duyên Xúc, Thọ sanh. Như vậy thọ là quả của nhân (xúc) đi trước.

Lại nữa người ta có thể hỏi, '*Khi nào thì Thọ sanh và sanh ở đâu?*' Câu trả lời là bất cứ khi nào có sự tiếp Xúc giữa căn và cảnh thì Thọ sanh. Thọ sanh nơi nhãn căn, nhĩ căn, tỳ căn, thiệt căn, thân căn và ý căn. Chúng ta trú (sống) với ai? Chúng ta sống với cảm thọ. Có thể nói thọ cũng giống như bầu trời. Bất luận khi nào bạn chỉ ngón tay vào đâu thì ở đó đều có bầu trời. Tương tự không có một khoảnh khắc nào chúng ta thoát khỏi cảm thọ. Nó phải được quan sát trong tự thân với chánh niệm và tỉnh giác. Có lần Đức Phật nói với Nakulapitā, một nam cư sĩ đã lớn tuổi, rằng bất cứ người nào mang tấm thân ngũ uẩn này mà tuyên bố mình thoát khỏi Cảm Thọ dù chỉ trong một sát-na thì người ấy chỉ là người ngu. Thọ có mặt ở khắp mọi nơi, nó hiện hữu ở

khắp toàn thân. Sở dĩ có một số hành giả phải đi tìm cảm thọ bởi vì họ không biết gì về sự có mặt của cảm thọ. Bất cứ ở đâu và bất cứ khi nào một giác quan tiếp xúc với một đối tượng thì một cảm thọ sẽ phát sanh. Chẳng hạn khi con mắt tiếp xúc với cảnh sắc thì thọ do nhãn xúc sanh (*cakkhusamphassajā vedanā*) sẽ có mặt; khi tai tiếp xúc với âm thanh thọ do nhĩ xúc sanh (*sotasamphassajā vedanā*) sẽ có mặt; đối với các căn khác cũng vậy, khi mũi, lưỡi, thân hay tâm tiếp xúc với đối tượng, thọ do tỷ xúc (*ghānasamphassajā vedanā*), thọ do thiệt xúc (*jivhāsamphassajā vedanā*), thọ do thân xúc (*kāyasamphassajā vedanā*), thọ do ý xúc (*manosamphassajā vedanā*), sẽ có mặt. Đôi lúc thọ lạc sanh (*sukha vedanā*), đôi lúc thọ khổ sanh (*dukkhavedanā*) hoặc đôi lúc thọ xả sanh (*upekkhāvedanā*) tùy theo đối tượng đáng mong muốn, không đáng mong muốn hay trung tính tương ứng.

Thiền minh sát có thể đưa người ta đến sự chứng đắc Niết Bàn. Chúng ta biết rằng một cái đau cũng là thọ (*vedanā*), cho dù nó không đủ (cường độ) để người hành thiền có thể ghi nhận được nó. Tuy nhiên người hành thiền phải cố gắng để biết nhiều hơn thế. Khi một người hành thiền quán thọ và nếu họ vẫn còn đi tìm thọ thì có thể nói rằng điều đó chưa đúng. Bởi vì sao? cảm thọ đang hiện hữu nhưng nếu họ vẫn đi tìm có nghĩa là họ muốn đi tìm cái Cảm Thọ nào đó Thường Hằng và Bền Vững theo ý họ chứ không phải cái thọ thực tại hiện tiền. Không thể có một loại thọ như vậy. Đức Phật nói '*Vedanam aniccam*' tức Thọ là vô thường và không bền vững. Cũng giống như các uẩn khác, Thọ không thể duy trì sự giống nhau trong hai sát na liên tiếp. Nó sanh lên và diệt liền. Do đó người hành thiền chỉ nhận thức được tính

chất vô thường, tức sự diệt của Thọ, với minh sát trí mà thôi. Thọ mạng của thọ là một/hai sát na, đó là sát na này nó sanh lên và sát na kế nó diệt.

Nó được ví giống như cảm giác ngứa. Thoạt tiên cảm giác ngứa này không thể chịu đựng được nhưng dần dần cường độ của nó giảm đi và cuối cùng cảm giác ngứa hoàn toàn biến mất.

Nói cách khác, lúc đầu cường độ cảm giác sẽ ở mức cao nhất, kế đó nó hạ xuống mức trung bình, rồi xuống mức thấp nhất và cuối cùng là biến mất. Theo cách tương tự, một cái đau, cái nhức, hay cơn bệnh với cường độ mạnh vào lúc ban đầu, sau đó cường độ sẽ giảm xuống dần dần và biến mất. Bị đánh lừa bởi tính tương tục (*santati*) chúng ta xem nó có vẻ như một cảm thọ kéo dài liên tục. Tuy nhiên trong tính tương tục ấy chỉ có các hiện tượng sanh và diệt. Vì thế nhiệm vụ của người hành thiền là để nhận ra rằng Thọ luôn luôn sanh và diệt, chứ nó không phải là một cái đau, cái nhức kéo dài liên tục như người ta thường nghĩ. Tuy nhiên người hành thiền được khuyên không nên tự ép mình phải nghĩ Thọ sanh và diệt, mà hãy quan sát một cách sít sao sự sanh cũng như sự diệt hay tính chất Vô Thường mà Pháp luôn luôn hiển lộ với minh sát trí của mình.

Một điều mà người hành thiền không nên quên là khi quán Thọ không bao giờ để mất cái thấy về Duyên Sanh (*paticcasamuppāda*), nếu không người hành thiền sẽ không thể đạt đến sự thực.

---

Chẳng hạn, khi Thọ Lạc sanh và nếu người hành thiền không quan sát và quán sự sanh và diệt (vô thường) của nó chắc chắn Tham Ái sẽ phát sanh đối với cảm thọ lạc ấy và khi Tham Ái có mặt Thủ sẽ theo sau và thủ này sẽ khiến cho Nghiệp Hữu sanh, và kết quả là Sanh, Già, Chết,.... sẽ xảy đến. Như vậy toàn bộ chuỗi Duyên Sanh sẽ tiếp tục xoay cái vòng quay bất tận của nó. Đây là cách Vòng Duyên Sanh hay Thập Nhị Nhân Duyên khởi động từ giữa (tức từ mắc xích ái).

Trái lại nếu người hành thiền có quan sát và quán trên tính chất sanh và diệt của Thọ Lạc, Tham Ái sẽ không thể phát sanh và nếu không có Tham Ái, sự sanh khởi của Thủ sẽ không xảy ra và khi không có Thủ, Nghiệp Hữu sẽ không sanh. Nghiệp Hữu không sanh thì Sanh, Già, và Chết,.... sẽ không có mặt. Như vậy chuỗi Duyên Sanh sẽ bị cắt lìa ở giữa (tức bị cắt tại mắc xích ái).

Khi Thọ Khổ không được quan sát và quán theo cách đã nói, Sâu, Bi, Khô, Ưu, Não,.... chắc chắn sẽ theo sau, như vậy toàn bộ chuỗi Duyên Sanh sẽ khởi động xoay từ mắc xích cuối.

Theo cách tương tự nếu Thọ Khổ không được quan sát và quán đúng chắc chắn Vô Minh sẽ sanh và hệ quả sẽ là sự khởi động của Duyên Sanh ngay từ mắc xích đầu (vô minh).



Nói tóm lại, không quan sát và quán ba loại thọ một cách thích hợp sẽ khiến cho vòng Duyên sanh xoay từ chặng đầu, từ chặng giữa và từ chặng cuối.

Đức Phật nói rằng khi Thọ Lạc được theo sau bởi Ái, sự chứng đắc Niết Bàn không thể xảy ra; tương tự khi thọ khổ được theo sau bởi Sân, Niết Bàn cũng không thể chứng đắc.

Khi Thọ Xả không được quán đúng, vô minh sẽ sanh và hệ quả là vòng Duyên Sanh sẽ khởi động xoay từ mắc xích đầu. Do đó, người hành thiền được khuyên nên quan sát và quán trên sự sanh và diệt của thọ. Trong Tương Ưng Nhân Duyên (*Nidāna Vagga Samyutta*) có nói, '*Āsava Nirodhā Avijjā Nirodho*' (Lậu Hoặc diệt thời Vô Minh diệt). Điều này có nghĩa là khi một người được giải thoát khỏi các Lậu Hoặc, Vô Minh sẽ trở thành Minh và như vậy vòng Duyên Sanh bị bẻ gãy ngay từ mắc xích đầu (vô minh). Vòng Duyên Sanh có thể bị bẻ gãy ở ba nơi bất cứ khi nào và bất luận chỗ nào ba loại thọ được quán và quan sát một cách sát sao. Trừ phi làm được điều này bằng không vòng Duyên Sanh sẽ khởi động xoay từ giữa, từ cuối và từ đầu.

Thọ lạc, thọ khổ, và thọ xả cứ thay phiên nhau sanh và diệt. Việc thiếu sự quan sát và hành thiền trên những cảm thọ này sẽ làm cho Vô Minh sanh khởi, khi vô minh sanh thì hành sanh, và ..., toàn bộ tiến trình Duyên Sanh sẽ theo sau.

Chẳng hạn, Thức sẽ sanh do duyên Hành. Thức ở đây là Kiết Sanh Thức (*paṭisandhi viññāṇa*) mà thường là kiết sanh

thức trong cõi khổ . Bằng một ví dụ có lần Đức Phật đã so sánh chút đất trên đầu móng tay với những người đạt được sự tái sinh cõi an vui (*sugati*) và đất của toàn cõi địa cầu với những người phải rơi vào khổ thú (*apāyagati*).

### QUÁN THỌ (VEDANĀNUPASSANĀ)

Thọ sanh khi có sự tác động của ba pháp, đó là, căn, cảnh (trần) và thức. Sự va chạm của ba pháp này là Xúc. Như vậy nhân gần của thọ là Xúc (*phassa*). Kinh nói, '*Phassa paccayā Vedanā*' do xúc làm duyên, thọ sanh.

Do đó không cần phải cố ý đi tìm thọ. Vì thọ sanh bất cứ khi nào và bất cứ ở đâu có xúc. Thọ sanh nơi nhãn căn, nhĩ căn, tỷ căn, thiệt căn là thọ xả (*upekkhā*).

Thọ sanh nơi thân là thọ lạc hoặc thọ khổ.

Thọ sanh nơi tâm là thọ hỷ hoặc thọ ưu.

Đôi khi một người có thể cảm giác thọ hỷ (*somanassa vedanā*) khi môi trường chung quanh thuận lợi và thú vị. Những lúc khác họ có thể cảm giác thọ ưu (*domanassa vedanā*) khi họ không thỏa mãn với môi trường chung quanh hay gặp những vấn đề bất lợi trong công việc làm ăn hay trong gia đình.

Cũng có khi họ cảm giác thọ xả khi họ biết chấp nhận hay cam chịu nghiệp riêng của mình khi nó xảy đến.

Vì lợi ích của những người hành thiền, cố Trưởng lão Mogok đã lập ra một pháp môn quasn thọ để dàng như sau:

1. **Sáu ngoại khách:**

- Thọ xả sanh nơi Nhãn Căn
- Thọ xả sanh nơi Nhĩ Căn
- Thọ xả sanh nơi Tỷ Căn
- Thọ xả sanh nơi Thiệt Căn
- Thọ Lạc sanh nơi Thân Căn
- Thọ Khổ sanh nơi Thân Căn

Sáu thọ này được gọi là những ngoại khách hay những người khách đến viếng từ bên ngoài.

2. **Ba nội khách**

- Thọ hỷ nơi ý căn,
- Thọ ưu nơi ý căn,
- Thọ xả nơi ý căn

Ba thọ này được gọi là nội khách hay những người khách đến viếng từ bên trong.

3. **Ba thọ chủ:**

- Hoi thở vô và hơi thở ra đi cùng với thọ hỷ trong những sự kiện vui vẻ, thú vị hay trong tâm trạng phấn khởi.
- Hoi thở vô và hơi thở ra đi cùng với thọ ưu trong những sự kiện không vừa lòng, đau đớn, hay tuyệt vọng.
- Hoi thở vô hay hơi thở ra đi cùng với thọ xả trong những sự kiện không vui không buồn.

Đối với người hành thiền, điều quan trọng là phải quán thọ ngay tại nơi nó phát sanh và ngay khi nó phát sanh. Gắn tâm trên ngực hay trên đầu (để tìm thọ) đã trở thành một thói quen của một số người hành thiền nhưng phải nhớ rằng thọ xuất hiện ở một thời gian thích hợp và ở bất cứ chỗ nào trên thân. Việc gắn tâm trên ngực hay trên đầu để quán thọ cũng giống như nhắm một mũi tên vào sai mục tiêu vậy. Có thể nói rằng không ai có thể đưa ra một sự thỏa thuận nào với thọ. Không ai có thể gắn thọ ở một nơi đặc biệt nào. Nó sẽ sanh ở chỗ nào có xúc đi trước. Khi một người thấy và tin rằng thọ mà họ đang hành thiền ở sát-na này là cùng một thọ ở sát-na khác, phải nói rằng người ấy đã đi quá xa. Đức Phật nói, *'Vedanānaṃ Bhikkhave Aniccato Jānato passato.*' Nghĩa là, 'Này các Tỳ-kheo, cần phải nhận ra và thấy với trí tuệ mình sát rằng thọ là vô thường, không thể duy trì sự giống nhau trong hai sát-na liên tiếp. Nếu người hành thiền không nhận ra với trí tuệ mình sát rằng thọ là vô thường thì họ vẫn còn đi trệch đường.'<sup>16</sup>

Cần phải hiểu rõ là Thọ lúc nào cũng đang hiện lộ và rằng nó không chỉ sanh mà còn diệt. Có thể do không thực hành đúng mà người ta không có được trí tuệ nhập về Thọ.

Trong Kinh Đại Niệm Xứ có nói, *'Samudaya Dhammānupassivā Vedanāsu Viharati. Vayadhammānupassivā Vedanāsu Viharati. Samudaya Vaya Dhammānupassivā Vedanāsu Viharati.'* Nghĩa là người hành thiền phải sống quán trên sự

<sup>16</sup> Người ta thường tin rằng Thọ là một cái đau kéo dài liên tục.

sanh khởi của cảm thọ, quán trên sự diệt của cảm thọ, và quán trên cả sự sanh lẫn sự diệt của cảm thọ.’ Quan trọng là người hành thiền phải nhớ rằng không cần phải cố ý đi tìm Thọ. Người ta thường tin rằng khi người ta bị đau đớn, nhức nhối, bệnh hoạn, đó mới gọi là Thọ (*vedanā*) nhưng thọ còn nhiều hơn thế nữa. Có thể nói lúc nào thọ cũng có mặt hay lúc nào một trong sáu Thọ cũng đang sanh, hoặc ở mắt, hoặc ở tai, mũi, lưỡi, thân, hoặc ở tâm.

Không một khoảnh khắc nào người ta thoát khỏi Thọ, vì thế người hành thiền phải cố gắng để nhận ra và hiểu biết sự sanh và diệt của các Uẩn mà Thọ là một trong đó.

Sự sanh và diệt là Anicca (vô thường); sự hiểu rõ hay tuệ tri tính chất vô thường này là Đạo (*magga*). Vì vậy tiến trình sẽ là như thế này, vô thường và đạo, vô thường và đạo,... và khi không còn phiền não nào xâm nhập vào giữa vô thường và đạo thì người hành thiền có thể đạt đến Đạo Quả ngay trong kiếp sống này.

Khi sự sanh và diệt của Thọ được ghi nhận và tuệ tri thì đó là Vô Thường Tùy Quán (*aniccānupassanā*), trong khi nếu người hành thiền chỉ ghi nhận cảm thọ thì đó được gọi là Trí Phân Tích Danh (*nāmapariccheda ñāṇa*) vốn không phải là một thắng trí hay một loại trí minh sát cao hơn.

---

## TÁC ĐỘNG CỦA THỌ TRÊN PHÀM NHÂN VÀ TRÊN BẬC THÁNH A-LA-HÁN

Thọ xuất hiện trong mọi lúc và trong từng khoảnh khắc trên toàn thân ngoại trừ những chỗ như tóc, móng tay, móng chân, và phần da khô.

Thọ (*vedanā*) và Tâm (*citta*) là những pháp đồng sanh (*sahajāta dhamma*), nghĩa là chúng cùng sanh, cùng trú và cùng diệt với nhau.

Một phàm nhân (người bình thường) không thông hiểu pháp của bậc thánh (*ariya dhamma*) vấp phải một gốc cây và bị trặc chân. Người này không chỉ chịu cái đau thể xác (thọ khổ) mà còn phải chịu cái đau tinh thần (thọ ưu); rồi khi anh ta khát khao muốn chữa lành cái đau thì trong anh ta tham ái phát sanh. Tất nhiên anh không hề hay biết sự sanh khởi của Thọ Ưu cũng như khát khao (Tham Ái) muốn chữa lành cái đau ấy. Đây là Vô Minh (*avijjā*) Vì vậy khi một kẻ phàm phu cảm Thọ thì có thể nói anh ta đã bị đâm bốn lần với một mũi giáo.

Thứ nhất, anh ta bị thọ khổ (*dukkha vedanā*), thứ hai anh bị thọ ưu (*domanassa vedanā*), thứ ba anh ta khát khao muốn chữa khổ và thứ tư anh ta không nhận biết sự sanh khởi của Ưu và Tham Ái vốn là vô minh, như vậy theo ví dụ này, anh được ví giống như một người bị đâm bốn lần với một ngọn giáo.

Đối với một vị Thánh A-la-hán khi cảm thọ khổ vị ấy chỉ bị khổ thân chứ không có khổ tâm bởi vì trong vị ấy Ưu (*domanassa*) đã bị Đạo Quả tuyệt diệt.

Như vậy, vị thánh hay thánh đệ tử nhờ hành thiền trên tính chất sanh và diệt (hay trên tính chất vô thường) của thọ lạc và thọ khổ nên đối với vị ấy Thọ không làm Duyên cho Ưu cũng không làm duyên cho Tham Ái, mà thay vào đó nó trở thành duyên cho Trí Tuệ; nói cách khác Thọ không trở thành nhân cho Ưu và Tham Ái mà nó trở thành nhân cho Trí Tuệ bởi vì thọ đã được thấy đúng như thực, tức thấy nó là Vô Thường và không bền vững, thọ không thể duy trì sự giống nhau trong hai sát-na liên tiếp.

Bị đánh lừa bởi vô minh người ta tin rằng Thọ là một cái đau liên tục và kéo dài không dứt.

Trong khi hành thiền, người hành thiền chắc chắn sẽ phải gặp Thọ Khổ. Theo phép loại suy nó có thể được so sánh với một mũi giáo đâm vào. Mỗi cú thọc phải được đáp trả lại; nghĩa là khi thọ Ưu sanh nó phải được hành thiền trên đó như sự sanh và diệt (vô thường) đơn thuần. Nếu người hành thiền thấy được sự sanh và diệt của thọ nhanh chóng như vậy, Ưu sẽ không thể sanh và do ưu không sanh, sầu, bi, khổ, ưu và não cũng không thể sanh. Và vòng Duyên Sanh kể như đã bị cắt đứt ở chặng giữa.

Vô Minh cần phải được hiểu rõ như một yếu tố Đồng Sanh, Đồng Trú, và Đồng Diệt với các yếu tố khác, đó là, Ái (*tanhā*) hay Sầu (*soka*), Bi (*parideva*), Ưu (*domanassa*) và như vậy

khi những yếu tố này diệt Vô Minh không thể còn là Vô Minh mà sẽ trở thành Minh (*vijjā udapādi, minh sanh*), khi minh thay thế chỗ của vô minh nó phải được hiểu rằng Duyên Sanh đã bị bẻ gãy ngay ở đầu (*avijjā nirodhā saṅkhāra nirodho, vô minh diệt thời hành diệt*)

Trong khi hành thiền nếu cảm giác ngứa xuất hiện trên thân, người hành thiền không nên quên hành thiền trên sự sanh và diệt của nó; vì nếu quên Tham, Sân, Si sẽ có cơ hội lén vào,

Tham khảo lại lược đồ chúng ta thấy ‘Thọ làm duyên cho Ái’. Điều quan trọng ở đây là Minh Sát Đạo (*vipassanā magga*) hay Đạo Đi Trước (*pubbabhāga magga*) phải được thực hiện giữa Thọ và Ái hay nói cách khác, hành giả phải hành thiền trên sự sanh và diệt của bất kỳ thọ nào có mặt để cho sự nối kết giữa thọ với ái không thể xảy ra, Phần II không thể nối kết với Phần III (tham khảo lại lược đồ). Sự nối kết trong chuỗi Luân Hồi đã bị bứt đứt; hay Duyên Sanh đã bị bẻ gãy ở chặng giữa.

Nhập lưu thánh đạo, Nhất lai thánh đạo, Bất lai thánh đạo và A-la-hán thánh đạo có thể được đạt đến ở điểm này, tức giữa Thọ và Ái; nói khác hơn Ái đã bị cắt lia khỏi Thọ bằng Đạo (*Magga*).

Kinh nói, ‘*Vedanā Nirodhā Tanhā Nirodho*’ (‘Thọ Diệt thời Ái Diệt’). Khi thọ diệt ái sẽ tự động diệt, và khi ái diệt Đạo sẽ được đạt đến. Khi nhân bị sát trừ quả không thể xảy ra vì



thế khi Thọ được hành thiền trên đó như Vô Thường tham ái sẽ không thể khởi lên.

Cổ Trưởng Lão Mogok luôn nhắc nhở chúng ta rằng, trong ý nghĩa cùng tột không phải Đức Phật của chúng ta đạt đến sự Giác Ngộ Tối Thượng khi ngồi trên Ngôi Bảo Tọa (Bồ Đoàn) mà Phật Quả được đạt đến ở tại điểm Ái bị cắt rời khỏi Thọ.

Có thể một số người cho rằng lời tuyên bố này hơi kỳ lạ và khác thường nhưng phải nói nó hoàn toàn chính xác mặc dù chính khi trên Ngôi Bồ Đoàn dưới cội Bồ Đề Đức Phật đã đạt đến sự Giác Ngộ Tối Thượng.

Đến đây có lẽ mọi người có thể thấy điều quan trọng đối với người hành thiền là cố gắng làm sao để không liên kết Phần II với Phần III của Duyên Sanh. Và công việc (không nối kết) này chỉ là cố gắng hành thiền trên tính chất sanh và diệt của Thọ để cho Ái không sanh vậy thôi.

Cuối cùng, phải nhấn mạnh một lần nữa rằng không có sự cứu rỗi nào khác ngoài việc hành thiền trên các cảm thọ, đây là pháp hành có thể cứu kẻ phàm phu khỏi bị đọa vào các cõi khổ (apāyagati, khổ thú) và đạt đến giải thoát tối hậu.

## SỰ LẮC LƯ CỦA THÂN CÓ THÍCH HỢP VỚI VIỆC HÀNH THIỀN MINH SÁT KHÔNG?

Thời Đức Phật, có lần Trưởng lão Mahā Kappina đến viếng chùa Kỳ Viên nơi Đức Phật đang trú ngụ. Ở một chỗ không xa Đức Phật ngài ngồi kiết già lưng thẳng lạng lẽ thực hành chánh niệm. Đức Phật nhìn thấy Trưởng lão bèn gọi các vị Tỳ-kheo và nói rằng, *‘Này các Tỳ-kheo, các ông có thấy bất kỳ sự lắc lư nào của thân hay của tâm vị Trưởng lão đó hay không?’* Các vị Tỳ-kheo trả lời *‘Thưa không, bạch Đức Thế Tôn, chúng con không thấy bất kỳ sự lắc lư nào của thân hay của tâm của vị Trưởng lão ấy cả.’*

*‘Này các Tỳ-kheo,’* Đức Phật tiếp tục, *‘Khi định hay niệm được thực hành đi thực hành lại nhiều lần sự lắc lư của thân hay của tâm sẽ không xảy ra, bởi vì sao? Bởi vì định (vốn là nhân sanh an tịnh) đã được thực hành thuần thực vậy.’* (*Mahā Vagga Samyutta*).

Trong Vô Ngại Giải Đạo (*Patisambhidā Magga*) có nói, *‘Thân hay tâm của vị hành giả hành định hơi thở (ānāpāna samādhi) sẽ không lắc lư, hay nói đúng hơn, ít nhất thân hay tâm của vị ấy cũng không giao động.’* Như vậy, rõ ràng người thực hành Định thuộc niệm hơi thở (*ānāpāna sati samādhi*) theo đúng lời dạy của Đức Phật sẽ không bị giao động hoặc ở thân hoặc ở tâm. Đây là nói về thuần chỉ hay thiền chỉ thuần túy.

Chúng ta không nên quên rằng có ba giai đoạn tu tập trong Giáo Pháp của Đức Phật, đó là, Giới, Định, và Tuệ. Ở đây tuệ có nghĩa là tuệ minh sát (*vipassanā paññā*). Không ai phủ nhận rằng định cao quý hơn giới, và tuệ cao quý hơn định, vì vậy tuệ được nói là cao quý nhất trong các đức vì chỉ có tuệ mới giúp người hành thiền diệt mọi phiền não và đạt đến Niết-bàn. Nó là sự thể hiện của tất cả các Đạo Chi (*maggāṅga*) có chánh kiến dẫn đầu. Trong thiền chỉ, chánh định (*sammā samādhi*) là yếu tố dẫn đầu, do đó thiền chỉ không thể được tuyên bố là sự thực hành bao hàm cả tuệ, vì tuệ minh sát chỉ có thể đạt được bằng việc hành thiền trên các hiện tượng sanh và diệt của các uẩn. Do đó có thể nói một cách chắc chắn ở đây rằng trong thiền minh sát không có sự giao động của thân và tâm là nhờ có như lý tác ý đi cùng với Tâm đại thiện hợp trí (*yoniso manasikāra* và *mahā kusala ñāṇasampayutta citta*).

Người ta nói rằng ở một vài nơi trên nước Miến có nhiều trường hợp (người hành thiền) bị đơ người, ngất, bất tỉnh, mất trí, hay bị đổ gục trong lúc hành thiền.

Đối với người hành thiền minh sát thuần túy, phải khẳng định rằng những trường hợp xấu như vậy không bao giờ xảy ra vì pháp hành minh sát tự nó là tâm đại thiện hợp trí dưới sự dẫn dắt của chánh kiến và chánh tư duy.

Người hành thiền có chánh kiến, chánh tư duy và như lý tác ý sẽ có Như Thực Trí (*yathābhūtañāṇa*) nghĩa là trí thấy các pháp đúng như thực, hay nhìn các Uẩn đúng như chúng

---

thực sự là, đó là, thấy chúng chỉ là những hiện tượng sanh và diệt (*aniccā, dukkhā saccā vô thường, khổ đế*).

Do đó, vì lợi ích của những người hành thiền chúng tôi cần phải nhấn mạnh ở đây rằng trong thiền minh sát tuyệt đối không thể nào gặp phải những chuyện không đáng mong muốn như vậy. Không ở đâu trong Kinh Điển Pāli cũng như không ở đâu trong các bản chú giải người ta bắt gặp những trường hợp tồi tệ và không đáng mong muốn như thế, vì lẽ đó người hành thiền được khuyên phải rất thận trọng trong việc chọn lựa người thầy dẫn dắt thiền minh sát cho mình.

## **Phụ Lục 1**

### **Một Số Thuật Ngữ Pāli – Anh – Việt Sử Dụng Trong Tập Sách Này**

Pañcakkhandhā: Năm Uẩn (*five aggregates – Sắc, thọ, tưởng, hành, và thức - rūpa, vedanā, saññā, saṅkhāra, viññāṇa*)

Rūpakkhandhā: sắc uẩn gồm: bốn đại (*four primary elements*),

Pathavī: địa đại hay yếu tố cứng và mềm (*elements of hardness and soft*)

Āpo: thủy đại hay yếu tố kết dính (*element of cohesion*)

Vāyo: phong đại hay yếu tố chuyển động (*element of motion*)

Tejo: hỏa đại hay yếu tố nhiệt hay động năng và những đặc tính vật chất xuất phát từ chúng (*element of heat or kinetics energy and material qualities derived from them*).

Vedanakkhandhā: thọ uẩn gồm:

Sukha: thọ lạc (*pleasurable feeling*)

Dukkha: thọ khổ (*unpleasurale feeling*)

Upekkhā: thọ xả (*indifferent feeling*)

Saññakkhandhā: tưởng uẩn

Rūpa Sañña: sắc tưởng (*perception of form*)

Sadda Sañña: thanh tưởng (*perception of sound*)

Gandha Sañña: hương tưởng (*perception of smell*)

Rasa Sañña: vị tưởng (*perception of taste*)

Phothabba Sañña: xúc tưởng (*perception of bodily contact*)

Dhamma Sañña: pháp tưởng (*perception of mental object*)

Saṅkhārakkhandhā: hành uẩn

Mental or volitional formations with the exception of vedanā and sañña all remaining fifty cetasikas (*mental factor, 52 tâm hành hay tâm sở, trừ thọ và tưởng, năm mươi tâm hành còn lại gọi là hành uẩn*)

Viññāṇakkhandhā: thức uẩn

Cakkhaviññāṇa (*eye consciousness*)

Sotaviññāṇa (*ear consciousness*)

Ghānaviññāṇa (*nose consciousness*)

Jivhāviññāṇa (*tongue consciousness*)

kāyaviññāṇa (*body consciousness*)

manoviññāṇa (*mind consciousness*)

(citta, mano là những từ đồng nghĩa)

Āyatana: 12 xứ, gồm 6 nội xứ và 6 ngoại xứ  
6 nội xứ (*internal base*):

Cakkhāyatana: nhãn xứ (*eye base*)

Sotāyatana : nhĩ xứ (*ear base*)

Ghānāyatana: tỷ xứ (*nose base*)

Jivhāyatana: thiệt xứ (*tongue base*)

Kāyāyatana: thân xứ (*body base*)

Manāyatana: ý xứ

6 ngoại xứ:

Rūpāyatana: sắc xứ (*visible form base*)

Saddāyatana: thính xứ (*sound base*)

Gandhāyatana: hương xứ (*odour base*)

Rasāyatana: vị xứ (*taste or gustatory base*)

Phoṭṭhabbāyatana: xúc xứ (*tactility base*)

Dhammāyatana: pháp xứ (*cognizable object, pháp xứ bao gồm 52 tâm sở, 16 sắc tế, Niết-bàn, và những khái niệm*)

Ariya Sacca (*Noble Truths, Bốn Thánh Đế*)

Dukkha saccā (*truth of suffering, khổ đế - 81 tâm hiệp thể (lokiya cittas), 51 tâm sở (cetasikas) ngoại trừ tâm sở tham*)

Samudaya Saccā (*truth of the cause of suffering, tập đế, hay nhân sanh khổ*) – tâm sở tham (*lobha cetasika*)

Nirodha Saccā (*truth of the extinction of dukkha, diệt đế*)

Magga Saccā (*truth of the Path leading to the extinction of suffering*).

Āsavas: bốn lậu hoặc (*Defilements*)

Kāmāsava (*dục lậu, greed or craving*)

Bhavāsava (*hữu lậu, lust for the next life in higher planes*).

Diṭṭhāsava (*kiến lậu, wrong and perverted view*)

Avijjāsava (*vô minh lậu, ignorance of ariya saccā*).

Ogha: Bốn bộc lưu (*暴流, whirlpool*)

Kāmogha: dục bộc lưu (*dòng nước xoáy của tham dục, whirlpool of craving-[lobha]*)

Bhavogha: hữu bộc lưu (*dòng nước xoáy của tham muốn được tái sinh vào các cảnh giới cao hơn trong kiếp sau, whirlpool of desire for the existence in the higher planes in new life*).

Ditṭhogha: kiến bộc lưu (*dòng nước xoáy của kiến chấp sai lầm, xuyên tạc sự thực, đó là chấp thủ ngã kiến, thường kiến, đoạn kiến và sáu mươi loại tà kiến khác, whirlpool of wrong and perverted views, i.e., attadiṭṭhi, sassatadiṭṭhi, uccheda diṭṭhi, and sixty other kinds of diṭṭhi.*)

Avijjogha: Vô minh bộc lưu (*dòng nước xoáy của vô minh không hiểu biết tứ thánh đế, whirlpool of ignorance of the four noble truths*).

Upādāna: bốn thủ (*attachment*),

Kāmupādāna: dục thủ (*sự chấp giữ vào các dục lạc thế gian, attachment to sensual pleasure*).

Ditṭhupādāna: kiến thủ (*sự chấp giữ vào những quan kiến sai lầm, điên đảo*).

Sīlabbatupādāna: giới cầm thủ (*sự chấp giữ vào những giới điều và pháp hành sai lạc, attachment to wrong precepts and practices*).

Attavādupādāna: Ngã luận thủ (*sự chấp giữ vào những lý thuyết về tự ngã*).

Nivarana: năm triền cái (*hindrances*)

Kāmacchanda nivarana: dục tham triền cái (*hindrance of sensual pleasure*),

Vyāpāda nivarana: sân triền cái (*hindrance of ill-feeling or hatred*),



Thinamiddha nivarana: hôn trầm thùy miên triền cái (*hindrance of sloth and torpor*),

Uddhacca Kukkuca nivarana: trạo cử hối hận triền cái (*hindrance of distraction and remorse*).

Vicikicchā nivarana: hoài nghi triền cái (*hindrance of doubts and undecisiveness or perplexity of one's mind*),

Avijjānivarana: vô minh triền cái (*hindrance of ignorance of ariya saccā*)

Anusayas: Tùy miên, thất tùy miên (*những trạng thái ác ngủ ngầm hay những phiền não ngủ ngầm, latent states of evil*)

Kamarāgānusaya: dục ái tùy miên (*desire for sensual pleasures*);

Bhavarāgānusaya: Hữu ái tùy miên (*khát khao những hiện hữu mới trong kiếp sau, desire for existences in next life*);

Paṭighānusaya: Sân hận tùy miên (*hatred or anger*);

Mānānusaya: ngã mạn tùy miên (*pride or self conceit*);

Diṭṭhānusaya: tà kiến tùy miên (*wrong and perverted view*);

Vicikicchānusaya: hoài nghi tùy miên (*doubts and undecisiveness*);

Avijjhānusaya: vô minh tùy miên (*ignorance of ariya saccā*).

Samyojana: Mười kiết sử (*fetters*)

Kāmarāga Samyojana: dục ái kiết sử;

Rūparāga Samyojana: sắc ái kiết sử;

---

Arūparāga Samyojana: vô sắc ái kiết sử;  
 Paṭighā Samyojana: Sân hận kiết sử;  
 Māna Samyojana: Ngã mạn kiết sử;  
 Sīlabbata parāmāsa Samyojana: giới cấm thủ kiết sử;  
 Vicikicchā Samyojana: Hoài nghi kiết sử;  
 Uddhacca Samyojana: Trạo cử kiết sử;  
 Avijjā Samyojana: vô minh kiết sử.

Kilesa: mười Phiền não  
 Lobha: tham (*greed, craving*)  
 Dosa: sân (*hatred, illwill*);  
 Moha: si (*delusion*);  
 Māna: mạn (*self conceit*);  
 Diṭṭhi: tà kiến (*wrong or perverted view*);  
 Vicikicchā: hoài nghi (*doubts or undecisiveness*);  
 Thina Middha: Hôn trầm thụy miên (*sloth and torpor*);  
 Uddhacca: trạo cử (*distraction of mind*);  
 Ahirika: vô tâm (*shameless*);  
 Anottappa: vô quý (*unconscientiousness or fearlessness*).

Bodhipakkhiya Dhamma: Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ  
 Đạo  
 (*thirty seven factors of enlightenment*).  
 4 Satipatthāna: bốn niệm xứ (*four foundations of mindfulness*);  
 4 Sammā Padhāna: bốn chánh cần (*right efforts*);  
 4 Iddhipāda: bốn như ý túc (*means of accomplishment*);

- 5 Indriya: năm căn (*faculties*);  
 5 Bala: năm lực (*power*);  
 7 Bojjhanga: thất giác chi (*constituents of enlightenment*);  
 8 Maggaṅga: Bát chánh đạo (*Path constituents*).

Five Sammā DitṭhiNawm Loại Chánh Kiến (*right views*)

Kammasakatā Sammā Ditṭhi: chánh kiến về nghiệp, tức tin nghiệp và quả của nghiệp (*right view ordinarily that 'what he sows so he reaps', chánh kiến theo cách thông thường, đó là tin rằng 'giao nhân nào gặt quả nấy'*). Tuy nhiên, thực sự người Phật tử chân chánh còn tin vào những lý tưởng cao hơn nghiệp rất nhiều.

Vipassanā Sammā Ditṭhi: chánh kiến minh sát (*right view gained by meditation on one of the five aggregate that there is nothing but arising and vanishing, chánh kiến có được nhờ hành thiền trên các uẩn và thấy rằng chúng không là gì ngoài sự sanh và diệt*);

Magga Sammā Ditṭhi: chánh kiến Thánh Đạo (*right view gained by realization of magga, chánh kiến có được nhờ sự chứng đắc thánh đạo*);

Phala Sammā Ditṭhi: chánh kiến Thánh Quả (*right view gained by phala, chánh kiến có được nhờ đắc thánh quả*.);

Paccavekkhana Sammā Ditṭhi: chánh kiến phản khán (*right view gained by reflection, chánh kiến có được nhờ sự phản khán, tức sau khi đắc đạo quả vị này nhìn lại những phiền não đã được diệt và những phiền não chưa được diệt*);

---

Three Saṅkhāra: Ba Loại Hành,  
 Kāyaṣaṅkhāra: thân hành (*bodily action*);  
 Vacīsaṅkhāra: khẩu hành (*verbal action*);  
 Cittasaṅkhāra: ý hành (*mental action*).

Three Saṅkhāra: Ba loại hành khác  
 Puññābhisāṅkhāra: phúc hành (*meritorious or wholesome activities*),  
 Apuññābhisāṅkhāra: phi phúc hành (*demeritorious or unwholesome activities*),  
 Āneñjābhisāṅkhāra: bất động hành (*unshakable activities*).

Bốn Loại Hành theo Thanh Tịnh Đạo  
 (*Visuddhimagga*)

Saṅkhatasaṅkhāra: Hữu vi hành  
 (*Saṅkhatasaṅkhāra, law of cause and effect as expounded in aniccāyata saṅkhāra, quy luật nhân quả như đã được giải thích trong câu chú hành vô thường (aniccāyata saṅkhāra)*).

Abhisankhata Saṅkhāra: Dĩ Vi Tác Hành (*all of the Rūpa and Nāma which exist in the three planes of existence as the result of Kammic Force, ‘Tất cả danh và sắc hiện hữu trong tam giới như kết quả của Nghiệp Lực’*)

Abhisankharanaka Saṅkhāra: Hành Tác Hành (*twenty nine kusala and akusala cetanas which arise in the three planes of existence, 29 tư tâm sở thiện và bất thiện phát sanh trong tam giới.*)

Payogābhisāṅkhāra: Cần thẳng hành (*effort and endeavour mentally and physically, tinh tấn và nghị lực của tâm và thân*).

Four Attributes of Sotāpanna: Bốn Thuộc Tính của bậc Nhập Lưu

Sappuriya Samvesa: thân cận bậc thánh nhân (*association with noble person*);

Dhammasavana: nghe diệu pháp (*hearing the sermons of Ariya*);

Yonisomanasikāra: Như lý tác ý (*right attitude toward realities*);

Dhmmānudhammapatipatti: Tùy pháp hành (*practice to attain realization by following the path of eight magganas, thực hành theo bát thánh đạo để chứng đắc giải thoát*).

Sakkāya Diṭṭhi: Egoistic Wrong View: Thân Kiến

Sassata Diṭṭhi: Thường Kiến (*eternalist wrong view*).

Uccheda Diṭṭhi: Đoạn Kiến (*annihilationist wrong view*).

Kilesa Vatta: Phiền Não Luân (*the round of passion*): gồm 3 chi

Avijjā: vô minh hay không hiểu biết về tứ thánh đế (*ignorance of sacca*).

Tañhā: tham ái (*sensual desire*),

Upādāna: chấp thủ (*attachment*).

---

Kamma Vatta: Nghiệp Luân (*the round of kamma*):  
gồm

Ṣaṅkhāra: Hành (*mental, verbal, bodily activities, những hoạt động của thân, khẩu, và ý*).

Kammabhava: Nghiệp Hữu (*những hoạt động của thân, khẩu ý đưa đến tái sanh*).

Vipāka Vatta: Quả Luân (*the round of resultant effects*)

Viññāṇa: thức (*rebirth consciousness*),

Nāmarūpa: danh và sắc (*mind and matter*),

Salāyatana: lục nhập (*six sense bases*),

Phassa: xúc (*contact*),

Vedanā: thọ (*feeling*),

Jāti: sanh (*birth*),

Upapattibhava: sanh hữu (*sự tái sanh trong chín cõi hữu, nine planes of existence, i.e. kāmabhava, rūpabhava, arūpabhava, saññībhava, asaññībhava, nevasaññīnasaññībhava, ekavokāra, catuvokāra, pañcavokāra, dục hữu, sắc hữu, vô sắc hữu, tưởng hữu, vô tưởng hữu, phi tưởng phi phi tưởng hữu, nhất uẩn hữu, tứ uẩn hữu, ngũ uẩn hữu.*)

Yonisomanasikāra: Như Lý Tác Ý (*right attitude towards realities*).

Ayonisomanasikāra: Phi Như Lý Tác Ý (*wrong attitude towards realities*).

Yathābhūtañāṇa: Như thực trí (如其本然智, *như kỳ bốn nhiên trí, knowledge gained by seeing things as they really are, trí có được do thấy các pháp đúng như chúng thực sự là.*)

Ñāta Pariññā: Trí Biên Tri (知遍知, *exact knowledge gained through hearing of dhamma, trí có được do nghe pháp*)

Tīraṇapariññā: Độ Đạt Tri (度遍智, *exact knowledge gained by meditation on anicca, dukkha and annatā, trí có được do hành thiền trên tính chất vô thường, khổ và vô ngã của danh sắc.*)

Pahāna-Pariññā: Đoạn Biên Tri (斷遍知, *exact knowledge gained by uprooting kilesa, anusaya and samyojanas, according to stages of enlightenment achieved, trí có được do bứng gốc các phiền não, tùy miên, kết sử theo các giai đoạn giác ngộ đã thành tựu.*)

Kusala Kamma: Thiện Nghiệp (*wholesome action*).

Akusala Kamma: Bất Thiện Nghiệp (*unwholesome action*).

Kāya Kamma: Thân Nghiệp (*bodily action*).

Vacī Kamma: Khẩu Nghiệp (*verbal action*).

Mano Kamma: Ý Nghiệp (*mental action*).

Lobha: Tham (*greed or craving*).

Dosa: Sân (*hatred or anger*).

Moha: Si (*delusion*).

Māna: Mạn (*self-conceit*).



**Phu Luc 2**

## Tóm Tắt Tiểu Sử Thiền Sư Mogok

Thiền sư Mogok sinh năm 1900 (*1261 Myanmar Era*), trong một gia đình có tám anh chị em. Cha ngài, ông U Aung Tun và mẹ ngài, bà Daw Shwe Eik sinh sống trong ngôi làng U Yin Daw, ở Myit Nge, một thành phố nhỏ gần Mandalay (cố đô Miến Điện). Tên thuở nhỏ của ngài là Maung Hla Baw. Ngay từ lúc còn ấu thơ, cậu bé Maung Hla Baw đã là người có bản chất tốt, và hầu như không bao giờ biết nóng giận. Ngài biết tri túc với những gì cha mẹ cho, không bao giờ cãi nhau với những anh chị em trong gia đình về vấn đề ăn mặc. Ngài không bao giờ sử dụng những ngôn ngữ thông tục, thấp hèn hay vô ích, và cũng không thích người khác dùng những ngôn ngữ ấy. Khi đến tuổi đi học, ngài được gửi đến thầy U San Ya, (*hồi đó ở làng không có trường học*), ngài học nhanh hơn tuổi và luôn được thầy giáo yêu mến và ngợi khen. Ngài chỉ chơi đùa sau khi đã học thuộc những gì thầy dạy (*nhiều bài học phải được học thuộc lòng*). Nếu chưa học xong, ngài sẽ không đứng dậy ra chơi với bạn bè. Ngài không bao giờ cãi nhau hay đánh nhau với ai.

Maung Hla Baw xuất gia sa-di năm mới vừa chín tuổi, thầy tế độ của ngài là Sayadaw U Jagara, trụ trì của tu viện Gway Bin Tawya, ngay trong ngôi làng U Yin Daw của ngài. Là một đứa trẻ sinh vào ngày thứ Tư, theo phong tục Miến Điện, ngài được đặt pháp danh là Vimala (*các vị sư và sa-di sinh vào ngày thứ Tư thường được đặt cho pháp danh*

---

bắt đầu với vần Y, R, L, V, đối với những người sinh vào ngày khác trong tuần tất nhiên cũng có những pháp danh tương xứng với ngày sinh của họ.). Sadi Vimala rất biết vâng lời, không bao giờ miễn cưỡng làm những bổn phận của người học trò đối với các vị thầy của mình. Trong các buổi đi khất thực ngài luôn luôn nhận được sự cúng dường nhiều hơn các vị sa-di khác, do đó ngài được đặt cho biệt danh là **‘sa-di Sivali’** (theo tên của Tôn giả Sivali, người được xem là tối thắng trong việc thọ nhận của cúng dường, ngoài Đức Phật). Trong khi sa-di Vimala tu học tại Tu Viện Gway Bin Tawya, ở làng U Yin Daw, nhiều bầy ong đã bay đến bu lên trên những tâm y của ngài phơi trên sào. Trước hiện tượng bất thường này, vị trụ trì Tu Viện nhận xét rằng Vimala không phải là một người bình thường, và tiên đoán sau này ngài sẽ trở thành một bậc xuất chúng. Khi sa-di Vimala sắp được mười bốn tuổi, trước sự nài nỉ của Sa-di Canda, một người bà con của mình, ngài đã nhận lời vượt qua Sông Duttavati trên một chiếc thuyền nhỏ cùng với Canda. Lúc bấy giờ là mùa mưa, mực nước dâng cao, sóng lớn, và sông thì rộng. Giữa sông có một xoáy nước khổng lồ, khi ngài chèo đến, chiếc thuyền nhỏ bị cuốn vào xoáy nước ấy. Nói gì đến việc chèo thuyền qua xoáy nước, từ hồi nào đến giờ chưa từng có ai dám đến gần nó dù bằng những con tàu lớn hơn. Người dân hai bên bờ chứng kiến sự việc nghĩ rằng chiếc thuyền nhỏ của hai vị sa-di này đang đi vào vùng nước xoáy nguy hiểm và chắc chắn sẽ bị nhấn chìm. Quá lo lắng, họ vội cột thuyền của mình vào những cây cọc trên bờ sông và cùng ùa bơi ra chỗ chiếc thuyền của hai vị, hy vọng sẽ cứu được họ. Khi đến gần, họ thấy rằng mặc dù chiếc thuyền của hai vị thực sự đang bơi qua vùng nước xoáy khổng lồ

đáng sợ nhưng rõ ràng là nó giống như đang bơi qua một vùng nước hoàn toàn yên tĩnh. Và khi được mọi người hỏi, hai vị sa-di nhìn họ kinh ngạc, nói rằng họ thậm chí còn không biết họ đã đi vào vùng nước xoáy, họ nghĩ là mình đang ở trên vùng nước yên tĩnh.

Một thời gian sau, khi thấy vị thầy thời thơ ấu của mình ngày càng già đi, và ý thức được sự cần thiết phải theo đuổi việc học hỏi kinh điển của mình, ngài xin cha mẹ gởi ngài đến Tu viện Mangala Taik ở Amarapura. Do sự lần lữa của cha mẹ ngài quyết định hỏi xin thầy tế độ và cuối cùng, chỉ với một ít vật dụng cần thiết, ngài ra đi mà không thông báo cho cha mẹ biết. Ngài được những thí chủ của ngôi chùa mới ở Amarapura yêu thích đến nỗi việc thuyết pháp đã tốn rất nhiều thời giờ của ngài, và vị sayadaw thường trú của Tu viện Mangala Taik phải nhắc ngài không nên phí thời giờ vào những buổi thuyết pháp như vậy. Ngài được xem là người đức hạnh, thông minh và nắm bắt nhanh trong những vấn đề thế tục cũng như Phật Pháp vượt ra ngoài tuổi tác của ngài, và điều này đã làm ngạc nhiên ngay cả các vị trưởng lão cao hạ ở đó. Chính trí tuệ này đã đem lại cho ngài biệt danh ‘Sa-di Xá-lợi-phát’. Sa-di Vimala được thọ giới tỳ-kheo vào ngày mồng tám của tuần trăng khuyết tháng Wazo, năm 1281 Miến Lịch (*tức ngày mồng 8 tháng 7 năm 1920 DL*) do vợ chồng thương gia U Win và Daw Daw Saw làm thí chủ; với thầy tế độ đại trưởng lão Bhaddanta Sujata, thường trú tại Tu viện Mangala Taik, Amarapura. Khi vừa thọ đại giới xong, tân Tỳ kheo Vimala bước ra khỏi giới phòng treo tâm y thượng (y vai trái) của mình lên phơi cho khô mồ hôi, ngay lập tức những bầy ong bay đến và từng

đám ong bu kín trên tâm y của vị tân tỳ kheo (*lần thứ hai trong đời*). Thấy điều này, Sayadaw U Nagavamsa<sup>17</sup> tiên đoán rằng đây là một vị sư chắc chắn sẽ đạt đến sự giác ngộ trong kiếp này. Kể từ đây Tỳ kheo Vimala tiếp tục nghiên cứu kinh điển dưới sự chỉ dạy của Sayagyi U Ohn, và hàng ngày phải đi xe lửa đến Mandalay để học với các vị Sayadaw nổi tiếng khác như, Khemasivam Sayadaw, Toung Byin Payagyi Taik, U Khanti Sayadaw, Toung Byin Shwe Yay Soung Taik sayadaw U Adiccaramsi.

Tỳ kheo Vimala nổi tiếng với việc dạy tụng đọc môn Vi Diệu Pháp hàng đêm đến nỗi các tăng sinh từ nhiều nơi phải đến sống tạm dưới các bóng cây, các ngôi lều che tạm gần chùa, chỉ để có cơ hội được học dưới sự chỉ dẫn của Vimala. Có được một chỗ nhỏ nhỏ để ngồi nghe U Vimala giảng đã là một điều khó đối với các tăng sinh, sau khi nghe xong họ còn phải đi đến một nơi khác, thường là Lake Toung Tha Man, dưới những bóng cây để học thuộc lòng những gì đã nghe hôm đó. Người ta nói rằng thời đó những cánh rừng gần Lake Toung Tha Man đầy bóng y vàng của những tăng sinh theo học. Khi Sayadaw U Nagavamsa nghe rằng U Vimala, không những bận rộn dạy kinh điển Pāli cho tăng sinh hằng ngày mà còn thuyết Pháp cho Phật tử nữa, ngài đã cảnh tỉnh, *‘Dạy kinh và thuyết pháp như thế này con sẽ chỉ kiếm được chút phước mà thôi. Hãy cố gắng hoàn thành công việc (chứng ngộ Tứ Thánh Đế) của con trước đi đã.’* Lời nhắc nhở này ngay lập tức đã khơi dậy ý thức khẩn cấp

<sup>17</sup> Oung Gin Shippar, Eight Victory's Sayadaw, Vị Sayadaw Tám Chiến Thắng?

tâm linh (*samvega*) nơi U Vimala. Từ đó mỗi đêm Vimala chỉ ngủ vài tiếng, và bắt đầu hành thiền khi trời đã quá nửa đêm. Sau đó ngài đi đến Mandalay và Monywa để tiếp tục hành thiền, nhưng vẫn không cảm thấy thỏa mãn. Trở lại Mangala Taik, Amarapura, ngài tiếp tục công việc nghiên cứu kinh điển Pāli mà Đức Phật đã giảng dạy trong suốt 45 năm của ngài. Học hết Dhammapada Pāli (*Pháp Cú Kinh*), Aṅguttara Pāli (*Tăng Chi Bộ Kinh*), Samyutta Pāli (*Tương Ưng Bộ Kinh*),... ngài thỏa mãn khi thấy rằng chỉ có ba biên tri pháp<sup>18</sup> (*pariññā*) là cần thiết cho hàng thánh vãn (*sāvaka*).

Chỉ sau khi hoàn tất việc thực hành của mình U Vimala mới bắt đầu giảng dạy pháp trở lại cho mọi người. Có lần Daw Vilasi, một vị tu nữ thâm niên ở Mogok, Mingun giải thích cho U Vimala biết rằng mặc dù bà đã học hết lớp Vi Diệu Pháp ban đêm của ngài, và đang dạy cho các vị sư và tu nữ khác, nhưng bà vẫn không hiểu được hết những bài học ấy, vì thế bà cảm thấy không vui. Sau đó bà thỉnh cầu U Vimala, vì lòng bi mẫn, hãy dạy lại cho bà và những học trò của bà về Saṅgaha (yếu hiệp), phụ chú giải, cũng như các bài giảng lớp đêm Vi Diệu Pháp,... Khi Ledi U Paduma Sayadaw, người trước đây chịu trách nhiệm giảng pháp hàng năm ở Nyaung Lay Bin, bất ngờ bị đột quy, vị này khuyên U Vimala, lúc đó đã có đầy đủ pháp học và pháp hành, thay thế mình. Từ đó, trong suốt mười một năm U

18 tisso pariññā, (遍知) three stages of knowledge, ba giai đoạn trí, 1. nāta pariññā (trí biên tri, 知遍知); 2. tīraṇa pariññā, diệc tác độ biên tri, 亦作度遍知, và 3. pahāna pariññā, (đoạn biên tri, 斷遍知)

Vimala đã giảng pháp hàng năm ở Nyaung Lay Bin. Tại khu vực Mogok ở Mingun, những ngôi tháp, những tu viện, cùng với hồ nước cho chư tăng và tu nữ dùng quanh năm, đã mọc lên. U Vimala hàng năm cũng đi đến Mogok (một nơi sản xuất các loại đá rubies), phía Bắc của bang Shan. Các thí chủ ở vùng Mogok, đã hiến tặng cho ngài những ngôi tháp, hồ nước, tu viện, nhà nghỉ..., không phải chỉ ở vùng Mogok quê hương của họ, mà còn cả ở khắp mọi nơi, chỗ nào có dấu chân U Vimala đi đến. Và từ đó chư tăng cũng như tu nữ bắt đầu gọi ngài là ‘Mogok Sayadaw’.

Vào ngày thứ 13 của tuần trăng khuyết tháng 11 (*Thadingyut*) năm 1324 Miến Lịch (*tức tháng 10 DL*), lúc nửa đêm có một tiếng sấm lớn nổi lên. Trời rực sáng như ban ngày và kéo dài khoảng hai phút, hàng chục ngàn con chim se sẻ thường ngủ trên cây me khổng lồ trong tu viện của Sayadaw nhiều năm nay, bỗng nhiên vụt bay đi đâu mất. Cảnh tượng cả chục ngàn con chim bay đi một lúc trong ánh sáng rực rỡ đã ám ảnh và thậm chí còn khiến cho mọi người nổi cả da gà. Bầy chim không quay trở lại nữa. Khoảng nửa đêm ngày mồng một, mồng hai và mồng ba tháng mười một 1324 (*tức tháng 10 năm 1962*), những ánh sáng rực rỡ phát ra nơi căn phòng của Sayadaw, và U Hla Bu, người ngủ bên ngoài phòng của ngài nghe thấy tiếng Sayadaw như thể đang nói chuyện với ai đó. Mọi cánh cửa đều đóng. Vì thế U Hla Bu quyết định đi vào để hỏi Sayadaw, ‘*Bạch ngài, con vừa mới thấy có ánh sáng và nghe giọng nói của ngài. Ngài đang nói chuyện với ai vậy?*’ ‘*Này, Hla Bu, ông biết đấy. Không còn nhiều thời gian nữa*’, Sayadaw trả lời. *Những bóng đèn chiếu sáng mà người ta thấy trong khuôn viên chùa là những*

*bóng đèn được chuẩn bị cho buổi lễ dâng y Kathina sắp đến, chiếu qua mái phòng của Sayadaw, và từ đó phát ra ánh sáng vậy thôi. (Theo Hành Trạng của Thiền Sư Mogok Sayadaw, ấn bản tháng Giêng năm 1994, trang 313).*

Ngày 15 tháng 10 năm 1962 (ngày thứ hai của tuần trăng khuyết tháng Thadingyut (11) hai ngày trước khi Sayadaw chuẩn bị viên tịch – parinibbāna), Ngài nói, ‘*Sư đã già rồi. Dứt khoát một điều là giáo pháp (sasana) này sẽ không còn nữa, giáo pháp này sẽ không còn nữa. Nó sắp sửa diệt vong rồi. Nếu quý vị hỏi tại sao giáo pháp này phải diệt, Tôi sẽ nói rằng vì nó tồn tại theo thời gian. Kinh điển này, pháp hành này, hầu hết mọi người không còn hành theo nữa. Ông sư (là Tôi) đang già đi. Vì thế nó sẽ biến mất, sẽ diệt mất. Giáo pháp sẽ không mất sao?’ ‘Quý vị hãy tranh thủ, ngay trước khi giáo pháp này biến mất. Hãy gấp rút thực hành. Quý vị còn kịp thì giờ.’ ‘Xe lửa sắp sửa khởi hành. Quý vị chỉ vừa kịp thì giờ thôi đấy. Quý vị chỉ vừa mới bước xuống xe. Quý vị có ý thức được rằng xe lửa sắp sửa khởi hành rồi không.’ (Hành Trạng của Thiền Sư Mogok, ấn bản tháng Giêng năm 1994, P, 309) .*

**Ngày Cuối Cùng** (Ngày thứ tư của tuần trăng khuyết tháng Thadingyut 1324, tức ngày 17 tháng Mười năm 1962).

Lúc 5 giờ sáng ngày 17 tháng 10 năm 1962, khi cô Daw Tin Hla, người đệ tử thân tín của Sayadaw và bà tu nữ Daw Kumari đến dâng diêm tâm sáng cho ngài, ngài nói, ‘*Con hãy còn trẻ. Con sẽ còn bị tác động bởi tám pháp thế*

---

*gian*<sup>19</sup>. Chắc chắn con sẽ phải đối mặt với tám pháp thế gian. Vì thế con hãy cố gắng thực hành pháp một cách tích cực để có thể chịu đựng được tám ngọn sóng đời này.’ Sau đó Sayadaw cho gọi U Kyaw Thein, chồng của Daw Tin Hla, đến và nói với anh ta, ‘Hãy nghe sư nói cho cẩn thận, khi sư không còn nữa, anh sẽ phải đối mặt với tám pháp thế gian. Là người thực hành pháp có thể anh sẽ vượt qua được chúng.’ ‘Anh đã ghi âm lại những bài Pháp sư giảng. Hãy nghe lại những bài pháp ấy. Nếu không hiểu, nghe đi nghe lại tất sẽ hiểu. Hãy ở lại sau và nghe kỹ những gì sư đã dạy cho anh.’ (Hành Trạng Thiên Sư Mogok, 1994, trang 317).

### **Đánh Lễ Lần Cuối Cùng**

(Ngày 17 tháng Mười năm 1962, tức ngày thứ tư của tuần trăng khuyết tháng Thadingyut, 1324 Miến Lịch)

Lễ dâng y Kathina cuối mùa an cư do U Chit Hla và Daw Thaung Hut làm thí chủ. Trong khi các vị Trưởng lão (*Sayadaw*) từ các ngôi chùa và tu viện khác đang được dâng bữa điêm tâm, Mogok Sayadaw đi từ bàn này đến bàn khác

---

<sup>19</sup> Tám Pháp Thế Gian hay Bát Phong Xuy Động: 1. Được lợi (Lābha), 2. Mất lợi (Alābha) 3. Được danh (Yasa) 4. Mất danh (Ayasa) 5. Chê bai (Nindā) 6. Khen ngợi (Pasaṃsā), 7. Hạnh phúc (Sukha), 8. Đau khổ (Dukkha).



để chào hỏi mọi người. Tới một bàn kia ngài ngồi xuống và tham gia vào cuộc nói chuyện. Trong bàn có Sayadaw U Nagavamsa, người mà từ khi Mogok Sayadaw còn trẻ, đã được xem như một người anh cả, từng dẫn dắt và khích lệ Mogok Sayadaw trong suốt cuộc đời ngài, lúc các vị sắp sửa đứng dậy, Mogok Sayadaw cúi đầu xuống và đặt trán của mình lên chân ngài và nói, ‘Được đánh lễ ngài theo cách này chắc sẽ là lần cuối đối với con, bạch ngài’. Các vị sư và cư sĩ gần đó đều nghe rõ lời ấy, và thấy Mogok Sayadaw chạm trán của mình vào chân bậc trưởng lão. Việc làm này thật là ý nghĩa. Sau đó Mogok Sayadaw chấp tay và cúi đầu đưa tiễn các vị trưởng lão ra tận xe của các vị.

### Sâu Ưu Bất Đầu

Sayadaw vẫn nói pháp như thường lệ. Ngài vẫn dạy các hàng đệ tử, *‘Hãy đi và thực hành pháp của mỗi người’*. Chỉ có U Kyaw Thein ở lại bên cạnh ngài. *‘Khi ta đi rồi, hãy tiếp tục thực hành pháp. Hãy dừng mọi công việc mua bán của anh lại. Con người đã có đủ để ăn.’* *‘Bạch ngài, khi nào ngài đi Yangoon?’* *‘Năm uẩn của ta sẽ nói cho ta biết ta sẽ đi đâu và sẽ phải làm gì. Chỉ việc nghe những gì ta nói với anh. Ta không cảm thấy khỏe lắm.’* *‘Vậy con sẽ đi mời bác sĩ, bạch ngài’*

*‘Nếu như anh muốn đi mời bác sĩ, sau 1.30 giờ hãy đi.’* Khoảng 1.00 chiều Sayadaw nói, *‘Mắt ta đã mờ đi rồi. Anh hãy cố gắng thực hành để vượt qua những cảm thọ mà một người mang tám thân năm uẩn sẽ phải chịu đựng. Hãy ở lại sau và đừng quên chánh niệm.’* Lúc 1.20 P.M sayadaw

---

được giải thoát khỏi gánh nặng của năm uẩn, và đi vào sự bình yên tối thượng. Trước khi hỏa táng nhục thân Sayadaw, ngài Trưởng lão Agga Mahāpaṇḍita Janakabhivamsa ở tự viện Mahagandharama, Amarapura, và ngài trưởng lão A Ne Sa Khan Sayadaw đã đọc lời khuyến giáo. Lượng người tham dự lễ tang ngài đông chưa từng thấy trước đây.

### **Những Dấu Hiệu Bất Thường Trong Lễ Trà Tỳ**

Tóc, móng tay, móng chân của Sayadaw vẫn tiếp tục mọc dài ra. Xá lợi một phần được hình thành từ xương hoãn toàn không bị đốt cháy. Hai con mắt, vẫn giữ nguyên hình dạng, và chuyển thành những viên xá lợi màu sắc giống như đá quý. Những xương khớp tay của ngài được nối móc vào nhau. (Theo Hành Trạng của Thiền Sư Mogok, U Kyaw Thein, tháng Giêng năm 1994 trang 338).

Di cốt ngài sau đó được lưu giữ tại nơi cư ngụ của U Thaung và người ta phát hiện ra chúng đã chuyển thành xá lợi và thỉnh thoảng phát ra ánh sáng. Một phần xương hàm của ngài không bị đốt cháy, về sau còn mọc ra những chân răng ở cả hai bên.

Viên Không Thiền Viện những ngày cuối năm Giáp Ngọ

Tỳ Kheo Pháp Thông dịch

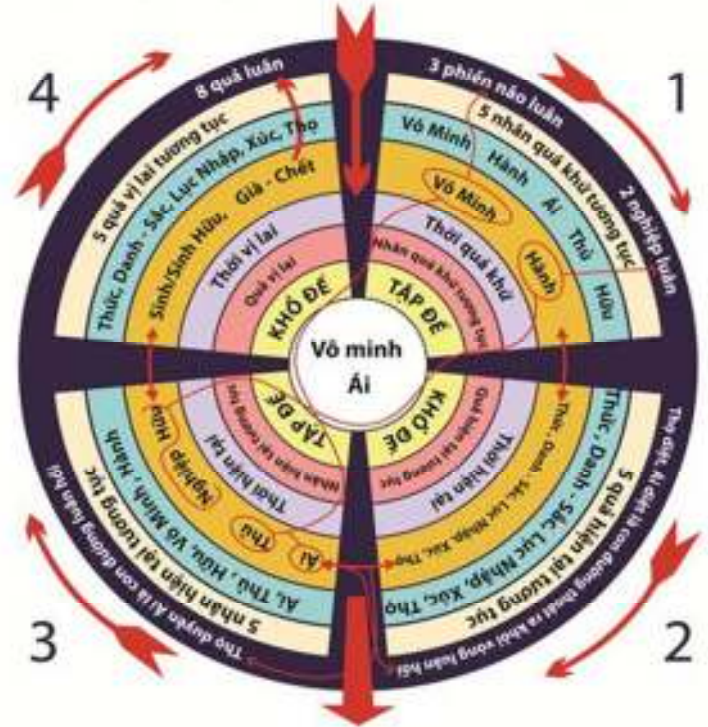
### ***Danh Sách Hùn Phước 2014***

- ĐĐ Pháp Từ; ĐĐ Minh Hạnh (Canada); Sư Thiện Giàu (Bửu Quang); Sư Viên Trí
- SC Huyền Nghi, SC Liễu Tâm; Tu Nữ Hạnh Thiên; Tu Nữ Hạnh Trí; Cô Tu Nữ Diệu Tâm (Cần Thơ) và gia đình; Tu Nữ Loka (Quang Nhung); TN Quang Chúc; TN Quang Định; SC Như Nguyễn (Phòng Phát Hành Chùa Bửu Long)
- HCM City: GD Tín Hạnh; GD Vưu Viễn Long, Vưu Viễn Tuấn, Đỗ Thị Xuân Quỳnh; Vưu Khải An, Vưu Khải An, Vưu Bội Kim; GD Nguyễn Nho Phong, Trần Văn Thìn, Nguyễn Phương Nghĩa; GD Nguyễn Đạt Văn, Vũ Thị Thương; Nhóm Phật Tử Tâm Bình An và Sống Thiên; Phật Tử Tín Hạnh; Nguyễn Thị Thanh Vân; GD cô giáo Lan (Trung+Thủy Tiên); Nhóm Thanh Hạnh, Trần Thị Yên, Ngô Thị Phương Dung, Ngô Thị Hoà, Trần Thị Bảo Khánh, Trần Thị Nhự; GD Giới Bảo (Vũng Tàu); Đỗ Thanh Hà, Đỗ Thị Thu Hương, Phan Trọng Nghĩa; GD cô Lan (Phước Sơn); GD Nguyễn Trí Dũng; GD Bá Học; GD Hoàng Anh; GD Lê Thị Phấn; GD Nguyễn Thị Thu Hằng, Nguyễn Thị Thu Hồng; GD Trần Thúy Nga; GD Nguyễn Đình An; Nguyễn Thị Bích Hạnh, Nguyễn Thị Bích Hiền; Mai Thúy Nga; Trần Thị Hiền (HH Trần Quang Tấn); Ma Văn Lợi, Ma Văn Nhung; GD Ma Văn Bản; GD Ma Văn Bi; GD Ma Thị Nhung; GD Đỗ Ngọc Trinh; GD Cao Hoàng Tân;

GĐ Hạnh Hoàng; Nguyễn thị Kim Hoàn (HH cầu siêu ô Nguyễn Đình An); GĐ Phật Tử Khánh Huệ (USA), GĐ PT Nguyễn Thị Ánh ; PT Hoàng Hoa (Ngọc Châu), Giác Ngọc; Nguyễn Ngọc; Lương Dung; Dịu Huệ, Dịu Hạnh; Nguyễn Thủy; Nguyễn Hỷ; Anattā Diệu Phương; GĐ Hạnh Hoàng; GĐ Lê Thị Phiếu; GĐ Liêng Ngọc Ánh; GĐ Lâm Thanh Thảo; GĐ Trần Văn Nam; GĐ Phạm Ngọc Francois; GĐ Hồng Tuấn; GĐ Hồng Thị Nhơn; GĐ Nguyễn Thị Vinh (HH Nguyễn Thị Bích Thu); Lê Thị Huệ (HH Lê Trung Thành; bé Minh Lộc; Như Pháp; Nguyễn Đài; GĐ Lê Tấn Hà, Lê Thị Lan Hương; Cô Hằng, Tâm Huệ; Vũ Văn Minh, Phan Thị Lan Anh; GĐ Phan Thân, Tú Anh; GĐ Đặng Thị Tiên (cô Tám Tiên); Ma Thúy Ngọc, Nguyễn Thị Lệ, Phạm Chí Nhân (Uttamañāṇi); GĐ Phùng Thế Lưu; Trần Thị Thanh Thúy, Trần Thị Thanh, Trần Thị Thanh Hồng, Trần Thị Thanh Hương, Trần Thị Thanh Nga; Nhóm Phật tử Thủ Đức: GĐ cô Cúc, Nguyễn Thị Nghĩa, Huỳnh Thị Túy, Thanh Âm, Con gái sư Viên Trí; Cô Thanh Hoan (đệ tử sư Pháp Hảo)

- Đà Nẵng: Cô Hựu Huyền, Ngô Thị Phương;
- Đồng Nai, Lâm Đồng: GĐ cô Thuỳ Hương (BH), Nhóm Phật Tử Sư Tùng (Dầu Giây); GĐ cô Liên (Long Thành); GĐ Đức+Ý Nhi; cô Tám Tiên;
- Hà Nội: Nhóm PT Hải Phòng; Trần Thị Thanh Hương; Trần Duy Minh; Trần Thị Thanh Hằng, Tạ Quốc Trung; Nguyễn Trọng Linh; GĐ Thành Ngọc, Hoa Minh;

QUÁN THẬP NHỊ NHÂN DUYÊN THEO PHÁP MÔGOK



---

**Mogok Sayadaw**  
**và Pháp Duyên Sanh**

U Than Daing  
Tỳ-kheo Pháp Thông dịch



Chịu trách nhiệm xuất bản:  
Nguyễn Công Oánh

Biên Tập:  
Sửa bản in: Tỳ kheo Pháp Thông  
Bìa: Sumanā (Kim Lan)  
Đối tác liên kết: Lê Minh Thủy Tiên TP Hồ Chí Minh.  
Tel:

**NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO**  
Phường Yên Hoà, Q. Cầu Giấy, TP. Hà Nội  
ĐT: 04.37822845-04.37822842—Fax: (04) 37822841