

# Đường đến Giác Ngộ

37 phần Bồ đề

*Tỳ kheo Chánh Minh*

Chùa Bồ Đề, Vũng Tàu

## Mục lục

[Chương I:](#) KHAI DẪN - BỐN KHẢ NĂNG ĐẶC ĐẠO

[Chương II:](#) BỐN NIỆM XỨ (Cattāra-satipaṭṭhāna)

[Chương III:](#) BỐN CHÁNH CẦN Cattāra-sammappadhāna

[Chương IV:](#) TỨ NHƯ Ý TỨC (Cattāra-iddhipāda)

[Chương V:](#) NGŨ QUYỀN (Pañcendriya)

[Chương VI:](#) NGŨ LỰC (Pañca-bala)

[Chương VII:](#) BẢY GIÁC CHI (Bojjhaṅga)

[Chương VIII:](#) BÁT CHI ĐẠO (Aṭṭhaṅgika-magga)

## Chương I

# KHAI DẪN - BỐN KHẢ NĂNG ĐẮC ĐẠO

**T**rong bộ Puggalapaññaṭṭi (Nhân chế-định) của Tạng Abhidhamma và trong Aṅguttara nikāya (Tăng-chi bộ) có giải thích rằng:

Chúng-sanh được gặp Giáo-pháp của Đức Chánh-đăng-giác có bốn hạng:

**1) Uggahāṭṭaṇṇu** - *Khai thị tri giả*. Là hạng chúng-sanh tỏ ngộ pháp (dhammābhi-samayo) khi vừa mở đề. Tức là chứng-đắc từ sơ-quả đến A-la-hán như trường-hợp Ngài Sārīputta, Moggallāna, Bāhiya ... chỉ nghe câu pháp ngắn gọn cũng đắc đạo-quả.

**2) Vipañcīṭaṇṇu** - *Quảng diễn tri giả*. Là hạng chúng-sanh không thể chứng Đạo-quả khi nghe một câu pháp ngắn, một thời pháp ngắn, tuy nhiên, nếu thời pháp được giảng rộng, hay được lặp lại nhiều lần, người này chứng đạt đạo-quả, như trường-hợp Ngài Yāsa, trưởng giả Anāthapiṇḍika, bà Visākhā ...

**3) Neyya** - *Ứng dẫn giả*. Là đắc đạo-quả do tuần tự tiến, tức là không thể chứng-đắc ngay, dù bài pháp được thuyết-giảng rộng.

Hạng người này cần phải được hướng dẫn, chiêm nghiệm cẩn thận với tác-ý khéo (yoniso manasikāra), lại phải thân-cận với bậc trí giả. Nhờ vậy, người này có thể chứng đạo-quả.

Hạng Neyya có nhiều hạng tùy theo thời gian hành-đạo và phước độ ba-la-mật (pāramī) tích trữ, cùng với phiền-não tiềm tàng mạnh hay yếu.

Hạng Neyya bao gồm những người hành-đạo với thời gian tối thiểu là 7 ngày cho đến cuối đời (như trường-lão Cittaḡutta mất 55 năm hành-đạo).

Nếu tinh-tấn hành-đạo từ 7 ngày cho đến khoảng giữa tuổi thọ, chúng-sanh này có thể chứng-đắc đạo-quả A-la-hán, vào cuối tuổi thọ chỉ có thể đắc đến Bất-lai quả mà thôi.

Mặt khác, nếu với thời gian 7 ngày đắc quả, người này phải tinh-tấn đồng mãnh, nếu không có tinh-tấn cao độ thì thời gian hành pháp sẽ kéo dài, 7 ngày có thể trở thành 7 tháng, 7 năm hoặc lâu hơn.

Và cần biết rằng: người Neyya, nếu sự tinh-tấn không đủ mạnh trong suốt cuộc đời, thì sự giải-thoát khổ không thể có được. Tức là, không thể giải-thoát trong Giáo-pháp đức Phật hiện-tại; tuy nhiên, cũng là pháp tinh-tấn pāramī, sẽ giải-thoát trong Giáo-pháp của Đấng Chánh-giác vị-lai.

Sự giải-thoát trong Giáo-pháp của đức Phật vị-lai trở thành hiện thực, khi người này gặp lại chính pháp môn đang hành-trì trong hiện-tại, như trường-hợp Ngài Cūlapanṭhaka quán thể trước khi nhìn vào chiếc khăn vò trong tay, phát-triển tuệ-quán chứng-đắc A-la-hán cùng với Hóa-tâm minh, do tiền kiếp thường quán thể trước hay vị đệ tử của Ngài Sārīputta, quán vô-thường qua tịnh-tướng hoa sen do đức Phật hóa hiện, chứng-đắc A-la-hán, vì trong tiền kiếp là

thọ bạc thường nhìn tịnh tướng.

Cũng nên ghi nhận rằng: hạng Neyya có 2 loại là:

- *Niyāta Neyya* (xác định ứng dẫn giả): Là người được đức Phật thọ ký chắc chắn sẽ giải-thoát.

- *Aniyāta Neyya* (bất định ứng dẫn giả): Là người chưa được đức Phật thọ ký, sự giải-thoát khổ còn bất định, cho dù người ấy đã viên-mãn pháp ba-la-mật (pāramī), gặp được đức Phật Chánh-giác, như trường-hợp vua Ajātasattu (A-xà-thế).

**4) Padaparama** - *Văn cú tối vi giả*. Là hạng người không thể đắc đạo-quả trong kiếp sống ấy, cho dù người này nghe nhiều, nhớ nhiều, giảng pháp nhiều.

Hạng người này dù cố-gắng tinh-tấn hành pháp cũng không thể chứng-đắc đạo-quả, hạng người này chỉ có thể tích lũy phước báu ba-la-mật cùng tập khí (vāsanā).

Tuy không giải-thoát trong hiện kiếp, nhưng do tích lũy phước báu ba-la-mật theo con đường thiền Chỉ (samatha) hoặc thiền Quán (vipassanā), khi mệnh-chung sẽ sanh lên cõi trời, người ấy có thể đắc đạo-quả trong Giáo-pháp của Đức Chánh-đẳng-giác trong kiếp ấy, như con ếch sanh làm thiên tử, hay công tử Maṭṭha kuṇḍali trong chú giải kinh Pháp-cú.

Đức Phật đã tuyên thuyết có bốn hạng người như vậy.

## **BA LOẠI BỆNH NHÂN**

Đức Phật cũng tuyên thuyết về ba người bệnh liên-hệ đến bốn hạng người ở trên.

- *Bệnh nhân chắc chắn bình phục khi đúng thời*, dù không cần phải uống thuốc hay chữa trị.

- *Bệnh nhân hy-vọng khỏi bệnh* nếu uống đúng thuốc và chữa trị đúng phương-pháp.

- *Bệnh nhân không thể bình phục* dù có uống đúng thuốc và chữa trị đúng phương-pháp.

Hạng bệnh nhân thứ nhất ám ý chỉ cho những chúng-sanh được Đức Chánh-giác quá-khứ thọ ký (niyāta vāyākarana - tuyên bố nhất định).

Hạng bệnh nhân thứ hai ám chỉ hạng người Neyya, người bệnh có thể khỏi bệnh hoặc chết, ám chỉ cho hạng chúng-sanh có thể đắc đạo-quả hoặc không.

Nếu hạng người Neyya biết điều nào tốt nên thực-hành, điều nào xấu nên từ bỏ, có sự chỉ dạy đúng đắn từ vị minh-sư, đồng thời có nhiệt-tâm tinh-tấn đầy đủ, người này sẽ đắc đạo-quả trong hiện kiếp ấy.

Nhưng nếu hạng người này gặp nhiều chướng-ngại như: chấp hỷ tà-kiến, lầm đường, không từ bỏ dục-lạc. Hoặc từ bỏ dục-lạc nhưng không gặp minh-sư, hoặc gặp minh-sư có được sự chỉ dạy đúng đắn, nhưng không có tinh-tấn đồng mãnh hành pháp. Hoặc tuy có sự tinh-tấn đồng mãnh nhưng lại bệnh hoạn hay tuổi quá suy nhược, do đó sự tinh-tấn không đủ lực để tiến đạt

đạo-quả trong kiếp này.

Hoặc giả, người này có đầy đủ điều-kiện đắc quả trong hiện-tại, nhưng lại phạm vào ngũ nghịch đại tội, hay tự làm hoại duyên lành của mình, như vua Ajātasattu (A-xà-thế) không đắc quả thánh vì phạm tội giết cha là vua Bimbisāra (Bình-sa-vương).

Tương truyền, vị ấy phải luân-hồi 2 A-tăng-kỳ kiếp (asankheyyakappa) mới đắc quả Độc-giác Phật.

Trong sớ giải kinh Pháp-cú có ghi câu chuyện: Con vị trưởng giả Mahādhāna trong thời thanh xuân đã ham mê trụy lạc, lại uống rượu nên làm hoại trí, tâm không được an-tĩnh, cũng không có cơ hội thân-cận Tam-bảo. Vị ấy khánh tận tài-sản, hai vợ chồng phải dẫn nhau đi xin ăn, nhìn thấy cảnh ngộ của vị ấy, đức Phật dạy rằng:

"- Nay Ānanda! Nếu thời thanh xuân, ông Bà-la-môn này là vị tỳ-khưu trong Giáo-pháp Như-lai, sẽ là bậc A-la-hán. Là tỳ-khưu trong thời trung niên sẽ là bậc Bất-lai, mệnh-chung được sanh về Tịnh-cư thiên (suddhāvāsa brahmaloka), tại đó sẽ Vô-dư Níp-bàn.

Lại nữa, nếu y xuất-gia vào thời đầu lão niên, sẽ trở thành vị Nhất-lai hay Dự-lưu, vĩnh viễn không rơi vào 4 khổ-cảnh (āpayaloka). Nhưng nay cả thánh sản lẫn tục sản đều không còn".

Như vậy, tuy đầy đủ pháp độ có thể chấm dứt luân-hồi trong kiếp ấy, nhưng không phải là niyaṭa Neyya puggalā, không được đức Phật thọ ký nên Mahādhāna không thể đắc quả trong Giáo-pháp của đức Phật hiện-tại. Đó là do các phiền-não đã huân tập trong quá-khứ dấy động, bất chấp sự-kiện được gặp đức Phật hay không.

Mặt khác, khi sa vào khổ-cảnh do ác-nghiệp tạo ra trong hiện-tại thì thời gian bị đọa kéo dài.

Nếu khi đức Phật Metṭeyya (Di-lạc) xuất hiện trên thế-gian, vị ấy không được sinh lên gặp Ngài, không thể tiếp nhận pháp. Thế là, sự khổ luân-hồi lại tiếp diễn.

Thế rồi, trải qua vô số kiếp địa cầu không có vị Chánh-giác xuất hiện, y còn phải luân-hồi mãi, còn chịu vô số đau-khổ trong thế gian.

Than ôi! Người có đầy đủ phước báu ba-la-mật lại đi ra khỏi pháp giải-thoát, không thể chuyển hóa kiếp hiện-tại thành kiếp chót để giải-thoát mọi thống khổ, *đáng kinh-sợ thay*.

Quan niệm chung trong thời hiện-tại này đều cho rằng: "Khi pháp ba-la-mật đầy đủ, dù muốn hay không cũng gặp được đức Phật, nghe pháp do Ngài thuyết và dù quan tâm hay không cũng sẽ giải-thoát".

Những người có quan niệm như vậy, **do không lưu ý** đến người nhất định (niyaṭa puggala) tức là người đã được đức Phật Chánh-giác thọ ký hay người bất định (aniyaṭa puggala) là người chưa được thọ ký.

Chúng ta nên hiểu rằng: "*Người Neyya bất định, có thể đắc đạo-quả trong hiện kiếp, nếu phát-triển tinh-tấn đầy đủ*".

Ngược lại, cho dù có phước ba-la-mật đầy đủ mà chệnh mảng, thiếu hay không có sự tinh-cần thì đạo-quả không thể có được trong Giáo-pháp đức Phật hiện-tại.

Ngoài ra, còn một số chúng-sanh khác tuy không bị ác-nghiệp cản trở, nhưng lại "sinh bất phùng thời", như đạo sĩ Alāra, đạo sĩ Udaka có đủ phước ba-la-mật, lại rơi vào tám bất lợi (*aṭṭhakkhaṇa*: *aṭṭha* + *akhaṇa*; *akhaṇa* là không thuận lợi)

Đó là: Khi Đức Chánh-giác xuất hiện trong thế-gian, chúng sanh lại sanh vào:

- Cõi Vô-sắc (*arūmina*).
- Cõi Vô-tưởng (*asaññāsatta*).
- Vùng biên địa (*paccantāra*), nơi mà Giáo-pháp Đấng Như-lai khó lan truyền đến.
- Người lạc vô-nhân (*viṭaliṅga*): là người có dị tật bẩm sinh như điếc, vô căn, lưỡng căn, đần độn ...
- Micchādīṭṭhi: chấp hấn tà-kiến, là sanh vào dòng của những người chấp-thủ tà-kiến.
- Ngạ-qui (*peṭa*).
- Bànng-sanh (*tīracchāna*).
- Địa-ngục (*niraya*).

## PHÁP-HÀNH CHỦ YẾU CHO NGƯỜI NEYYA VÀ PADAPARAMA

Nói chung, điều-kiện căn-bản cho đạo-quả sanh-khởi là giới-tịnh (*sīlavisuddhi*), tâm-tịnh (*citta visud-dhi*) và tuệ-tịnh (*paññavisuddhi*). Nói gọn hơn là giới-định-tuệ.

Riêng hai hạng người: *ugghāṭiṭaṅṅū* và *vipañci-ṭaṅṅū*, chỉ nghe một thời pháp có thể chứng-đắc từ Tu-đà-hườn đến A-la-hán quả, do vậy giới -định không cần phải thực-hành nhiều và đây cũng là trường-hợp chứng-đắc của chư-thiên, phạm-thiên, của ông Anāṭhapiṇḍika, bà Visākhā...

Tuy nhiên giới-tịnh, tâm-tịnh vẫn cần thiết cho các vị Thánh hữu-học, vì cần phải thực-hành để tiến đắc các tầng thánh cao hơn.

Riêng các vị A-la-hán tuy viên-mãn các giai-đoạn thanh-tịnh, nhưng giới-tịnh -tâm-tịnh vẫn được vị A-la-hán thực-hành, với mục-đích "*hiện-tại lạc-tru*" (*diṭṭhidhamma sukha vihāra*).

Đối với hai hạng *Neyya* và *Padaparama* thì giới-tịnh, tâm-tịnh là điều-kiện cơ-bản, cần phải thực-hành mới hy-vọng đặng đạo-quả.

Theo *Aṭṭhakathā* (Chú giải): Ngàn năm đầu của Giáo-pháp đức Phật còn quả vị A-la-hán Tuệ phân-tích (*paṭisambhidā paṭṭa arahanta*).

Ngàn năm thứ hai còn quả vị A-la-hán Lục-thông (*chalabhiñña arahanta*).

Ngàn năm thứ ba còn quả vị A-la-hán Tam-minh (*ṭevijjā arahanta*) đồng thời mất tạng Diệu-pháp.

Tạng Diệu-pháp mất đồng nghĩa trí suy giảm, do đó Giáo-pháp hiện-tại (hơn 2500 năm) hai hạng *ugghāṭi-ṭaṅṅū* và *vipañciṭaṅṅū* không còn, chỉ còn hạng **Neyya** và **Padaparama**.

## NEYYA PUGGALĀ

Người Neyya trong kiếp hiện-tại, nếu có sự tinh-cần đồng mãnh thực-hành pháp trợ-đạo như tứ Niệm-xứ, tứ Chánh-cần... có thể chứng-đắc thánh quả Nhập-lưu (soṭapannā).

Nếu sự tinh-cần chưa đủ đây, sẽ trở thành thánh Nhập-lưu ở kiếp sau, tức là sau khi mệnh-chung tái sinh về thiên giới, tu-tập sẽ đạt quả vị Nhập-lưu.

Trái lại, hạng Neyya này xa rời pháp trợ-đạo, khi mệnh-chung xem như xa lìa Giáo-pháp của Đức Chánh-đăng-giác hiện-tại. Tuy nhiên, người Neyya này vẫn có thể đạt đạo-quả trong thời Giáo-pháp của đức Phật vị-lai, nếu may mắn gặp được Giáo-pháp của Ngài.

## PADAPARAMA PUGGALĀ

Người Padaparama trong hiện-tại tuy không thể chứng đạo-quả, nhưng có sự nhiệt-tâm tinh-cần hành pháp trợ-đạo, khi mệnh-chung sinh về thiên giới, có thể đạt được đạo-quả trong Giáo-pháp hiện-tại, vì rằng "*Thời-kỳ chư Thánh vẫn còn*".

Tuổi thọ Giáo-pháp của Đức Như-lai là năm ngàn năm, khoảng thời gian ấy, đều là thời-kỳ của thánh quả trở khai.

Bao giờ còn Bát chánh đạo, bấy giờ vẫn còn Thánh quả. Và như thế, người Padaparama cần tích cực lợi dụng cơ hội cận kề Giáo-pháp, nhằm mục-đích tích trữ, gieo tạo phước ba-la-mật càng nhiều càng tốt. Tức là phải tích lũy, huân tập về giới-định-tuệ.

### **GIỚI (sīla)**

Hạt giống (bīja = chủng tử) của giới là sự nghiêm trì năm giới, bát quan trai giới - không nói dâm-thọc, không nói hung-ác, không nói phù phiếm. Đó là giới của thiện gia cư-sĩ.

Sa-di có 10 giới. Tỳ-khưu có tứ Thanh-tịnh giới. Đây là những hạt giống tạo thành sīla pāramī (giới độ), tùy theo phẩm mạo.

### **ĐỊNH (samādhī)**

Hạt giống của Định là sự tinh-cần trong Chỉ-tịnh, ít nhất phải đạt được ấn-tướng Tiên-khởi (parikamma nimitta -chuẩn bị tướng) qua bốn mươi đề mục của pháp chánh-định (sammā samādhī) như: mười đề mục kasiṇa, mười đề mục tùy-niệm (anussati) ...

Nếu có thể cố-gắng tinh-cần hơn nữa, nên cố-gắng đạt đến cận-định (upācāra samādhī) và cuối cùng đắc định, gọi là An-chỉ định (appanā samādhī).

### **TUỆ (paññā)**

Hạt giống tuệ là sự tu-tập những khả-năng phân-tích được danh (nāma), sắc (rūpa), uẩn (khandha), xứ (āyaṭana), giới (dhātu), đế (sacca), và duyên-khởi (paṭiccasammuppāda).

Hoặc là tu về tuệ-quán thấy rõ ba tướng-trạng của pháp hữu-vi là: vô-thường tướng (aniccā lakkhaṇa), khổ-tướng (dukkhā lakkhaṇa) và vô-ngã tướng (anattā lakkhaṇa).

Đạo-tuệ (maggañāṇa) và quả-tuệ (phalañāṇa) phát-sanh do nương vào ba hạt giống Giới-định-tuệ.

Giới-định giống như vật trang điểm thế-gian trong thời hiện-hữu giáo pháp đức Phật ngay, cả trong kiếp không (suññata kappa) là kiếp không có Đức Chánh-đăng-giác xuất hiện. Tức là giới -định có thể có trong bất cứ thời nào theo ý muốn của hành-giả tu-tập.

Riêng hạt giống tuệ liên quan đến danh-sắc, uẩn, xứ, giới, đế, duyên-khởi, chỉ xuất hiện trong thời Giáo-pháp của Đấng Chánh-giác.

Ngoài Giáo-pháp của đức Phật, không nơi nào, thời nào được nghe nói những từ ngữ liên quan đến trí như những từ ngữ ấy.

Do đó, người có duyên lành sinh ra trong thời hiện-tại, vào lúc Giáo-pháp của đức Phật đang hưng thịnh, nên có ý-niệm gieo hạt giống đạo-tuệ, quả-tuệ để đạt đến cứu cánh giải-thoát vào thời vị-lai, nên đặc biệt chú ý đến tuệ về chân-đế (paramatthasacca ñāṇa).

Trong bộ Abhidhammatṭha saṅgaha (Thăng-pháp nghĩa nhiếp) có nêu lên bốn pháp chân-đế là tâm, sở-hữu tâm, sắc-pháp và Níp-bàn. Đó là bốn pháp rất khó xuất hiện trong thế-gian và ít người nhận-thức rõ. Việc nhận-thức được bốn pháp này còn khó hơn tích lũy hạt giống giới -định. Tối thiểu nên cố-gắng đạt cho được tuệ-quán phân-biệt được tứ-đại (đất, nước, lửa, gió), là thành-phần vật-chất cấu tạo nên thân thể của một chúng-sanh. Nếu có tuệ-quán thấy rõ tứ-đại, người này có được kho hạt giống trí tốt, dù họ không có được trí về Abhidhamma (Thăng-pháp).

Như vậy: có thể nói rằng: "**Sinh ra gặp Phật-pháp là một hạnh-phúc lớn nhất**".

### **MINH HẠNH**

Giới-định hợp lại là Hạnh (caraṇa). Còn tuệ thuộc về Minh (vijjā). Minh như đôi mắt, còn Hạnh ví như tứ chi, Hạnh là đôi cánh còn Minh là mắt của con chim.

Nói gọn: Minh và Hạnh hỗ-trợ lẫn nhau, có Hạnh không Minh ví như người đầy đủ tứ chi nhưng mù mắt, trái lại có Minh không Hạnh, chẳng khác nào người mắt sáng lại không có tay chân.

Có Minh lẫn Hạnh là người hạnh-phúc, trái lại vắng cả Minh lẫn Hạnh là người đau-khổ nhất, bị mất cả tứ chi lại mù lòa.

### **Hậu quả do chỉ có Hạnh.**

Nhờ có Hạnh nên trong thời Giáo-pháp đức Phật hiện-tại, được gặp và nghe pháp của Ngài, nhưng vì không có hạt giống trí nên sự chứng đạt đạo-quả không hề có, như trường-hợp Ngài Upananda, Lālīudāyī, vua Pasenadi Kosala...

Trong hiện-tại, không có hạt giống tuệ, như tuệ-quán thấy rõ danh-sắc hay năm uẩn, cho dù trong vị-lai gặp được đức Phật và nghe pháp của Đức Chánh-giác vị-lai cũng khó đắc quả thánh.



Như những vị nêu trên, trong quá-khứ tuy có tích lũy thiện hạnh bố-thí, trì-giới... nên trong hiện-tại có cơ hội thân-cận Đức Thế-tôn, nhưng vì thiếu tích lũy trí trong quá-khứ, dù có nghe pháp đức Phật suốt đời cũng trở nên rỗng không, như rơi vào tai bị điếc.

### **Hậu quả do chỉ có Minh.**

Do có tu-tập Minh-quán về danh-sắc, năm uẩn, nhưng lại thiếu Hạnh như bố-thí, trì-giới. Những người này, nếu may mắn gặp đức Phật, nghe pháp sẽ mau chứng-đắc Đạo-quả. Nhưng do thiếu Hạnh nên sự-kiện gặp được đức Phật rất khó khăn, đồng thời khi hành-pháp sẽ gặp nhiều chướng ngại.

Nếu trong hiện-tại chỉ chuyên lo về Minh mà không trau dồi Hạnh, sự-kiện gặp được đức Phật vị-lai rất mong manh và bấp bênh.

Thật vậy, sự xuất hiện giữa hai vị Chánh-giác là khoảng thời gian trống không gọi là thời trung-gian (anāra kappā).

Chúng-sanh vô Hạnh, do tập quán không nghiêm chỉnh trong Giới-luật, nên lăn trôi trong dục-lạc đồng thời lại ít bố-thí. Trong khoảng thời gian này (kiếp không) nếu chúng-sanh ấy may mắn lăn trôi trên nhàn-cảnh thì chẳng nói làm chi (điều này chỉ có một số ít có được), nếu rơi vào khổ-cảnh sẽ luân chuyển vô số kiếp ở cõi khổ, **vì sanh lại làm người rất khó.**

Vì là người thiếu Hạnh lại ít bố-thí trong hiện-tại, đồng thời không phòng-hộ thân, ngữ, ý, rất dễ-dàng sanh vào khổ-cảnh khi mệnh-chung.

Nếu nhờ may mắn nào đó, họ sanh trở lại cõi người, nhưng vì thiếu bố-thí, nên là người nghèo khổ, lại không nghiêm trì-giới nên gặp nhiều nỗi gian nan, khổ cực trong cuộc sống. Thế là, họ có khuynh-hướng tạo ác-nghiệp, để rồi kiếp sau đó khổ-cảnh sẵn sàng đón họ.

Chính trong hiện-tại do thiếu Hạnh, nên khi tiếp xúc, tranh biện với nhau họ dễ-dàng rơi vào sân-hận, oán thù.

Như vậy, người thiếu Hạnh trong mỗi kiếp sống, thường đối diện với đau-khổ, càng lúc càng tích lũy bất-thiện nghiệp, dễ-dàng đánh mất cơ hội tái-sanh vào nhàn-cảnh. Và như thế, có cơ hội gặp được đức Phật, nghe Giáo-pháp của Ngài quả thật mong manh.

**Tóm lại:** Người Padaparama muốn chứng-đắc đạo-quả ở kiếp sau trong thời đức Phật hiện-tại, cần hội đủ **Minh và Hạnh.**

Nếu chỉ có Minh (tu thiền Quán) không Hạnh sẽ không đảm bảo được cơ hội sanh về nhàn-cảnh, gặp được Giáo-pháp đức Phật hiện-tại hoặc Giáo-pháp đức Phật kế tiếp. Trái lại, có Hạnh (chỉ có bố-thí, trì-giới) không Minh, người này không thể đắc quả, cho dù gặp được đức Phật và tự thân nghe Phật thuyết-giảng.

Do vậy, người Padaparama (nam hay nữ), mong đắc đạo-quả trong giáo-pháp này, hay trong giáo-pháp của đức Chánh-giác vị-lai, cần tinh-tấn gieo trồng hạt giống Minh -Hạnh, bằng sự thực-hành bố-thí, trì-giới, tu Quán, ít nhất đạt được tuệ Phân-biệt danh-sắc.

Sở dĩ, bố-thí nằm trong Hạnh, vì bố-thí nằm trong đức-tin (saddhā), là một trong bảy Diệu-pháp (sad-dhammā) của bậc thiện-trí (sappurisa).

Hạnh có mười lăm pháp là:

Giới (sīla).  
Thu thúc môn quyền (indriya saṃvara).  
Tri-túc vật thực (bhojanā metṭaññutā).  
Giác-tỉnh (jāgariyānuyoga).  
Tín (saddhā).  
Niệm (saṭi).  
Hổ thẹn tội-lỗi (hiri).  
Ghê-sợ tội-lỗi (ottappa).  
Đa văn (bahusacca).  
Tinh-tấn (virīya).  
Trí-tuệ (ñāṇa).  
Sơ-thiền.  
Nhị-thiền.  
Tam thiền.  
Tứ thiền.

### **Tuần tự Pháp-hành**

Trong hiện-tại, có hai hạng phàm-nhân trong Phật-giáo: i) Người chờ đợi Giáo-pháp của đức Phật Chánh-giác kế tiếp; và ii) Người nỗ-lực tinh-cần để chứng đạo-quả trong Giáo-pháp hiện-tại.

**Người chờ đợi Giáo-pháp của đức Phật:** Công việc những người này không gì ngoài sự bố-túc pháp ba-la-mật. Do đó, không nhất thiết cần bám chắc vào trình-tự pháp-hành, tức là trình-tự Giới-định-tuệ.

*Nghĩa là sao?* Nghĩa là không cần phải thực-hành xong giới-tịnh rồi thực-hành thiền-định, hay thực-hành định (là chứng-đắc cận-định hay an-chỉ định) đầy đủ rồi mới hành Minh-sát.

Tức là không cần phải theo trình-tự bảy pháp thanh-tịnh là:

Giới-tịnh (sīla visuddhi).  
Tâm-tịnh (citta visuddhi).  
Kiến-tịnh (ditṭhi visuddhi).  
Đoạn-nghi-tịnh (kankhāvitanaṇa visuddhi).  
Đạo-phi-đạo-tri-kiến-tịnh (maggāmaggañāṇa dassana visuddhi).  
Hành-tịnh (paṭipadāñāṇa dassana visuddhi).  
Tri-kiến-tịnh (ñāṇa dassana visuddhi).

Người này không cần phải trì hoãn một pháp-hành nào cả, khi thuận tiện sẽ tiến hành pháp thích-hợp với điều-kiện có được.

Không cần hoãn tâm-tịnh để thực-hành giới-tịnh trước, khi có cơ hội thực-hành thiền-tịnh thì hành ngay, vì là người đang cần tích lũy phước ba-la-mật càng nhiều càng tốt. Do đó, người này cần cố-gắng tích lũy Giới-định-tuệ theo từng trường-hợp ứng với khả-năng hay điều-kiện có được.

Như người đang thông dong, rảnh rang có dịp hành thiền Chỉ hoặc thiền Quán, lập tức hành

ngay không cần đắn đo, chọn lựa: đây là Chi-tịnh -đây là Minh-quán.

**Người tinh-cần mong đắc quả trong Giáo-pháp hiện-tại:** Đối với người này, trái lại phải theo đúng trình-tự pháp-hành, nghĩa là: sau khi hoàn tất giai-đoạn giới-tịnh mới thực-hành tâm-tịnh, khi hoàn tất giai-đoạn tâm-tịnh mới Minh-quán về ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã. Tức là, hành theo tuần tự: giới-tịnh, tâm-tịnh, kiến-tịnh, đoạn-nghi-tịnh...

Trình-tự này dùng cho người nỗ-lực tinh-tấn để chứng đạt đạo-quả trong kiếp hiện tại, nơi Giáo-pháp này.

Hạng phàm-nhân trong Giáo-pháp của đức Phật hiện-tại, tự thấy mình không thể dốc hết tinh-tấn để thực-hành pháp, chỉ chuyên chú trong việc tích lũy phước ba-la-mật, Thiên-sư không nên khuyên họ phải hoàn thành giới-tịnh trước khi thực-hành tâm-tịnh, chỉ nên sách tấn họ hoàn thành thiện-pháp Giới-định-tuệ trong hoàn cảnh và điều-kiện họ có được.

Chí đến ngay cả người chài lưới, thợ săn, cũng không nên nói rằng: "Ông không nên nghĩ đến hành thiền Chi hay thiền Quán trừ khi ông từ bỏ nghề đang hành". Nói như thế, sẽ gây chướng-ngại pháp (dhamman-ṭarāya) cho họ.

Nói cách khác, những người thợ săn, chài lưới nên sách tấn họ niệm tưởng về ân-đức Phật-Pháp-Tăng, khuyên họ nên suy tưởng đến các ân-đức ấy, càng nhiều càng tốt.

Và tùy theo khả-năng của họ, nên chỉ họ quán niệm về thể trược trong chính thân họ và người chung quanh, hoặc quán đến sự chết của chúng sinh để rồi nghĩ đến sự chết của chính mình ...

Một dân chài được sách tấn như thế, có thể nhớ và đọc lưu loát bài kinh Nissaya của bộ Abhidhammatṭha saṅgaha và phẩm Paccaya niddesa (Duyên xiển-thuật) của bộ Paṭṭhāna, trong khi anh vẫn hành nghề đánh cá. Những thành-tựu này, tạo nền-tảng rất tốt cho Minh (vijjā).

Trong thời hiện-tại, đối với các cận-sự nam nữ, vị Thiên-sư cần sách tấn đúng theo truyền-thống của vị tỳ-khưu, là khuyên bảo các cận-sự nên thường xuyên niệm tưởng ân-đức Phật-Pháp-Tăng và ba đặc-tướng vô-thường, khổ, vô-ngã, cho dù họ đang hành nghề chài lưới hay săn bắn.

Niệm tưởng ân-đức Tam-bảo sẽ tạo thành nền-tảng cho Hạnh (cāraṇa), quán sát ba đặc-tướng sẽ tạo thành nền-tảng Minh.

Điều quan trọng là: không nên bảo rằng "*sự thực-hành Chi, Quán không thích-hợp với các nghề đánh cá, săn bắn ... những nghề có tính vi-phạm giới*".

Ngược lại, nên giúp những người đang hành những nghề có tính-chất vi-phạm giới như: đánh cá, săn bắn... có sự hiểu biết khá hơn, vì đó là hạng người cần sách tấn, khích lệ để bỏ tấc pháp ba-la-mật cùng những thiện-pháp khác.

**Cơ hội cho hạt giống Minh:** Một số vị thầy quá công thức về pháp-hành trong kinh văn Pāli, không uyển chuyển thích-hợp và cũng không lưu ý đến thời điểm hiện-tại.

Hoặc có một số vị vì kiến văn hạn-chế, nên không giải thích đầy đủ hai mặt của kinh-điển, chỉ

nhận-thức trực tiếp ý-nghĩa hiển-lộ trong kinh văn, còn những phần sâu thẳm lại không lưu ý, các vị ấy nói rằng: "*Dù có tinh-tấn tột bậc để hành Chi, Quán, cũng không có kết quả nếu chưa thực-hành giới-tịnh*".

Và một số người không có điều-kiện giữ giới thanh-tịnh, đã bỏ mất cơ hội gieo hạt giống Minh, đồng thời tạo ra chướng-ngại pháp cho họ. Nên biết rằng: "**hạt giống Minh chỉ có trong thời Giáo-pháp của đức Chánh-dăng-giác**", đừng đánh mất cơ hội đặc biệt quý báu này.

Thời gian chúng-sanh trôi lăn trong vòng luân-hồi dài thăm thẳm, tuy trong quá-khứ có những lần gặp được Giáo-pháp của đức Phật, đến nay vẫn chưa giải-thoát. đức Phật có dạy:

... *Kiccham saddhammasavaṇam*  
*kiccho buddhānam uppādo*

"... *Khó nghe Giáo-pháp,*  
*Khó gặp được Phật*". (Pháp cú 182)

Thời gian không gặp Giáo-pháp so với thời gặp Giáo-pháp ví như số cát sông Hằng so với hạt bụi.

Tuy trong quá-khứ có số chúng-sanh gặp Phật-pháp, nhưng lại không gieo tạo hạt giống Minh, để rồi về sau tuy gặp lại Giáo-pháp của đức Phật, lại vẫn phải trôi lăn trong luân-hồi. Có số chúng-sanh gieo tạo hạt giống Minh trong Giáo-pháp đức Phật quá-khứ, nhưng lại chưa đủ độ chín mùi, để nảy mầm cho quả tốt đẹp. Độ chín mùi của hạt giống Minh có nhiều cấp bậc, nghĩa là Minh được thành-đạt, tăng-trưởng theo nhiều cấp độ. Những hạt giống Minh chưa tăng-trưởng là:

- Đọc tụng những đoạn kinh, bài kinh mà không hiểu ý-nghĩa. Ví như người có kho giống quý, mà không biết trong kho ấy có những hạt giống gì.
- Đọc tụng kinh tuy hiểu ý-nghĩa, nhưng lại đọc tụng theo truyền-thống. Ví như người tuy biết loại hạt giống quý có tên này, tên này ... nhưng chỉ biết đếm là: loại này có bao nhiêu đây, loại này có được bấy nhiêu đây...
- Niệm tưởng ân-đức Tam-bảo suông: như niệm *Araham sambuddho* mà không liên tưởng đến ân-đức ấy. Ví như người có chiếc áo giáp hộ thân, tuy mặc trong mình mà không biết công dụng.

Quán tưởng tam tướng: vô-thường, khổ, vô-ngã một cách hời hợt, chung chung hay chỉ quán tưởng trong lúc gặp chướng-ngại, lúc thuận duyên may mắn lại không quán tưởng. Ví như có bảo kiếm sắc bén, nhưng chỉ dùng để đốn lau sậy, phát cỏ mà thôi.

Với cấp độ như trên, quán tưởng tam tướng được xem như hạt giống khá già dặn, có thể nảy mầm nếu tiếp tục tu tiến. Sự nảy mầm của những hạt giống Minh ấy có thể xảy ra ở kiếp sau, nếu có cơ hội tiếp tục công việc quán tưởng ba tướng.

Hạt giống Hạnh-Minh được xem là đầy đủ chất sẵn sàng gieo vào đất để nảy mầm đó là: Sự thực-hành thiền Chi, đạt đến Tiên-khởi tướng (*parikammanimittā*), hành thiền Quán đạt đến

tuệ Phân-biệt danh-sắc dầu chỉ một lần. Đây là hạt giống Minh-Hạnh đã đủ chất.

Hành-giả thiền Chi, tinh-tấn đạt đến Thủ-trì tướng (uggahanimiṭṭa), Thủ-trì tướng là ấn-tướng không rõ rệt cũng không vững-chắc, xuất hiện khi tâm đạt đến trạng-thái gần với cận-định (tức là có được 3 chi-thiền: tâm, tứ, hỷ). Và sự thực-hành thiền Quán đạt đến tuệ Phổ-thông (sammasanañāṇa), là trí thấy đồng thời xác định được tướng của pháp hữu-vi là vô-thường, khổ, vô-ngã, nhưng sự nhận-thức này chưa rõ nét và sâu đậm lắm, vì tam tướng xuất hiện trước khi tuệ-quán lóe sáng.

Phổ-thông trí dù chỉ đạt được một lần, cũng giúp hạt giống tuệ già mạnh thêm. Đây là cấp độ già mạnh của hạt giống Hạnh -Minh được tăng-trưởng.

Khi tinh-tấn hành thiền Chi, đạt được ấn-tướng Tương-tự (paṭibhāganimiṭṭa), ấn-tướng rõ ràng bất động. Tương-tự tướng xuất hiện khi hành-giả đạt đến cận-định, đây là hạt giống Hạnh sẵn sàng nảy mầm.

Đồng thời hành-giả thiền Quán đạt đến Sanh-diệt trí (udayabhayañāṇa) dù chỉ một lần, xem như hạt giống Minh đã vững mạnh sẵn sàng nảy mầm.

Điều nêu lưu ý là: Hạt giống Minh già mạnh là do sự tương ứng với định. Tức là, khi có Tiên-khởi tướng (parikamma nimitta) định của ấn-tướng này sẽ trợ giúp cho tuệ Phân-biệt danh-sắc sinh khởi, khi có Thủ-trì tướng (uggahanimiṭṭa) định của ấn-tướng này trợ giúp cho tuệ Phổ-thông sanh-khởi và khi có Tương-tự tướng (paṭibhāganimiṭṭa) sẽ giúp cho tuệ Sinh-diệt sanh-khởi.

Sự quan hệ hỗ-tương giữa định và tuệ, là do tác-ý (manasikāra) của hành-giả. Tức là trong thiền Chi, trí hỗ-trợ cho định, còn trong thiền Quán, định hỗ-trợ cho trí.

Trưởng-lão Sārīputta khi nghe Đức Thế-tôn thuyết-giảng cho du sĩ Dīghanakha (Trưởng-trào) về ba thọ, Ngài chứng quả A-la-hán, về sau Ngài thường xuyên nhập Diệt thọ-tướng định, đây là trí hỗ-trợ định.

Với Nhất-thiết trí, Đức Thế-tôn nhập Đại-bi định nên không một thánh đệ tử hay Độc-giác Phật nào có Đại-bi định sánh bằng Ngài. Đây là trí hỗ-trợ cho định.

Trưởng-lão Cūlapanthaka, quán tướng thể trước, đắc quả A-la-hán, gọi là định hỗ-trợ trí, rồi trí A-la-hán quả hỗ-trợ cho định thông, giúp Ngài đắc Hóa-tâm minh

Trưởng-lão Moggallāna hành thiền, bị phiền-não hôn-trầm, được đức Phật chỉ dạy pháp trừ hôn-trầm và chứng-đắc A-la-hán vào ngày thứ tám sau khi xuất-gia. Đây là định hỗ-trợ cho trí và Ngài là đệ nhị trí-tuệ trong hàng thánh Đại đệ-tử.

Dĩ nhiên, những quả vị đặc biệt như thế, là có phần góp sức của adhi-kāra.

Một số hành-giả hành thiền Quán có ý nghĩ rằng: *‘hành thiền Quán không cần lưu ý đến định’*, chính ý nghĩ ấy đã tạo chướng ngại pháp cho tuệ-quán, vì không hiểu rõ sự tác-dụng hỗ-tương giữa định và tuệ như đã trình-bày.

Một số khác lại lý luận rằng: *“Khi hành thiền Quán đã có định (ám chỉ sát-na định - khaṇasamādhī) trong đó rồi, nên không cần lưu ý đến định nữa”*. Vâng, đúng vậy, trong mỗi

sát-ma tâm đều có định, nhưng nếu không tác ý đến thì định không lộ diện.

Các ngài Thiên-sư có ví dụ: "Định trong sát-na tâm ví như dầu trong hạt mè, nếu số lượng hạt mè đầy đủ, số dầu ấy có thể thắp sáng ngọn đèn". Nhưng nếu có người có một rỗ hạt mè, anh muốn thắp sáng ngọn đèn của mình, anh phải ép lấy dầu từ hạt mè ra, khi số lượng dầu mè tạm đủ, anh mới đốt đèn và ánh sáng mới phát-sinh. Dầu có trong hạt mè, công đoạn ép lấy được dầu mới là quan trọng, có được dầu mè mới có ánh sáng. Cũng vậy, định có trong từng sát-na tâm, làm cho định hiển lộ, có sức mạnh để hỗ trợ tuệ-quán, đó mới là điều quan trọng; do đó, nói rằng: "*cần phải tác-ý đến định, định mới sinh khởi*". Số dầu tạm đủ dùng ví như cận-định.

**Nhưng sao lại phải là tác-ý?** Tác-ý ở đây là ám chỉ tác-ý khéo (yoniso manasikāra), trong lãnh-vực thiện, tác-ý khéo là điều kiện căn-bản cho mọi pháp-thiện.

## ADHIKĀRA

Adhi là cao tốt, adhikāra là việc làm cao-thượng. Ở đây ám chỉ sự tạo phước đến đức Phật Chánh-đăng-giác đồng thời có nguyện vọng giải-thoát. Trong kinh tạng Pāli có ghi rằng:

*"Khi có nguyện vọng giải-thoát đồng thời cúng dường đến Đức Chánh-giác, các tầng thiên cùng đọa-quả mới có thể đạt được trong thời Giáo-pháp đức Phật vị-lai".*

Như vậy, adhikāra là: "*Những hạt giống sẽ thành-tựu*".

Trong thời hiện-tại, những người thực-hành thiền Chỉ -Quán theo truyền-thống, thực-hành cho có lệ hay thực-hành có tính hình-thức, những người này không nằm trong khuôn-khổ tích lũy hạt giống định -tuệ, chỉ có thể gọi là adhikāra.

Trong thời hiện-hữu Giáo-pháp của đức Phật, người nào không gieo tạo, tích lũy hạt giống Minh, Hạnh quả là sự mất mát lớn.

Vì rằng: hạt giống Minh liên-hệ đến tiến trình diễn-hoạt của danh-sắc, chỉ có thể tạo được trong thời Giáo-pháp của đức Chánh-giác và chỉ khi nào biết cách gieo tạo mới có thể tích lũy, làm tăng-trưởng sự già mạnh hạt giống ấy.

Như thế, nếu thấy mình không thể quán-xét đầy đủ về bản chất của danh-sắc, hành-giả nên ghi nhận về tứ-đại, tìm hiểu ý-nghĩa, đặc-tính của tứ-đại, cố-gắng hành pháp để phát-triển tuệ-quán, thấy được nhân sinh lên cùng sự tụ hợp của tứ-đại trong thân.

## Tương-quan giữa Giới và Định

Giới là nền-tảng của định, định là vật-thực của tuệ. Định ví như trái chín thơm ngọt, người muốn hái phải đứng trên nền đất cứng chắc, dùng hết sức mình nhảy lên cao để hái, nếu đứng trên nền đất mềm hoặc sinh lầy, không thể phát huy sức mạnh của sự nhảy vọt.

Cùng thế ấy, định sanh-khởi và phát-triển mạnh do nương vào giới, ví như thảo mộc nương vào đất sinh lên và tăng-trưởng.

**Giới cần phải nghiêm trì đúng đắn:** Là phạm-nhân lại bị chi phối bởi phiền-não, môi trường xung quanh, do đó giới thường bị đứt, bị ô-nhiễm.

Khi bị đứt giới, hay bị ô-nhiễm có thể nguyện thọ-trì-giới trở lại, như thế sẽ làm cho giới trở nên trong sạch, hay có giới trở lại.

Tuy nhiên, nếu đứt giới quá nhiều lần, hiếm khi đắc định trong mười đề mục kasiṇa, mười đề mục thể trước ... (là những đề mục đắc được định an-chỉ -appanā samādhi), đồng thời cũng hiếm khi phát-triển được tuệ-quán thấy các pháp về danh-sắc.

Giới ví như sợi dây khâu kết những cánh hoa thiện-pháp: bố-thí, cung-kính, hoan-hỷ phước ... trở thành vòng hoa xinh đẹp. Sợi dây bị đứt rồi nối lại nhiều lần, nên rất khó khâu kết dễ-dàng những cánh hoa thiện-pháp.

Những thiện-pháp như: bố-thí, cung-kính, phục vụ..., là vật-thực nuôi dưỡng định và nhờ giới khâu kết, giúp cho các thiện-pháp này phát huy năng-lực. Nhưng vì bị đứt giới nhiều lần, những cánh hoa trở nên rời rạc, do vậy không thể dễ-dàng thành tựu định. Định khó thành tựu tất nhiên dẫn đến sự khó khăn thành tựu tuệ-quán.

*Nhưng nguyên-nhân chính từ đâu?* Nguyên-nhân chính là trong hiện-tại có nhiều tà-pháp (micchādhamma) đang hưng-thịnh, những tà-pháp ấy có thể tạo ra chướng-ngại pháp cho người có ý nguyện được giải-thoát.

## TÀ PHÁP

Tà-pháp có thể tạo thành chướng-ngại cho chánh-pháp. Đó là: "*những quan điểm sai, những lối thực-hành sai và sự hạn-chế hiểu biết*". Những điều trên đã hạn-chế khả-năng nhận-thức: "**hiểm-họa luân-hồi**".

Như có niềm tin rằng: "*trong thời này không thể tìm thấy đạo-quả*" do đó dẫn đến khuynh-hướng trì hoãn tinh-tấn hành-đạo, mãi mê tạo phước ba-la-mật cho tròn đủ đợi thời Giáo-pháp của đức Phật vị-lai.

Hay tin rằng: "*Thời này chỉ có người nhị nhân*" là người tái-sanh chỉ có hai nhân là vô-tham (alobhamūla) và vô-sân (adosamūla).

Hoặc nghĩ rằng: "*những vị thầy vĩ đại trong quá-khứ không thể xuất hiện trong hiện-tại này...*".

Đó là những quan điểm lệch lạc.

Hành-giả cần hiểu rằng: Sự tinh-cần dũng-mãnh là điều-kiện cần thiết cho người hành pháp đi đến nơi thoát khổ, cho dù chưa thành-đạt kết quả tốt ráo, nhưng không có thiện-nghiệp nào không đem lại lợi-ích cả. Nếu sự tinh-tấn được thực-hiện tốt, thiện-nghiệp ấy sẽ là nền móng tạo ra những phước báu ba-la-mật, nếu không tinh-tấn sẽ đánh mất cơ hội gieo phước ba-la-mật.

Trong Chú-giải kinh Pháp-cú, ghi câu chuyện bảy vị tỳ-khưu trong thời đức Phật Kassapa, đã lên núi hành-đạo, trong số ấy có năm vị không đắc đạo-quả.

Nhưng trong thời đức Phật hiện-tại, cả năm vị đều đạt đạo-quả đó là: Trưởng-lão Bāhiya, trưởng-lão Pukkusaṭṭi, trưởng-lão Kumārakassapa, ông Suppa-buddha và người đạo phủ có hàm râu đỏ.

Những người có ba-la-mật chưa đầy đủ, nhờ sự tinh-cần hành pháp sẽ bổ túc đồng thời tạo cho phước ba-la-mật trở nên già mạnh. Như vậy, có thể đắc đạo-quả ở ngay kiếp sau trong Giáo-pháp đức Phật hiện-tại, nếu không tinh-tấn, xem như mất cơ hội trui rèn ba-la-mật già mạnh.

Nếu ba-la-mật đã già mạnh, người này dốc hết tinh-tấn hành pháp, đạo-quả có thể chứng đạt ngay trong hiện-tại, ngược lại, nếu không phát-triển tinh-tấn thì đạo-quả khó đạt trong kiếp này hay kiếp sau.

Bằng như là người nhị nhân, khi phát-triển tinh-tấn có thể thành người tam nhân trong kiếp kế, trái lại không tinh-tấn, chẳng những không trở thành người tam nhân, mà có thể lui sụt, trở thành người lạc vô-nhân (ahetuka puggala: là người có tật bẩm sinh từ trong bụng mẹ).

Giả như, có người muốn trở thành vị tỳ-khưu, có người bảo rằng: "*Hãy suy nghĩ lại đi: nếu bạn muốn trở thành tỳ-khưu suốt đời, bằng không đừng có ý nghĩ ấy*". Nói như thế, chẳng khác nào tạo chướng-ngại pháp cho người muốn xuất-gia tỳ-khưu.

Đức Phật có dạy rằng: "*Như-lai tuyên thuyết rằng: chỉ khởi ý trong thiện-pháp cũng có lợi-ích lớn*". (Majjhimanikāya).

Xem thường hạnh bố-thí hay làm cho người bố-thí lui sụt ý chí, cũng có thể tạo chướng-ngại pháp cho người hành-thiện và cho cả chính mình. Sự bố-thí bị gây trở ngại, có thể làm khánh kiệt tài-sản, trở nên nghèo khó trong những kiếp sau, người gây ra trở ngại bố-thí cho người khác cũng gặp phải nhiều chướng ngại trong cuộc sống.

Mặc khác, cũng từ đó có thể tạo ra những khiếm khuyết về Hạnh, như dễ-duôi trong giới-luật, phóng túng thân-ngữ-ý, rơi vào hưởng-thụ dục-lạc, dẫn đến khiếm khuyết các căn quyền trong hiện-tại lẫn vị-lai.

Nếu sự giữ giới, tu thiền Chỉ-Quán bị xem thường, thì người ấy tạo ra chướng-ngại pháp cho chính mình, dẫn đến những hậu quả tai hại như đã giải.

Đức Phật có dạy: "**Khó sanh làm người**", cơ hội được làm người thật hiếm hoi, cần phải lợi dụng kiếp người để sống cho thật là người. Nghĩa là, làm cho thân này trở nên hữu-ích có giá trị.

Nói cách khác, cần cảnh giác trước những tà-pháp bằng sự tinh-tấn cao độ, để đóng cánh cửa đi vào bốn khổ-cảnh, đồng thời tích lũy những hạt giống tốt, những yếu tố cần thiết để khai mở đạo-quả giải-thoát trong kiếp này, kiếp sau hoặc trong thời Giáo-pháp của đức Phật vị-lai.

Và chỉ có nhiệt-tâm tinh-cần hành thiền Chỉ, thiền Quán, mới giúp người tầm cầu thoát khổ thành-tựu được ý nguyện ấy.

## **PHÁP TRỢ-ĐẠO (Bodhipakkhiya Dhamma)**

Cơ duyên được sinh làm người trong thời Giáo-pháp của Đấng Như-lai thật hiếm hoi, cần phải tích cực gắn với pháp giải-thoát, để tầm cầu lợi-ích giác-ngộ. Pháp trợ-đạo là con đường duy nhất, khai mở cánh cửa vô-sinh, thoát khỏi luân-hồi khổ.

Những người muốn phát-triển Minh-Hạnh qua thiền Chỉ, thiền Quán với sự nhiệt-tâm không thối chuyển, cần phải gắn liền với pháp trợ-đạo, để hạt giống giải-thoát sẵn sàng nảy mầm cho



quả an lạc.

Pháp trợ-đạo gồm 7 nhóm là:

Bốn Niệm-xứ (saṭṭipaṭṭhāna).  
Bốn Chánh-cần (sammappadhāna).  
Bốn Như-ý-túc (iddhipāda).  
Năm Quyền (indriya).  
Năm Lực (bala).  
Bảy Giác-chi (bojjhaṅga).  
Tám Chi-đạo (maggaṅga).

Tổng cộng là 37 pháp.

Được gọi là **bodhi pakkhiya** là vì hình thành một phần (pakkhiya) của sự giác-ngộ (bodhi). Sự giác-ngộ ở đây ám chỉ đạo-tuệ (magga-ñāṇa). Những pháp này là nhân gần (paṭṭhāna) là vật-thực (sabhāra), là nền-tảng, là cận y duyên (nissaya paccayo) cho đạo-tuệ.

## Chương II

# BỐN NIỆM XỨ (Cattāra-satipaṭṭhāna)

Theo Aṭṭhakathā, kinh Đại Niệm-xứ được đức Phật thuyết ở trong rừng, thuộc thị trấn Kamma saddhamma. Đức Phật dạy chư tỳ-khưu rằng: "*Đây là con đường duy nhất (ekayāna magga)*"

Trước tiên nên giải thích một số ý như sau:

Sở dĩ Đức Thế-tôn thuyết kinh Đại Niệm-xứ ở xứ Kuru vì:

1- Người xứ Kuru nhờ khí-hậu tươi tốt nên khỏe mạnh tráng kiện, tâm tính cởi mở vui vẻ.

Ngoài kinh Đại Niệm-xứ (Mahā satipaṭṭhāna suttā) ra, đức Phật còn thuyết kinh Đại-duyên (Mahā nidāna suttā) ở Trường-bộ kinh (Dīghanikāya).

Trong Trung-bộ kinh (Majjhimanikāya) có năm bài do Đức Phật thuyết ở xứ Kuru:

- a) Sarapama suttā (ví dụ lõi cây).
- b) Rukkhūpama suttā (ví dụ cái cây).
- c) Raṭṭhapāla suttā (kinh Raṭṭhapāla).
- d) Māgandiya suttā.
- e) Āneñjāsappāya suttā (kinh Bất-động lợi-ích).

2- Hàng tứ chúng (tỳ-khưu, tỳ-khưu ni, cận sự nam, cận sự nữ) ở xứ Kuru thường tu-tập tứ Niệm-xứ, tôi tớ, người làm công... thường nói chuyện với nhau về những vấn đề liên-hệ đến Niệm-xứ, thậm chí đến con kết Suvapōṭaka ở chung với các tỳ-khưu ni cũng tu-tập Niệm-xứ.

**"*Ekayāna magga... .. (con đường duy nhất)*".** Gọi là *con đường duy nhất* do bốn ý-nghĩa.

- a) Là con đường được bậc duy nhất là đức Phật làm hiển-lộ bằng chính trí-tuệ của Ngài, không nương dựa vào trí-tuệ của người khác.
- b) Là con đường xuất phát từ một nơi, đến một nơi duy nhất. Tức là: Niệm-xứ chỉ có trong Phật-giáo, đồng thời dẫn đến Níp-bàn, là nơi an-vui tuyệt đối.
- c) Là con đường đi của chính một người, nghĩa là phải bỏ sự quần tụ để độc cư hành-đạo.
- d) Con đường bậc Thánh đã đi qua, chỉ đến một nơi duy nhất là Níp-bàn, nói cách khác: tứ Niệm-xứ là con đường duy nhất thành tựu bậc Thánh.

Chính Niệm-xứ là khởi đầu của đạo-lộ giải-thoát, bốn Chánh-cần, bốn Như-ý-túc, năm Quyền, năm Lực, bảy Giác-chi là khoảng giữa con đường và tám Chi-đạo là chặng đường cuối cùng.

Con đường này là đạo lộ hiệp-thế (lokiyamagga), chẳng phải là đạo-lộ siêu-thế (lokuṭṭaramagga) trọn vẹn, nghĩa là tám Chi-đạo là giai-đoạn chuyển tiếp từ hiệp-thế sang siêu-thế.

Nên lưu ý: "*bốn Niệm-xứ con đường duy nhất*" ấy, là con đường hiệp-thế, sở dĩ gọi là Thánh-đạo tám ngành (ariya aṭṭhaṅgika magga), vì đó là con đường có tám chi.

Thời trước, các đại trưởng-lão tranh biện nhau về vấn đề này, có vị bảo rằng đó là siêu-thế đạo, vị khác cho là hiệp-thế đạo.

Trưởng-lão tam tạng Culla-sumana (Tiểu thiện-ý) cho là hỗn-hợp đạo (missakamagga) tức là con đường bao gồm hiệp-thế lẫn siêu-thế, đệ tử của Ngài là trưởng-lão tam tạng Cullanāga (Tiểu-long) bảo rằng:

**"*Bốn Niệm-xứ là con đường khởi đầu, tức là hiệp-thế đạo*".**

Về sau, trưởng-lão Culla-sumana chiêm nghiệm kỹ kinh Mahā saṭipatṭhāna từ đầu đến cuối, nắm vững ý-nghĩa đoạn cuối bài kinh là: "*Này chư tỳ-khưu! Người nào tu-tập về bốn Niệm-xứ trong bảy năm, vị ấy có thể chứng đạt quả Ứng-cúng hoặc Bất-hoàn (anāgāmi) ...*".

Trưởng-lão Culla-sumana tuyên bố rằng: "*Đây không phải là siêu-thế đạo, vì siêu-thế đạo khi sanh lên là đắc quả ngay, không thể an-trú đến bảy năm được*".

Vào sáng hôm sau, Ngài thông báo: "Hoan-hỷ tán đồng với ý kiến của trưởng-lão Cullanāga".

Trưởng-lão Cullanāga suy nghĩ: "Thầy ta là bậc lão thông tam tạng pháp-học, chỉ sơ suất nên có sự lầm lẫn như thế, trong tương-lai vấn đề này sẽ phát-sanh nhiều lần tai hại hơn nữa, vậy ta phải chặn đứng mầm nguy hại này ngay bây giờ".

Thế rồi, Ngài Cullanāga thuyết-giảng thích-hợp dẫn chứng từ các bài kinh khác, làm nổi bật ý-nghĩa "***bốn Niệm-xứ là con đường hiệp-thế***".

Vì sao Đức Thế-tôn thuyết bốn Niệm-xứ là giai-đoạn khởi đầu lại nhấn mạnh "*ekayāna magga*"?

Tuy chỉ là giai-đoạn khởi đầu, nhưng là sự khởi đầu quan trọng của bảy chặng (bảy nhóm trợ-đạo), người tinh-tấn đi theo đường này sẽ đạt đến siêu-thế pháp (là Đạo-quả siêu-thế và Níp-bàn).

Ngài nhấn mạnh rằng: "*ekayāna magga*" để chúng-sanh-khởi tinh-cần học, thọ-trì và thực-hành pháp môn này.

Ví như người bán vải quý kampala, trình-bày giá trị vải quý kampala rằng: "đây là loại vải quý, mịn, nhuyễn, có giá trị lớn ...". Bấy giờ người có đủ tiền sẽ mua dùn, người không đủ tiền cũng muốn ngắm xem.

Chữ saṭi paṭṭhāna được giải thích như sau:

Bhusaṃ tiṭṭhāṭṭi = paṭṭhānaṃ. Nơi được trú-vững chắc, gọi là xứ.

Saṭi eva paṭṭhānaṃ = saṭipaṭṭhānaṃ. Ghi nhớ nơi xứ ấy gọi là Niệm-xứ.

Có bốn Niệm-xứ là:

- Kāyanupassanā saṭipaṭṭhāna (tùy-quán thân trong thân).

Kāya + anu + passanā = Kāyanupassanā.

- Vedanānupassanā saṭipaṭṭhāna (tùy-quán thọ trong thọ).

Vedanā + anu + passanā = Vedanānupassanā.

- Cittānupassanā saṭipaṭṭhāna (tùy-quán tâm trong tâm).

Citta + anu + passanā = Cittānupassanā.

- Dhammānupassanā saṭipaṭṭhāna (tùy-quán pháp trong pháp).

Dhamma + anu + passanā = Dhammānupassanā.

\* Tùy-quán thân Niệm-xứ là niệm được an-trú vững-chắc trên các pháp về thân, như sự thở vô, thở ra, đại oai-nghi... Niệm là sự ghi nhớ khi gặp cảnh, mà cảnh có rất nhiều nên niệm có rất nhiều.

Đức Thế-tôn thuyết Niệm-xứ có bốn là vì:

- Trong cảnh có rất nhiều, nhưng chỉ bao gồm hai loại là sắc cảnh và danh cảnh.

Cảnh lại phân theo thô cảnh và tế cảnh. Do cảnh có nhiều nên niệm cũng có nhiều, nhưng điều quan trọng là tập trung niệm vào một nơi duy nhất, để hướng đến nơi độc nhất là Níp-bàn.

- Sở dĩ, Đức Thế-tôn thuyết Niệm-xứ có bốn không hơn không kém, do ba ý-nghĩa:

**(1) Thích-hợp với khả-năng đoạn trừ cấu uế.**

Chúng-sanh tuy có tích lũy phước báu ba-la-mật, nhưng trong quá trình sinh tử dài vô tận, cũng huân tập không ít phiền-não, cấu uế.

Trong Aṅguttara-nikāya, đức Phật có dạy: - Có bốn tướng-trạng của pháp điên-đảo - lầm-lẫn (vipallāsa dhamma). Đó là:

Cái gì không tốt đẹp cho là tốt đẹp.

Cái gì thay đổi biến hoại cho là thường.

Cái gì đau-khổ cho là lạc.

Cái gì trống rỗng (suññaṭa) lại cho là ngã (atta).

Chính những pháp điên-đảo này ngăn chặn đạo-lộ giải-thoát, nguyên-nhân chủ yếu chính là ái-dục và tri-kiến sai lệch.

Đây là phiền-não cấu uế quan-trọng nhất, nó lôi kéo chúng-sanh trôi lăn trong luân-hồi, đồng thời tạo ra những chướng-ngại pháp để ngăn lối đến nơi giải-thoát khổ. Do đó, đối với chúng-sanh có ái-dục nặng sẽ lầm lẫn trong nhận-định: *Điều không tốt đẹp cho là tốt đẹp*. đức Phật Ngài dạy "**niệm thân trong thân**" để đánh tan sự tưởng lầm xinh đẹp trong những gì không xinh đẹp.

Đối với chúng-sanh có ái-dục nhẹ, luôn tìm kiếm những lạc thú để hưởng-thụ, đức Phật Ngài dạy "**niệm thọ trong thọ**" để trừ đi **ảo tưởng lạc** (tức là nhận-thức được tướng-trạng khổ của pháp hữu-vi).

Đối với chúng-sanh có tri-kiến lệch lạc, thiên về thường-hăng nặng, đức Phật dạy "**niệm tâm trong tâm**", để loại trừ **ảo tưởng thường hăng**, tức là giúp người hành-đạo thấy rõ tính không bền-vững, sanh sanh diệt diệt trong thời gian cực ngắn của pháp hữu-vi.

Đối với chúng-sanh có tri-kiến về một chân ngã thường-hăng, Ngài dạy "**niệm pháp trong pháp**" để thấy rõ các pháp-hành đều không có cốt lõi, là rỗng không, để diệt trừ **ảo tưởng về cái ngã**.

### **(2) Thích-hợp với người đáng chỉ dẫn (Neyya).**

Mặt khác, xét về mức độ tích lũy phước ba-la-mật, chủ yếu là Chi-tịnh và Minh-quán. Đức Sārīputta có dạy trong kinh Thập-thượng (Dasuttara sutta) ở Trường-bộ kinh rằng: "*Có hai pháp cần tu-tập, đó là: Chi và Quán*".

Những hành-giả tích lũy phước báu ba-la-mật, cần phải tu-tập thiền Chi hay thiền Quán, đó là hai pháp giúp cho trí ba-la-mật già mạnh.

Người có Chi-tịnh yếu, đức Phật dạy "**niệm thân trong thân**".

Người có Chi-tịnh già mạnh, đức Phật dạy "**niệm thọ trong thọ**".

Người có phước độ Minh-quán còn non, đức Phật dạy tu-tập "**niệm tâm trong tâm**".

Người có phước độ Minh-quán già mạnh, đức Phật dạy tu-tập "**niệm pháp trong pháp**".

### **(3) Thích-hợp với điều ví dụ.**

Tức là ví như có một thành phố xinh đẹp, an lạc, có lâu đài bảy báu, có bốn cửa đông, tây, nam, bắc. Người từ bốn hướng đến, đi qua cửa thành nào cũng có thể vào tận lâu đài được. Như thế nào, cũng vậy mỗi pháp quán niệm thân, thọ, tâm, pháp đều có thể dẫn đến Níp-bàn.

Hành trang mang theo của hành-giả tiến hành tu-tập niệm-xứ là: tinh-cần (āṭāpi), tỉnh-giác (sampajāna -biết rõ) và niệm (saṭi -chú tâm).

## Tùy-quán Thân Trong Thân

Trong bốn pháp niệm-xứ, nếu sự chú tâm được an-trú vững-chắc một phần nơi thân, như sự thở ra, thở vào chẳng hạn, được xem như tương đương với sự chú tâm an-trú vững-chắc trong các pháp thọ -tâm -pháp. Điều này tùy thuộc vào khả-năng hướng tâm vào cảnh (đối tượng) đang hiện khởi theo ý hành-giả.

Trước khi tiến hành "**quán thân niệm-xứ**", hành-giả cần thiết lập vững-chắc nền-tảng "**trú niệm**", tức là sự ghi nhớ (niệm) "*được an-trú vững-chắc*" vào một đối-tượng (đề mục).

Điều này rất quan trọng, vì đây là giai-đoạn tâm-tịnh (citta visuddhi), là nền-tảng cho sự quán-xét.

Ví như người đứng vững-chắc trên đài quan sát, có thể nhìn thấy được mọi vật xung quanh, nhìn thấy những người qua lại rõ ràng; trái lại, nếu đứng không vững vàng, lại ở nơi thấp sẽ không thấy rõ mọi vật. Cũng vậy, thiền Quán nhằm mục-đích thấy được sự sinh-diệt của danh-sắc, làm lộ rõ ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã.

Niệm "*được an-trú vững-chắc*" nghĩa là: Nếu hành-giả chú tâm vào hơi thở ra, hơi thở vào chẳng hạn với ý muốn một giờ, thì sự chú niệm ấy được một giờ, muốn hai giờ thì được hai giờ.

Sự an-trú niệm vững-chắc có được là do năng-lực của chi-thiền tâm (vitakka), nếu tâm (vitakka) bất lực, sự gắn liền của niệm với đề mục không còn khấn khít, sự chú ý sẽ ra khỏi đề mục.

Tại sao phải an-trú tâm vững-chắc vào đề mục?.

Vì đây là điều cần thiết để thâm nhiếp và kiểm-soát sáu loại thức (nhãn-thức, nhĩ-thức, tỷ-thức, thiệt-thức, thân-thức và ý-thức) không cho chúng phóng túng cuồng loạn trong các cảnh trần.

Khi một trong sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý) tiếp xúc với một trong sáu trần-cảnh (sắc, thanh, khí, vị, xúc và pháp) tâm sẽ bị cuốn hút theo cảnh trần ấy, không thể định hướng được.

Ví như: một người điên, không thể kiểm-soát tâm chính mình, thậm chí đến giờ ăn y cũng không biết, cứ đi lang thang từ nơi này sang nơi kia không có mục-đích chi cả. Cũng vậy, tâm bị cảnh trần cuốn hút cũng như thế.

Người thân của y tìm gặp y, mang y về nhà cho ăn cơm, nhưng y chỉ ăn được vài miếng vật-thực, lại hất tung đĩa vật-thực rồi bỏ đi lang thang. Như vậy, y không thể no dạ, không thể kiểm-soát tâm mình dù chỉ là thời gian ngắn ngủi để dùng vật-thực.

Khi nói chuyện, y cũng không thể nói trọn vẹn ý-nghĩa của một câu, phần đầu, phần giữa, phần cuối không liên-hệ chi với nhau và chẳng mang ý-nghĩa gì rõ rệt.

Một người điên như thế chẳng làm gì có lợi-ích trong thế-gian. Tuy y vẫn mang hình-thức là một con người, nhưng người ta xem như "không có y trong thế-gian".

Nếu may mắn, y gặp vị lương y giỏi, hoan-hỷ chữa trị. Y sẽ tỉnh táo, khi lành bệnh rồi, y có thể kiểm-soát tâm trí mình, ăn uống no dạ, nói năng mạch lạc, làm được những việc hữu-ích. Bấy giờ, anh được mọi người thừa nhận "thật sự có giá trị một con người".

Trong thế-gian, có nhiều người không phải điên, là một người bình thường như bao người khác, chỉ vì không biết kiểm-soát tâm bằng thiền Chi hay thiền Quán, lại giống như người điên trong ví dụ trên.

Những người này không nhận thấy tâm mình chạy lang thang từ chỗ này sang chỗ nọ, không có mục-đích nhất định.

Khi lễ Phật hay niệm tưởng ân-đức Phật, tâm không an-trú vào những ân-đức ấy, chỉ thấy tâm chạy theo những ảo tưởng mộng lung, chí đến bài kinh ân-đức Phật "**Itipiso ... .. bhagavāti**" cũng không thể tụng trọn vẹn, lúc nhớ lúc quên. Tựa như người điên ăn vài miếng vật-thực lại ném tung đĩa vật-thực.

Hay tựa như người có bệnh sợ nước, tuy môi khô đắng vì khát nước, nhưng khi gặp hồ nước mát trong ngọt lại sợ-hãi bỏ chạy trốn.

Hoặc giống như người bệnh nặng phải ăn kiêng, được người dọn phần ăn có nhiều vị thuốc để chữa bệnh, y lại thấy chua cay, đắng, khi ăn vào không thể nuốt được phải khạc nhổ ra.

Những điều này ví như người không thể an-trú niệm trong ân-đức Phật cho có kết quả, dù rằng thời gian tụng kinh ân-đức Phật ngắn ngủi, chỉ năm mười phút.

Nếu không an-trú niệm vững, dù tụng "**Itipiso...**", khi tâm phóng đi, bài kinh bị gián đoạn, họ tụng lại từ đầu, rồi lại gián đoạn. Như thế, dù có tụng suốt ngày, suốt tháng, hoặc suốt năm bài kinh ấy vẫn không thể tụng xong.

Chỉ khi nào người này cố-gắng chú niệm, bài kinh sẽ hoàn tất trong thời gian ngắn cần thiết.

Hiện nay, người ta tụng hết bài kinh là do thuộc lòng, nhưng cũng chỉ tụng suông theo thói quen, trong lúc tụng tâm trí vẫn lang thang theo cảnh trần mộng lung.

Vào ngày lễ Bồ-tát, nhiều người khởi ý-niệm vào chùa thọ giới, sám hối, nghe pháp, hoặc tìm nơi thanh vắng để quán tưởng ân-đức Tam-bảo. Thế nhưng, họ lại đi đến

bạn bè, tìm đến những nơi vui chơi, đó là do tâm chạy theo những dấy động của cảnh trần và họ không có sự điều-phục, chế-ngự tâm.

Những điều ấy chẳng khác gì "*người điên đang làm phước*", chẳng khác gì hình ảnh người điên nắm trong tay số tiền, đem cho người này, người kia mà y chẳng biết chi cả.

Có Phật ngôn rằng:

*"Pāpasmim ramati mano - Tâm hằng vui thích trong điều ác"*. (Pháp cú 116).

Lẽ thường, nước từ cao đổ xuống thấp, cũng vậy: Tâm không kiểm-soát tự-nhiên hướng về điều ác.

Người không kiểm-soát tâm, cũng ví như người lái thuyền không biết điều khiển bánh lái thuyền trên dòng sông nước chảy xiết, y để mặc cho thuyền thuận trôi theo dòng nước, trên thuyền là những hàng hóa có giá trị để bán ở những thị-trấn vùng hạ-lưu sông.

Con thuyền trôi theo dòng nước, có lúc băng qua những đoạn sông nhiều ghềnh đá, rừng rậm không có chỗ an-toàn để thả neo, có lúc băng qua những làng mạc châu quận có bến đậu, nhưng vì đêm tối nên người lái thuyền không thấy bến đậu và con thuyền lại trôi xuôi theo dòng.

Rồi lại đến khúc sông có làng mạc, châu quận, có bến đỗ vào lúc ban ngày, nhưng vì người lái thuyền không thể điều khiển bánh lái thuyền để ghé vào bến đỗ, nên không thể lên bờ đi vào thị trấn. Thế là, con thuyền tiếp tục trôi xuôi theo dòng nước, cho đến khi đi vào đại dương rộng lớn.

Dòng luân-hồi dài vô tận ví như dòng nước chảy xiết, chúng-sanh không có sự kiểm-soát tâm ví như người chủ thuyền không thể điều khiển bánh lái, trên thuyền có hàng hoá giá trị ví như được sanh làm người, tâm ví như bánh lái thuyền, chiếc thuyền ví như danh-sắc.

Thuyền trôi qua những khúc sông đầy ghềnh đá, rừng rậm ví như chúng-sanh trôi lăn trong sanh tử vào thời kiếp không (suññatakappa) là những kiếp trái đất không vị Chánh-đăng-giác xuất hiện, hay trong những thời không có Giáo-pháp Đức Chánh-đăng-giác. Có lúc chúng-sanh sanh vào thời có Đức Chánh-giác hiện khởi nhưng không gặp được giáo-pháp của Ngài, vì bị rơi vào một trong tám điều bất lợi, cũng ví như khúc sông có làng mạc, có bến đỗ nhưng vì là ban đêm nên người chủ thuyền không thấy, không biết.

Vào lúc khác, chúng-sanh này được sanh làm người, chư-thiên, phạm-thiên, gặp được giáo-pháp của đức Phật, nhưng không đạt được đạo-quả giải-thoát, chỉ vì không thể



kiểm-soát tâm. Cũng ví như người chủ thuyền không thể điều khiển bánh lái thuyền đi vào bến đỗ, để lên bờ an-toàn.

Đã không có tinh-tấn chế-ngự tâm, tất nhiên dẫn đến không cố-gắng hành pháp Chi hay Quán về bốn Niệm-xứ.

Thế là, chúng-sanh này lại lăn trôi theo dòng nước luân-hồi, hoà nhập vào bể khổ trùng khơi.

Đây là khuynh-hướng đi lang thang trong chuỗi dài luân-hồi vô tận của chúng-sanh không thực-hành bốn Niệm-xứ, hay không tinh-tấn hành bốn Niệm-xứ, mặc dù họ biết rõ pháp môn này.

Trong thời-kỳ có giáo-pháp của đức Phật, chúng-sanh đắc quả giải-thoát nhiều như cát bờ sông Hằng, đó là những chúng-sanh đã kiểm-soát được tâm, có khả-năng duy trì sự chú niệm vào bất cứ đề mục nào theo ý, qua sự thực-hành bốn Niệm-xứ.

### **Điểm khởi xuất bốn Niệm-xứ**

Bốn Niệm-xứ được thiết lập trên nền-tảng giới (sīlena), giới có thanh-tịnh, việc thực-hành bốn Niệm-xứ mới đạt kết quả khả quan.

Có nhiều hành-giả xem trọng thiền Quán, xem nhẹ giới-hạnh, sau thời gian thực-hành thiền Quán trong trường thiền, trở về nhà lại buông thả theo đời sống tại gia, xa lìa giới và sự thọ-trì-giới đối với họ chỉ còn là nghi-thức.

Phải biết rằng: giới có công-năng chế-ngự những phiền-nã, cấu uế thô-thiển, đó là hàng rào an-toàn cho chúng-sanh, giúp họ thoát ra tám điều bất lợi (aṭṭhakkhana).

Trong bài kinh Giáo-giới Rāhula ở Trung-bộ kinh, Đức Thế-tôn nêu ví dụ về con voi biết bảo vệ cái vòi khi lâm trận, gọi là con voi biết bảo vệ mạng sống. Cũng vậy, người không giữ gìn giới-hạnh xem như đánh mất sự an-toàn, khóa nẻo đường sanh lại làm người hay chư-thiên của chính mình.

Cũng có thể so sánh việc giữ giới và chú niệm khi thuần hóa những con bò.

Con bò con phải được tách riêng khỏi đàn, nhốt riêng ở chuồng trại, người chủ xỏ vàm qua mũi bò, buộc vào cây cọc đóng chặt xuống đất cho nó quen dần, sau đó đóng ách vào cổ bò, chỉ khi nào nó đã thuần thực quen với sức nặng cái ách, người ta mới dùng nó trong việc kéo xe hay kéo cày. Sau khi huấn luyện con bò thuần thực, lợi nhuận và sự thành-công của người chủ có được nhiều hay ít, tùy thuộc vào cách sử dụng con bò kéo cày hay kéo xe.

Trong Giáo-pháp của đức Phật, việc không thực-hành giới-tịnh, giống như con bò con không được nhốt riêng, nó sẽ chạy rong ròi phá hoại hoa màu của người khác. Như vậy, sẽ mang lại nhiều phiền toái cho người khác cũng như cho người chủ.

Cũng vậy, tâm không an-trú trong hàng rào giới-luật, không hoà nhập vào giới-tịnh, ác-nghiệp từ thân, ngữ, ý sẽ tự-do sanh-khởi và người ấy sẽ làm hại người khác lẫn hại mình, sẽ gặt lấy những quả khổ.

Con bò con ví như cái tâm loạn động, sợi dây vàm buộc qua hai lỗ mũi con bò ví như sự chú niệm, sợi dây vàm buộc vào cây cọc ví như sự tu-tập thân niệm-xứ (kāyagaṭā saṭipatṭhānāṇa). Con bò con tách ra khỏi đàn ví như tâm tách lìa năm trần-cảnh mà nó ưa thích, nhốt riêng trong chuồng ví như nghiêm trì-giới-luật, ban đầu con bò con không chịu khuất phục, nó vùng vằng, tìm cách thoát ra sợi dây, nhưng vì sợi dây buộc chắc vào cọc đóng cứng dưới đất, con bò dù đi loanh quanh cũng không thể ra khỏi cọc, cuối cùng đành nằm yên bên cây cọc.

Cũng vậy, ban đầu tâm hành-giả luôn loạn-động, tìm cách thoát ra khỏi đề mục, nhưng nhờ có sợi dây chú niệm, luôn bám sát vào cây cọc đề mục, cuối cùng tâm đành phải khấn khít với đề mục.

Con bò được huấn luyện thuần thục qua sợi dây vàm buộc vào cọc, người chủ sử dụng nó vào việc gì cũng được. Ví như tâm thuần thục trong đề mục thân Niệm-xứ, sự chú niệm bất cứ đề mục nào trên thân cũng được như-ý.

Lợi nhuận có được do sử dụng con bò vào việc kéo xe hay kéo cày, ám chỉ lợi-ích phát-sanh của sự chú niệm qua pháp-hành thiền Chỉ hay thiền Quán.

Người thực-hành thiền Chỉ hay thiền Quán mà không cố-gắng an-trú niệm vào pháp thân Niệm-xứ trước, cũng giống như con bò chưa được thuần hóa, người chủ lại thẳng ách bò vào cổ xe hay cái cày, con bò không có sợi dây vàm xoắn qua hai lỗ mũi. Người chủ sẽ không thể điều khiển con bò theo ý, con bò quen thói phóng túng, nó tìm cách chạy ra khỏi con đường hoặc tìm cách thoát ra cái ách đang mang vào cổ.

Nói cách khác, trước khi bước vào ngưỡng cửa thiền Chỉ hay thiền Quán, hành-giả cần tu-tập tâm mình trở nên yên tịnh bằng pháp niệm thân. Trong đó, sự chú tâm vào đề mục được đặt trên nền-tảng giới-tịnh là cơ-bản, tâm nếu chưa được an-trú bởi niệm, nó sẽ quen thói phóng túng theo trần-cảnh mà nó ưa thích.

Sự chú tâm của hành-giả được an-trụ vững-chắc, thì việc hành thiền Chỉ hay thiền Quán sẽ được thành-tựu theo mong muốn.

-ooOoo-

## PHƯƠNG ÁN THÂN NIỆM-XỨ

Thân (kāya) được giải theo hai nghĩa:

- **Là nơi hội-tụ:** Tức là chỗ hội-tụ của các phần nhỏ, lớn của tứ-đại, như: xương, thịt ... là nơi phần đất hội-tụ nhiều. Mật, đàm ... là nơi hội-tụ của nước. Chất nóng - ấm -lạnh là nơi hội-tụ của lửa. Hơi thở, sự căn phòng là nơi hội-tụ của gió. Hoặc thân là nơi hội-tụ của ba mươi hai thể trước.

- **Là nơi sanh** của vật đáng nhờm gồm như: tóc, lông, móng, răng, da ... Pāli văn có giải thích:

*Kucchiṭānaṃ āyoṭi = Kāyo: nơi sanh ra gọi là thân.*

Tùy-quán thân niệm-xứ có sáu phần.

Niệm hơi thở ra -hơi thở vào (ānāpānasati).

Bốn oai-nghi (iriyāpaṭha).

Sự tỉnh-giác (tiểu oai-nghi -sampajañña).

Nguyên-chất (dhātu -đất, nước, lửa, gió).

Ba mươi hai thể-trước.

Chín bất tịnh-tướng (asubhanimitta -tử thi).

Trong sáu phần trên, Đề mục hơi thở, thể trước, tử thi có thể an-trú vào định-nhập (appanā samādhi), còn lại là những nghiệp-xứ đưa đến cận-định (upacāra samādhi).

Sách Thanh-tịnh đạo có giải rõ về thân-hành niệm, tức là đề mục hơi thở, ở đây chỉ trình-bày tóm lược.

## ĐỀ MỤC HƠI THỞ

Đức Thế-tôn thuyết bốn Niệm-xứ, Ngài an-trú chánh-niệm vào bốn chi phần thân, thọ, tâm, pháp. Sau đó, Ngài phân từng chi phần thành nhiều chi tiết, vì sao vậy?

Ví như người thợ đan lát rành nghề, người ấy muốn đan rổ, rọ, tấm phen ... trước tiên, chẻ cây tre ra làm bốn mảnh, rồi mỗi mảnh lại chẻ thành nhiều mảnh vừa đủ. Sau đó, nắm chặt từng mảnh nhỏ dùng dao bén vuốt cho mềm mỏng, để sử dụng, cuối cùng đan thành vật hữu-ích theo ý. Cũng vậy, bốn Niệm-xứ được Đức Thế-tôn phân ra thành nhiều chi tiết.

Niệm hơi thở ra hơi thở vào có những ý chính cần phải nắm vững như sau. Theo kinh Ānāpānasati sutta, trong giai-đoạn đầu tu-tập hơi thở là:

Thở vô dài vị ấy biết.

Thở ra dài vị ấy biết.

Thở vô ngắn vị ấy biết.

Thở ra ngắn vị ấy biết.

Cảm giác toàn thân sẽ thở vô vị ấy tập.  
Cảm giác toàn thân sẽ thở ra vị ấy tập.  
An-tịnh thân-hành sẽ thở vô vị ấy tập.  
An-tịnh thân-hành sẽ thở ra vị ấy tập.

Tu-tập đề mục hơi thở có thể gom gọn hai ý: **biết** và **tập**. *Biết gì?* Biết được hơi thở dài -ngắn. *Tập gì?* Tập cảm giác và an-tịnh thân-hành.

Hơi thở là chất gió (vāyadhātu), khi nhập vào thân thể chúng-sanh, bấy giờ trở thành sắc thân. Vì sao? vì chất gió bình thường bên ngoài là loại sắc pháp vô mạng-quyền (rūpājīviṇḍriya), khi hòa nhập vào cơ thể trở thành sắc pháp hữu mạng-quyền (sắc pháp có sự sống - rūpājīviṇḍriya).

Chặng đường từ nơi gió sanh-khởi đến khi chấm dứt, khoảng thời gian ấy gọi là dài-ngắn.

Chặng đường hơi thở đi vào là khoảng nào? Chặng đường ấy kể từ nơi hơi thở xúc chạm vào thân thể cho đến khi chấm dứt, tức là kể từ chót mũi (hay môi trên đối với người có mũi dài) đến giữa ngực và rốn, tức là: Đối với hơi thở vào, chặng đầu là mũi, chặng giữa là ngực và chặng cuối là rốn.

Chặng đường hơi thở đi ra là khoảng nào? Đối với hơi thở ra thì ngược lại: chặng đầu là rốn, chặng giữa là ngực và chặng cuối là mũi.

Nếu thời gian ngắn lấp đầy khoảng đường, đó là hơi thở ngắn, còn lấp đầy khoảng đường trong thời gian lâu hơn gọi là hơi thở dài. **Dài -ngắn** ở đây là sự so sánh giữa hơi thở ra và hơi thở vào.

*"Thở vô dài vị ấy biết.  
Thở ra dài vị ấy biết.  
Thở vô ngắn vị ấy biết.  
Thở ra ngắn vị ấy biết."*

Câu nói: "*vị ấy biết*" là sao? Ở giai-đoạn đầu hành-giả rất lúng túng trong sự quan sát hơi thở, vì niệm chưa được trú-vững và còn yếu. Chỉ cần an-trú niệm (tức là biết) ở nơi chót mũi hay môi trên (là nơi ra vào của hơi thở). Trong Paṭisambhidā magga (Vô-ngại-giải đạo) có cho ví dụ về người chửa cây:

Có thân cây cần được chửa xẻ, người thợ chửa sau khi lấy mực xong, rồi chửa xẻ, ông không cần để ý lưỡi chửa đi xuống sâu hay cạn, dù ông không xa lạ nó, chỉ chú ý đến lẫn mực chỗ lưỡi chửa lên xuống, điều khiển sao cho lưỡi chửa không ra khỏi lẫn mực ấn định. Cũng vậy, hành giả chỉ cần biết nơi hơi thở ra vào, như người thợ chửa chỉ cần biết lẫn mực.

Và biết hơi thở dài-ngắn ra sao? Là biết quá trình vận hành một hơi thở ở hai giai-đoạn vào -ra theo tính dài -ngắn. Cụ thể là:

Thời gian hơi thở "vào", chạm vào chót mũi cho đến khi ở rốn so với thời gian hơi thở "ra" từ rốn cho đến khi ra hết bên ngoài chót mũi, nếu thời gian nào lâu hơn gọi là "*hơi thở vô dài, hơi thở ra dài*", thời gian nào nhanh hơn gọi là "*hơi thở vô ngắn, hơi thở ra ngắn*".

Tức là hành-giả chỉ nên biết một chập hơi thở vào-ra và so sánh dài-ngắn qua sự vào-ra của chúng, không cần phải so sánh với chập hơi thở vào-ra trước đó.

Hơi thở ngắn nghĩa là tâm đang bị xáo động, trái lại hơi thở dài tâm dần dần yên tĩnh, *sự biết ấy* chính là **niệm** được an-trú trong hơi thở (là thân hiện tại), hơi thở vào -ra trước đó là thân đã mất, nên không cần phải biết.

Thân là nền-tảng, là cây cọc đóng dưới đất, nhưng không phải là niệm (niệm là sợi dây vằm xỏ vào mũi con bê cột vào cọc, trái lại niệm (sự biết) vừa là nền-tảng vừa là niệm, nếu không có niệm thì không biết dài -ngắn. Hơi thở dài -ngắn là qui-trình tự-nhiên, **sự biết** mới là nền-tảng để tiến đến tu-tập.

*"Cảm giác toàn thân sẽ thở vô, vị ấy tập.  
Cảm giác toàn thân sẽ thở ra, vị ấy tập."*

Trong giai-đoạn đầu tiến tu, một số hành-giả có thể nhận được chặng đầu, nhưng hai chặng còn lại thì không, có số chỉ nhận biết chặng giữa hay chặng cuối mà thôi, có số chỉ nhận biết chặng đầu và chặng cuối. Số khác nhận-thức cả ba chặng không gặp khó khăn, đây là hạng người cần có được trong việc hành thiền tứ Niệm-xứ, do đó đức Phật dạy rằng: "**vị ấy tập**".

Chữ "**toàn thân**" là ám chỉ hơi thở. "**Cảm giác toàn thân**" không phải là chỉ toàn bộ thân thể hành-giả, thân ở đây chỉ cho hơi thở.

Với tâm loạn-động không thể cảm giác được toàn bộ qui-trình hơi thở vào, hơi thở ra, hành-giả cần phải tập để nhận biết trọn vẹn ba giai-đoạn: Chặng đầu -giữa -cuối của hơi thở. Và cũng cần được hiểu từ: "**cảm giác**", "**an-tịnh**" là chỉ cho trạng-thái hơi thở thô-tế.

Trước khi chưa phân biệt rõ đề mục thiền, thân tâm thường bị giao động, nên hơi thở vào -ra thô, chúng mạnh hơn lúc thường, nhưng khi thân tâm lắng dịu, chúng trở nên nhẹ-nhàng, vi-tế, càng lúc càng vi-tế tùy theo mức độ lắng dịu của tâm, nó vi-tế đến nỗi nhiều hành-giả phải tìm xem hơi thở còn hiện-hữu hay không.

Cũng ví như một người đứng yên sau khi chạy từ trên đồi xuống, hay vừa đặt một vật nặng trên vai xuống, đứng nghỉ. Ban đầu người ấy thở hồng hộc, thậm chí thở bằng

mũi không đủ, phải thở cả bằng miệng, nhưng khi hết cơn mệt, uống nước, tắm rửa, nằm nghỉ trong bóng mát, hơi thở vào -ra trở nên nhẹ nhàng vi-tế.

Các vị thầy cổ xưa đã dạy: "Tâm giao động hơi thở gấp, khi tâm không giao động hơi thở vi-tế".

Sở dĩ "**thân**" ở đây chỉ cho hơi thở là vì: Có hai pháp chướng-ngại ngăn chặn, khiến người tu-tập rơi vào ảo tưởng là khối tưởng (ghaṇa saññā) và liên-tục tưởng (saṇṭaṭi saññā).

Khối-tưởng (ghaṇa saññā) đưa đến sự nắm giữ tướng chung, tướng riêng như người, thú, ... còn liên-tục tưởng (saṇṭaṭi saññā) dẫn chúng-sanh đi vào lâm-lạc trong ảo tưởng *thường hằng, không thay đổi*.

Thân hay thân-hành chỉ cho hơi thở, khiến hành-giả không còn nhận-định ta thở hay hơi thở đi vào thân ta, đơn thuần đó chỉ là sự ra -vào của hơi gió, giúp hành giả ngăn chặn khối-tưởng.

Nhận-định được ba chặng hơi thở, để thấy rõ chúng ở từng giai-đoạn với mục-đích loại trừ liên-tục tưởng. Và sự thô-tế của hơi thở càng rõ nét bao nhiêu, liên-tục tưởng cũng như thường-tưởng (nicca saññā) càng bị đẩy lùi xa bấy nhiêu, tức là hai pháp chướng-ngại dần dần bị loại trừ, xóa sạch để khai mở con đường quang minh.

Chính tùy-quán thân trong thân nhằm vào mục-đích này, thô hay tế của hơi thở được thể hiện qua sự nỗ lực, chú niệm tinh-giác, bằng hai con đường Chỉ hoặc Quán.

Khi chưa phân biệt đề mục thiền, hơi thở còn thô, hơi thở tương đối vi-tế trong cận-định, hơi thở sơ-định vi-tế hơn hơi thở cận-định... và trở nên an-tĩnh ở tứ thiền.

Còn trong tuệ-quán thì sao? Lúc chưa phân biệt được danh-sắc hơi thở là thô, khi phân biệt được tứ-đại hơi thở là tế, phân biệt được sắc pháp hơi thở là tế so với phân biệt được tứ-đại, phân biệt được danh-pháp hơi thở là tế so với phân biệt được sắc-pháp .

Hơi thở khi chưa đạt tuệ Phân-biệt danh-sắc là thô, so với hơi thở khi đạt được Duyên-đạt tuệ (paccaya pariggahañāṇa) là tuệ thấy rõ nhân-duyên sanh-khởi của danh-sắc.

Hơi thở trong tuệ Duyên-đạt là thô so với hơi thở trong Phổ-thông tuệ ...

Khi đạt đến tuệ Sinh-diệt (udayappayañāṇa) sự vi-tế hơi thở đạt đến mức độ cần thiết phải có.

Sự thô tế là tướng (nimitta) của hơi thở, tướng hơi thở càng vi-tế thân-tâm càng an-tĩnh, hành-giả cần phải nỗ-lực tinh-tấn chú niệm vào tướng ấy.

Mỗi khi thân có sự ngã nghiêng qua, nghiêng lại, đổ tới, đổ lui, rung chuyển, là do tướng của hơi thở vào-ra chưa được an-tĩnh, hành-giả cần nỗ lực chú niệm trong tướng hơi thở để làm cho thân được an-tĩnh, tức là tướng được an-tĩnh dẫn đến thân được an-tĩnh, nên nói rằng:

*"An-tĩnh thân-hành, sẽ thở ra, vị ấy tập.  
An-tĩnh thân-hành, sẽ thở vô, vị ấy tập".*

Khi hơi thở được tu-tập qua bốn giai-đoạn: Dài -ngắn -cảm-giác -an-tĩnh, hành-giả cần làm cho sung-mãn qua pháp quán thân trong thân.

*Quán ra sao?* Quán qua bốn cách là:

1) Khi chú niệm được an-trú vững mạnh, hành-giả tác-ý đến một trong sáu chi phần trong tùy-quán thân trong thân: Tức là hơi-thở, bốn oai-nghi, tiểu oai-nghi, ba mươi hai thể-trước, bốn đại và tử-thi.

Trong năm phần trên, đại oai-nghi, tiểu oai-nghi làm sung-mãn tinh-giác. Phân-tích tứ-đại làm sung-mãn trí tách lìa khỏi khối-tướng (ghaṇasaññā). Thể-trước, tử-thi hỗ-trợ cho tuệ-quán.

*Vì sao?* Vì rằng: các ấn-tướng của thể-trước, tử-thi hiện khởi được là do sức mạnh của chi tâm (viṭakka), chi tâm ví như kính phóng đại, khi rọi đến vật nào nó sẽ làm rõ nét hình ảnh ấy, nếu kính có độ phóng đại càng lớn hình ảnh càng rõ nét, đồng thời những nét mờ khuất cũng được lộ ra. Phát huy sức mạnh chi tâm đúng mức trong việc quán-xét là cơ sở để tuệ-quán vững mạnh, vì tâm là chánh tư-đuy (sammā saṅkappa), là một chi của nhóm tuệ (paññākkhandha).

Mặc khác, hai đề mục này cũng loại trừ được tịnh-tướng (subhanimitta), nhằm nhiếp phục sự tham-ái thô-thiển về sắc thân, loại trừ ảo tưởng tốt đẹp của pháp hữu-vi.

Chú niệm vào hơi thở được sung-mãn dẫn đến định sung-mãn, định sung-mãn dẫn đến tuệ-quán già mạnh, chính hơi thở cũng mang tính ô trước. Gió thổi qua vùng hoa thơm sẽ có mùi thơm, ngược lại đi ngang đồng phân -rác, sẽ có mùi hôi thối. Cũng vậy, hơi thở vào -ra qua những thể trước, tất nhiên nó cũng mang tính ô trước.

Điều này nhận thấy rất dễ-dàng, ta không thể chịu được mùi khó chịu từ hơi thở người khác như thế nào, chính mùi hơi thở của ta cũng mang tính khó chịu như thế ấy.

Nhưng vì sao ta không nhận thấy hôi thối qua hơi thở của mình? Như một người rớt xuống hầm phân, ban đầu y còn ngửi mùi hôi thối, nhưng dần dần y không còn cảm nhận hôi thối nữa, hay một người sau nhiều ngày không tắm rửa, thân thể y toát ra mùi tanh tưởi khó chịu, người khác nhận biết rất rõ mùi ấy, chính riêng y thì không

nhận biết chi cả. Cùng thế ấy, hơi thở cũng mang tính ô trước, nhưng vì thân-cận với nó, nên ta không thấy nó hôi tanh, có thể thôi.

Điều quán-xét này, giúp hành-giả phát-sanh tâm nhằm chán đối với thân-xác đang mang và xem nó như gánh nặng chứa đầy xú-uế đang đặt lên vai, gánh nặng này cần được đặt xuống, tức là giúp hành-giả sanh-khởi tâm nhằm-chán, tâm xả-ly từng phần của gánh nặng ngũ-uẩn này.

2) Phải quán thân này là vô-thường, là khổ, là vô-ngã, là chứa đầy uế-trước.

3) Phải quán rằng: thân này chỉ là một khối được các phần riêng biệt nối kết lại, đồng thời là nơi sanh ra những cấu uế. Ví như cái xe chỉ là những bộ phận nhỏ như bánh xe, gọng xe, sườn xe... ráp vào và là nơi hội-tụ của bụi bặm.

4) Cần phải quán theo bảy chi phần khi tuệ-quán được vững mạnh là: vô-thường, khổ, vô-ngã, đáng nhằm chán, đáng lìa bỏ, đáng xa lánh, đáng loại trừ.

Đó là phương-pháp quán. Thế thì, cách quán ra sao?

Dĩ nhiên, hành-giả trước tiên phải nhận ra tướng (nimittā) của đề mục để quán, như tướng của hơi thở, tướng của bốn oai-nghi, tướng của thế-trước, tướng của tứ-đại...

Nếu không xác định, nhận biết được tướng để tiến hành quán-xét, sự quán-xét sẽ không có kết quả, hoặc nếu có cũng chỉ chút ít khiêm-tốn.

Ví như có người đi đến một cửa hàng bảo rằng: "Tôi muốn xem kỹ món hàng tôi muốn có". Người bán hàng hỏi: "Ông muốn xem vật chi?". Y bảo rằng: "Tôi không biết rõ món ấy". Như thế thật là buồn cười.

Trong khi quán-xét, hành-giả không nên quán quá nhanh cũng không quán quá chậm. Quán nhanh quá sẽ không thấy rõ trọn vẹn tam tướng. Ngược lại, quán chậm quá, sẽ có những khoảng trống, các chướng-ngại, phiền-não, cấu-uế có cơ hội xen vào.

Như ví dụ trên, người bán hàng giao món vật cho người khách cần mua, người mua hàng chỉ xem sơ qua, y sẽ không nhận-thức được món hàng này là thật hay giả tạo, đúng phẩm chất hay không đúng phẩm chất, đồng thời không thể nhận ra những khiếm khuyết của món hàng.

Trái lại, nếu y mãi xăm soi, người chủ hàng sẽ khó chịu hoặc bỏ đi, khi xem xong y chẳng biết làm cách nào để sở-hữu món vật ấy một cách chân-chánh, mang đi mà không có sự đồng ý của chủ hàng, có thể dẫn đến những phiền phức, tù tội, còn bỏ lại ư? phí công xem xét. Muốn mua: người chủ cửa hàng lại vắng mặt.

Người bán hàng ví như tâm, người xem hàng ví như trí, món hàng ví như ấn-tướng đề mục, tâm và trí tương sanh hỗ-trợ lẫn nhau, tâm khó chịu trí chẳng làm được gì, lực quán-xét không còn đủ sức mạnh.



Quán-xét ấn-tướng chỉ dùng trí hiện-tại, không dùng trí quá-khứ, vì trí quá-khứ đã có sức mạnh của tướng (sañña) xen vào, có tướng tác động đôi khi nhận-định sai lầm. Cũng vậy, ấn-tướng dùng để quán-xét nó sanh-diệt theo qui trình vận hành của pháp, không hề bị chi phối trong quyền lực nào cả, nếu xem xét quá nhanh sẽ không thấy rõ tính sinh-trụ-diệt của ấn-tướng, chỉ nhận-thức được tướng sanh lên, hoặc sanh lên rồi an-trụ, hoặc chỉ thấy tướng diệt mà không thấy hai tướng sanh, tướng an-trụ, còn xem xét quá chậm cũng tương-tự như thế.

Điều này, cũng ví như người đói đang ăn món vật-thực hợp khẩu vị, chưa dùng no dạ, vội vàng bỏ đĩa đứng dậy và y vẫn còn đói bụng. Trái lại, nếu dùng quá chậm vật-thực trở nên nguội lạnh, không còn đầy đủ hương vị cần thiết để bổ dưỡng tấm thân.

Hay như, người rót mật vào lọ, miệng lọ thì nhỏ, nếu y rót mật nhanh quá, mật sẽ trào ra ngoài, trái lại rót chậm sẽ có khoảng trống, không khí có lẫn chất bẩn xen vào, sau này làm cho mật ong bị biến chất.

Hoặc ví như người cầm ngọn đuốc trong đêm, soi rọi để xem xét chung quanh, nếu y rọi nhanh quá sẽ không thấy hết mọi vật xung quanh, còn quá chậm, hơi nóng của lửa sẽ đốt vào mặt y.

Có chi tiết tuy không là thiết yếu, cũng cần nêu ra. Trong kinh Đại Niệm-xứ, đức Phật có dạy: "*Vị tỳ-khưu đi đến khu rừng, gốc cây hay khoảng trống, nơi vắng nhà*".

Đó là lời dạy về trú-xứ thích-hợp tu-tập bốn Niệm-xứ, một trú-xứ cho ba mùa, cho khí chất và cho tính của hành-giả:

Mùa nóng rừng là thích-hợp, mùa lạnh gốc cây là thích-hợp, mùa mưa khoảng trống là thích-hợp. Với người tính si nặng, rừng là thích-hợp. Với người tính sân nặng, gốc cây là thích-hợp. Với người tâm tham nặng, khoảng trống là thích-hợp.

Chúng-sanh phàm-nhân luôn có ba tính: tham-sân-si, nhưng tính nào có khuynh-hướng vượt trội, gọi là có tính ấy, chúng như một cơ-tánh (nicca carita) tiềm-ẩn bên trong tâm thức.

Nhưng làm thế nào xác định được khuynh-hướng tham, sân hay si? Sách Thanh-tịnh đạo có mô tả đặc-tướng bên ngoài của các tánh ấy một cách đầy đủ, đồng thời có nêu lên ấn-tướng của các khuynh-hướng tánh là.

Người nặng về tham-tính, ấn-tướng xinh đẹp rõ ràng đầy thích-thú.

Người nặng về sân-tính, ấn-tướng thô xấu, gây khiếp hãi.

Người nặng về si-tính, ấn-tướng mờ mờ không rõ nét.

Như thế, chúng ta thấy sự an-trú niệm trên đối-tượng (đề mục) quả có nhiều tác-dụng.

Tuy trú-xứ thích-hợp hay không thích-hợp không phải là điều thiết yếu, nhưng cũng góp phần vào sự thành-đạt trong tu-tập không nhỏ. Ví như hạt giống của cây mạnh,

được gieo đúng mùa, hợp với loại đất lại được vun phân, tưới nước đầy đủ sẽ nhanh chóng cho quả tươi tốt, thơm ngọt. Trái lại, gieo sai mùa, đất không thích-hợp, nhưng vun phân tưới nước đầy đủ vẫn cho quả tốt, nhưng không nhanh và tươi tốt bằng cách thứ nhất.

Ở đây, tinh-cần, chú-niệm, tỉnh-giác là phân-nước cho quả tuệ-quán.

Ba pháp: tinh-cần, chú-niệm, tỉnh-giác ví như ba viên bảo châu, được đặt trên bệ giới-tịnh -tâm-tịnh vững-chắc, giúp cho người có mắt sáng (là trí-tuệ) thấy rõ những gì diễn tiến (tuệ-quán ba tướng) của các vật chung quanh (là pháp hữu-vi).

Như Phật-ngôn:

*Người có trí trú giới*

*Tu-tập tâm và tuệ*

*Nhiệt-tâm và thận-trọng*

*Vị tỳ-khuru ly triền. (Tương ứng kinh).*

Ấn-tướng có ba giai-đoạn sanh-trụ-diệt. Vào thời sanh, ấn-tướng chưa đủ sức mạnh để hiển-lộ ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã, vào thời diệt, ấn-tướng đã suy giảm sức mạnh, nên ba tướng hữu-vi cũng không hiện khởi rõ, ba tướng hữu-vi chỉ hiện khởi rõ ràng ở **giai-đoạn trụ**.

Tướng hơi thở là thô -tế gắn chặt vào hơi thở, nhưng hơi thở khác, tướng là khác, như nói: "đi nhẹ nhàng, đi rầm rập", nhẹ nhàng, rầm rập là tướng của sự đi, sự đi là khác, tướng của sự đi là khác.

Nếu hành-giả đưa niệm theo dõi chặng đầu, chặng giữa, chặng cuối của hơi thở, tâm sẽ bị phân tán, dao-động. Do vậy, khi tác-ý theo dõi tướng hơi thở (hơi thở dài, hơi thở ngắn là tướng tiên-khởi --parikamma nimitta -- của hơi thở), hành-giả không nên đưa niệm theo dõi chặng đầu -giữa hay chặng cuối.

Tốt nhất, hành-giả nên gắn chặt niệm ở nơi xúc chạm hơi gió vào-ra.

Như ví dụ sau: có một người què, đẩy cái xích đu cho bầy trẻ giải trí, anh nhận thấy cả hai đầu và chặng giữa của tấm ván đưa qua đưa lại, nhưng anh không rời bỏ chỗ ngồi để thấy cả hai đầu lẫn chặng giữa, cả hai đầu anh chỉ cần biết nó đi tới hay đi lui, nhưng thận-trọng nhìn chặng giữa để quan sát những biến-động xảy ra.

Sự quán-xét hơi thở cũng thế, nhận biết thời sanh lên, thời diệt mất và thận-trọng quán-xét thời an-trụ, nhưng sự chú niệm vẫn không rời xa nơi đặt niệm là chỗ xúc chạm hơi thở.

Hành-giả cũng đừng lầm lẫn: "Sự quán-xét ấy chỉ làm với một cái tâm", mà nên hiểu rằng: "*Sự quán xét ấy được thực-hiện bởi nhiều cái tâm đồng thể loại*", như nói "đàn

cò trắng", tất nhiên không phải chỉ có một con cò trắng, mà toàn bộ là nhiều con cò trắng (không có con cò đen hay xám nào xen vào).

Khi niệm an-trú vững mạnh, tâm trở nên an-tịnh, đưa đến trí quán-xét càng nhạy bén, dễ-dàng phát huy sức mạnh.

Khi ấy, ấn-tượng càng trở nên vi-tế, đôi khi hành-giả không còn tìm thấy hơi thở, ngỡ rằng mình đã mất hơi thở, nếu như dán chặt niệm vào chỗ xúc chạm, hơi thở sẽ có lại ngay.

Có ví dụ như sau: Một nông phu sau buổi cày, y tháo bò ra khỏi ách, rồi nghỉ trưa dưới gốc cây, con bò được tự-do nó đi lang thang vào rừng. Khi thức giấc, y muốn tìm lại con bò, bắt vào ách để cày ruộng, y không cần phải theo dấu chân bò để đi tìm lang thang trong rừng, y chỉ cần cầm sợi dây và gậy đi thẳng đến nơi con bò thường uống nước, nằm chờ.

Con bò sau khi lang thang vào rừng, sẽ đến nơi nó thường uống nước, khi bò xuất hiện, người nông dân tóm lấy, xỏ vào mũi thật chắc, dùng gậy lừa về, máng vào ách tiếp tục cày ruộng.

Cũng vậy, hành-giả không nên tìm hơi thở ở nơi khác, ngoài chỗ chúng xúc chạm là chót mũi hay môi trên (đối với những người mũi dài), Với sợi dây là niệm cùng cây gậy là tuệ, chẳng bao lâu hơi thở xuất hiện trở lại và hành-giả tiếp tục chuyên chú vào đề mục thiền.

Những ai không muốn đi theo con đường thiền Chỉ, chỉ muốn thực-hành thiền Quán, sau khi an-trú niệm thành-công trong pháp niệm thân thì trực tiếp đi vào thiền Quán, gọi là thuần-quán (sukka- vipassanā). **An-trú niệm** là bước đầu tiên làm chủ tâm trong giáo-pháp của đức Phật.

## **ĐẠI OAI-NGHI**

Đại oai-nghi là bốn tư thế: đi, đứng, ngồi, nằm. Trong kinh Đại Niệm-xứ, đức Phật dạy rằng: "vị tỳ-khuru khi đi biết rõ "**đang đi**", khi đứng biết rõ "**đang đứng**", khi ngồi biết rõ "**đang ngồi**", khi nằm biết rõ "**đang nằm**".

Theo Aṭṭhakathā có lời giảng như sau: Lẽ thường, dù là người hoặc thú như chó, gà, mèo, giả can... khi đi, đứng, ngồi, nằm, đều biết rằng: "đi-đứng-ngồi-nằm".

Nhưng sự biết này chưa loại trừ được ý tưởng "*ta*" tức là chưa diệt trừ được "**ngã tướng**". Sự biết ấy không kể vào tu quán nghiệp-xứ, vì còn nặng về "*ta, người*" tức là nặng về ảo-tưởng chúng-sanh.

Câu nói "**biết rõ**" trong Pāli văn, là nói đến sự *biết không có dính mắc trong năm giữ "ta, người, thú..."*. Nghĩa là biết rõ rằng: đây chỉ là sự đi không phải ta đi, đây chỉ là sự đứng không phải ta đứng,...

Như trong chú-giải Pháp-cú kinh, đức Phật dạy Ngài Bāhiya rằng:

*"Này Bāhiya! Trong cái thấy chỉ là sự thấy, không có người thấy.*

*Trong cái nghe chỉ là sự nghe, không có người nghe.*

*Trong cái tưởng-tri chỉ là sự tưởng-tri, không có người tưởng-tri...".*

Sự đi, đứng, ngồi, nằm chỉ là diễn tiến của thân theo năng-lực của gió và có biết rõ như thế, mới được xếp vào tu-tập quán nghiệp-xứ.

Sự đi, là chuyển động thân hướng về phía trước.

Sự đứng, là chuyển động thân từ dưới bốc lên trên.

Sự ngồi, là chuyển động nửa thân trên, nửa thân dưới co cụm lại.

Sự nằm, là chuyển động thân từ trên duỗi xuống ngang bằng.

Cái gì làm thân có sự diễn tiến như thế? Chính là chất gió trong thân tác động, là loại gió do tâm sanh ra.

Khi nghĩ rằng: "ta sẽ đi", sự suy nghĩ ấy làm sanh-khởi loại gió có khuynh-hướng xô đẩy thân tiến về phía trước. Khi nghĩ rằng: "ta sẽ đứng", sự suy nghĩ ấy làm sanh-khởi loại gió có khuynh-hướng làm cho thân dừng lại, đồng thời bốc từ dưới lên trên. Khi nghĩ rằng: "ta sẽ ngồi", sự suy nghĩ ấy làm sanh-khởi loại gió làm cho phần dưới thân co lại, phần trên thân nổi lên. Khi nghĩ rằng: "ta sẽ nằm", ý nghĩ này làm sanh-khởi loại gió làm cho thân duỗi xuống ngang bằng nhau. Khi thân thay đổi tư thế như đã trình-bày, gọi là: đi, đứng, ngồi, nằm.

Phàm-nhân thường gọi là: "ta đi, ta đứng,..." đó là sự nghĩ sai, tưởng sai, không đúng sự-thật. Như gọi rằng: "chiếc xe bò đi, chiếc xe bò đứng lại". Thật ra chiếc xe không đi hay đứng, chỉ có con bò là đi -đứng, chiếc xe chỉ là vật phụ họa theo sự đi -đứng của con bò và con bò kéo xe đi hay ngừng lại là do sự điều khiển của người đánh xe. Người đánh xe ví như tâm, xe ví như thân, con bò chuyển động ví như gió sanh từ tâm.

Các vị sơ giải sư Aṭṭhakathā có cho ví dụ để thuyết minh nhân-duyên làm cho thân chuyển dịch, như sau:

*"Thuyền lướt đi nhờ sức gió*

*Tên lao vút nhờ sức bật dây cung".*

Gió hay sức bật dây cung ví như tâm. Thuyền hay mũi tên ví như thân do nghiệp tạo. Khi tách rời nhân-duyên, mọi diễn-tiến trở nên bất-lực, không thể điều khiển theo như-ý.

*"Thân do nghiệp tạo"*, tức là đi-đứng-nằm-ngồi là loại sắc do nghiệp tạo, nhờ có sự tác động của gió do tâm Tạo mới có sự chuyển dịch, được định danh là: đi-đứng-ngồi-nằm. Nếu như không phải là loại sắc do nghiệp tạo thì tâm không thể điều khiển

được theo như-ý, như trường-hợp người bị bệnh nặng, sắc nghiệp không còn đủ mạnh, hay bị tê-liệt một bộ phận nào đó (tức là không còn loại sắc nghiệp), tâm không thể điều khiển được, trở thành "lực bất tòng tâm".

Nói cách khác, gió từ tâm tạo là nhân, sắc do nghiệp tạo là duyên, nhân-duyên tác động vào nhau sanh-khởi sự chuyển-động của thân, nếu tách rời nhân-duyên của chúng, tâm không thể điều khiển được sự chuyển-động của thân.

Do đó, Đức Thế-tôn dạy rằng: "*Khi đi, vị tỳ-khưu biết rõ rằng "đang đi" ...*" ám chỉ biết rõ nhân-duyên của sự chuyển-động sắc thân theo lý đã giải.

Như thế, hành-giả trước tiên phải xác lập ý tưởng: "không có ta, người trong sự đi-đứng-ngồi-nằm, cũng không có tự ngã nào điều khiển cả". Đồng thời, phải xác định rõ tư thế của thân qua tên gọi: đi-đứng-ngồi-nằm.

Nếu đang đứng, thân chú ý về phía trước, hành-giả nghĩ rằng "đang đứng" là "**không biết rõ**", phải hiểu rằng "*sự đi đang sanh lên*", khi thân chuyển động về phía trước là sự đi đang diễn tiến, khi thân đứng chưa vững là sự đi đang diệt, sự đứng đang sanh lên.

Khi thân đứng yên: "sự đứng đang diễn tiến", sự đứng nhúc nhích, khởi động là sự đứng đang diệt, sự đi-sự ngồi đang sanh lên v.v... Đó gọi là **biết rõ**.

Nói cách khác, biết rõ là biết nhân-duyên của sự chuyển động, biết thời sanh lên, thời an-trụ, thời diệt đi của bốn oai-nghi đi-đứng-ngồi-nằm.

Mặt khác, trong quá trình đi từ điểm A đến điểm B nhìn chung chung thì chỉ có sự đi đang tiến hành. Thật ra, đã xen lẫn sự đứng trong đó, hành-giả phải biết rõ thời nào đang đi, thời nào đang đứng, dù sự đứng xảy ra rất ngắn ngủi.

Trong khi hành-giả thực tập tỉnh-giác trong bốn oai-nghi, hành-giả không nên đi-đứng-ngồi-nằm quá nhanh, cũng không nên quá chậm như đã giải ở đề mục hơi thở.

Lẽ thường, khi tâm vọng động, não loạn làm sự đi sẽ nhanh hơn. Trái lại, tâm trì trệ, uế-oải làm sự đi chậm lại, nên bốn oai-nghi không nhanh cũng không chậm, nhằm mục-đích điều chỉnh tâm ở trạng-thái quân-bình, dần dần tâm trở nên yên tịnh, sự chú niệm càng dễ-dàng và tuệ-quán phát huy được sức mạnh.

Điều này rất dễ-dàng nhận-thức, khi tâm uế-oải, mất năng-lực, nên sự ngồi -nằm chậm chãm dứt, như người đang nằm hay ngồi, khi nghĩ sẽ đứng lên hay ngồi dậy, họ uế-oải ngồi hay đứng lên một cách chậm chạp. Nhưng khi tâm háo hức, họ nhanh chóng trong sự chuyển động từ ngồi sang đứng, từ đứng sang đi...

Một điều nữa, khi đang đi hay đứng, tâm khởi lên ý nghĩ "muốn ngồi" hay "muốn nằm", hành-giả cần biết rằng: "triều tâm đã lui sụt trong oai-nghi cũ". Do đó, nên tinh-tấn vài phút rồi sau đó từ từ thay đổi oai-nghi.

Niệm oai-nghi đi-đứng-ngồi-nằm, hành-giả cần chú niệm vào điểm xúc chạm, như khi đi -đứng "sự xúc chạm là bàn chân với mặt đường (nền nhà...)", ngồi là "sự xúc chạm giữa bàn tọa với vật ngồi lên như ghế, giường...", sự nằm là "sự xúc chạm toàn bộ thân với vật để nằm như: ghế, giường, trường kỷ, nệm ...".

Khi tu-tập chú niệm tỉnh-giác như thế trong mọi oai-nghi, tuy chưa tuyệt trừ dứt hẳn nhưng cũng dần dần loại bỏ được ảo tưởng ta -người -thú..., tức là giảm thiểu sự chấp-thủ **ta, cái của ta**, không còn bận tâm quá nhiều đối với thân.

Dần dần làm lắng dịu những sầu, thương, ưu, lụy, tâm sẽ an hòa, mát dịu hơn lên.

## **TIỂU OAI-NGHI.**

Khi Đức Thế-tôn phân-tích quán thân trong thân niệm-xứ bằng bốn oai-nghi đi-đứng-ngồi-nằm xong rồi, Ngài dạy chư tỳ-khưu tỉnh-giác trong các tiểu oai-nghi.

Đại ý là: Vị tỳ-khưu biết rõ trong các động tác: "bước tới, bước lui, ngó tới, ngó lui, đắp Tăng-Già-Lê (saṅghāṭi) mang bát, mang y, đi-đứng-ngồi-nằm...".

Aṭṭhakathā có giải rằng: - Nên lưu ý trong đại oai-nghi có đi-đứng-ngồi-nằm, trong tiểu oai-nghi Đức Thế-tôn cũng lặp lại đi-đứng-nằm-ngồi là ý gì?

Đi-đứng-ngồi-nằm trong đại oai-nghi gọi là addhāna iriyāpaṭha: oai-nghi dài, là những oai-nghi có thời gian dài.

Còn đi-đứng-ngồi-nằm trong tiểu oai-nghi gọi là khuddaka cuṇṇiya iriyāpaṭha: oai-nghi ngắn, là những động tác có thời gian ngắn ngủi, diễn ra nhanh chóng.

Như người vừa ngồi xuống vội đứng lên vì thấy chỗ ngồi không thích-hợp, hay vừa nằm xuống vội ngồi lên vì cần thiết phải làm việc gì đó...

Còn sự bước tới, bước lui, nhìn tới, nhìn lui, co tay vào, duỗi tay ra, đắp y, mang bát...là những oai-nghi trung-bình, gọi là *majjhima iriyāpaṭha*, là những oai-nghi có thời gian vừa phải.

Những tiểu oai-nghi diễn ra phần lớn là biểu hiện hoạt động của tâm, tức là tâm càng hoạt-động tích-cực bao nhiêu, tiểu oai-nghi càng diễn hoạt nhiều bấy nhiêu. Do đó, sự chú niệm trong các tiểu oai-nghi cần phải được nỗ-lực tăng cường, đa số hành-giả thường bỏ qua những cơ hội tốt này để tăng cường sức mạnh cho tinh-cần và trú-niệm.

Điều tất yếu dẫn đến là tâm được phóng túng rơi vào loạn-động, thế là phiền-não, cấu uế có cơ hội chen vào.

Như con bò con, khi tháo được sợi dây vàm xỏ mũi ra khỏi cọc, nó nhảy cẫng lên theo triền phóng túng càng lúc càng nhanh, nếu không kìm chế, nó sẽ dẫm nát khoảng đất xung quanh hay phá hoại hoa màu được trồng chung quanh gần đấy.

Cũng vậy, những tiểu oai-nghi tuy chiếm thời gian ngắn ngủi, nhưng lại diễn-hoạt liên tục, hành-giả cần phải nỗ-lực an-trú niệm vững-vàng trong những hoạt-động của tâm, nhằm mục-đích làm an-tĩnh tâm, nếu buông thả là tạo điều-kiện cho tâm loạn-động.

*Sự bước tới*: là đi về phía trước. *Sự bước lui*: là đi về phía sau. Cả hai điều này thường có trong bốn oai-nghi.

Trong sự đi: Khi đưa thân về phía trước gọi là sự bước tới, khi xoay mình lại là sự bước lui. Trong sự đứng: Khi thân chú về phía trước gọi là sự bước tới, khi thân ngã về phía sau gọi là sự bước lui. Trong sự ngồi: Phần trên thân chú về phía trước gọi là sự bước tới, ngã về phía sau gọi là sự bước lui. Trong sự nằm: Đầu cao hơn chân là sự bước tới, chân cao hơn đầu là sự bước lui.

*Nhìn tới*: là nhìn về phía trước. *Nhìn lui*: là nhìn xem từng hướng, dù là nhìn hướng trên, hướng dưới, hướng bên phải, hướng bên trái.

Sự nhìn tới, nhìn lui luôn luôn có mặt trong bốn oai-nghi.

Trong sự đi: nhìn về phía trước gọi là nhìn tới. Nhìn bên phải, bên trái, ở trên, ở dưới gọi là nhìn lui.

Tương-tự như thế trong sự đứng-ngồi-nằm.

*Sự co vào, sự duỗi ra*: ám chỉ những bộ phận thân có khớp nối liền nhau như đầu, tay, chân, ngón tay, ngón chân. Như đầu rút vào cổ gọi là co vào, vươn ra lộ rõ cổ, gọi là duỗi ra...

Ngoài sự bước tới, bước lui, nhìn tới, nhìn lui, co vào, duỗi ra, tất cả những cử động của thân như mặc quần áo, tắm rửa, kỳ cọ... hành-giả cần phải biết rõ mình đang làm gì (sampajāna -kāri), đó là sự tu-tập trong tỉnh-giác (sampajañña). **Sự biết rõ (tỉnh-giác)** có bốn cách:

1- Sāṭhaka sampajañña: *hữu-ích tỉnh-giác*. Là sự biết rõ trong điều lợi-ích. Hành-giả cần xác định điều nào là có ích lợi trong khi thiền tập, điều nào không ích lợi, loại bỏ điều không ích lợi, giữ lại điều ích lợi.

Như khi đang thiền tập, hành-giả thấy rằng sự chú niệm đang vững mạnh, sự tỉnh-giác cùng với tuệ-quán đang tăng-trưởng như nước biển càng lớn dần lên. Nhưng lại đến thời tụng kinh, hay nghe giảng pháp, có thể không cần phải tụng kinh hay nghe giảng, vì không mang lại lợi-ích trong giai-đoạn này, sự lợi-ích đang gìn-giữ là tinh-tấn phát-triển tỉnh-giác để vun bồi cho tuệ-quán sắp sanh-khởi, như Hoàng-hậu cần trọng gìn-giữ thai bào sắp sinh ra vị Chuyển-luân vương.

Trong chú-giải kinh Pháp-cú, có ghi hai trường-hợp của Sadi Paṇḍita và Sadi Sukha.

Khi hai vị đang tiến đạt dần đến quả vị Ứng-cúng, vừa khi ấy trưởng-lão Sārīputta trở về tịnh thất.

Đức Thế-tôn nhận thấy vào thời điểm này, sự trở về tịnh thất của Ngài Sārīputta không mang lợi-ích đến cho hai vị thánh Vô-lậu sắp hiện khởi trong thế-gian.

Đức Thế-tôn ngự ra trước cổng tịnh xá Jetavana để hỏi Ngài Sārīputta bốn câu hỏi, nhằm mục-đích làm chậm bước chân Ngài Sārīputta, trợ giúp cho hai vị sadi Paṇḍita và sadi Sukha đắc được quả vị A-la-hán. Đây là trường-hợp điển hình.

2- Sappāya sampajañña: *an-lạc tinh-giác*. Là biết rõ trong điều an-lạc. Hành-giả cần xác định rõ điều nào mang đến an-lạc, điều nào không mang đến an-lạc và chỉ giữ lấy điều an-lạc.

Điều này rất quan trọng trong khi thiền tập, nếu hành-giả không khéo tác-ý (ayoniso manasikāra) sẽ dễ-dàng rơi vào tham-ái, bị ái ngủ-ngâm (tañhānusaya) dẫn đi.

Như khi thiền tập, một số hành-giả do tích lũy phước báu về thiền Chỉ mạnh, khổ tướng (dukkha lakkaṇa) hiển-lộ, bấy giờ thân nhận lãnh cảm thọ-khổ khốc liệt, cần phải nỗ-lực tinh-tấn để vượt qua. Nhưng lại nghĩ rằng: "điều này không đem lại an-lạc", hoặc "pháp này không thích-hợp với mình". Thế là, từ bỏ đề mục, để tìm đề mục khác, hay ngưng thiền tập làm thối giảm tinh-tấn.

An-lạc tinh-giác ở đây là: **xác định rõ** điều này, pháp này có làm cho tâm khó chịu, nóng nảy, bất an hay không? Nếu có hãy từ bỏ, giữ lại điều nào, pháp nào giúp tâm an-tĩnh thoải-mái.

Như trong khi thiền tập, tuy khổ-thọ sanh-khởi ở thân, nhưng tâm vẫn sáng suốt, niệm lại rõ ràng dán chặt vào đề mục, khổ-thọ chỉ hiện khởi ở thân, trái lại tâm càng lúc càng yên-tĩnh thấy rõ sự khổ sanh diệt. Đó là pháp tốt cần giữ lại.

Chính trong những lúc khổ-thọ về thân phát-sinh mãnh-liệt, tâm vẫn an-tĩnh nhận biết rõ, đó là cơ hội tốt khiến sanh-khởi những lợi-ích vô giá.

Như trưởng-lão Cakkhupāla, tuy bệnh đau mắt hoành hành thân, tâm Ngài vẫn định tĩnh. Do đó, Ngài không từ bỏ hạnh dhuṭaṅga (đầu-đà) ngăn oai-nghi nãm, vì pháp-hành này mang lại an-lạc cho tâm.

Khi khổ-thọ bệnh mắt càng khốc liệt, Ngài càng tinh-tấn hành-pháp, đến thời điểm tột cùng của khổ-thọ là mắt Ngài mù hẳn, đồng thời cũng chính là lúc đạo-quả A-la-hán sanh-khởi cho Ngài.

Hay như vị tỳ-khưu bị cọp vồ, thân nằm trong miệng cọp, khổ-thọ sanh-khởi mãnh-liệt, Ngài khéo tác-ý làm an-tĩnh tâm, tỉnh-giác trọn vẹn, khổ thân càng tăng-trưởng, Ngài càng tinh-tấn phát-triển tuệ-quán và cuối cùng quả vị A-la-hán sanh lên trước khi Ngài lìa trần.



3- Gocara sampajañña: *hành cảnh tỉnh-giác*. Là biết rõ hành cảnh (gocarā), tức là đề mục nào thích-hợp với cơ-tánh của mình, đề mục nào không thích-hợp. Với đề mục thích-hợp sẽ không hề rời bỏ trong bất cứ thời điểm nào.

Như hành-giả thích-hợp với đề mục hơi thở, tuy tỉnh-giác trong bốn oai-nghi, nhưng không xa rời đề mục hơi thở.

Ý-nghĩa này ra sao? Như người gác cổng thành, người gác cổng thành không hề rời xa vọng gác, anh quan sát những người qua lại ở trong lẫn ngoài thành, nhưng không hề hỏi: "ông là ai? cầm gì trong tay?" nhưng anh lại xét từng người khi đi đến cổng thành.

Cùng thế ấy, niệm luôn luôn dán chặt vào đề mục như người gác không xa rời vọng gác, các oai-nghi như người qua lại bên ngoài, sự biến chuyển của tâm như người qua lại bên trong, sự quan sát của người gác cổng ví như sự tỉnh-giác, khi có người đến cổng thành anh chú ý cặn kẽ, ví như đề mục thích-hợp là hơi thở đi qua lại ở chót mũi, sự chú niệm không hề xa rời.

4- Asammoha sampajañña: *không mê lầm trong tỉnh-giác*. Là không hiểu sai, không hiểu lệch lạc, hiểu theo đúng theo chân-đế (paramattha sacca), như không nghĩ là "ta đi, người đi" đó chỉ là sự đi.

Nếu thấy thân di chuyển, nghĩ rằng "đây là sự đi của nội thân", thấy người khác, chúng-sanh khác đi, nghĩ là "đây là sự đi của ngoại thân...".

Tức là, không còn có ý nghĩ về chúng-sanh, người, thú đi, mà chỉ là sự đi đơn thuần. Sự đi này diễn tiến trong thân (do sức gió trong thân) hay sự đi này diễn tiến ở ngoài thân.

Điều này giúp hành-giả loại trừ hay giảm thiểu sức mạnh của tướng (sañña). Vì tướng có sức mạnh sẽ hướng dẫn tâm nhận lấy cảnh quá-khứ hoặc cảnh vị-lai, cảnh hiện-tại bị che lấp, khiến cho hành-giả tự mê lầm trong tỉnh-giác. Khi ấy, ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã không hiển-lộ.

Sự tỉnh-giác có 4 ý-nghĩa như thế. Hai điều đầu là sự tỉnh-giác trước khi sự-kiện diễn tiến. Hai điều sau là sự tỉnh-giác trong khi sự-kiện đang diễn tiến.

Đối với bốn đại oai-nghi, bước tới, bước lui, nhìn tới, nhìn lui... trước khi diễn tiến, hành-giả cần xác định để hiểu rõ rằng: Có được lợi-ích hay không? Có được an lạc hay không? Nếu thấy được lợi-ích, được an lạc thì sẽ thực-hành, nếu không lợi-ích, không an lạc thì không tiến hành.

Như khi đi một thời gian vừa đủ, nhận thấy rằng, đã hợp thời thay đổi oai-nghi để điều hòa tứ-đại, tạo an-lạc cho thân-tâm, bấy giờ sẽ đứng lại hay ngồi hoặc nằm.

Nếu thấy rằng: hiện-tại, tâm vô cùng an-tĩnh, có pháp đang sanh-khởi, nếu thay đổi làm thối thất tinh-tấn, đồng thời làm mất lợi-ích, tâm trở nên loạn-động, bất an, thì vẫn giữ oai-nghi cũ cho đến khi thấy thích-hợp.

Trước khi co vào, duỗi ra, cũng cần xác định có lợi-ích, an lạc hay không?

Trong sự ăn uống, nhai, nếm cũng hướng đến lợi-ích, an lạc như: đây là loại vật-thực làm lợi-ích cho thân, giúp thân an-lạc, thân an-lạc đưa đến tâm an-tĩnh, nên dùng loại vật-thực này, ngược lại thì không dùng. Vì rằng đức Phật có dạy:

*"Thân an-tĩnh dẫn đến tâm an-tĩnh.*

*Tâm an-tĩnh dẫn đến phiền-não an-tĩnh".*

Ngay cả trong các oai-nghi như tiểu tiện, đại tiện, nói, im lặng cũng phải quán-xét trước rằng: vào thời này có lợi-ích, an lạc hay không?. Và chỉ giữ lấy điều lợi-ích, an lạc, loại bỏ điều không lợi-ích, an lạc, như nói không lợi-ích, không an lạc thì im lặng...

Trong khi bước tới, bước lui, đi, đứng, ngồi, nằm... hành-giả cần phải tỉnh-giác trong cảnh để khỏi rơi vào *mê-muội trong tỉnh-giác*, không bị mê lầm trong cảnh, không bị cảnh cuốn hút, khiến tâm chạy theo cảnh, trở nên loạn-động. Tức là hành-giả cần phải tập trung chú niệm trong đề mục.

Cảnh ấn-tượng càng hiện rõ càng tốt, ngoài ra do sự diễn hoạt của thân, phát-sanh cảnh, hành-giả không nên lưu ý đến, cho dù cảnh đó là cảnh tốt nhưng không quen thuộc thích-hợp với tâm, hành-giả nên loại bỏ.

Như câu chuyện trưởng-lão Tissa niệm đề mục xương, thấy cô gái mỉm cười, ấn-tượng xương hiện rõ, những cảnh ngoài ra Ngài không lưu ý đến, chỉ bám lấy cảnh bộ xương để quán-xét và đạo-quả khởi lên.

Ví như người vót tre bên đường, ngoại-trừ người cận sự đang giúp đỡ y, y chỉ chú ý đến việc làm của mình, cùng người cận sự của mình mà thôi, những người qua lại y chẳng cần biết đến, bất chợt ngẩng đầu lên gặp người khách lạ, y lại cúi xuống chăm chú vào công việc.

Người khách lạ có hỏi, y im lặng, thế là người khách bỏ đi, nếu y mãi trả lời, tiếp chuyện, công việc của y sẽ ngưng trệ, khó xong công việc.

Tâm ví như người chủ nhà, chỉ tiếp khách quen thuộc (ví như cảnh thích-hợp là cảnh của đề-mục), các ngoại cảnh là sắc, thanh, khí, vị, xúc, pháp, các nội cảnh là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, ví như những người khách lạ.

Các Ngài có ví dụ: Khi người khách lạ đến hỏi xin một vật gì đó, nếu chủ nhân tỏ vẻ lạnh nhạt, thờ ơ, không trả lời, người khách chẳng làm gì được chủ nhân, đành phải bỏ đi.

Cũng vậy, tâm an-tĩnh sẽ thân nhiên trước những cảnh xa lạ dù là cảnh tốt, cũng không khó chịu, bực bội trước những cảnh xấu, cảnh không đáng hài lòng.

Riêng đối với cảnh thích-hợp (là cảnh ấn-tượng của đề mục), hành-giả cũng phải xem như là vật mượn của người khác, tạm dùng một thời gian rồi cũng phải trả lại, phải có tác-ý như thế mới không rơi vào sự nắm giữ cảnh, giống như người mượn con đường để đi đến thành phố trù-phú, xinh đẹp, nếu ở mãi trong con đường ấy sẽ không đến được thành-phố.

Điều này gọi là hành cảnh tỉnh-giác.

Trong sự tỉnh-giác, hành-giả phải nhìn đúng thật tướng chân-đế, không nhìn theo sự tưởng-tượng, không nhìn qua sự định-đặt.

Như khi đi kinh-hành, hành-giả cần thấy rằng: đó chỉ là sự tiếp xúc giữa tứ-đại với tứ-đại, nền đất vốn vô-tình, thân này cũng vô-tình, chúng chẳng có một tự ngã, ngã thể nào trong đó cả, chúng tiếp chạm nhau chỉ là sự diễn tiến, giống như cái máy được điều khiển vận-hành mà thôi.

Nhưng cái gì điều khiển? Đó là tâm. Gọi là sự đi, chẳng qua là sự xúc chạm giữa tứ-đại trong thân vượt tứ đại bên ngoài, sự xúc chạm này được diễn đi, diễn lại nhiều lần nên gọi là sự đi, có thể thôi. Sự đi là biểu hiện sự cường-mạnh của chất gió,

Chính tâm cũng không phải thường hằng bất biến, tuy nó sinh diệt không hề gián-đoạn, nhưng rõ ràng chúng cũng sai biệt nhau, tâm tham là một loại, tâm sân là một loại, tâm tốt, tâm xấu..v.v...

Tâm có lúc mạnh, có lúc yếu tùy theo sự kết hợp của những sở-hữu tụ hợp với tâm, nó giống như ngọn gió, có lúc nhẹ nhàng, có lúc mát, có lúc nổi giông, có lúc rét lạnh tùy thuộc vào thời-tiết.

Sự đứng, ngồi, nằm là lúc tứ-đại yên nghỉ, chất đất vượt trội hơn ba chất kia. Sự co duỗi, nhìn nghiêng bên phải, bên trái là chất gió đang hoạt động tích cực hơn ba chất kia ở trong một phần nào đó của thân...

Sự mặc, cởi y phục cũng tỉnh-giác hướng đến an lạc, lợi-ích của thân tâm, hướng đến sự che thân để sự hổ thẹn không sanh-khởi, làm cho tâm không khó chịu, đừng hướng đến sự xinh đẹp của y phục hay làm đẹp cho thân.

Lúc dùng y phục, không nên hiểu sai rằng "ta mặc..." hãy tác-ý rằng "*không phải ta dùng*", vì y phục và thân đều là vô-tình. Y phục không hề biết xúc chạm vào thân, thân cũng không hề biết rằng: "đang xúc chạm vào y phục", sự biết là do tâm hướng đến rồi điều khiển, có những lúc y phục bị rách, tâm không biết thì thân cũng chẳng biết.

Hành-giả đừng để sanh-khởi vui thích trong y phục tốt, cũng đừng khó chịu, bực bội trong y phục thô xấu. Hãy điều chỉnh tâm thân-nhiên bất động trong tốt xấu, như cây kẹp gấp than đỏ rực, nó không than van. Trái lại, khi gấp vàng, ngọc, vật quý nó cũng không mừng rỡ.

Hoặc chế-ngự tâm thân-nhiên với sự tốt xấu của vật-chất như tấm vải băng vết thương. Tức là, vải băng vết thương một phần chạm vào vết thương hôi thối, một phần chạm vào da thịt lành lặn, nó đều thân-nhiên đối với hai phần ấy, không vui cũng không buồn.

Khi ăn uống cũng vậy, đừng cho có sự hiểu sai là "**ta** múc cơm, **ta** ăn cơm..." cũng đừng thả lỏng tâm ra khỏi sự chú niệm cùng tỉnh-giác, hãy tinh-tấn trong chú niệm tỉnh-giác để nhận biết rằng: "sự múc cơm, đưa cơm vào miệng là do năng-lực gió sanh từ tâm, rồi một tâm khác sanh lên tạo ra gió điều khiển hàm răng trên nghiêng xuống hàm răng dưới, vật-thực bị nghiền nát, nước bọt tẩm ướt vật-thực làm thành viên tròn, một tâm khác sanh lên điều khiển gió đẩy những viên vật-thực ấy xuống dạ dày..." sự uống, sự nếm cũng quán y như thế.

Sự thọ-dụng vật-thực cũng phải quán-xét theo cách thức vừa đủ, là không dùng quá ít hay quá nhiều, không thích-thú trong những loại thực hợp khẩu vị, không khó chịu trong vật-thực thô sơ. Đó là **sự tỉnh-giác không mê lầm**.

Tóm lại: trong sự tỉnh-giác, dù trong bất kỳ oai-nghi nào (đại oai-nghi hay tiểu oai-nghi), hành-giả không nên lìa bỏ cảnh của sự chú niệm, tức là cảnh của đề mục thích-hợp.

Đồng thời phải nhận-thức sự diễn tiến theo đúng chân-đế thực-tướng, không cho sự giả danh định đặt (tục-đế) xen lẫn vào, đó là nhân-tố tích cực làm cho tam tướng của pháp hữu-vi hiển-lộ, giúp tuệ-quán phát huy sức mạnh tiến đạt đến sự thành-tựu viên-mãn, chứng đạt Níp-bàn.

-ooOoo-

## QUÁN THỌ TRONG THỌ.

Trong điều niệm-xứ này, được tóm tắt như sau:

***Sự tùy-quán thọ trong thọ là sự cảm giác, lãnh nạp lạc, khổ hay thần-nhiên.***

Mỗi loại lại phân-tích theo hai cách: có liên-hệ vật-chất, không liên-hệ vật chất. Tùy-quán thọ trong thọ có chín cách:

Thọ-lạc.

Thọ-khổ.

Thọ-xả (thọ phi khổ phi lạc).

Thọ-lạc có liên-hệ vật-chất.

Thọ-lạc không có liên-hệ vật-chất.

Thọ-khổ có liên-hệ vật-chất.

Thọ-khổ không có liên-hệ vật-chất.

Thọ-xả có liên-hệ vật-chất.

Thọ-xả không có liên-hệ vật-chất.

Trong pháp quán niệm-xứ, phải dùng danh-sắc làm cảnh để xem xét.

Tức là danh-sắc hiển-lộ ra, để cho trí thấy rõ nhân nào sanh lên chúng? Chúng diễn tiến ra sao? Chúng có trạng-thái như thế nào? Vì sao chúng bị hoại diệt?.

Quán thân trong thân là thuần nhất đưa sắc làm cảnh cho tuệ-quán. Quán thọ trong thọ và quán tâm trong tâm là thuần nhất đưa danh làm cảnh cho trí quán. Quán pháp trong pháp là đưa cả sắc lẫn danh làm cảnh để quán-xét. Quán thọ trong thọ, quán tâm trong tâm còn gọi là quán vô-sắc nghiệp-xứ (arūpa kammaṭṭhāna).

Đức Thế-tôn khi thuyết Vô-sắc nghiệp-xứ, phần lớn Ngài thuyết liên-hệ với khả-năng nghiêng về (abhini-vesa) xúc, thọ, thức.

*Điều này như thế nào?* Có hành-giả quán vô-sắc nghiệp-xứ một cách tóm gọn hay rộng-rãi, khi tâm tiếp chạm với cảnh, xúc hiện rõ hơn hai pháp thọ và thức.

Có hành-giả quán vô-sắc nghiệp-xứ một cách tóm gọn hay rộng-rãi, khi tâm tiếp chạm với cảnh, thọ hiện rõ hơn hai pháp xúc và thức.

Có hành-giả quán vô-sắc nghiệp-xứ một cách tóm gọn hay rộng-rãi, khi tâm tiếp chạm với cảnh, thức hiện rõ hơn hai pháp xúc và thọ.

Nhưng vì sao Đức Thế-tôn thuyết vô-sắc nghiệp-xứ bằng khả-năng của thọ? Vì khả-năng hiện rõ của xúc và thức rất thất thường, lúc có lúc không, trái lại thọ thường hiển-lộ rõ ràng.

Xúc và thức ví như vật trong bóng tối, khi có ánh sáng chiếu tới thì chúng mới hiện ra, nghĩa là khi nào có sự hướng đến (manasikāra) mới nhận thấy được, riêng thọ vẫn lộ ra dù có hay không có tác-ý đến, nếu có sự tác-ý đến nó càng lộ rõ nét hơn, ví như vật được phơi bày ra ánh sáng.

Mặc khác, thành-phần cơ-bản không thể thiếu của danh-pháp, gồm có năm là:

- Sự tiếp xúc với cảnh (xúc - phassa).
- Sự nhận lãnh cảnh (thọ - vedanā).
- Sự nhớ biết cảnh (tưởng - saññā).
- Sự cố ý tạo tác đối với cảnh (tư - ceṭanā).
- Sự biết cảnh (thức - viññāṇa).

Người có xúc hiện rõ, khi quán-xét xúc cũng thấy rõ năm pháp này. Người có thọ hiện rõ, khi quán-xét thọ cũng thấy rõ năm pháp này. Người có thức hiện rõ, khi quán-xét tâm cũng thấy rõ năm pháp này.

Với những người "**trí quán-xét**" **chưa nhạy bén**, Đức Thế-tôn dạy quán thọ trong thọ.

Với những người "**trí quán-xét**" **mạnh, nhạy bén**, Đức Thế-tôn dạy quán tâm trong tâm.

Lại nữa, xúc là duyên trực tiếp cho thọ (phassa paccayā vedanā), nên Đức Thế-tôn thuyết quán thọ trong thọ là bao hàm có cả xúc.

Các pháp hội-tụ, khâu kết vào nhau được là **do có xúc**, nên gọi là "**các pháp có xúc thứ năm**".

Nếu hỏi rằng: *Các pháp có xúc là thứ năm nương tựa vào cái chi?*

- Nương tựa vào vật (vatṭhu) (nhân-vật, nhĩ-vật, tỷ-vật, thiết-vật, thân-vật, ý-vật), nói rộng là thân hay sắc uẩn. Thế là toàn bộ ngũ-uẩn được phơi bày.

Trong Pāli văn chữ vediyāmīti: pajānāti: *biết rõ đang cảm giác*, như câu:

"*Vị tỳ-khưu khi cảm giác thọ-lạc biết rằng: **đang cảm giác thọ-lạc...***".

Sự biết rõ cảm giác là biết rõ theo thực-tướng của thọ, không phải biết rõ theo thể tục thường tình.

Lẽ thường, sự biết rõ thọ theo thể tục, bất kỳ ai cũng có, dù đó là đứa bé sơ sinh, còn nằm trong nôi. Trong thời còn bú sữa, đứa bé cũng cảm nhận được thọ-lạc cười tươi tắn, cũng biết thọ-khổ để rồi khóc thét lên.

"**Biết rõ cảm giác**" trong kinh văn, không đề cập đến cảm giác như đứa bé, vì nó không từ bỏ được ý nghĩ dù không rõ nét lắm: "đây là mẹ, là người thân,...", khi có

người lạ đến, nó có cảm giác không phải người thân hay mẹ của nó, nên khi khách lạ bỗng ấm, nó không hài lòng, khóc thét lên.

"**Biết rõ cảm giác**" ở đây là biết rõ rằng: cảm giác này chẳng phải của ai, chẳng là ai cả, đây là cảm giác của pháp tự-nhiên, nếu còn dính mắc trong ý nghĩ: ta, người,... không gọi là "biết rõ cảm giác".

Hành-giả phải nhận-thức rõ "**cảm giác này là pháp độc lập**".

Vì rằng: cảm giác là khác, thọ là khác, thọ là nhận lãnh cảnh (vedanā -thọ, từ ngữ căn vid nghĩa là thu nạp).

Còn cảm giác giống như sự báo hiệu thọ xuất hiện. Như người đi vào rừng trong đêm tối có cảm giác nguy-hiểm, thế là phát-sanh sự sợ-hãi, lo lắng. Cảm giác nguy-hiểm là khác, sự sợ-hãi, lo lắng là thọ-ưu, lại là khác.

*Cái gì tạo ra cảm giác?* Nói cách khác, nhân của cảm giác là gì? - Đó chính là cảnh.

Cảm giác lại là nhân trợ giúp cho thọ hiển-lộ, như người cảm giác có điều may mắn sắp đến nên vui vui, cảm giác có gì đó bất ổn xảy đến nên hồi hộp, lo âu.

Từ cảm giác đến thọ lãnh là khoảng thời gian cực ngắn, nên chúng-sanh nhầm lẫn chúng chỉ là một.

Trái lại, hành-giả cần phải "**biết rõ cảm giác**" và thọ (lạc -khổ -xả). Nếu không biết rõ cảm giác lạc-thọ là tham tùy-miên (lobhānusaya), nếu không biết rõ cảm giác khổ-thọ là sân tùy-miên (dosānusaya), nếu không biết rõ cảm giác xả-thọ là vô-minh tùy-miên (avijjānusaya).

Như lời Phật dạy trong Saṃyutta nikāya (Tương-ưng kinh):

(1). *Nếu cảm giác lạc-thọ,  
Không tuệ tri cảm thọ,  
Đây gọi tham tùy-miên.*

(2). *Nếu cảm giác khổ-thọ,  
Không tuệ tri cảm thọ,  
Đây gọi sân tùy-miên.*

(3). *Với bất khổ, bất lạc,  
Nếu hoan-hỷ thọ ấy,  
Bậc Đại-trí thuyết-giảng,  
Không thoát được khổ đau.*

Khi quán-xét rằng: **năm uẩn nương cái chi?** Sẽ nhận biết rằng năm uẩn nương nhân tập khởi là vô-minh, ái, có vô-minh, ái là nhân, là duyên nên ngũ-uẩn hình thành rồi hiện bày.

Nếu được thời-tiết thích-hợp, thân an lạc, vật-thực thích-hợp, pháp-hành hợp cơ-tánh, có thể chứng-đắc quả vị A-la-hán trong thời quán-xét ấy.

Đức Thế-tôn thuyết nghiệp-xứ, đưa đến quả vị A-la-hán cho ba hạng người như đã trình-bày.

Trong chín loại thọ được trình-bày trong kinh Đại niệ-m-xứ ba loại thọ: lạc, khổ, xả là nói về thân-thọ.

Lạc-thọ (sukkhā vedanā) ra sao? Lạc-thọ khi sanh-khởi, toàn thân ngập tràn trong hoan lạc, giống như nước ngập tràn thấm ướt toàn thân, tẩy trừ những sự nóng bức của thân.

Khổ-thọ (dukkhā vedanā) ra sao? Khổ-thọ khi sanh-khởi, khiến toàn thân đau-khổ, tựa như đang rơi vào chảo dầu sôi sùng sục, hoặc giống như đang rơi vào đồng lửa cháy hừng hực.

Xả-thọ (adukkhamasukkhā vedanā: phi khổ phi lạc-thọ) ra sao? Đó là lúc thân có trạng-thái bình thường, tâm lại thản-nhiên, vắng lặng, không vui cũng không buồn.

Trong ba loại thọ trên, thọ-lạc, thọ-khổ dễ nhận diện, riêng xả-thọ lại khó thấy vì không hiện rõ, chỉ hiểu qua suy luận.

Như có ví dụ sau: người thợ săn theo đuổi con nai, y theo dấu chân nai để tìm con nai chạy trốn, con nai chạy băng qua tảng đá lớn. Người thợ săn nhìn thấy dấu chân nai bên này tảng đá rồi mất, y lại thấy dấu chân nai xuất hiện bên kia tảng đá. Thế là y biết: "*Con nai đã chạy trên tảng đá*". Dấu chân nai bên này ví như lạc-thọ, dấu chân nai bên kia tảng đá ví như khổ-thọ, dấu chân nai trên tảng đá ví như xả-thọ. Dấu chân nai ở hai bên tảng đá dễ nhận thấy, trái lại, dấu chân trên tảng đá khó nhận thấy.

Nghĩa là giữa lạc-thọ và khổ-thọ đã có xả-thọ. nên biết rằng: từ lạc-thọ sang khổ-thọ hay từ khổ-thọ sang lạc-thọ phải có xả-thọ chuyển tiếp, không thể có sự-kiện từ khổ sang lạc hay từ lạc sang khổ ngay. Ví như, nước từ nóng sang lạnh hay từ lạnh sang nóng phải có giai-đoạn âm ấm.

Cả ba loại thọ này, chỉ sanh lên riêng biệt, nghĩa là không đồng thời có mặt, chúng có tính vô-thường không bền-vững là lẽ tự-nhiên.

Như lời đức Phật dạy trong kinh Trường-trảo (Dīghānakkha suttā).

- Nay Aggivessana! Thời lạc-thọ sanh-khởi thì khổ-thọ, phi-khổ phi-lạc thọ không sanh.

Thời khổ-thọ sanh-khởi thì lạc-thọ, phi-khổ phi-lạc thọ không sanh.

Thời phi-khổ phi-lạc thọ sanh-khởi thì khổ-thọ, lạc-thọ không sanh.



Cả ba thọ này là vô-thường, là pháp hữu-vi nương nhân sanh-khởi, có sự hoại diệt là lẽ tự-nhiên...

**"Thọ-lạc thuộc vật-chất, thọ-lạc không thuộc vật-chất"** Là nói đến tâm thọ-hỷ (somanassa vedanā).

*Thế nào là lạc-thọ (hay thọ-hỷ) thuộc vật-chất?* Vật-chất ở đây là sáu cảnh trần: sắc, thính, hương, vị, xúc và pháp trần. Khi tâm tiếp lãnh cảnh trần, như cảnh sắc chẳng hạn, cảnh sắc này xinh đẹp, tươi tốt, lấy làm vừa ý, thích-hợp với tâm, khiến tâm có cảm giác vui, hay khi nghe tiếng tán tụng, khen ngợi, cảm thấy hài lòng... gọi là thọ-lạc thuộc vật-chất.

*Thế nào là thọ-lạc không thuộc vật-chất?* Là trạng-thái hỷ-lạc sinh ra không dính mắc đến sáu cảnh trần. Như người tưởng niệm ân-đức Phật, tâm cảm thấy lâng lâng nhẹ nhàng, có cảm giác sáng-khoái. Hay khi vừa thực-hành một việc thiện nào đó, nghĩ lại việc thiện ấy tâm cảm thấy hân-hoan, hoặc hoan-hỷ khi thấy tướng vô-thường trong sắc, thính... gọi là lạc-thọ không thuộc vật-chất.

**"Thọ-khổ thuộc vật-chất, thọ-khổ không thuộc vật-chất"**. Là ám chỉ tâm thọ-ưu (domanassa vedanā).

*"Thế nào thọ-khổ thuộc vật-chất"?* Là sự không hài lòng, khó chịu trước sáu cảnh trần, như cảm thấy khó chịu, bực bội khi gặp đồng rác hoặc giật mình khi nghe tiếng sấm nổ vang...

*"Thế nào thọ-khổ không thuộc vật-chất"?* Là sự phiền-muộn, khó chịu khi thấy mình không có những ân-đức đặc biệt, cảm thấy hối tiếc khi bỏ qua việc thiện nên làm, hay ray rứt việc ác đã làm. Hoặc giả tu-tập một thời gian dài, không thấy ấn-tượng sanh-khởi nên tâm phiền-muộn...

**"Thọ-xả liên-hệ đến vật-chất, không liên-hệ đến vật-chất"**. Là ám chỉ thọ-xả của tâm (upekkhā vedanā).

*"Thế nào là thọ-xả thuộc vật-chất"?* Là trạng-thái thản-nhiên trước sáu trần-cảnh

*"Thế nào là thọ-xả không thuộc vật-chất"?* Là trạng-thái thản-nhiên trước những hiện tượng vô-thường, khổ của pháp hữu-vi (trong thiên Chỉ, đó là trạng-thái của tứ-thiền, trong thiên Quán được hiện rõ trong tuệ Hành-xả).

Hành-giả cần phải **"hiểu rõ cảm giác"** chín loại thọ như thế.

Khi cảm giác lạc-thọ, khổ-thọ về thân, hành-giả nên tập trung chú niệm để điều chỉnh tâm ở trạng-thái quân-bình, không cho tâm vọng động theo chiều cảm hứng, sung-mãn của lạc-thọ hay co rút, bất bình, cáu kỉnh của khổ-thọ. Cần phải giữ tâm quân-bình trước lạc, khổ của thân.

Lại nữa, hành-giả cần phải nhận-định rõ: thọ-lạc này thuộc về thân, thọ-lạc này thuộc về tâm, thọ-khổ này thuộc về thân, thọ-khổ này thuộc về tâm.

Có những lúc *thân lạc nhưng tâm khổ*, như trường-hợp đức-vua ngự nơi êm ái, khí-hậu mát mẻ, nhưng tâm lại sầu muộn, lo âu.

Có những lúc *thân khổ nhưng tâm lạc*, như trường-hợp công tử Sona, sau khi xuất-gia, tinh-tấn hành-đạo, Ngài đi kinh hành, da chân phồng lên, vỡ ra, ròi rỉ máu trên đường kinh hành. Khi Đức Thế-tôn hỏi:

- Này Sona! Khi ấy tâm ngươi ra sao?

- Bạch Thế-tôn! Tuy thân con cảm thọ đau đớn, nhưng tâm con an-tĩnh

- Lành thay! Nhưng này Sona! Ví như dây đàn nếu căng thẳng quá sẽ đứt, nếu dùn quá sẽ không phát ra âm thanh rõ rệt, không quá căng thẳng, không quá dùn sẽ phát ra âm thanh vi diệu

Có nhiều hành-giả khi hành-pháp, khổ-thọ hiện bày, vị ấy tinh-tấn chú niệm vào tướng khổ-thọ. Dần dần, khổ tướng càng hiển-lộ, tâm hành-giả cảm thấy hân-hoan để rồi khổ-thọ mất đi.

Sự phân-tích sâu rộng về thọ có trong kinh Bahuvédaniya suttā (kinh Đa-thọ) thuộc Trung-bộ.

*Cảm giác thọ có liên-hệ vật-chất*, là thọ bên ngoài (ngoại phần), *cảm giác thọ không liên-hệ vật-chất* là thọ bên trong (nội phần).

Nhãn-thọ, nhĩ-thọ, tỷ-thọ, thiệt-thọ, thân-thọ và ý-thọ, là thọ ở bên ngoài lẫn bên trong, bên ngoài vì có liên-hệ đến cảnh trần, bên trong vì tâm lộ có những lộ ý môn nối tiếp với lộ ngũ môn.

Thân-thọ thì lạc-khổ hiện bày rõ ràng, riêng về bốn loại thọ: nhãn, nhĩ, tỉ, thiệt thuộc về xả-thọ rất khó thấy, hành-giả chỉ nên quán-xét qua ý-thọ, cảm giác lạc, khổ hay thân-nhiên mà thôi.

Vì sao? Vì rằng nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt là xả-thọ, nhưng trong xả-thọ này ẩn chứa thọ-lạc vi-tế hay thọ-khổ vi-tế. Nếu như ý-thọ là khổ sẽ kết luận nhãn-thọ hay nhĩ-thọ... kia là khổ.

Nếu ý-thọ là lạc sẽ kết luận nhãn-thọ, nhĩ-thọ... kia là lạc. Vì sao? Vì rằng, khi mắt nhìn thấy cảnh sắc xấu, cảnh ghê rợn như đồng rác, bãi phân, cảnh chết chóc... tuy giữ được trạng-thái thân-nhiên, nhưng trong tâm cảm thấy không hài lòng, không muốn thấy lại cảnh này nữa. Như thế, ý-thọ là khổ nên nhãn-thọ kia được xem như ẩn chứa khổ vi-tế hiển-lộ qua ý thọ.

Trái lại, tâm cảm thấy sáng khoái, an-tĩnh trong cảnh thiên nhiên, xinh đẹp... đó là ý thọ-lạc, nên nhãn thọ kia cũng là lạc, vì tâm sẽ không từ chối khi nhận lãnh cảm giác này lần thứ hai.

Đến đây hành-giả nắm được ý chính của quán thọ trong thọ, đó là: biết rõ cảm giác lạc -khổ -xả thuộc về thân hay tâm, có liên-hệ hay không liên-hệ đến sáu trần-cảnh.

*"Vị tỳ-khưu sống quán thọ trong các nội thọ, sống quán thọ trong các ngoại thọ, sống quán thọ trong các nội-ngoại thọ".*

Mỗi loại thọ: bên trong, bên ngoài, cả bên trong lẫn bên ngoài đều có tướng riêng.

Hành-giả biết rõ cảm giác thọ này là thọ bên trong, thọ này là thọ bên ngoài, thọ này có cả trong lẫn ngoài, qua tướng-trạng của nó và quán-xét tướng-trạng ấy.

Sự lãnh nạp (thọ) là khác, tướng-trạng lãnh nạp là khác. Như người tiếp khách, gặp người khách thích ý hài lòng thì vồn vã, ân cần, với người không quen biết hay nghịch ý thì lơ là, lãnh-đạm. Gặp người khách là *lãnh nạp*, tư cách tiếp khách là *tướng-trạng*.

Gặp người khách là khác, tư cách tiếp khách là khác.

Nói cách khác, thọ là sự **thành-tựu** lạc, khổ hay xả, còn **sự đón nhận, thu nạp cảnh là tướng** của thọ. Nói rõ hơn, "**cảm giác**" chính là tướng của thọ

Tướng của thọ-lạc (thân lạc-thọ) là thân xúc chạm với cảnh tốt, cảnh thích-hợp.

Tướng của thọ-khổ (thân khổ-thọ) là thân xúc chạm cảnh thô xấu, cảnh nghịch ý.

Tướng của thọ-hỷ (tâm lạc-thọ) là cách thu nhận cảnh đáng hài lòng, thích ý của tâm.

Tướng của thọ-ưu (tâm khổ-thọ) là cách thu nhận cảnh nghịch ý của tâm.

Tướng của thọ-xả là cách thu nhận cảnh không đáng hài lòng cũng không làm nghịch ý.

Hành-giả quán-xét thọ qua tướng-trạng sẽ thấy rằng: cảm thọ này là pháp tự-nhiên sanh lên để nhận lãnh cảnh, không có ta hay người cảm thọ chi cả, thọ này là kết quả tự-nhiên hình thành từ sự tạo tác, như người thợ nhận thù lao sau một ngày làm việc, đó là lẽ tự-nhiên.

**Nhưng cụ thể ra sao?** Tướng của thọ là thu nhận cảnh, sự hưởng cảnh là thọ.

**Ai tạo ra cảnh?** Đó là sự kết hợp giữa tác-ý (manasikāra) và sự cố ý (ceṭanā). Nói cách khác, tác-ý và sự cố ý là nhân, còn thọ (vedanā) là quả.

Hành-giả nên nhận-thức rằng: "*chẳng có người tạo, chẳng có người hưởng, tất cả chỉ là sự vận hành của pháp*", để thoát ra ngã-tưởng.

Trong kinh Pháp-cú, đức Phật có dạy:

"Điều nguy hại của kẻ thù gây ra cho kẻ thù, điều nguy hại ấy còn nhỏ, so với tâm hướng về điều ác".

"Điều lợi-ích của người thiện làm cho người thiện, điều lợi-ích ấy còn nhỏ, so với tâm hướng về điều thiện".

"**Tâm hướng về**" là chỉ cho manasikāra (tác-ý).

Hành-giả quán-xét thọ qua phương án nào? Trong Tương-ưng kinh đức Phật có dạy:

"Vị tỳ-khưu cảm thọ-lạc quán là khổ, cảm thọ-khổ quán như mũi tên. Cảm thọ-xả quán là vô-thường".

Tướng của thọ rất vi-tế, hành-giả có sự chú niệm vững mạnh mới có thể nhận diện được, nếu chú niệm không mạnh, khó nhận ra tướng của thọ.

Như có lưu ý đến, mới nhận thấy nét nhẹ nhàng hay vững-chắc hoặc thô xấu trong sự đi của người nào đó, hoặc trong lúc tiếp chuyện, có lưu ý mới nhận ra sự duyên dáng, tính khôi hài hoặc sự kiêu hãnh của người nói.

Cũng vậy, hành-giả có chú niệm mạnh, mới thấy rõ tướng của cảm thọ và quán trực tiếp ngay tướng ấy

Nếu chú niệm không mạnh, không thể thấy được tướng của thọ, vì nó bị ẩn khuất, che lấp bởi xúc (phassa). Nếu tướng của thọ không hiển lộ, bấy giờ hành-giả cần phát huy sức mạnh của tướng (saññā) để tăng cường hỗ-trợ cho niệm thêm vững mạnh.

**Tướng điều gì?** Là tướng vô-thường, tướng khổ, tướng vô-ngã

Trong lãnh-vực tâm linh, tướng hoạt động rất tích cực, trong khoảng không gian khá rộng, nó hướng dẫn thọ hưởng nhận cảnh, giúp cho tầm (viṭakka) phát huy sức mạnh để thấy được tướng Tiên-khởi của đề mục, giúp cho niệm thêm vững mạnh.

Trong Milinda pañhā, đức-vua Milinda hỏi trưởng-lão Nāgasena rằng:

- Niệm có chi là tướng?

- Tâu đại vương! Niệm có tướng là sự ghi nhớ. Ví như người thợ mộc muốn cửa, xẻ khúc gỗ, y lấy dấu mực. Khi nhìn lại y biết rằng: "đây là chỗ cần cửa, xẻ".

Sự ghi nhớ được củng cố là do nhớ lại, nhớ lại là tướng (lakkhaṇa) của tướng.

Những đề mục tướng niệm ân-đức Phật-Pháp-Tăng-Thí-Giới-Thiên, quán tướng vật-thực, quán thể-trước nói lên sức mạnh của tướng hỗ-trợ cho tâm và niệm.

Tướng là gã họa sĩ tài hoa, nó tô đậm màu sắc cho cảnh quá-khứ, vẽ ra khung cảnh tương-lai theo ý thích của tâm, nếu không khép tướng vào khuôn-khổ, nó sẽ trở thành tà-tướng, thế là tà-tâm, tà-niệm lại xuất hiện.

Niệm cột chặt tâm vào cọc trụ đề mục, tưởng đặt đúng vào khuôn phép mới trợ giúp niệm vững mạnh được. Do đó, tưởng cần đặt vào sự vô-thường, khổ và vô-ngã, dần dần ba tướng này hiện bày, niệm ghi nhớ lấy và tứ (vicāra-là một chi-thiền) xem xét một trong ba tướng ấy.

Các vị Cổ-đức có dạy rằng: "*Trong thiền Chỉ cần phát huy sức mạnh của Tưởng, trong thiền Minh-sát cần phát huy sức mạnh của Tứ (vicāra), đồng thời loại trừ sức mạnh của tưởng*".

**"Vì sao thọ-lạc lại thấy là khổ?"** Vì thọ-lạc là mảnh đất hấp dẫn tâm, khiến tâm thích-thú tìm đến để an-trú hưởng-thụ, chính chi lạc (sukha) của thiền Chỉ đối trị với phóng-dật là minh chứng.

Tâm yên-lặng trong lạc-thọ để hưởng-thụ nên không còn vọng động, náo loạn, đôi lúc lại hòa nhập trọn vẹn vào cảnh ấy, đây là trường-hợp đặc định.

*Nhưng điều gì sẽ xảy ra, nếu để tâm mê mẩn trong lạc-thọ?* Sẽ là **tiền đề** cho ái có cơ hội sanh-khởi, do vậy, cần phải quán tưởng là khổ, nhằm mục-đích giảm bớt sự thích ý của tâm, tạm thời đình chỉ tham-ái sanh-khởi, tạm thời xa lánh tham-ái.

Khi hành-giả biết rõ lạc-thọ đang hiện bày, nhưng tướng lạc-thọ không xuất hiện, hãy tác-ý đến khổ, lập tức tưởng sẽ vẽ ra hình ảnh khổ, niệm ghi nhận hình ảnh ấy trong lạc-thọ kia, dần dần tướng khổ trong lạc-thọ hiện bày rõ rệt, bấy giờ hành-giả "**thấy lạc-thọ là khổ**".

**"Vì sao thấy khổ-thọ là mũi tên?"** Lẽ thường, tùy theo chất liệu và tốc-lực, mũi tên gây đau-khổ nặng nhẹ khác nhau, mũi tên làm bằng bông, thân cây lau, sẽ gây khổ-thọ nhẹ; trái lại, mũi tên làm bằng cây gỗ rắn chắc hay bằng thép tốt sẽ gây khổ-thọ mạnh hơn.

Mặt khác, tùy theo tốc-lực của mũi tên, khổ thọ cũng có mức độ nặng nhẹ khác nhau, nếu mũi tên là bông lau nhưng có tốc-lực lớn, cũng có thể sát thương. Trái lại, mũi tên bằng thép tốt mà tốc-lực kém cỏi cũng chẳng gây khổ thọ là bao, nếu mũi tên bằng vật liệu chắc, lại có tốc-lực cao, nó có thể xuyên thấu hay chẻ hai tảng đá.

Khổ-thọ là quả của ác-nghiệp, chất liệu mũi tên là bản chất loại nghiệp ấy, là ác trọng-nghiệp, ác khinh-nghiệp, ác thường-nghiệp, hay ác vô-ý-nghiệp, sức bật dây cung là tốc-lực của nghiệp. Tốc-lực này là do sự cố ý mạnh hay yếu và đối-tượng va chạm vào.

Dây cung càng căng mạnh, nếu không gặp chướng-ngại, mũi tên bật khỏi dây cung lao vút nhanh chóng đến mục tiêu (tức là khổ-thọ nhanh chóng xuất hiện), đồng thời cắm sâu vững-chắc vào mục tiêu. Điển hình là trường-hợp vua Suppabuddha chặn đường không cho đức Phật đi khát thực, bị đất rút sau bảy ngày, chàng thanh niên Nandamāṇava hiếp dâm bà tỳ-khưu ni Uppalavaṇṇā, da-xoa Nandayakkha đánh gậy

sắt vào đầu trưởng-lão Sārīputta, cả hai đều bị đất rút ngay khi vừa khuất tầm mắt các vị Thánh.

Hành-giả quán khổ-thọ như mũi tên, tâm sẽ cảm thấy kinh-sợ trước ác-nghiệp, co rúm trước ác-nghiệp, dần dần thân-ngữ -ý xa lánh ác, bất-thiện nghiệp.

Mặc khác, khi khổ-thọ sanh-khởi, hành-giả cảm nhận sự khổ khốc liệt, sự khổ phơi bày trọn vẹn để rồi diệt mất theo cách tự-nhiên, hành-giả đừng nên tác-ý đến lạc-thọ, vì đó là nhân sanh-khởi cho tham-ái, đồng thời làm giảm sút tinh-tấn. "*Tự đến, tự đi - tự sinh, tự diệt*" là đường lối của pháp vô-ngã (anatta dhammā).

Lại nữa, khi khổ-thọ khốc liệt sanh-khởi, hành-giả quán tưởng: "*Khổ này chỉ là nhỏ nhoi so với cái khổ trong ngục-quỉ giới, địa-ngục giới, khổ trong địa-ngục vẫn còn nhỏ nhoi so với cái khổ luân-hồi. Trong vòng luân-hồi, số lần sa vào ngục-quỉ giới, địa-ngục giới của một chúng-sanh, nhiều hơn nước trong đại dương, nhiều hơn so với cát trên bờ sông Hằng*".

Tâm hành-giả sẽ kinh cảm trước pháp hữu-vi, muốn thoát ra khỏi pháp hữu-vi, hướng đến Níp-bàn, tạm thời đình chỉ được tham-ái, đồng thời giúp cho tinh-tấn tăng-trưởng sức mạnh.

Khổ-thọ này được đức Phật ví như vực thẳm, người can đảm chịu đựng vượt qua khổ-thọ là người đứng trên vực thẳm, như kệ-ngôn:

*"Ai có thể chịu nổi  
Các khổ-thọ khởi lên  
Thân đau hại mạng sống  
Cảm xúc không run rẩy  
Vị ấy vượt vực sâu  
Đạt đến chỗ chân đứng". (Tương-ứng kinh)*

Trong chú giải kinh Pháp-cú, có ghi câu chuyện của vị tỳ-khưu đang hành pháp, ánh nắng mặt trời chiếu vào thân Ngài, gây ra khổ-thọ do sức nóng. Ngài quán tưởng "*sức nóng này so với sức nóng não hại trong địa-ngục còn nhỏ hơn nhiều*". Ngài tinh-tấn phát-triển Minh-quán, cuối cùng chứng-đắc thánh quả A-la-hán.

Trong Saṃyutta nikāya, đức Phật dạy rằng:

*"Này Mahāli! nếu thọ nhất hướng khổ, rơi trên khổ, nhập cuộc với khổ, không nhập cuộc với lạc, thời chúng-sanh không tham đắm thọ.*

*Và vì rằng này Mahāli! thọ là lạc rơi trên lạc, nhập cuộc với lạc, nên chúng-sanh tham đắm với thọ.*

*Do tham đắm thọ nên bị triền phược (trói-buộc), do bị triền phược nên chúng-sanh uế nhiễm".*

Đoạn kinh trên cho thấy rằng: "nếu không rơi vào lạc sẽ không bị trói-buộc, tâm không bị uế nhiễm". Do vậy, nếu khổ-thọ sanh lên, hành-giả không nên tác-ý đến lạc, cần phải trực diện với khổ để "**thấy như mũi tên**".

"**Vì sao thấy xả-thọ là vô-thường?**" Vì rằng, xả-thọ là bước chuyển tiếp từ lạc sang khổ hay từ khổ sang lạc, hành-giả cần phải biết rõ bước chuyển tiếp ấy, để ngăn trừ vô-minh ngủ-ngầm.

Vì rằng: trong lạc-thọ có khổ tiềm-ẩn, trong khổ-thọ chỉ đơn thuần là khổ không hề có lạc tiềm-ẩn, trong xả-thọ có lạc vi-tế lẫn khổ vi-tế, thế là có khổ tiềm-ẩn trong đó.

Trong lạc-thọ hay khổ-thọ hành-giả quán thẳng vào khổ như đã trình-bày.

Còn trong thọ-xả vốn đã khó nhận ra, lại phải tìm thấy khổ vi-tế trong đó nữa, do đó phải có bước dẫn xuất để khổ tướng lộ diện, bước dẫn xuất ấy chính là vô-thường tướng.

Ví như có ba món vật, một vật không bọc chi cả, một vật được bọc một lớp vải mỏng, một vật bọc lớp vải dày. Vật không bọc chi cả ví như khổ-thọ, vật bọc lớp vải mỏng, người ta có thể nhìn xuyên qua lớp vải mỏng để thấy vật ấy, ví như khổ vi-tế ở trong lạc-thọ.

Với vật bọc lớp vải dày, người ta muốn nhìn thấy, phải tháo gỡ lớp vải dày. Điều này ví như khổ ẩn trong thọ-xả.

Nói dễ hiểu hơn là: khổ tướng sanh ở vô-thường, trụ ở khổ và diệt ở vô-thường. Do đó, để khổ tướng lộ ra trong xả-thọ cần phải thấy xả-thọ là vô-thường.

Khi ấy tâm hành-giả đối với các cảm thọ sẽ rơi trên nhất hướng khổ, không còn tham đắm trong thọ. Như lời dạy của trưởng-lão Sārīputta trong kinh Thập-thượng ở Trường-bộ:

*"Thế nào là chín pháp cần được sanh-khởi?*

*Là chín tướng ... khổ tướng trên vô-thường ..."*

Cũng nên nói thêm rằng: trong ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã. Tướng khổ là thô, tướng vô-thường là tế, tướng vô-thường là thô, tướng vô-ngã là tế. Trong ba tướng, tướng vô-ngã là vi-tế nhất, rất khó hiển-lộ.

Lý vô-thường, lý khổ có thể tìm thấy trong thời không có giáo-pháp của đức Chánh-đăng-giác, riêng lý vô-ngã chỉ hiển-lộ trong thời có giáo-pháp của đấng Chánh-giác. Lý vô-ngã hiển lộ do năng-lực trí-tuệ của bậc Chánh-đăng-giác, không một ai có thể làm hiển-lộ lý vô-ngã được, cho dù đó là trí-tuệ của Phật Độc Giác.

Lý vô-ngã chỉ được nhận-thức rõ qua vô-thường và khổ. Như là:

*"Này Rāhula, người nghĩ thế nào, mắt là thường hay vô-thường."*

- Bạch Thế-tôn, là vô-thường.

- Cái gì vô-thường là khổ hay lạc?

- Bạch Thế-tôn, là khổ.

- Cái gì vô-thường, khổ, chịu sự biến hoại có hợp lý chẳng khi quán cái ấy: "Cái này là tôi, cái này là của tôi, cái này là tự ngã của tôi".

- Thưa không, bạch Thế-tôn. -- (Tiểu kinh Giáo giới Rāhula)

Đoạn kinh trên là một trong nhiều đoạn được đức Thế-tôn thuyết-giảng cho chư tỳ-khưu nhận-thức được lý vô-ngã.

Trong vô-thường có khổ, vô-ngã, trong khổ có vô-ngã, từ vô-thường -khổ, tướng vô-ngã hiển-lộ.

Ngài Sārīputta có dạy, pháp cần được sanh-khởi là:

"Khổ tướng trên vô-thường, vô-ngã tướng trên khổ". -- (Kinh Thập-thượng)

Thấy được tướng vô-thường đồng thời sẽ thấy được tướng vô-ngã.

Tóm lại, hành-giả quán thọ trong thọ, cần nhận biết chín loại thọ cùng tướng-trạng của nó. Với sự tinh-cần, chú niệm mạnh thấy được tướng khổ của các cảm thọ, không còn tham đắm trong lạc thế-gian, sẽ nhiếp phục được tham ưu ở đời (loka).



## QUÁN TÂM TRONG TÂM

Trong Pāli văn, Đức Thế-tôn thuyết rằng: "*Này chư tỳ-khưu! Thế nào vị tỳ-khưu sống quán tâm trong tâm? Này chư tỳ-khưu! Ở đây vị tỳ-khưu: Với tâm có tham biết rằng: "tâm có tham..."*".

Theo Aṭṭhakathā có giải thích: Khi Đức Thế-tôn thuyết-giảng chín loại thọ tùy-quán xong rồi, Ngài thuyết tiếp 16 loại tâm tùy-quán.

### 16 loại tâm đó là:

1. Tâm có tham-ái (sarāgacitta): là tám loại tâm hợp với căn tham (lobhamūla).
2. Tâm không tham-ái (virāga citta): là tâm thiện và tâm vô-ký (abyākatacitta) hiệp-thế.
3. Tâm có sân (sadosa citta): là hai tâm hợp với căn sân (dosamūla).
4. Tâm không sân (vītadosacitta): là tâm thiện và tâm vô-ký hiệp-thế.
5. Tâm có si (samoha citta): là tâm hợp với sở-hữu hoài-nghi và tâm si hợp phóng-dật.
6. Tâm không có si (vītamoha citta): là tâm thiện và tâm vô-ký hiệp-thế.
7. Tâm co rút (saṃkhiṭa citta): là tâm có hôn-trầm chế-ngự, tâm có trạng-thái tâm uế-oải, dã-dượi.
8. Tâm phóng-dật (vikhiṭa citta): là trạng-thái tâm tán-loạn.
9. Tâm rộng lớn (mahaggaṭa citta): là tâm thiền sắc-giới (rūpāvacara) và tâm vô-sắc giới (arūpāvacara).
10. Tâm không rộng lớn (amaggahata citta): là tâm dục-giới (kā māvacara).
11. Tâm hữu-hạn (sa-uttara citta): là tâm dục-giới.
12. Tâm vô-thượng (anuṭṭara citta): là tâm sắc-giới và tâm vô-sắc giới.
13. Tâm có định (samāhiṭa citta): là tâm cận-định và tâm nhập-định (appanā samādhī).
14. Tâm không có định (asamāhiṭa citta): là tâm dục-giới không có cận-định.
15. Tâm giải-thoát (vimuṭṭa citta): là tâm giải-thoát phiền-não do năng-lực của Minh hay năng-lực của thiền.
16. Tâm không giải-thoát (avimuṭṭa citta): là tâm không ra khỏi phiền-não.

Giải-thoát có năm là:

- 1- Tadaṅgavimuṭṭi: *Tạm thời giải-thoát*, là khi tâm thiện sanh-khởi, tạm thời thoát khỏi các bất-thiện pháp.
- 2- Vikhambhanavimuṭṭi: *Áp chế giải-thoát*, là các tâm thiện (jhānacitta) như sơ-thiền, nhị-thiền... khi tâm thiện sanh-khởi, các bất-thiện pháp không thể sanh lên, chỉ khi nào pháp thiền (đắc định) của vị ấy bị đứt, các bất-thiện pháp lại sanh-khởi, ví như đá

đề cỏ, khi còn có đá cỏ không thể mọc, nhưng khi tảng đá bị vỡ hay không còn, cỏ lại sanh lên.

3- Samucchedavimutti: *Tuyệt trừ giải-thoát*, là giải-thoát những phiền-não do đạo-tuệ phát-sanh lên.

4- Paṭipassaddhivimutti: *an-tịnh giải-thoát*, là sự tái-sanh không còn do đắc quả siêu-thế.

Như Dự-lưu quả không còn cho tái-sanh về bốn khổ-cảnh, Bất-lai quả không còn cho tái-sanh về cõi dục, A-la-hán quả chấm dứt hoàn toàn sự tái-sanh.

5- Nissaraṇavimutti: *Giải-thoát hoàn toàn*, đồng nghĩa với sự viên tịch của vị thánh A-la-hán.

Trong phần quán tâm niệm-xứ, đức Thế-tôn thuyết từng cặp tâm đối nghịch nhau như:

Tâm có tham, tâm không có tham.

Tâm có sân, tâm không có sân . ...

Đối với hành-giả có học hỏi tạng Thắng-pháp (abhidhamma piṭaka), kiến thức về các loại tâm qua pháp-học sẽ giúp ích nhiều cho vị ấy trong sự nhận dạng các loại tâm.

Còn những hành-giả không học hay thiếu sự hiểu biết về tạng Diệu-pháp, sẽ lúng túng trong sự nhận dạng các loại tâm, chính các hành-giả có hiểu biết về tạng Diệu-pháp, khi hành pháp niệm tâm cũng cảm thấy lúng túng trong lúc đầu.

Tâm (citta) từ ngữ căn là CIT nghĩa là "**suy-gẫm**".

*Tâm-hành ra sao?* Hành-giả khi ngồi yên-lặng theo dõi, sẽ thấy rằng tâm phóng đi cùng khắp, sự suy nghĩ miên man sanh-khởi rất lạnh lẽ, có thể từ chỗ ngồi phóng ra ngoài đường, hay đi đến những vùng mà hành-giả từng đi qua, như những cảnh du ngoạn, những tự viện thường lui tới, hoặc những cảnh được mô tả qua báo chí ...

Nên trong Pháp-cú kinh, đức Phật có dạy:

*"Dunniggahassa lahuṇo*

*Yaṭṭha kāmanipāṭino*

*Ciṭṭassa damaṭho sādhu*

*Ciṭṭaṃ danṭaṃ sukhāvahaṃ".*

*"Tâm lạnh lẽ phóng đi, rất khó kiểm-soát.*

*Nắm giữ được tâm, kiểm-soát được tâm, dẫn đến an lạc".*

*(Pháp-cú 35)*

Thông-thường tâm phóng theo cảnh trần ở bên ngoài, hành-giả khi tu-tập pháp niệm tâm, cần phải có sự chú niệm vững vàng, cần phải nỗ-lực trong sự chú ý, kiểm-soát tâm, không cho tâm hướng về bên ngoài.

Khi theo dõi tâm, nên tập nhận xét rằng: thời này trạng-thái tâm của ta ra sao? vui thích hay khó chịu? tối mê hay minh mẫn? tâm ấy có dã-dượi co rút, phóng túng tán-loạn không?, nó có yên-lặng không?

Khi hành-giả xác định trạng-thái tâm rồi, hãy theo dõi, hành-giả sẽ thấy rằng: "*trạng-thái tâm này nó không mãi mãi như vậy*".

Như khi ưa thích cái gì đó, sẽ thấy rằng nó không ưa thích mãi, nó sẽ bỏ cái ấy để ưa thích vật khác, hoặc giả vào lúc nào đó, nó ghét ngay chính vật ấy, chắc chắn là như vậy.

Khi có buồn khổ điều gì, hãy ghi nhận rồi theo dõi, hành-giả sẽ thấy rằng: nó không buồn khổ mãi, có lúc cũng phải hết buồn, có lúc cũng phải hết khó chịu.

Dần dần, hành-giả sẽ nhận-thức rằng: "**Đây là tâm thiện, đây là loại tâm bất-thiện**".

Khi thấy là *tâm thiện* dù loại nào cũng được, cần gìn-giữ tâm ấy, vì bấy giờ tâm tạm thời thoát ra những bất-thiện pháp, nếu là loại tâm thiện vô-trí, cần nỗ-lực quán-xét khiến trí-tuệ chưa sanh được sanh-khởi.

Trái lại, khi nhận-định: "*Đây là tâm không tốt*" như tâm tán-loạn, tâm dã-dượi, tâm có nghi-hoặc ... đó là những loại tâm bệnh hoạn, tâm càng bệnh hoạn càng mất đi lợi-ích mà hành-giả mong muốn, hãy cố-gắng sửa đổi cho tâm trở nên tốt, giải-thoát ra khỏi hệ lụy bằng cách nào cũng được, *bằng tạm thời cũng tốt, bằng áp chế cũng tốt*, cho đến khi đoạn trừ được thân-kiến ở vùng tùy-miên.

Cách sửa-chữa tâm không tốt trở nên tốt, có liên quan đến sự đoạn trừ năm pháp che lấp (nīvaraṇa), sẽ giải ở phần niệm pháp trong pháp. Sự tu-tập pháp niệm tâm trong tâm, mang lại rất nhiều lợi-ích, có thể đạt quả vị Ứng-cúng.

Chỉ tập nhận-định: "*đây là loại tâm nào?*" cũng mang đến lợi-ích lớn là "**sự an-tâm**", luôn cả nhận-thức được những oai-nghi sanh-khởi từ tâm ấy.

Như: "*Khi tâm như vậy, thân sẽ như vậy, ngữ sẽ như vậy...*". Sự nhận-thức này, giúp hành-giả nhận xét được người khác, hành-giả xác định: "đây là hảo nhân, đây là bậc trí, đây là người xấu, ...".

Thế là, hành-giả giao du với bậc có trí, bậc hảo nhân, hành-giả sẽ gặt hái những tinh hoa trong đời sống tu-tập với mục-đích thoát khỏi khổ.

Cũng nên lưu ý rằng: "**Giữa tâm và thọ có liên quan mật thiết.**" Những trạng-thái vui, buồn, khó chịu, thản-nhiên là thọ, tâm chỉ là "**sự biết cảnh**" nhưng ở mặt khác,

tâm có bản chất là thiện, bất-thiện hay không thiện cũng không bất-thiện (abyākata: vô-ký). Trái lại, thọ chỉ có tính-chất hưởng-thụ, nhận lãnh.

Thọ chỉ là thiện khi đi với tâm thiện, là bất-thiện khi đi với tâm bất-thiện, là không thiện cũng không bất thiện khi đi với tâm vô-ký. Hành-giả cần lưu ý nét đặc trưng này của tâm và thọ.

Nói dễ hiểu hơn, niệm thọ là quán xét tính vui, buồn,坦然 nhiên, còn niệm tâm là quán xét tính thiện, tính bất-thiện, tính không thiện cũng không bất-thiện.

-ooOoo-

## QUÁN PHÁP TRONG PHÁP

Trong phần tùy-quán pháp trong pháp, hành-giả tìm nơi thanh vắng như rừng, cội cây, nơi cách xa nhà ... ngồi ngay thẳng, chú ý quán-xét những pháp bất-thiện cùng pháp thiện.

Thông-thường hành-giả sơ cơ, pháp bất-thiện sanh-khởi trước, sau đó mới sanh-khởi pháp thiện. Trái lại, những hành-giả thực-hành thiền tập lâu hay nhiều rồi, thì pháp thiện sanh trước, pháp bất-thiện sanh sau.

Tùy-quán pháp trong pháp có năm nhóm là:

- Năm pháp chướng-ngại (nīvaraṇa).
- Chấp-thủ vào năm uẩn (upādānakkhandha).
- Sáu nội-xứ, sáu ngoại-xứ (āyaṭana).
- Bảy giác-chi (bojjhaṅga).
- Tám Thánh-đế (ariyasacca).

### Năm pháp chướng-ngại (nīvaraṇa).

Kinh văn trong Mahā saṭipatṭhāna suttā (kinh Đại niệm-xứ) có ghi rằng:

*"Kaṭhañ ca bhikkhave bhikkhu dham-mesu dhammānupassī viharati?  
Idha bhikkhave bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati pañcasu nīvara-  
ṇesu".*

*"Này các tỳ-khưu! Thế nào là vị tỳ-khưu sống quán pháp trên các pháp?  
Này các tỳ-khưu! Ở đây, vị tỳ-khưu sống quán pháp trên pháp đối với năm  
triền cái (nīvaraṇa)".*

Năm pháp chướng-ngại đó là:

- Kāmacchanda nīvaraṇa: Tham-dục cái.
- Byāpāda nīvaraṇa: Sân-độc cái.
- Thīnamiddha nīvaraṇa: Hôn-thụy cái.
- Uddhaccakukkucca nīvaraṇa: Trạo-hối cái.
- Vicikicchā nīvaraṇa: Hoài-nghi cái.

Hành-giả chú ý quán-xét năm pháp chướng-ngại sanh-khởi trong tâm, loại nào đang có, loại nào không có. Biết rõ nhân sanh lên của từng pháp chướng-ngại ấy, biết rõ pháp đối trị của chúng là pháp nào, biết cách thức ngăn chặn không cho chúng-sanh-khởi lên nữa. Tội-lỗi của năm pháp chướng-ngại, Đức Thế-tôn không nói rõ, do đó chú giải Aṭṭhakathā chỉ nói tóm tắt.

Theo Aṭṭhakathā, Đức Thế-tôn thuyết-giảng quán thân niệm-xứ là Ngài thuyết thuần nhất về sắc-uẩn, thuyết thọ quán niệm-xứ là thuyết thuần nhất về thọ-uẩn, thuyết tâm

quán niệm-xứ là thuyết thuần nhất về *thức-uẩn*. Riêng về pháp quán niệm-xứ, Đức Thế-tôn thuyết-giảng quán-xét cả *tướng-uẩn và hành-uẩn*.

Một cách khác, khi Đức Thế-tôn thuyết-giảng về thân quán niệm-xứ là Ngài thuyết về quán xét *sắc*, thuyết-giảng thọ quán niệm-xứ và tâm quán niệm-xứ là thuyết-giảng về quán xét *đanh*, thuyết quán pháp niệm-xứ là quán-xét cả *sắc lẫn đanh*.

**\* Tham-dục cái (kāmacchanda nīvaraṇa).**

Là sự đắm-nhiễm, tham muốn trong cảnh trần như màu sắc, âm thanh, mùi hương, vị chất ngon ngọt, sự đụng chạm khoái-lạc.

Sở dĩ, sự ham mê theo trần tục được gọi là chướng-ngại vì tham-dục này ngăn chặn chi định (ekaggatā) của thiền. nó làm cho tâm nóng nảy đi tìm cho được năm cảnh nó ưa thích là: sắc, thanh, hương, vị, xúc, gọi chung là năm trần-cảnh. khi được rồi thì đắm-nhiễm mê say, khi không được thì sầu-khổ ta-thán.

Ái-dục có thể khiến chúng-sanh đi tìm điều nó ưa thích, dẫn đến tội-lỗi hay làm cản trở sự tấn hóa, nên gọi tham-dục là pháp chướng ngại. Như trong thiền Quán, khi hành giả đạt đến Sanh-diệt trí, phát sanh một trong mười pháp tốt như tín, trí, tịnh ... nhưng vì tâm đắm-nhiễm trong pháp ấy, nên trở thành phiền-não quán.

Trong kệ-ngôn Pāli, câu nói "**có**" (saṅgama vā) nghĩa là *hiện đang sanh*, hoặc *đang khởi động* (chữ santa khi làm tính-từ có nghĩa là hiện-tại).

Chữ "**không có**" (asaṅgama vā) nghĩa là *chưa sanh* hoặc *đang yên-lặng*.

Đức Phật thuyết trong Tương-ưng kinh rằng:

*"Cái gì là vật-thực của dục-tham, khiến dục-tham chưa sanh được sanh-khởi hay đã sanh được tăng-trưởng? - Là tịnh-tướng (subhanimitta: tướng tốt đẹp)"...*

Cũng trong Tương-ưng kinh, Đức Thế-tôn dạy rằng: *"-Này các tỳ-khưu! do tác-ý không đúng khiến dục-tham chưa sanh được sanh-khởi, đã sanh được tăng-trưởng ..."*.

Các vị giáo thọ sư trong Aṭṭhakathā có giải rằng:

*Nhân sanh-khởi và làm dục-tham tăng-trưởng có hai là:*

- Có tác-ý không đúng trong tịnh-tướng.
- Có tác-ý hợp theo sự điên-đảo (vipallāsa).

*Phương-pháp đối trị, trừ diệt dục-tham có hai cách. Một là:*

- Có tác-ý đúng trong năm trần-cảnh.
- Đặc biệt là tránh xa ba pháp điên-đảo: tâm điên-đảo (cittavipallāsa), kiến điên-đảo (ditthivipallāsa) và tướng điên-đảo (saññāvipallāsa).

Hai là:

- 1- Học và hiểu rõ về tướng không tốt đẹp (asubha nimitta).
- 2- Nỗ-lực tu tiến về những đề mục có tướng không xinh đẹp như đề mục thể-trước, đề mục tử-thi...
- 3- Phòng-hộ các quyền (saṃvarindriya) như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý.
- 4- Tri-túc và tiết độ (là dùng vừa đủ) trong vật-thực.
- 5- Thân-cận với bậc thiện-trí.
- 6- Bàn luận đến những đề mục thích-hợp để đối trị với tham. Tức là bàn luận về những đề mục tu tiến bất-tịnh tướng.

Cả sáu điều này là phương-pháp đối trị, khắc chế của dục-tham.

Tác-dụng của dục-tham là tạo ra một ảo cảnh khoái-lạc trong tâm chúng-sanh, xuyên qua năm trần-cảnh đáng hài lòng, đáng thích ý của tâm.

Hành-giả thực-hành thiền Chỉ hay thiền Quán, cần phải ghi nhận rõ: khi tâm lui sụt không còn thích-thú trong đề mục, nghĩa là dục-tham chuẩn bị sanh-khởi, nếu khi ấy tác-ý (manasikāra) bị sai lệch, xem như đang trợ giúp cho dục-tham sanh-khởi.

Khi dục-tham sanh-khởi, đối-tượng của nó sẽ là một trong năm trần-cảnh mà thường ngày hành-giả thích-thú, như thích xem chương trình ca nhạc, thích những vật-thực hợp khẩu vị ...

Khi hành-giả nhận ra nó đang ngự-trị tâm, việc cần thiết là quay trở lại đề mục ngay.

Trong năm điều đối trị ở trên, đó là những yếu tố bên ngoài, nhằm mục-đích "phòng ngự từ xa" đối với dục-tham, không cho nó có đủ sức mạnh đi vào vùng ý môn (manodvāra) hay vùng triền (saṃyojana khetta) để "tác oai tác quái", điều khiển tâm rơi vào vùng kiểm-soát của nó.

### **"Phòng-hộ các quyền"**

Là gìn-giữ mắt, tai, mũi, lưỡi, thân khi phải tiếp xúc với sắc đẹp, tiếng êm dịu, mùi hương, vị chất ngon ngọt, sự đụng chạm khoái-lạc, không cho tâm rơi vào chạm bẫy của tham.

Điều phải tiếp xúc với năm cảnh trần qua năm giác quan là điều không thể tránh khỏi, quan trọng là phải thoát ra những tai hại do năm cảnh trần gây nên.

Giống như người thợ rèn phải gấp cục sắt đỏ rực trong lò lửa ra, anh ta phải làm thế nào để khỏi bị bỏng tay do cục sắt đang nóng đỏ, đó là điều cần thiết cho anh. Anh sẽ dùng cây gấp, gấp cục sắt ra khỏi ngọn lửa, đặt nó trên đe, rồi dùng những dụng cụ khác biến cục sắt vô ích trước đây trở thành vật hữu dụng như cuốc, xẻng ...

Cạm bẫy do dục-tham giăng ra qua năm cảnh trần, đó là những gì đáng yêu thích (khả-ái), đáng hài lòng (khả-hỷ) đáng thụ-hưởng (khả-lạc), gọi chung là pháp trần. Pháp trần ấy dẫn tâm rơi vào quyền lực của ái-dục, do đó cũng cần phải phòng-hộ ý-quyền, tức là canh giữ tâm, không cho say đắm thích-thú trước những gì khả-ái, khả-hỷ, khả-lạc.

Có những hành-giả khi tiếp xúc với cảnh trần, như cảnh sắc chẳng hạn, giữ được tâm niệm, nhận biết rằng: "*đây chỉ là sự thấy*", chẳng màng quan tâm đến "đèn xanh, đèn đỏ, ngọn cỏ, ngọn lu", đó là tạm thời giải-thoát ra khỏi dục-tham, được như vậy cũng là một bước tiến trong tu-tập, nhưng một khi niệm yếu-đuôi, có sự dễ-đuôi thì rơi vào dục-tham ngay.

Trong Trung-bộ kinh, bài kinh Nhất-thiết lậu-hoặc (sabbāsava sutta), đức Phật có dạy:

*"Aṭṭhi āsava saṃvāra pahātabbā: Có những lậu-hoặc (là pháp ngâm tẩm, rỉ chảy) do phòng-hộ được đoạn trừ"*.

Vật-thực của dục-tham là tịnh-tướng, để đoạn trừ dục-tham, hành-giả phải thấy được sự không tốt đẹp trong cái tốt đẹp.

Như một người nhìn bức tranh đẹp, nếu y thấy những khuyết điểm của nó, y sẽ thấy bức tranh không còn đẹp như trong ý nghĩ trước đây. Thế là, bức tranh giảm giá trị trong mắt y, y không còn thích-thú, đắm-nhiễm trong bức tranh ấy.

Cũng vậy, hành-giả khi phải tiếp xúc với cảnh trần, cần phải thấy được sự không xinh đẹp, không đáng vui thích trong cảnh, **đó là tác-ý đúng trong tịnh-tướng**, là *tác-ý hợp phương-pháp*, đồng nghĩa là *tác-ý li bỏ đường lối điên-đảo*. Trái lại, khi tiếp xúc với cảnh trần, tâm hành-giả tìm thấy cái đẹp trong cái không xinh đẹp, đó là **tìm vật-thực cho dục-tham**.

**"Sự tri-túc và tiết độ trong vật-thực"**.

**Tri-túc** là dễ-dàng thỏa mãn (biết đầy đủ) trong điều-kiện có được, nó ngăn chặn sự tầm cầu. Tức là, không vui mừng đối với loại vật thực hợp khẩu vị cũng không khó chịu trước những loại vật thực thô thiển.

Còn **tiết độ** là biết chừng mực trong thọ-dụng vật-thực, khi còn dùng bốn hay năm miếng vật-thực nữa thì no, hành-giả nên ngừng lại, uống bốn hay năm ngụm nước thay cho cơm là vừa.

Đúng như Phật-ngôn rằng:

*"Đây là vừa đủ an lạc cho vị tỳ-khưu, không dùng thêm bốn hay năm miếng cơm cuối cùng, hãy ngừng lại và uống ược. Hướng tâm tinh-tấn hành pháp"*.



Tham-dục cái được trừ-tuyệt khi hành-giả chứng quả A-na-hàm. Trong thiền Chi, tham-dục là chướng-ngại của chi định.

\* **Sân-độc cái (byāpāda nīvaraṇa)**: Là sự ác ý, bực dọc, nó còn hàm ý là "sự trả đũa" bằng thân hay bằng lời nói.

Khi sân-độc cái sanh lên, người ta không còn ngần ngại hay e dè trước tội-lỗi. Sân-độc cái sanh lên ngăn che chi hỷ (pīṭi).

*Nhân sanh-khởi* của sân-độc là: *tác-ý không đúng*. Tức là, nghĩ rằng "người này đã khinh ta, đánh ta, chửi mắng ta, hiếp đáp ta (hoặc người thân của ta) quá đáng. Ta phải trả đũa, nếu không hẳn sẽ tiếp tục như thế nữa, người khác sẽ cho ta là ngu si, kém trí, bất tài...".

Đây là tướng của sân-độc cái, mức độ thô-thiển là diễn ra bằng hành động, bằng lời nói, nếu chỉ xảy ra trong ý là mức độ yếu-đuối.

*Vật-thực của sân-độc* là đối-nghịch tướng (paṭigha nimitta), cùng với *tác-ý không đúng* đã làm tăng-trưởng ác ý.

Nên hiểu rằng: Sự nóng giận nhưng chưa có ý làm hại, hủy diệt đối-tượng thì chỉ là **sân**, nhưng nếu có sự trả thù, làm hại đến đối-tượng là **sân-độc** (ác ý).

Có hai phương-pháp đối trị sân-độc là:

1- Tác-ý đúng đến Từ-tâm giải-thoát (mettā vimutti). Từ (mettā) là chỉ về cận-định hay nhập-định do tu-tập đề mục Từ (mettā kammaṭṭhāna). Còn *Từ-tâm giải-thoát* là chỉ cho sự đắc-định trong tất cả đề mục đưa đến đắc định.

2- Có năm cách để đối trị sân-độc là:

- a. Học tập về Từ-tướng (mettānimitta).
- b. Tinh-cần tu-tập đề mục Từ.
- c. Quán-xét đến nghiệp quả với nhiều cách.
- d. Thân-cận với bậc thiện-trí, người tốt.
- e. Nói lời thích-hợp.

"*Học về đề mục Từ và rải tâm Từ*". Là mong cho chúng-sanh được an-vui.

"*Quán-xét đến nghiệp quả bằng nhiều cách*". Đây là điều quan trọng nhất trong cách đối trị, áp chế sân-độc, như nghĩ rằng: "tất cả chúng-sanh đều có nghiệp là tài-sản, tốt hay xấu là do chính mình tạo".

Khi hành-giả có sự oán-hận, hãy dạy tâm rằng: "*người thù oán họ, người sẽ làm gì được họ? Người có thể phá vỡ điều tốt đẹp của họ được không? Khi người thực-hành điều tội-lỗi này, người sẽ ra sao? Có phải hình phạt tù đày hiện-tại đang chờ người? Cho dù người thoát khỏi hình phạt của thế-gian trong hiện-tại, nhưng nghiệp ác xấu*

này, người phải mang vác cho đến bao giờ mới vất xuống được?. Hiện-tại người đang mang nặng nó trong tâm, sao người không vứt bỏ nó xuống đi?".

Sự thù-hận người khác ví như cục sắt nung đỏ đang cầm trong tay, hoặc ví như phần hôi tanh đang dính vào người. Người có trí sẽ ném bỏ cục sắt nóng đỏ xuống đất, hoặc tắm rửa thân thể sạch sẽ bằng nước tinh-khiết từ-bi.

Người tin vào nhân-quả, lý nghiệp-báo sẽ dạy tâm rằng: "*nếu người giữ tâm trong pháp thiện, sự tốt đẹp, sự an-vui sẽ có cho người. Dù họ có giận người, họ cũng chẳng phá-hoại được sự tốt lành của người, người đi theo cái nghiệp của người, họ đi theo cái nghiệp của họ. Quả ác-nghiệp giống như cát bụi được tung lên ngược chiều gió, nó sẽ quay lại chính người ném ra*".

"*Thân-cận với bạn lành (hảo nhân)*". Là chỉ giao du với người tu tiến tâm từ, là người có lòng thương xót người khác như trưởng-lão Assagutta, trưởng-lão Subhūti.

"*Nói lời thích-hợp*". Là nói những chuyện liên-hệ đến vô-sân, tránh khơi dậy các câu chuyện liên-hệ đến sân-hận, tránh khơi dậy các câu chuyện làm phát-sanh hận-thù.

Sân-độc được trừ-tuyệt khi hành-giả đắc quả Bất-lai.

#### \* **Hôn-thụy cái (Thīnamiddha nīvaraṇa).**

Là sự dă-dượi, uế-oải, mất khả-năng linh hoạt trong các sinh hoạt. Hôn-thụy cái sanh lên ngăn che chi tầm (viṭakka).

*Nhân sanh của hôn-thụy* là: tác-ý không đúng.

*Vật-thực dành riêng cho hôn-thụy* là: Không hân-hoan, chán nản, ăn quá no cùng với tác-ý không đúng.

Phương-pháp làm đình chỉ sự buồn ngủ (hôn-trầm) dă-dượi, uế-oải (thụy-miên) là:

- "*Arabbhāṇila kamaparakkama dariya yoniso manasikāra: Suy ngẫm đúng đắn về sự tinh-cần*".

Nghĩa là khi hành-giả uế-oải, buồn ngủ, hãy tác-ý rằng: "***Ta hãy tinh-tấn thực-hành công việc này***", hay: "***ta hãy tinh tấn thực hành cho xong công việc này***" tức là làm cho sự nỗ-lực sanh-khởi. Khi sự nỗ-lực sanh-khởi lên rồi, nhưng nó còn non yếu, hành-giả cần phải bảo trì sự tinh-tấn được vững mạnh.

Khi hành-giả nhận thấy sự tinh-tấn đã vững mạnh, hãy tiến hành công việc đang hay sẽ tiến hành. Hành-giả phải đánh thức ý chí, đồng thời dẫn dụ hân-hoan sanh-khởi trong tâm, tâm sẽ không còn rụt rè trước công việc.

Sẽ không ngủ trước giờ được qui định, có người chưa làm xong công việc lại đi ngủ, hoặc thấy việc khó vội thối chí, đó là do không đánh thức ý chí của tâm.

- Cách hai gồm có sáu pháp là:

1- *Không ăn uống quá độ (quá no)* (atibhojana nimittagāha).

2- *Thay đổi oai-nghi* (iriyā paṭhasamparivatta-nāṭa). Là khi hành-giả cảm thấy tâm dã-dượi, thân mỏi mệt trong oai-nghi nào đó, như ngồi lâu quá, nên đi kinh hành (tránh oai nghi nằm, vì đây là oai-nghi thuận lợi cho hôn-thụỵ sanh-khởi) hay dùng đến những tiểu oai-nghi nào đó.

3- *Tác-ý tưởng đến ánh sáng* (ālokasaññā manasikāra): Như tác-ý đến ánh sáng mặt trời, ánh sáng mặt trăng, ánh sáng của lửa ...

4- *Ở nơi thoáng mát, rộng-rãi, khoáng khoát* (abhohokāsavāsa).

5- *Giao du thiện-hữu* (kalyāna miṭṭaṭṭā): Là kết bạn với những người năng động, ít dã-dượi.

6- *Sappāyakathā*: *Nói những chuyện phát-sanh tâm hân-hoan* vui thích, để giải trừ sự buồn ngủ, biếng nhác.

### \* **Trạo-hối (Uddhacca kukkucca nīvaraṇa).**

Là sự bồn chồn, bứt rứt của tâm, khiến dở dang trong công việc, hoặc lo lắng bâng quơ.

*Nhân sanh của trạo-hối* là: tác-ý không đúng. Trạo-hối cái sanh lên ngăn che chi lạc (sukha).

*Vật-thực của trạo-hối* là: không có sự yên-lặng.

Trạo-hối gồm hai phần: tán-loạn tâm và ân hận về những điều ác quấy đã làm, hay bỏ qua những việc thiện không thực-hành.

Phương-pháp điều trị trạo-hối có sáu cách:

1- *Nghe nhiều học rộng* (bahusuttam), là học hỏi những phương cách làm cho tâm yên tịnh, cùng với sự phân biệt rõ ràng thiện-pháp và bất-thiện pháp. Những phương cách làm tâm yên tịnh giúp cho hành-giả đi vào sự tu-tập, không bị tán-loạn. Còn phân biệt rõ thiện, bất-thiện pháp giúp cho tâm không bị nóng nảy, khó chịu trong cách hành-xử.

2- *Hỏi những điều chưa rành mạch hay còn hoài-nghi* (paripucchakaṭi).

3- *Thông hiểu về luật* (vinaya pakāṭaṇṇutā): Chính sự thông hiểu về luật, giúp tâm ngăn chặn được trạo-hối, tâm không còn bấn loạn do hoài-nghi trong việc hành-trì thiện-pháp, ngăn trừ bất-thiện pháp. Trong kinh-điển Pāli, khi các vị tỳ-khuru lâm trọng bệnh, Đức Thế-tôn thường hay nhắc nhở rằng: "*Này tỳ khuru! người có ân hận gì về giới-luật của mình không?...*".

4- *Thân-cận với minh-sư* (vuddhaseviṭā): Là gần gũi học hỏi phương-pháp an-tịnh nơi vị đã tu tiến thành-đạt thiền-tịnh hay Minh-quán.

5- *Thân-cận thiện-hữu.*

6- *Nói những chuyện nhằm mục-đích phát-sanh hoan-hyû.*

Trừ-tuyệt hôn-thụy và phóng-dật khi chứng-đắc đạo A-la-hán, còn trừ được hối hận khi đắc Bất-lai đạo.

\* **Hoài-nghi cái (vicikicchā nīvaraṇa).**

Là phân-vân nghi-hoặc về thiện ác... hoài-nghi khiến người ta ngưng hay bỏ dở việc thiện đang làm, hoặc dự định sẽ làm một việc thiện nào đó lại không làm.

Hoài-nghi cái sanh lên ngăn che chi tứ (vicāra). Nhân sanh của nghi-hoặc là: *tác-ý không đúng.* Vật-thực của nghi-hoặc là: *Pháp được làm trú-xứ của nghi-hoặc, cùng với tác-ý không đúng.*

Hoài-nghi cái khi sanh lên khiến việc thiện chưa làm không làm, việc thiện đang làm được đình chỉ. Trái lại, đối với điều ác thì vẫn tiến hành, hoặc việc ác chưa làm sẽ thực-hiện.

Có bao giờ có trường-hợp do hoài nghi mà việc ác chưa làm không làm, việc ác đang làm được đình chỉ, việc thiện chưa làm được làm, việc thiện đang làm được tiến hành không?

**Không hề có,** vì hoài-nghi là một sở-hữu thuộc về bất-thiện (akusalacetāsika), đã là bất-thiện thì không thể tạo việc thiện. Mặt khác khi có nghi-hoặc về thiện ác... chính lúc ấy đã có mê-muội đang hiện bày, mê-muội là biểu tượng của vô-minh, nó có khuynh-hướng làm ác. Do đó, trường-hợp vì nghi-hoặc có thể ngưng tiến hành việc ác, hoặc không làm việc ác như dự tính, điều này không hề có.

Vậy, nếu trường-hợp này xảy ra là do gì? Do đức-tin hay trí sanh-khởi, vì đức-tin là pháp đối trị của hoài-nghi và trí là pháp cắt đứt hoài-nghi. Đức-tin và trí là thiện-pháp nên có khuynh-hướng làm thiện.

Như có người thường hay đốt đồ mã cho người đã chết, họ không biết đó là sự mê tín dị đoan, đức Phật gọi là giới cấm-thủ (sīlabbatāpamārāsa). Tuy tâm họ có nghi-hoặc: "chẳng biết việc đốt giấy tiền, vàng giả, đồ mã này có lợi-ích gì không? người đã chết có nhận, hay không nhận được", tuy nghi-hoặc như vậy, nhưng họ vẫn làm.

Giới cấm thủ là một tà-kiến, là bất-thiện nên nghi-hoặc nghiêng về bất-thiện, thiên về bất-thiện, hướng về bất-thiện, vì thế điều mê tín dị đoan vẫn được thực-hiện, dù tâm có nghi-hoặc.

Hoài-nghi rất đa dạng, tạo thành ác-nghiệp dẫn đến khổ, đọa lạc trong khổ-cảnh.

Hoài-nghi được đức Phật thuyết-giảng trong tạng Thắng-pháp, bộ Pháp-tụ (Dhammasaṅgī), phần Tụ-cái của Nhị-đề (duka), có tám loại là:

*Bốn điều liên quan đến ân-đức thù thắng:*

Hoài-nghi ân-đức Phật.  
Hoài-nghi ân-đức Pháp.  
Hoài-nghi ân-đức Tăng.  
Hoài-nghi Giới-định-tuệ.

*Bốn điều liên quan đến sự nhận-thức chân lý:*

Hoài-nghi về quá-khứ (khởi thủy) hay nhân (hetu).  
Hoài-nghi về vị-lai (sự chung kết) hay quả (vipāka).  
Hoài-nghi về cả hai (nghi ngờ nhân-quả), còn gọi là hoài-nghi hiện-tại.  
Hoài-nghi về lý Duyên-khởi.

Ở đây, không trình-bày chi tiết về tám loại hoài-nghi này, chỉ xin tóm lược như sau:

### ***Hoài-nghi ân-đức Phật:***

Là không tin tưởng chắc chắn vào sự giác-ngộ của Ngài, những ân-đức như buddho (Phật) vijjācaraṇa sampanno (Minh-hạnh-túc), lokavidū (Thế-gian-giải), sugato (Thiện-thệ) ... có thật sự là như thế không nhỉ?.

Nhưng rõ ràng những ý nghĩ trên cũng chẳng có cơ sở nào xác định: "*những ý nghĩ ấy là đúng*", người có trí nhận-định rằng: "đó chỉ là những ý nghĩ phát xuất từ sự không hiểu biết về ân-đức Phật".

Thật ra, chẳng một chúng-sanh nào, cho dù chư-thiên, phạm-thiên, sa-môn, Bà-la-môn chí đến vị Thánh Thượng-thủ Sārīputta đệ nhất về trí-tuệ trong hàng Thánh đại Thinh-văn, cả đến đức Phật độc-giác cũng không thể hiểu rõ về ân-đức Phật Chánh-giác trọn vẹn.

Sự hiểu rõ ân-đức Phật Chánh-giác trọn vẹn không nằm trong lãnh-vực trí của hàng Thánh Thinh-văn hay của đức Phật Độc-giác (pacceka buddha).

Có chăng, chỉ là sự biết trong lãnh-vực hạn hẹp, sự "cảm nhận" ân-đức của Ngài qua lời dạy, qua cách hành-xử, qua cách sinh hoạt cùng với sự hiển-lộ trí-tuệ siêu việt của Ngài (như tạng Thắng-pháp là một minh chứng).

Nhưng trí-tuệ ấy thậm thâm cỡ nào? rộng lớn cỡ nào? **không thể biết được**, chỉ có thể "**cảm nhận**" trí ấy là siêu việt, thể thôi.

Chúng ta hãy dở lại bài kinh Mahāparinibbāna suttā (kinh Đại bát Níp-bàn), có ghi nhận mẫu đối thoại của Ngài Sārīputta với Đức Thế-tôn. Đại ý như sau:

Đức Sārīputta tán thán Đức Thế-tôn là bậc không có ai có thể hơn Ngài về phương diện giác-ngộ, kể từ quá-khứ, hiện-tại cho đến vị-lai.

Đức Thế-tôn rầy Ngài Sārīputta là dám đại ngôn, gan dạ. Ngài hỏi rằng:

"*Có phải này Sārīputta! Với tâm người, người biết tất cả những Đức Thế-tôn quá-khứ, tất cả những Đức Thế-tôn vị-lai hay trong hiện-tại người hiểu rõ Như-lai là bậc có giới-đức như vậy, có thiền-định như vậy, có hạnh trú như vậy, có giải-thoát như vậy?*".

Đức Sārīputta khẳng định là không, rồi Ngài trình-bày lý do Ngài tin tưởng vào Đức Thế-tôn như sau:

**Là do Ngài biết truyền-thống chánh-pháp**, ví như đức-vua có một thành trì với hào lũy kiên-cố, có tháp canh vững-chắc, chỉ có một cửa ra vào, người gác cổng là bậc thông minh không cho kẻ lạ vào, thành trì này rất an-toàn không có kẽ hở.

Cũng vậy, các bậc A-la-hán Chánh-đăng-giác trong quá-khứ, hiện-tại hay vị-lai, đã diệt trừ năm pháp chướng-ngại, là pháp làm yếu ớt trí-tuệ, an-trú tâm vào bốn Niệm-xứ, tu-tập bảy giác-chi, chứng được vô thượng Chánh-đăng-giác.

Trong Trung-bộ kinh, bài kinh Dhammacceṭṭiya sutta (Pháp trang-nghiêm): Đức-vua Pasenadi (Ba-tư-nặc), tán thán Đức Thế-tôn là người thành-tựu pháp trang-nghiêm, qua sự nhận-thức của đức-vua: "*Đức Thế-tôn có những hành-xử tốt đẹp và Đức Thế-tôn chỉ dạy cho chư tỳ-khưu đời sống phạm-hạnh viên-mãn với những hành-xử tốt đẹp ấy*".

Đức-vua trình-bày những pháp ấy và gọi là **pháp trang-nghiêm**. Đức Thế-tôn phán dạy chư tỳ-khưu rằng: *Này chư tỳ-khưu! Hãy thọ-trì những pháp trang nghiêm này, liên-hệ đến mục tiêu là căn-bản phạm-hạnh*".

Cũng trong Trung-bộ kinh, bài kinh Tư-sát (vimamsaka sutta). Đức Thế-tôn dạy chư tỳ-khưu phương thức xác lập đức-tin vào Ngài qua những lời dạy của Ngài với trí-tuệ thấy đúng theo sự-thật của vị ấy.

### **Hoài-nghi ân-đức Pháp:**

Là ngờ vực rằng: "Pháp này có phải do chính Đức Thế-tôn thuyết-giảng hay không? Hay do ngụy tạo, thêm thắt vào".

Pháp này có thật sự đưa đến giải-thoát khổ hay không? ...

Trong bài kinh Mahāparinibbāna, Đức Thế-tôn có giảng bốn đại giáo-pháp (catṭāra mahāpadesa) về phương thức xác định "**đây là lời dạy của Ngài hay không phải lời Ngài dạy**" như sau:

"*Lời nào không **phù hợp với pháp**, không **tương-ứng với luật**, đó không phải là lời dạy của đức Phật*.

*Lời nào **phù hợp với pháp**, **tương-ứng với luật**, đó là lời dạy của đức Phật*".

Cũng như mười điều Ngài giảng cho dân chúng xứ Kālāma, rằng:

"Cần phải xem xét đó là thiện hay bất-thiện, nếu là thiện nên hành theo, nếu là bất-thiện cần phải từ bỏ".

### **Hoài-nghi ân-đức Tăng:**

Như là: Supaṭipanna (Thiện-hạnh): Các Ngài có đúng là bậc Thiện-hạnh chăng, hay không phải.

Ujupaṭipanno (Trực-hạnh): Các Ngài có phải là bậc Trực-hạnh hay được gọi như thế thôi ...

Có phải các Ngài được gọi là thánh tăng vì đặc được đạo-quả giải-thoát. Đạo-quả giải-thoát, Níp-bàn, có thật hay không? ...

Đối với sự hoài-nghi này, người có trí sẽ nghĩ rằng:

"Quý Ngài là Thánh Thinh-văn đệ tử Phật, các Ngài đặc đạo, đặc quả, đó là sự giải-thoát khổ của chính Ngài, là lợi-ích của chính Ngài, sự-kiện có đặc thánh quả hay không của quý Ngài, chẳng liên quan gì đến sự giải-thoát khổ của ta, ta muốn thoát khổ phải tự mình diệt trừ những cấu uế của chính mình, như lời Phật dạy: *"phải thực-hành những pháp môn nhằm mục-đích đưa đến thoát khổ*. Chính tự ta phải tự cứu lấy mình, các Ngài chẳng cứu được ta thoát khỏi các sự khổ ấy đâu".

Khi đã suy nghĩ như vậy, người này không còn phân vân lưỡng lự trước vấn đề, "*các vị ấy có đặc đạo thật hay không?*". Chính Đức Thế-tôn cũng xác nhận rằng: "**Như-lai chỉ là bậc đạo-sư**".

Trong một ý-nghĩa nào đó, Ngài không thể làm cho bất kỳ một ai đặc đạo-quả, nếu như người ấy không đi theo con đường được Ngài chỉ bảo và điều quan trọng là "**người ấy phải tự đi**".

Ngay cả thị-giả của Ngài là Sunakkhaṭṭa, không tin tưởng Ngài là bậc giác-ngộ (trong kinh Pāṭika suttā -kinh Ba-lê) ở Trường-bộ kinh, ghi nhận rằng: *Sunakkhaṭṭa bỏ pháp-luật này, y rơi vào khổ-cảnh là địa-ngục*.

Còn thân bằng quyến thuộc của Ngài? Vua Suppabuddha (Thiện-giác) thân phụ của bà Yasodharā, ngăn cản Ngài đi khất thực, sau bảy ngày ông cũng rơi vào địa-ngục, vua Vidūdabha thuộc dòng Thích-ca cũng bị như thế thôi.

Ngay cả những người có tín tâm với Ngài, như vua Pasenadi kosala, hoàng hậu Mallikā ... không hành theo những pháp môn đưa đến giải-thoát của Ngài chỉ dạy, những vị ấy cũng chỉ là phàm-nhân, như bao phàm-nhân khác mà thôi.

Trong bài kinh Toán-số gia Mục-kiền-liên (Gaṇaka moggallāna suttā) ở Trung-bộ kinh. Đức Phật dạy đại ý rằng: "*níp-bàn có thật, con đường dẫn đến Níp-bàn có thật, Như-lai chỉ là người chỉ đường, một số đệ tử chứng được Níp-bàn là do đi theo con*

*đường được Như-lai giảng dạy, một số đệ tử không chứng được Níp-bàn là do không đi theo con đường này!...".*

Hành-giả là người có trí, sẽ không còn bận tâm trong sự nghi-hoặc về ân-đức Tăng nữa.

Hành-giả cũng nên phân biệt giữa ân-đức Pháp và ân-đức Giới-định-tuệ. Pháp bao gồm cả ba lãnh-vực: Pháp-học, pháp-hành và pháp-thành.

**Pháp-học (pariyatti dhamma):** Bao gồm tất cả những lời dạy của đức Phật, chỉ rõ những gì là thiện liên-hệ đến thiện, những gì là ác bất-thiện liên-hệ đến ác bất-thiện, những gì không thiện cũng không ác.

Pháp-học có công-năng điều chỉnh trí-tuệ trở nên ngay thẳng, không bị lệch lạc xiêu vẹo, đặt đúng hướng, đúng mục tiêu. Pháp-học bao gồm trí văn lẫn trí tư (trí suy ngẫm).

**Pháp-hành (paṭipatti dhamma):** Là tinh hoa của thiện, là con đường đưa đến thanh-tịnh, là những phương-pháp tẩy uế thân tâm. Đó chính là Giới-định-tuệ.

**Pháp-thành (paṭivedha dhamma):** Là kết quả của sự tu-tập, nói cách khác: là kết quả của pháp-hành, đó là Đạo -Quả -Níp-bàn.

### ***Hoài-nghi về tam học:***

Là nghi ngờ trong cách hành-trì, phân vân, lưỡng lự rằng: chẳng biết thực-hành Giới-định-tuệ như thế có mang đến lợi-ích thật chẳng? có đưa đến giải-thoát khổ chẳng? ...

### ***Hoài-nghi về quá-khứ:***

Là phân vân rằng: Chẳng biết quá-khứ có ta chẳng? nếu ta có, ta là người hay súc-sanh? nếu ta là người, ta là hạng người nào? ...

### ***Hoài-nghi về vị-lai:***

Là phân vân rằng: sau kiếp sống này, có phải còn kiếp sống sau không? ...

*Vật-thực của hoài-nghi là gì? Là tác-ý không đúng* trong những điều nghi-hoặc. (Vicikicchattāniya ayoniso manasikāra)

Đối trị với hoài-nghi có hai cách:

1- Kusalādi yoniso manasikāra: *tác-ý đúng dẫn trong thiện.*

Nghĩa là biết điều nào đúng, điều nào sai, điều nào có tội, điều nào vô tội. Phân biệt rõ pháp nên thân-cận, pháp nên xa lánh, phân biệt rõ: đây là pháp trắng, đây là pháp đen.

2- Cách hai: gồm sáu pháp:



- Nghe nhiều học rộng (bahusutta).
- Học hiểu rõ ràng trong những điều hay đang hoài-nghi.
- Thông hiểu về luật (vinaya pakāṭāññuṭā).
- Có nhiều đức-tin trong thiện-pháp (adhimokkha bahulaṭā). Chữ adhimokkha có chú giải như vậy: Tīsu raṭane sukoppanīya saddhā: đức-tin vững-chắc nơi Tam-bảo. Đức-tin vững-chắc nơi Tam-bảo được gọi là adhimokkha.
- Thân-cận bạn lành .
- Nói những chuyện phát-sanh đức-tin (sappayā kaṭhā).

Trong kinh Mahāsaṭiṭṭhāna sutta, đức Phật có dạy:

*"Tỳ-khưu trong pháp-luật này, khi có pháp chướng-ngại biết là có, không có pháp chướng-ngại, biết là không có. Biết rõ nhân sanh-khởi, nhân diệt tắt, luôn cả nhân trừ diệt pháp chướng-ngại không cho sanh-khởi trong tương-lai".*

Đại ý trong phần năm pháp chướng-ngại như thế. Nhân sanh-khởi của năm pháp cái cũng chính là vật-thực của chúng. Nhân dập tắt chính là những pháp đối trị như đã trình-bày.

Hành-giả nên biết rằng: "những pháp đối trị của năm pháp chướng-ngại chỉ là **tạm trừ** (ṭadaṅgappa-hāna)", nghĩa là ngăn chặn không cho năm pháp ấy sanh-khởi ở vùng thân-kiến, ở vùng triền.

Nhân trừ-diệt ở vùng triền là **áp chế trừ**, đó là năm chi-thiền đối trị với năm pháp chướng-ngại.

Chi tầm (viṭakka) đối trị hôn-thụy cái.

Chi tứ (vicāra) đối trị hoài-nghi cái.

Chi hỷ (pīṭi) đối trị sân-độc cái.

Chi lạc (sukha) đối trị trạo-hối cái.

Chi định (ekaggaṭā) đối trị tham-dục cái.

Nhân trừ-tuyệt ở vùng tùy-miên là **tuyệt-trừ** khi chứng đạt Níp-bàn qua các tầng Thánh-đạo như: Đạo Dự-lưu trừ-tuyệt hoài-nghi, đạo Bất-lai trừ-tuyệt tham-dục, sân-độc và hối hận (kukuccha), đạo Ứng-cúng trừ-tuyệt hôn-thụy và phóng-dật (uddhacca).

*Nhưng vì sao gọi là chướng-ngại hay che lấp? Gọi là chướng-ngại vì nó cản trở, ngăn chặn những thiện-pháp chưa sanh không sanh-khởi, những thiện-pháp đang có bị đoạn trừ.*

Trong lãnh-vực tu-tập thiền Chi-tịnh nó ngăn chặn năm chi-thiền không cho sanh-khởi. Trong lãnh-vực thiền Quán nó ngăn chặn những pháp đưa đến chứng đạt Níp-bàn, phần lớn là những pháp giác-chi (sambojjhaṅga) như tham-dục ngăn chặn định-quyền, định-lực, chánh-định, định giác-chi, xả giác-chi.

Sân-độc ngăn chặn hỷ giác-chi, tấn-quyền, tấn-lực, chánh tinh-tấn, tấn giác-chi. Ý ám chỉ khi có sân-độc là có sự tinh tấn trong ác bất-thiện pháp, vì thế nó ngăn che tinh tấn trong thiện-pháp.

Hôn-thụy ngăn chặn chánh tư-duy, trí như-ý, tuệ-quyền, tuệ-lực, chánh-kiến, niệm giác-chi, trạch-pháp giác-chi.

Trạo-cử ngăn che tịnh giác-chi, khinh-an giác-chi, niệm giác-chi.

Hoài-nghi ngăn che tín-quyền, tín-lực.

Tham-dục là sợi dây trói-buộc chúng-sanh trôi lăn trong tối tăm vô định của dòng luân-hồi, nó bắt nguồn và phát-sanh từ sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp đáng hài lòng, đáng ưa thích, đáng hợp ý.

Sáu trần-cảnh này là mảnh đất màu mỡ, giúp cho hạt giống ái-dục nảy mầm, phát-triển thành cây tham-dục. Cây tham-dục tăng-trưởng, ra hoa khoái-lạc rồi cho quả luân-hồi, hạt giống ái lại hình thành, cứ như thế nó dẫn dắt chúng-sanh đi từ khổ luân-hồi đến khổ luân-hồi triền miên vô tận, nó ngăn chặn sự giải-thoát khổ.

Kế tiếp là ác-ý, oán-hận. Nó khởi lên chống đối những gì không vừa lòng, không hợp ý, nhưng nó cũng mau chán nản với những điều này.

Xa cách người thân yêu là đau-khổ, nhưng gần gũi kẻ không ưa thích cũng đau-khổ không kém, chí đến món ăn không vừa miệng, một thức uống không ưa thích cũng dễ-dàng sinh cái kình. Nếu không khéo tác-ý, ác ý nuôi dưỡng ác ý, thù hận nuôi dưỡng hận-thù, làm lu mờ lý trí, bóp méo sự-thật và do đó làm trở ngại sự thức tỉnh, ngăn chặn ánh sáng chân lý, khóa chặt con đường giải-thoát.

Bản chất của sân-độc vốn là nóng bức (kilesa: phiền-não, phiền-não là những pháp làm cho tâm nóng bức), đôi khi nó còn lôi kéo những pháp vốn chưa nóng bức trở thành nóng bức như ngã-mạng (māna), tà-kiến (ditṭhi), hoài-nghi. Nó ví như ngọn lửa làm nước mát lạnh trở nên sôi sục.

Tham-dục và sân-độc dường như đối lập nhau (căn cội của tham-dục là tham (lobha), khi tham sung-mãn trở thành đắm-nhiễm vào dục. Căn cội của sân-độc là sân, khi sân quá độ trở thành thù-hận, ác ý, đó là sân-độc. Theo tạng Diệu-pháp: "*khi có tham thì không có sân và ngược lại*".

Ở trong một cái tâm là như thế, nhưng ở chiều sâu theo lý duyên-khởi: "**từ cái này, cái kia có**" thì tham có thể trợ giúp cho sân sanh-khởi, ngược lại sân cũng trợ giúp cho tham sanh lên.

Một người đam mê vở kịch nào đó, sau vài lần thưởng thức vở kịch, y cảm thấy chán vở kịch ấy, tức là y không còn hài lòng chính cái trước đây y say mê. Hay một người sau khi triệt hạ được kẻ thù, y tự tán thưởng chính mình, thích-thú hài lòng với những

thủ đoạn mà y vừa sử dụng đối với kẻ thù, hoặc một người vừa bực dọc, ném bỏ món vật nào đó, sau đó lại hối tiếc, y tìm kiếm và nhặt lại chính món đó.

Điều này chứng tỏ rằng: *tham và sân có thể trợ giúp lẫn nhau sanh-khởi*, dẫn dắt tâm luôn luôn ở trong vòng kèm tủa bởi bất-thiện pháp của chúng.

*Vì sao chúng có thể làm được như thế?* Vì tất cả những bất-thiện pháp được đặt trên nền-tảng cơ-bản là tác-ý không khéo hay tác-ý sai, tác-ý sai là tên gọi khác của vô-minh (avijjā), nói cách khác tham, sân được đặt trên nền-tảng vô-minh, mà:

*"Avijjā paramaṃ malaṃ: Vô-minh là tuyệt-đỉnh của nơer bấn."* (Pháp-cú 243)

Nên những gì được xuất phát từ tác-ý không khéo được xem là bất-thiện pháp, bất-thiện pháp có thể hỗ-trợ cho bất-thiện pháp là điều dễ hiểu, dễ thực-hiện.

Đức Phật có dạy trong kinh Pháp-cú rằng:

*Kāmaṭo jāyaṭi soko  
Kāmaṭo jāyaṭi bhayaṃ  
Kāmaṭo vippanuṭṭassa  
Naṭṭhi soko kuṭo bhayaṃ.*

*"Tham-dục sanh sâu muộn,  
Tham-dục sanh lo sợ,  
Người trọn vẹn dập tắt tham-dục,  
không còn sâu muộn, từ đâu có lo sợ".  
(Pháp cú 215)*

Sâu muộn, lo sợ là trạng-thái của sân, tham -sân hỗ-trợ nhau sanh-khởi và tăng-trưởng. Ví như tro làm phân bón cho cây tốt tươi, lá khô, cành khô là vật dẫn hỏa nhạy bén.

Chướng-ngại thứ ba là cặp sở-hữu, hôn-trầm (thīna), và thụy-miên (middha). **Hôn-trầm** là trạng-thái dã-dượi uể-oải của tâm, còn **thụy-miên** là trạng-thái dã-dượi của các sở-hữu tâm.

Hôn-trầm và thụy miên, gọi chung là hôn-thụy, đó là trạng-thái co rút của tâm, giống như lông gà chạm phải hơi lửa, nó co ghé lại.

Điều chắc chắn rằng, nó không phải là sự biếng nhác của thân thể, vì vị A-la-hán đã trừ-tuyệt hôn-thụy, nhưng Ngài vẫn còn cảm thọ mệt mỏi ở thân xác, nên các Ngài tu tiến Chi-tịnh để *hiện-tại lạc-trú*.

Trong thiền Chi, dã-dượi, uể-oải là chướng-ngại của chi tâm, trong thiền Quán là chướng-ngại của trí.

Tâm lười nhác suy nghĩ thì làm sao có thể phát kiến, sanh trí được, tư-duy (saṅkappa) là sự suy-gẫm, xem xét. Ngay cả sự suy nghĩ, tâm còn không muốn, nó chỉ muốn "suy nghĩ bằng một giấc ngủ êm say" thì làm sao nó có thể suy-gẫm được, tư-duy là một chi phần của trí, là chất liệu tăng cường cho trí được vững mạnh, không có suy-tư dẫn đến trí không sanh là điều dễ hiểu.

Tâm co rút, muốn lui vào nghỉ ngơi, không muốn chăm chú vào đối-tượng là đề mục thiền, do đó chi tầm không thể sanh-khởi, vì tướng Tiên-khởi (parikamma nimitta) có sanh lên thì chi tầm mới sanh-khởi vững mạnh, chi tầm đối với tướng tiên-khởi ví như dụng cụ nghề nghiệp đối với người thợ. Có dụng cụ, người thợ dễ-dàng biểu lộ tài năng của mình, đồ nghề càng tốt, vật-dụng do người thợ tạo ra càng tinh xảo có giá trị. Cũng vậy ấn-tướng tiên-khởi ví như đồ nghề, tài năng người thợ ví như chi tầm.

Nhưng do ảnh hưởng của hôn-thụy nên tâm không màng hoạt động, ví như bơ quá đặc, quá cứng, hay như đường mạch-nha dính trên muỗng, không thể trét lên bánh.

Chướng-ngại thứ tư là cặp sở-hữu khác: uddhacca (tán-loạn) và kukkucca (ân-hận).

Thông-thường người có tội cứ lo sợ phạm phùng, hay có sự ray rứt trong lỗi lầm nào đó, hoặc hối tiếc một việc thiện cần phải làm lại bỏ qua, tâm người ấy không được yên. Vì thế hai sở-hữu này được ghép chung vào nhau, gọi là trạo-hối.

Tâm tán-loạn ví như bầy ong vỡ tổ, hay giống như ngọn lửa lao chao, xao-động trước gió, đó là tâm phóng-dật.

Người ta thường ăn năn về tội-lỗi đã làm hay hối tiếc việc thiện đã bỏ qua, đó là tâm ân-hận.

Đức Phật không tán thán thái độ hối tiếc ấy, bởi vì khi sữa đã đổ rơi xuống đất dù có khóc than cho mấy cũng vô ích. Thay vì khóc than rên rỉ, người ta nên lập tâm không tái phạm trong tương-lai, đó là điều lợi-ích thiết-thực, hơn là sự than vãn, khóc lóc, sầu muộn, chẳng mang lợi-ích gì cả.

Trong sơ giải kinh Pháp-cú, có ghi câu chuyện: Một vị tỳ-khưu tu hành giới-hạnh tốt đẹp trong thời đức Phật Kassapa, chỉ vì sơ ý làm đứt cọng cỏ lác, khi gần mạng chung, nhớ lại, tâm ray rứt. Chết sanh làm Long-vương.

Làm đứt cỏ lác tuy có phạm giới Ứng-đối-trị về thảo mộc, nhưng không đủ sức đưa vị ấy xuống khổ-cảnh làm Long-vương (là loài thú). Vị ấy tu-tập suốt thời gian dài, phước ấy bị sự ân hận (kukkucca) ngăn chặn, khiến phải rơi vào khổ-cảnh, thật là tai hại.

Nếu làm đứt cỏ lác mà vướng phải nghiệp nặng như thế, thì những thợ rừng, những người nông dân phát cỏ đều rơi xuống khổ-cảnh cả ư? Điều này vô lý. Còn nếu cho rằng: vì thợ giới nên có nghiệp nặng như vậy. Thì cũng nên hiểu rằng:

Có những giới đưa đến phạm nghiệp, có những giới không đưa đến phạm nghiệp, những giới ấy làm tăng-trưởng đời sống tri-túc mang lại đức-tin cho người chưa có đức-tin, làm tăng-trưởng đức-tin cho người có đức-tin.

Có những giới tuy phạm nhưng không phạm vào nghiệp, như giới không ăn sái giờ chẳng hạn. Nghĩa là: Cần phân biệt rõ GIỚI và NGHIỆP. Phạm giới đồng thời phạm nghiệp như sát sanh, trộm cắp ... phạm nghiệp nhưng không phạm giới như vô tình làm chết chúng sanh (phạm vào vô-ý nghiệp), phạm giới nhưng không phạm nghiệp như vị tỳ-khưu cất cốc lớn hơn sự qui định của đức Thế-tôn.

Sự-kiện làm đứt cỏ lác tuy phạm giới nhưng không phạm vào nghiệp.

Sở dĩ vị tỳ-khưu ấy phải rơi vào cảnh giới Long-vương là vì bất-thiện pháp "hối hận" sanh lên trong giờ phút sắp lâm-chung, là bất-thiện pháp dĩ nhiên có khuynh-hướng đưa chúng-sanh rơi vào khổ xứ. Như vậy sự ray rứt trong tâm có ích lợi gì đâu.

Đức-vua Ajātasattu (A-xà-thế) mang trọng-nghiệp giết cha là Bimbisāra (Bình-sa-vương), ban đầu tâm vua Ajātasattu cũng ân hận về tội-lỗi của mình, nhưng khi được yết kiến Đức Thế-tôn, được nghe pháp của Ngài, đức-vua nỗ-lực trong vai trò hộ-pháp, nỗ-lực thực-hiện những thiện-pháp. Và thay vì phải rơi vào địa-ngục Vô-gián (avīci niraya) với thời gian là trọn phần kiếp trái đất còn lại, ông chỉ rơi vào địa-ngục Đồng-sôi (lokakuniṭhī niraya) chịu khổ sáu mươi ngàn năm mà thôi. Đó là kết quả lợi-ích thiết-thực.

Nói không ray rứt, không ân hận, không có nghĩa là "không cần biết đến những tội-lỗi đã làm", nếu không biết những tội-lỗi đã làm, là vô-minh, khiến cho nghiệp ác ấy càng thêm nặng. Biết nhưng không ân hận, biết để không còn làm tội nữa, biết để nỗ-lực tạo thiện-pháp, nương vào thiện-nghiệp để ngăn chặn hay làm giảm sức mạnh ác quả của ác-nghiệp ấy.

Có người lại băn khoăn, vì đã lãng quên một phận-sự thiện-nghiệp cần thiết, tâm lại ray rứt.

Điều này cũng vô ích như trên, chẳng khác nào người đứng bên này bờ sông, bảo bờ bên kia hãy xích lại gần cho y bước lên.

Có người ân-hận đã phí bỏ thời gian dài, thay vì dùng thời gian ấy để tu-tập thiền Chỉ hay thiền Quán.

Sự ân-hận ấy cũng không thể tìm lại thời gian đã mất, không làm phát-sanh pháp đặc biệt, trái lại càng làm cho tâm thêm phần bất-ổn, đã tán-loạn càng tán-loạn hơn. Tốt

nhất nên khắc phục ngay sự dễ-duôi ấy, bằng cách bước vào giai-đoạn tu-tập với sự nỗ-lực đầy nhiệt-tâm, đó là điều cần thiết, là lợi-ích thiết-thực cho mình.

Pháp chương-ngại thứ năm là hoài-nghi (vicikicchā) danh từ Pāli là *vi* + *cikicchā*, đúng theo nghĩa của danh tự là: không thuốc chữa.

Người hoài-nghi, quả thực đang mang chứng bệnh nan y, vì có một quan kiến bất-định trong tư-tưởng, một chứng bệnh phân-vân, lưỡng-lự.

Ngay cả đối với thiện-pháp người có tâm trạng hoài-nghi, khi thực-hiện cũng không có sự cố ý mãnh-liệt, y làm với thái độ hời-hợt, lạc-lõng, tất nhiên quả an-lạc cũng không được sung-mãn thù-thắng, nó ví như trái cây không có chất dinh-dưỡng đầy đủ và không được phát-triển đúng mức. Trái lại, khi hành những pháp bất-thiện, nó lại tăng cường sức mạnh, tuy vẫn có sự cố ý không mạnh, ác quả lại sung-mãn là do có hai lực hỗ-trợ, đó là sức mạnh "không hổ thẹn tội-lỗi" (ahiribala) và sức mạnh "không ghê-sợ tội-lỗi" (anoṭṭappabala).

Với tâm trạng lưỡng-lự, phân-vân, không xác định rõ là: tốt hay không tốt, đó là điều-kiện thuận lợi giúp cho sự không hổ-thẹn trước tội-lỗi, không ghê-sợ trước tội-lỗi được tăng-trưởng. Nó giống như chiếc thuyền bập bênh giữa hai dòng nước, dòng nước nào mạnh sẽ cuốn hút con thuyền thiên về bên ấy, hoài-nghi là bất-thiện pháp, nên dòng nước bất-thiện pháp có hấp lực mạnh đối với tâm hoài-nghi.

***Năm pháp chương-ngại này, pháp nào được xem là nguy hại nhất?***

Trên phương diện tổng quát, chúng đều có tác hại như nhau, vì công-năng của chúng là ngăn chặn, che lấp, chôn vùi những thiện-pháp chưa sanh không sanh-khởi, những thiện-pháp đang có không được tăng-trưởng và mau chóng rụi tàn.

Nhưng trong lãnh-vực thiền Chỉ thì hôn-trầm thụy miên cần phải phá vỡ trước tiên, trong lãnh-vực thiền Quán thì hoài-nghi cần phải tiêu diệt trước.

Nói cách khác, ở vùng thân-kiến chúng đều tác hại như nhau, ở vùng triền, hôn-trầm thụy-miên cần phải đối trị trước, ở vùng tùy-miên, hoài-nghi cần phải trừ-tuyệt trước nhất.

***Vì sao?*** Vì rằng trong lãnh-vực tu-tập thiền Chỉ, hoài-nghi không phải là yếu tố che lấp mạnh nhất, tuy cũng có hoài-nghi, là không tin chắc có thể đắc thiền (jhāna), nhưng nó không đủ sức mạnh cản trở hành-giả thực-hành thiền gieo duyên.

Mặt khác, có những hành-giả ngoài Phật-giáo, họ không đặt niềm tin vào đấng Biác-ngộ, vào Tam-bảo ... nhưng họ vẫn chứng-đắc thiền-định. Ngay cả trong thời không có giáo-pháp của đức Phật, những đạo sĩ, ẩn sĩ vẫn thành-tựu thiền sắc-giới hay thiền vô-sắc giới như đạo sĩ Āṣiṭa, đạo sĩ Alāra kālāma, đạo sĩ Udaka...

Trở ngại đầu tiên của thiền Chi-tịnh là hôn-thụy, chính nó ngăn chặn chi tâm (vitakka) của thiền hiện khởi, chi tâm không có dĩ nhiên chi tứ không sanh, chi tứ (vicāra) không sanh dẫn đến chi hỷ cũng không sanh ... tức là, năm chi-thiền tuần tự sanh-khởi theo lý duyên-sinh: chi tâm có, chi tứ mới có, chi tứ có thì chi hỷ (pīti) mới có, chi hỷ có thì chi lạc mới có, chi lạc (sukha) có thì chi định (ekaggaṭā) mới sanh-khởi.

Mặt khác, năm chi-thiền được sung-mãn vững mạnh bằng Tập-hành duyên (āsevanapaccaya).

*"Tập-hành duyên là sự trợ giúp bằng cách hưởng cảnh liên tục, như câu số giải: Āsevanam caṭam paccayam caṭi = āsevanapaccayo".*

Tức là chi-thiền trước trợ giúp chi-thiền sau được vững mạnh thuần thực. Ví như người học sinh năm học đầu học giỏi sẽ giúp cho năm học sau thành-tựu dễ-dàng.

Ở lãnh-vực thiền Quán, hoài-nghi là cửa ải đầu tiên cần phải tiêu diệt, ví như người ở sâu trong rừng rậm tăm tối đầy hiểm-họa, người ấy muốn thoát ra khỏi rừng, đến kinh-thành ánh sáng, một kinh-thành an ổn, không bị tai ách. Khu rừng này chỉ có một con đường duy nhất dẫn đến kinh-thành an-ổn, nếu y còn do dự thì làm sao dám đi trên đường này, một con đường y chưa từng nghe, chưa từng biết, chưa từng đi bao giờ.

Nói cách khác, hoài-nghi là cánh cửa gần nhất của vùng tăm tối và xa nhất đối với vùng ánh sáng tốt đẹp, Vùng tăm tối ví như trạng-thái vô-minh, vùng ánh sáng tốt đẹp ví như trí tuệ về bốn chân lý (tứ Diệu-đế).

Chính hoài-nghi được hình thành trên nền-tảng vô-minh, khi vô-minh yếu ớt, nghĩa là sự đen tối không còn đậm đặc, chỉ còn là trạng-thái mù mờ, đưa đến sự thấy không rõ, sự biết không rõ, chính khi ấy hoài-nghi sanh lên. Trái lại, khi vô-minh dày đặc, sẽ không còn thấy, không còn biết thì làm sao có hoài nghi được, ví như người mù bẩm-sinh không thấy màu sắc thì làm sao có nghi-vấn trong các loại màu sắc. Hay như người điếc bẩm-sinh không hề có sự hoài-nghi về âm-thanh

*Không thấy rõ cái gì? Không biết rõ cái gì? Không thấy rõ, không biết rõ sự-thật hay chân lý.*

Nói rộng hơn, *sự phân-vân lưỡng-lự sanh-khởi do không thấy rõ, không biết rõ về một điều nào đó.*

Trong lãnh-vực giác-ngộ, hoài-nghi là một chướng-ngại vì không thấy rõ, biết rõ sự-thật. Từ sự yếu ớt của vô-minh, ở chiều hướng khác lại nảy sanh sự thấy sai, hiểu sai (tức là tà-kiến). Nổi bật trong lãnh-vực của tà-kiến là thân-kiến (sakkāyadiṭṭhi), vì năm uẩn là những gì gần gũi nhất của tâm. Điều này giải thích, vì sao Dự-lưu đạo trừ diệt được cả thân-kiến (hay tà-kiến) lẫn nghi-hoặc. Là do:

1- Trí Dự-lưu đạo quét sạch vùng vô-minh mù mờ, cơ sở sanh-khởi của nghi và thân-kiến bằng ánh sáng tám chi đạo. "*Minh sanh vô-minh diệt, ánh sáng đến bóng tối lui*". Tức là, "*thành tựu một phần chân-lý*"

2- Dự-lưu đạo là bước đầu tiên đạt đến sự thanh-tịnh chân-lý, còn thành-tựu chân lý trọn vẹn là Thánh đạo A-la-hán.

Hành-giả cần nhận-định rằng: "*Sự thấy được chân lý, hiểu được chân lý là một việc, thành-đạt chân lý là việc khác*". Ví như người đang bị giam hãm trong hầm tối, y thấy có ánh sáng ở cuối đường hầm, hiểu rằng bên kia vách đường hầm là vùng ánh sáng. Y thấy như thế, biết như thế, nhưng thoát ra khỏi đường hầm tăm tối, để hưởng được ánh sáng tốt đẹp lại là việc khác, y phải đi đến cuối đường hầm, phá vỡ vách đường hầm mới có thể thoát ra ngoài, hưởng trọn vẹn ánh sáng. Nếu y phân vân rằng: "*chẳng biết bên kia vách đường hầm, có phải là vùng ánh sáng hay không phải nhỉ*". Thì: Một là: Y vẫn mãi mãi ở trong hầm tối. Hai là: Y đi đến cuối đường hầm, tuy trong lòng vẫn còn phân vân, nhưng rõ ràng rằng: "*Sự nghi-hoặc của y đã giảm thiểu, sức mạnh của nghi-hoặc đã bị đẩy lùi*".

Khi đến cuối đường hầm y có ba thái độ:

- Tin rằng: Bên kia là vùng ánh sáng (nghi-hoặc bị áp chế), y nỗ-lực phá vỡ vách chắn, thoát ra ngoài.
- Vẫn còn ngờ vực, nhưng muốn kiểm chứng. "Có thật bên kia là vùng ánh sáng không?". Y cũng phải nỗ-lực phá vỡ vách chắn.
- Thối chí vì rằng không chắc chắn: "Bên kia là vùng ánh sáng" y quay về hay đứng tại chỗ. Rốt cuộc y vẫn bị bóng tối kèm toả vây hãm.

Thái độ thứ nhất, đức Phật gọi là bậc Tùy tín-hành (saddhānusārī), thái độ thứ hai đức Phật gọi là bậc Tùy pháp-hành (dhammanusārī). Còn thái độ thứ ba? Khởi phải đề cập nữa.

Dĩ nhiên, sự nỗ-lực phá vỡ vách chắn phải có phương-pháp. Người ấy phải đứng nơi vững-chắc (là giới), điểm đứng thuận lợi không gần cũng không xa vách (ám chỉ tuệ Hành-xả - saṅkhārupekkhāñāṇa), tập trung toàn lực vào cánh tay (là định), trên tay có vũ khí sắc bén như là kiếm, gươm có khả-năng cắt sắt như cắt bùn (ví như tuệ), phá vỡ vách chắn ví như vùng vô-minh ở vùng tùy-miên.

Có thể có vấn nạn như sau: Sau vách chắn là vùng ánh sáng thật sự thì không có gì đáng phàn nàn, nếu không phải là vùng ánh sáng quang-đăng thì sao?

Cho dù ánh sáng ấy không phải là ánh sáng mặt trời rực chiếu, chỉ là ánh sáng mặt trăng, ánh sáng ngọn lửa, ánh sáng của sao mai đi nữa, người thoát ra vẫn có sự thay đổi khung cảnh của mình, tức là không còn bị bấn chậ hay tăm tối như trước, ít ra y



cũng thấy được cảnh vật rõ ràng ở cạnh đó và y ở trong khung cảnh thoáng mát hơn nhiều so với hang động bản chất.

Và người có trí sẽ suy luận như thế, để đi đến kết luận: "Hỏi phân-vân nghi-hoặc, ta chào mi".

Sự suy-nghiệm kỹ trong lời dạy của đức Phật, giúp hành-giả loại trừ được nghi-nan, cũng cố đức-tin và làm tăng-trưởng trí-tư thông-thường.

Trong những bài kinh Pāli, trước khi Đức Thế-tôn hay các vị Thánh Thịnh-văn thuyết-giảng cho chư tỳ-khưu, Đức Thế-tôn hay các Ngài thường nhắc nhở rằng:

"... *Suṇātha sādhuḥkaṃ manasikaroṭṭha bhā-sissāmīti: hãy nghe và suy-nghiệm kỹ, ta sẽ giảng*".

Điều thú vị qua sự suy-nghiệm về hoài-nghi là: "*Trong hoài-nghi có tiềm-ẩn đức-tin và trí*". Nói cách khác: "Đức-tin và trí có thể nương sanh từ hoài-nghi".

Trạng-thái nửa tin nửa ngờ, trạng-thái chẳng biết có thật hay không?... đã nói lên tín, trí tiềm-ẩn trong đó.

Hoài-nghi được hình thành trên nền-tảng là vô-minh, một loại si-mê không hoàn toàn là mê-muội. Sự si-mê ở trạng-thái lờ mờ không nhận rõ đúng sai, nó như sự tối tăm của đêm sập tàn, hoặc giống như trời chạng vạng tối, tức là có ánh sáng gấp ghé trong đó, nhưng ánh sáng ấy rất yếu ớt, hoặc nó mất hẳn khi bóng tối hoàn toàn chiếm ngự, hoặc nó sáng rực vào buổi bình minh, để rồi không còn bóng tối.

Cũng vậy, tín, trí có hiển-lộ được hay không là do sự xác quyết qua hoài-nghi.

Người có sự nghi ngờ, về vấn đề nào đó nhưng khi xác quyết được rồi thì không còn hoài-nghi, sự tin về vấn đề ấy trở nên vững-chắc.

Bậc Dự-lưu đã xác quyết được chân lý tối thượng là sự khổ và sự diệt khổ qua thành-tựu của tâm linh. Sự diệt khổ ấy gọi là Níp-bàn, nên đức-tin trở nên bất động, sự hoài-nghi không còn.

Nói cách khác, khi thành-đạt Níp-bàn hay khi chấm dứt được sự khổ lần đầu, những sự-thật về khổ, nguyên-nhân sanh khổ, sự chấm dứt khổ, con đường dẫn đến sự diệt khổ, vị ấy không còn hoài-nghi nữa, đức-tin về bốn loại ân-đức thù thắng (Tam-bảo và giới-hạnh) trở nên kiên-cố.

Đồng thời, khi đã có sự xác quyết đúng -sai, đồng nghĩa trí-tuệ cũng có mặt.

Nương theo trí, hoài-nghi có thể sanh lên, nếu trí ấy lệch lạc, xiêu vẹo, không ngay thẳng. Cùng thế ấy, nương theo hoài-nghi, trí có thể sanh lên sau khi thẩm-sát rõ ràng theo đúng phương-pháp, xác định được bản chất của vấn đề nào đó, của sự-kiện nào đó mà tâm đang nghi-ngờ. "**Hoài-nghi mất, trí hiển-lộ**".

Chính đức Phật khẳng định trong bài kinh Tâm hoang-vu (ceṭokhila sutṭa) ở Trung-bộ kinh rằng:

*"Yassa kassa ca bhikkhave bhikkhuno pañca ceṭokhilā appahīnā, pañca ceṭaṭo vinibandhā asamucchinnā so vaṭ'imasmiṃ dhammavinaye vuddhiṃ vepullaṃ āpajjissatīti n' eṭaṃ thānaṃ vijjaṭi..."*.

- *Này chư tỳ-khưu! Vị tỳ-khưu chưa diệt trừ năm tâm hoang-vu (ceṭokhila), chưa đoạn tận năm tâm triền-phược (ceṭaṭovinipandhā), vị ấy có thể trưởng thành, lớn mạnh trong giáo-pháp này, sự-kiện ấy không xảy ra"*.

Đoạn kinh trên, cho thấy đức Phật nói đến năm tâm hoang-vu trước rồi sau đó Ngài đề cập đến năm tâm triền-phược.

Đức Phật giải thích năm tâm hoang-vu lần lượt là:

- 1- Saṭṭhari kaṅkhaṭiceṭo: *Tâm nghi ngờ về bậc Đạo-sư.*
- 2- Dhamme kaṅkhaṭiceṭo: *Tâm nghi ngờ về pháp.*
- 3- Saṅghe kaṅkhaṭiceṭo: *Tâm nghi ngờ về tăng-chúng.*
- 4- Sikkhāya kaṅkhaṭiceṭo: *Tâm nghi ngờ về các học-pháp.*
- 5- Sabrahmacārisu kupiṭo hoṭi anuṭṭamano: *Tâm phần nộ đối với các bậc đồng phạm-hạnh.*

Người có một trong năm tâm trên, sẽ không hướng đến nỗ-lực, chuyên cần, kiên-trì và tinh-tấn.

Như thế, chúng ta thấy bốn tâm đầu là các loại hoài-nghi về bốn ân-đức thù thắng.

Chữ khila trong ceṭokhila (tâm hoang-vu) nghĩa là cứng rắn, cứng cỏi, ceṭokhila là tâm cứng rắn, tâm cứng cỏi.

Lẽ thường, vật gì cứng rắn, vật khác không thể xâm nhập, không thể thấm vào. Cây cứng rắn nên búa rìu không phạm được, tâm cứng rắn trở thành cố chấp và chân-lý không thể xuyên thủng.

Nhưng gọi là tâm hoang-vu có hàm ý gì? Hình-dung từ *hoang-vu* là nói đến một cái gì đó chưa được biết đến, như *rừng rậm hoang-vu* là khoảng rừng chưa đặng, ẩn náu một cái gì đó chưa từng được biết, *sa mạc hoang-vu* là vùng đất khô cằn, ẩn chứa một cái gì chưa từng biết. *Người đi trong hoang-vu*, là người đang đi giữa những gì bất ngờ, những bất trắc chưa từng nghe, chưa từng biết.

*Cái chưa từng biết đến là gì?* Là chân lý, là tai-họa, là hiểm nạn của luân-hồi. Tâm hoang-vu là tâm không hề nghĩ đến chân lý, không hề nghĩ đến hiểm-họa, nó cứng rắn trước chân lý, cứng rắn trước tai-họa, hiểm nạn, không hề run sợ trước những tai-họa cho chính nó.

Nó ví như một loại cây cứng đến nỗi, không một vật-dụng nào có thể làm cho nó suy-suyển, người ta thấy không thể sử dụng được loại cây ấy, cuối cùng đành phải ném nó vào một nơi nào đó, dĩ nhiên nơi đó chẳng tốt đẹp gì.

Đức Phật đề cập đến bốn loại tâm đầu là tâm hoài-nghi về bốn ân-đức thù thắng một cách cứng chắc. Và Ngài khẳng định rằng: "*Người có những tâm như thế, không thể sống lâu dài, không thể thành-đạt được thượng-nhân pháp trong giáo-pháp của Như-lai*".

Dĩ nhiên rồi, không tin tưởng đức Phật, giáo-pháp, Tăng-chúng, học-pháp thì làm thế nào có thể sống đời phạm-hạnh lâu dài trong giáo-pháp này, giáo-pháp này chủ trương đời sống phạm-hạnh, đời sống thanh-tịnh, đời sống viễn-ly. Đã không tin giáo-pháp này như vậy đồng nghĩa là không chấp nhận, ở mức độ tương đối mạnh là phản-kháng, cường-mạnh nhất là chống-đối, chối bỏ, thế là nhanh chóng lìa bỏ giáo-pháp này.

Giáo-pháp này chỉ ra con đường thành-đạt thoát khổ, nhưng đã không tin thì không thực-hành, không thực-hành thì không thành-đạt, không thành-đạt thì làm sao vững mạnh trong giáo-pháp này được chứ.

Tâm thứ năm là tâm cố chấp đầy phẫn nộ đối với các bậc đồng tu, chẳng một lý lẽ nào làm thay đổi sự phẫn nộ ấy và kết quả cũng tương-tự như bốn loại tâm trên.

Đức Phật có dạy:

*"Māṭaraṃ piṭaraṃ haṇṭvā  
Rājāno dve ca soṭṭhiye  
Veyyagghapañcamaṃ haṇṭvā  
Anīgho yāti brāhmaṇo.*

*Đã giết mẹ với cha  
Cùng hai vua Bà-la-môn  
Diệt con đường nguy-hiểm  
Vị Vô-lậu không sâu".*

(Pháp Cú 295)

Theo số giải: mẹ ám chỉ cho ái-dục, vì chính ái-dục dẫn dắt chúng-sanh tái-sanh trong khổ luân-hồi. Cha ám chỉ cho ngã-mạng (māna), hai vua-Bà-la-môn ám chỉ ái-sắc và ái vô-sắc. Con đường nguy-hiểm (veyyaggha) ám chỉ cho chướng-ngại hoài-nghi. Chữ veyyagghapañcamaṃ là chỉ cho pháp chướng-ngại thứ năm là hoài-nghi. Ngã-mạng, ái-dục, ái-sắc, ái vô-sắc chỉ trừ-tuyệt khi đắc thánh quả A-la-hán, còn hoài-nghi là con đường nguy-hiểm được trừ diệt ở giai-đoạn đầu tiên.

Tóm lại, trong lãnh-vực thiền Quán hoài-nghi là chướng-ngại đầu tiên của người đang đi trên đường tu-tập nhằm mục-đích giải-thoát khổ.

Hành-giả muốn tu-tập niệm-xứ này, cần phải hiểu rành năm pháp chướng-ngại, biết rõ sự tác hại của nó, luôn luôn chú ý ghi nhận nhân sanh-khởi cũng như nhân làm cho nó bị áp chế như đã trình-bày ở trên, sau đó đi vào thực-hành quán-xét.

Nghĩa là: tập quán-xét rằng: "*Trong tâm ta hiện đang có pháp chướng-ngại là... Nhân sanh-khởi của nó là...?*". khi thấy được nhân sanh-khởi của pháp chướng-ngại ấy, hành-giả áp dụng pháp đoạn trừ như: bằng tạm thời ở vùng thân-kiến, bằng áp chế ở vùng triền.

Khi chữa trị được năm pháp chướng ngại, được xem như hoàn tất giai-đoạn một.

Bấy giờ hành-giả càng phải nỗ-lực hơn trong sự ghi nhận "*Hiện giờ tâm ta không có chướng-ngại ... Do nhân là ...?*". Khi biết được nhân áp chế được pháp cái, hãy gìn-giữ nhân ấy, tức là luôn luôn thực hành theo phương án đó.

Chỉ khi nào hành-giả đạt được sự yên-lặng năm pháp chướng-ngại ở vùng triền (tức là ở giai-đoạn cận định hay nhập-định) khi ấy tuệ-quán mới có cơ hội phát-triển, thâm nhập vào vùng tùy-miên.

Trong giai-đoạn áp chế năm pháp chướng-ngại thì hôn-thụy cái là pháp chướng-ngại đầu tiên vậy.

Hai điều niệm pháp trong pháp kế tiếp là: quán năm thủ uẩn (pañcupādānakkhandha) và quán mười hai xứ (āyatana), được Ngài Buddhaghosa trình-bày đầy đủ chi tiết trong bộ Visuddhi magga.

Lại nữa, hai điều này đòi hỏi hành giả phải là người có căn-bản pháp-học, nhất là tạng Thắng-pháp, do đó xin lược qua.

Còn hai điều quán pháp niệm-xứ là: Sambojjhaṅga (giác-chi) và Ariyasacca (Thánh-đế) trong đó có tám chi đạo (aṭṭhaṅgika magga) được trình-bày ở phần sau.

-ooOoo-

### Chương III

## BỐN CHÁNH CẦN (Cattāra-sammappadhāna)

Chữ *sammappadhāna* = *samma* + *padhāna* được dịch là Chánh-cần.

Có định nghĩa như sau:

- *Bhusaṃ dāhaṭi vahaṭi'ṭi padhanaṃ. Thường làm phận-sự thiêu đốt là Cần.*
- *Sammadeva padhānaṃ sammappaddhanaṃ. Tinh cần trong sự chính đáng là Chánh-cần.*

Padhāna là sự cố-gắng thực-hiện một điều gì đó bằng sự kiên-trì với quyết tâm mạnh-mẽ.

Nếu sự thực-hiện điều này đúng đắn sẽ mang lại hiệu quả tốt, nên gọi là Chánh-cần (*sammappadhāna*).

Sự kiên-trì không thối chuyển cùng với quyết tâm đạt được mục-đích, được gọi là *āṭapa vīriya* (nhiệt-cần).

Đó là sự cố-gắng gồm bốn đặc-tính được kể ra trong đoạn kinh sau:

*Kāmaṃ ṭaco ca nahāru ca aṭṭhi ca avasissaṭu sarīre upasussaṭu maṃsalohiṭam  
yaṃ ṭaṃ purisaṭhāmena purisa vīriyema purisaparakkamena paṭṭabhaṃ na  
ṭaṃ apā puñiṭvā vīriyassa saṅghānaṃ bhavissaṭi.*

"Dầu chỉ còn da, gân và xương, dầu thịt và máu trong thân này khô cạn, ta vẫn không ngừng tinh-tấn cho đến khi nào ta đạt được điều con người có thể đạt được do khả-năng tinh-tấn". (Aṅguttara nikāya, Duka nipāṭa)

Bốn đặc-tính của tinh-tấn có thể tóm tắt là:

*Dầu chỉ còn da.*

*Dầu chỉ còn gân.*

*Dầu chỉ còn xương.*

*Dầu máu cạn, thịt khô.*

Bốn đặc-tính này hội-tụ trở thành sự quyết tâm mạnh-mẽ, biểu lộ một quyết tâm không lay chuyển.

"Ta sẽ không ngừng nghĩ hay buông lời, khi chưa đạt đến mục tiêu bằng sự tinh-tấn của con người".

Đó là sự thể hiện tinh-tấn của trưởng-lão Sona, đồng thời cũng là của trưởng-lão Cakkhupāla ...

Bao giờ sự tinh-cần theo lời dạy của đức Phật được thực-hiện đầy đủ theo trong suốt cuộc đời, khi ấy nếu các tầng thiên, đạo, quả không phát-sanh, bấy giờ người ta mới được phép nói rằng:

"Nguyên-nhân không thành-đạt là do thiếu ba-la-mật, hay là người nhị-nhân hoặc do sanh vào thời-kỳ không có đạo-quả, không có pháp thượng-nhân".

Ở đời, có một số người không thực-hành sự nhiệt-cần như lời dạy của đức Phật đã nêu bày, thậm chí không thực-hành pháp niệm đến nơi đến chốn, để chữa-trị bệnh buồn-lung, phóng túng, lại bào-chữa rằng: "*Đạo-quả không đạt được là do sanh nhằm thời-kỳ mạt pháp*". Một số khác lại bảo rằng: "*Người trong thời này không đủ pháp ba-la-mật nên không thể chứng-đắc đạo-quả*". Một số khác lại cho rằng: "*Thời này là thời của người nhị-nhân*".

Tất cả những luận điệu trên nhằm biện minh cho sự dễ-duôi, lười nhác, thiếu tinh-tấn, đồng thời không hiểu rằng: "**Đây là thời của hạng người Neyya**". Hạng người Neyya sở dĩ không đạt được đạo-quả là do thiếu tinh-tấn đúng mức.

Nếu chánh tinh-tấn được thực-hiện đúng mức cùng với sự quyết tâm vững mạnh (pahiṭṭa), thì trong ngàn người tinh-tấn như vậy, cũng có ba, bốn hay năm trăm người thành-đạt đạo-quả.

Chữ Pahiṭṭa mang ý-nghĩa: "**Sự quyết tâm tinh-tấn đến trọn đời, nếu cần thiết có thể chết trong khi vẫn còn đang thực-hiện tinh-tấn**".

Câu chuyện của trưởng-lão Godhika được ghi trong Tương-ưng kinh là một minh chứng.

Trưởng-lão Godhika tinh-cần sống không phóng-dật nên chứng-đắc được nhất thời tâm giải-thoát (sơ-thiền) nhưng rồi thối thất tinh-tấn. Đến sáu lần như vậy.

Theo số giải, sở dĩ Ngài thối thất sáu lần như vậy là do bị nội thương, khi Ngài tinh-tấn hành pháp thì nội thương lại tái phát. Đến lần thứ bảy, Ngài lại tinh-tấn sống không phóng-dật chứng được sơ-thiền, bấy giờ nội thương lại tái phát, Ngài suy nghĩ không thể thối thất đến lần thứ bảy, "*Thà rằng ta chết đi trong sự tinh-tấn hơn là để thối thất*". Thế là, Ngài đem con dao đến cho mình, trong giây phút sắp mệnh-chung, Ngài tinh-tấn triển khai minh-sát và đạt quả Vô-lậu. Trong kinh có ghi: Ác ma muốn tìm chỗ tái-sanh của Ngài nhưng y thất vọng, Đức Thế-tôn dạy rằng: Godhika đã Níp-bàn.

Trong kinh Mahā parinibbāna, ở Trường-bộ, có ghi lời di huấn tối hậu của đức Phật:

***"Này chư tỳ-khưu! các pháp-hành là vô-thường, hãy tinh-tấn chớ có dễ-duôi"***.

Sự tinh-tấn của trưởng-lão Cakkhupāla được thể hiện bằng sự tinh-thức suốt ba tháng an cư chỉ có hai oai-nghi được thực-hiện là ngồi và đi.

Trưởng-lão Phussadeva sau hai mươi lăm năm tinh-tấn hành-đạo như thế (là gần oai-nghi năm) mới chứng đạt đạo-quả. Trưởng-lão Mahāsīva phải kéo dài sự tinh-tấn đến ba mươi năm mới thành-đạt mục tiêu giải-thoát.

Thời trước đã là vậy, thời này càng phải tinh-tấn nhiều hơn nữa. Một điều nên ghi nhận rằng: Trong thời hiện-tại, có người nỗ-lực tinh-tấn, lại không có đủ căn-bản về pháp-học (pariyatti) nên sự tinh-tấn ấy, đôi khi không chính xác, tức là khiếm khuyết về chánh-căn.

Trái lại, những người có đủ căn-bản pháp-học lại vướng bận (palibodha) trong công việc của tỳ-khưu, vì sống gần đô thị nên phải thuyết-pháp, giảng đạo, luận đạo, biên soạn kinh-sách ... và như thế cũng không thể thực-hiện chánh tinh-tấn liên tục được.

Một số có quan niệm rằng: "Khi các pháp ba-la-mật đã chín mùi và thời gian cận kề sắp đến, sẽ chứng đạt đạo-quả dễ-dàng". Thế là, họ không nỗ-lực tinh-tấn ngay bây giờ và vì không có sự xác tín rằng: "sự tinh-tấn trong hiện-tại chẳng biết có mang lại kết quả hay không?" nên không nỗ-lực tinh-tấn. Xem ra, những người này không suy-nghiệm để so sánh sự khổ tinh-tấn ba mươi năm với sự khổ trong luân-hồi mà họ sẽ đối diện.

Trong thời gian chờ đợi ba-la-mật chín mùi, họ chưa đạt đạo-quả, *họ sẽ ra sao?* có thể do dể-duôi không tinh-tấn họ sa vào địa-ngục, họ không biết rằng: **"Khổ tinh-tấn ba mươi năm không khắc nghiệt bằng khổ trong địa-ngục chỉ vài giờ"**.

Họ bảo rằng: *"Sau ba mươi năm tinh-tấn, không đạt được đạo-quả giải-thoát, hoàn cảnh cũng vậy thôi"*. Nghe qua cũng hữu lý, nhưng gẫm lại thì ... nếu có đủ căn duyên người ấy sẽ giải-thoát với sự tinh-tấn này, nếu không đủ căn duyên, cũng sẽ giải-thoát trong kiếp kế.

Cho dù không giải-thoát trong giáo-pháp hiện-tại, nghiệp tinh-tấn tu-tập thường xuyên (bhāvanā aciṇṇa kamma) là nghiệp rất mạnh, nhờ nghiệp này, người ấy có thể tránh khỏi đọa-xứ, sau nhiều lần sanh về nhàn-cảnh (sugati) và sẽ gặp được đức Phật vị-lai.

Còn những người không thực-hiện pháp tinh-tấn, sẽ đánh mất cơ hội giải-thoát trong kiếp này, mặc dầu giá phải trả là ba mươi năm tinh-tấn. Nghĩa là, khả-năng đắc đạo-quả sẽ đến với họ sau ba mươi năm liên tục tinh-tấn, nhưng vì không có pháp tinh-tấn, họ đành để mất tất cả, đồng thời chẳng được gì.

Do vậy, hãy tinh-tấn để đạt được pháp-nhãn (dhammacakkhu) hay tuệ-nhãn (paññacakkhu), đồng thời phòng-ngự trước những nguy-hiểm của luân-hồi đọa-xứ.

Chánh tinh-tấn có bốn là:

1. Anuppannānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ anuppādāya vāyāmo: *Tinh-tấn làm cho các ác bất-thiện pháp chưa sanh không sanh-khởi*, còn gọi là **thận-cần** (saṃvarappadhāna).
2. Upannānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ pahānāya vāyāmo: *Tinh-tấn khắc phục những ác bất-thiện pháp đã hay đang sanh*, còn gọi là **trừ-cần** (pahānappaddhāna).
3. Anuppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ uppādāya vāyāmo: *Tinh-tấn làm cho những thiện-pháp chưa sanh được sanh-khởi*, còn gọi là **tu-cần** (bhāvanāppadhāna).
4. Uppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ bhiyyobhāvāya vāyāmo: *Tinh-tấn duy trì phát-triển những thiện-pháp đã sanh hay đang sanh*, còn gọi là **bảo-cần** (anurakkhanāppadhāna).

### **Bất-thiện nghiệp đã sanh và chưa sanh.**

Mỗi chúng-sanh còn trôi lăn trong sinh tử luân-hồi, nói về bất-thiện nghiệp, có hai loại:

- **Uppanna akusala kamma**: *bất-thiện nghiệp đã sanh*, đó là những bất-thiện nghiệp quá-khứ lần hiện-tại.

Những bất-thiện nghiệp trong quá-khứ, một số đã trả quả bằng cách cho tái-sanh vào khổ-cảnh, một số khác chờ cơ hội tạo ra sự sanh-khởi vào đọa xứ. Chúng là tiềm năng dẫn dắt rơi vào đọa-lạc, tiềm năng ấy luôn đi theo chúng-sanh từ đại kiếp này sang đại kiếp khác, từ đời sống này sang đời sống khác, chúng-sanh nào còn mang thân-kiến (sakkāyadiṭṭhi), dầu là người, chư-thiên, hay phạm-thiên, đều chứa một kho của nợ nhiều vô số kể, đó là những tiềm năng bất-thiện, tạo ra sự tái-sanh vào khổ-cảnh, cõi thấp nhất là địa-ngục A-tỳ (avīci niraya).

### **Thân-kiến là gì?**

Là cho rằng có cái ta (tự ngã) trong thân năm uẩn, mỗi uẩn có bốn cách:

Cho rằng sắc là tự ngã.

Cho rằng tự ngã có sắc như cây có bóng cây.

Cho rằng sắc có trong tự ngã như mùi hương có trong bông hoa.

Cho rằng tự ngã có trong sắc như viên ngọc nằm trong hộp.

Tương-tự như thế đối với thọ-uẩn, tưởng-uẩn, hành-uẩn và thức-uẩn.

Như thế, thân-kiến gồm hai mươi loại.



Tiềm năng trong bất-thiện nghiệp như mầm giống trong hạt xoài, hạt mít ... nó không lộ diện khi chưa đủ điều-kiện thích-hợp. Người ta không thể tìm mầm giống hạt xoài bằng cách nghiền nát hay bằm nhỏ hạt xoài, nhưng khi gieo vào đất có nước ẩm ướt, thế là mầm giống xuất hiện. Cũng vậy những tiềm năng trong bất-thiện nghiệp theo sát chúng-sanh, chờ đợi cơ hội sẽ hiển-lộ ra.

Những bất-thiện đã sanh này có căn cội, gốc rễ trong thân-kiến. Gọi là bất-thiện nghiệp ám chỉ những *bất-thiện nghiệp dẫn tái-sanh vào khổ-cảnh* (duggaṭi).

Khi nào còn thân-kiến những nghiệp ấy không hết được, kho tích lũy bất-thiện nghiệp đã sanh chẳng những chưa tiêu thụ hết, lại còn đưa thêm vào ngày một nhiều hơn.

*Nhưng bao giờ tiêu thụ hết?* Bao giờ có tuệ-quán thấy rõ tướng vô-ngã (anatta lakkhaṇa), khi ấy mới loại trừ được thân-kiến.

Khi nào thân-kiến hoàn toàn vắng mặt, khi ấy tất cả những bất-thiện nghiệp liên-hệ với thân-kiến đã sanh cũng biến mất và kho chứa bất-thiện nghiệp này trở nên trống rỗng, chúng-sanh này không còn bị tái-sanh vào khổ-cảnh.

- **Anuppanna akusala kamma:** *bất-thiện nghiệp chưa sanh*. Là những bất-thiện nghiệp trong tương-lai, tức là sau sát na hiện-tại (khaṇa) kế tiếp trong kiếp sống này trở đi. Ở đây, gọi là bất-thiện nghiệp chưa sanh, là ám chỉ những loại nghiệp dẫn sanh vào khổ-cảnh chưa phạm đến, tức là chưa tạo ra. Số lượng bất-thiện nghiệp chưa sanh được người ta gây ra chỉ trong một kiếp sống, cũng không thể đếm hết.

Tiền thân trưởng-lão Losaka là vị tỳ-khưu trong giáo-pháp đức Phật Kassapa, tu hành tinh-tấn, nhưng chỉ một lần ganh tị với vị A-la-hán, đổ hết vật-thực của thí chủ cúng dường đến vị A-la-hán. Vị ấy bị sa vào địa-ngục với thời gian lâu không thể đếm được, rồi sanh làm ngựa-quí (peṭa). Đồng thời kể từ đó trở đi, chưa bao giờ Ngài được no lòng, chỉ đến khi sắp viên tịch, nhờ sự trợ giúp của trưởng-lão Sāriputta, Ngài mới được no dạ bữa cuối cùng.

Có suy-gẫm như thế, chúng ta mới kinh-sợ cho bất-thiện nghiệp này và cố-gắng không vi-phạm đến chúng. Tất cả những bất-thiện nghiệp chưa sanh dẫn đến khổ-cảnh đều xuất phát từ thân-kiến, bao giờ thân-kiến được đoạn trừ, khi ấy những bất-thiện nghiệp chưa sanh này cũng tuyệt dứt ngay trong sát na ấy, nghĩa là vĩnh viễn chúng không thể được tạo ra

Ở đây chữ "**tuyệt-dứt**" nghĩa là không hề phạm kể từ sát na kế tiếp trở đi. Tức là, khi trừ diệt thân-kiến rồi, cho dù trải qua những kiếp sống về sau hay những đại kiếp sau đó, dù là vô-tình cũng không hề phạm phải những bất-thiện nghiệp dẫn đến khổ-cảnh.

Suốt thời gian luân-hồi còn lại, những chúng-sanh này không hề vi-phạm bất kỳ một bất-thiện nghiệp dẫn đọa vào khổ-cảnh, ngay cả trong giấc mơ cũng không hề có.

Nếu như còn thân-kiến, cho dù là vị vua Chuyển-luân nắm quyền thống trị toàn thể thế-gian, vị ấy vẫn chịu sự kèm kẹp của hai ngọn lửa khổ-cảnh phía trước và phía sau. Nghĩa là vị ấy vẫn phải ở giữa bất-thiện nghiệp đã sanh và bất-thiện nghiệp chưa sanh. Khi một trong hai ngọn lửa cháy bùng lên, vị ấy sẽ rơi vào khổ-cảnh như địa-ngục, súc-sanh, ngạ-qui.

Tương-tự như thế đối với Tứ đại-vương, vua trời Sakka, các vị Phạm-thiên cõi hữu-sắc, cõi vô-sắc. Tất cả đều bị hai ngọn lửa bất-thiện nghiệp đã sanh và chưa sanh kèm giữ, đều là những kẻ chất chứa hơi nóng địa-ngục, bị trói-buộc bởi xiềng xích của địa-ngục và khổ-cảnh. Bị vây hãm như thế, họ cần phải có sự nỗ-lực mãnh-liệt để dập tắt vĩnh viễn hai ngọn lửa ấy, đồng thời phải biết cách tiêu diệt chúng.

Trong vòng nước xoáy của đại dương luân-hồi đầy nóng bức, chúng-sanh chìm đắm nổi trôi như hạt gạo chìm xuống nổi lên trong chảo nước nóng sôi sùng sục, chúng-sanh này cần phải có ý-niệm mãnh-liệt là "**gặp được giáo-pháp của đức Phật Chánh-giác**". Và khi gặp được rồi, sẽ không đánh mất cơ hội dập tắt hai ngọn lửa ấy.

Thật ra, ý nguyện gặp được giáo-pháp của đức Phật chẳng dễ-dàng gì thành-đạt, ý nguyện này giống như người đi tìm vàng ở vùng khô cằn sỏi-đá, rất hiếm khi tìm được vàng. Khi gặp được giáo-pháp của đức Phật rồi, cần phải tinh-cần mãnh-liệt, để thành-đạt mục-đích tiêu diệt hai ngọn lửa khổ-cảnh đã sanh và chưa sanh.

Nói cách khác, những chúng-sanh khi gặp được giáo-pháp của đức Phật, chỉ có bốn phận duy nhất là: "**dập tắt ngọn lửa bất-thiện nghiệp đã sanh và chưa sanh**", đó là lợi-ích thiết-thực trong tương-lai của họ.

Cũng ví như một người bệnh nặng, y cần hối hả đi tìm vị lương y giỏi để chữa trị, khi tìm thấy rồi y cần phải kiêng cử những loại vật-thực gây tác hại, nhằm mục-đích không cho bệnh đang có được phát-triển, ngăn ngừa những chứng bệnh sanh lên trong tương-lai.

Đồng thời y phải thường xuyên uống thuốc trị bệnh, nhờ thế bệnh y mau thuyên giảm để rồi dứt hẳn, trở nên khỏe mạnh hoàn toàn.

Phận-sự dập tắt hai bất-thiện nghiệp đã sanh -chưa sanh, là **phận-sự trừ diệt được thân-kiến**, nếu thân-kiến được đoạn tận thì hai loại bất-thiện nghiệp kia cũng hoàn toàn bị dập tắt.

Những vị Thánh Tu-đà-hườn như bà Visākhā, ông Anāthapiṇḍika ... có rất nhiều trong nhân-loại, chư-thiên, phạm-thiên. Đó là những chúng-sanh đã thoát ra khỏi trạng-thái chìm đắm trôi nổi trong dòng nước xoáy (oghā: bọc lưu) của luân-hồi từ khi thân-kiến bị diệt. Đó là những chúng-sanh đạt được Níp-bàn lần đầu, đây là loại Níp-bàn có tên *Sa-upādisesa nibbāna* (hữu-dư y Níp-bàn hay phiền-nã Níp-bàn).

Tuy còn phải luân-hồi trong nhiều kiếp hay nhiều đại kiếp, nhưng những vị này không còn là phàm-phu mà là những vị thánh siêu-thế-gian, cuối cùng sẽ thành-đạt trạng-thái *Anupādisesa nibbāna* (vô-dư y Níp-bàn hay ngũ-uẩn Níp-bàn).

Một dòng sông có khúc ngập tràn bốn dòng nước xoáy, một người lái thuyền tài giỏi, khi thuyền đi vào bốn dòng nước xoáy, y cố-gắng chăm chú lèo lái con thuyền vượt qua bốn dòng nước xoáy, thuyền đi vào khúc sông yên-lặng hiền hòa, trôi xuôi về kinh-thành an-tịnh.

Khúc sông ví như dòng luân-hồi, chúng-sanh bị chìm đắm trong bốn dòng nước xoáy là: dục-bộc (*kāmoghā*), hữu-bộc (*bhavoghā*), kiến-bộc (*dittho-ghā*) và vô-minh bộc (*avijjoghā*), khi vượt qua bốn vùng nước xoáy ví như trừ được thân-kiến, thuyền đi vào vùng bình an ví như không còn bị chìm đắm trong khổ-cảnh, cuối cùng trôi xuôi về kinh-thành an lạc ví như đạt được vô-dư y Níp-bàn.

Những bất-thiện nghiệp đã sanh -chưa sanh đều xuất phát từ nguồn gốc là tà-kiến, mà thân-kiến là một chi nhánh của nó.

Câu nói "**chúng-sanh không nơi nương tựa**" là ám chỉ cho những bất-thiện nghiệp sanh từ tà-kiến. Tà-kiến là sự thấy sai, không đúng theo sự-thật, nó ví như ảo ảnh của người đi trong sa mạc.

Lẽ thường người đi trong sa mạc bị nóng bức, khát khô cổ, y nhìn thấy nơi xa xa là vùng đất xanh cỏ, hay thấy những hồ nước trong vắt ngon ngọt, y nghĩ "sẽ đến đó để tắm rửa, giải khát", nhưng đến nơi cũng chỉ là sa mạc nóng bỏng mênh mông, y than thở rằng: "đây không phải là chỗ trú chân, không phải là chỗ nương thân".

Cũng vậy, những ác bất-thiện nghiệp có nguồn gốc từ tà-kiến như giết chúng-sanh để tế thần lửa chẳng hạn, đây là một trong những ác bất-thiện nghiệp sanh ra từ tà-kiến, đưa chúng-sanh lâm vào khổ-lụy, phải nhận lấy ác quả khốc liệt. Khi ấy, họ sẽ than rằng "đây không phải là cách để nương thân"

Khi tà-kiến bị diệt, tất cả ác-hạnh cũ lẫn mới, đã sanh hoặc chưa sanh cũng đều dứt sạch, người ấy thoát khỏi khổ-cảnh (*apāya*), chỉ còn lại là con người cao quý, chư-thiên hay phạm-thiên.

Phương-pháp trừ diệt tà-kiến, chỉ có trong Phật-giáo. Do đó, cần phải có ý nguyện gặp được giáo-pháp của đức Phật, từ đó dẫn đến sự thoát ly khổ-cảnh qua sự trừ diệt được những ác-nghiệp cũ lẫn mới, đã sanh hoặc chưa sanh.

Người may mắn gặp được giáo-pháp của đức Phật ngay trong kiếp hiện-tại, cần phải nỗ-lực để đoạn trừ chướng-ngại lớn đầu tiên là tà-kiến.

*Tà-kiến an-trú ở đâu?* Chúng an-trú trong mỗi chúng-sanh ở ba vị trí:

1) Viṭikkama - *vùng vi-phạm*: là chỗ thể hiện qua hành động hoặc lời nói, tức là đã vượt qua lãnh-vực ý nghĩ.

2) Parīyutṭhāna - *vùng trói-buộc* (triền): là những ý nghĩ bất-thiện khởi lên trong tâm, ràng buộc tâm dính mắc vào các pháp ô-nhiễm, triền nằm trong phạm vi ý-thức.

3) Anusaya - *vùng tùy-miên* hay ô-nhiễm ngủ-ngâm.

Ba chỗ này là trú-xứ của thân-kiến. Có thể gọi thân-kiến có ba loại: thô-thiền, trung-bình và vi-tế.

Tà-kiến (hay thân-kiến) thô-thiền là những ý bất-thiện liên-hệ đến tà-kiến, được hiển-lộ qua hành động hoặc lời nói. Tà-kiến triền là trung-bình gồm những ý bất-thiện liên-hệ đến tà-kiến khởi lên trong tâm, nhưng chưa trở thành hành động hay lời nói. Tà-kiến ngủ-ngâm là vi-tế, đó là các bất-thiện pháp liên-hệ đến tà-kiến, tiềm-ẩn trong chúng-sanh suốt cả chuỗi dài luân-hồi.

Có thể hiểu ba loại tà-kiến này qua ví dụ que diêm, que diêm quẹt có ba ngọn lửa là:

- Lửa tiềm-ẩn trong que diêm.
- Lửa đã bật cháy.
- Và lửa cháy lan sang các vật khác như đồng rác, y phục, nhà cửa, rừng, ruộng...

Loại thứ nhất ví như tà-kiến còn đang ngủ-ngâm. Loại thứ hai ví như tà-kiến triền, đã sanh-khởi trong ý. Loại thứ ba là tà-kiến thô-thiền đã bộc phát qua hành động hay lời nói.

Ngọn lửa tiềm-ẩn trong que diêm, nó không gây ra tác hại nào cả, cho dù nó được đặt ngay hay cận kề những vật dễ cháy như thuốc súng, vật dẫn hỏa ... Cũng vậy, tà-kiến ngủ-ngâm tiềm-ẩn trong mỗi chúng-sanh, không lộ diện khi chưa tiếp xúc với cảnh trần ô-nhiễm của tâm hay những điều-kiện dẫn dắt sanh ra điều ác, chúng vô-hại chẳng có tác-dụng hay ảnh hưởng gì đến tâm.

Tuy nhiên, nếu chúng tiếp chạm với cảnh trần hay những nguyên-nhân hoặc điều-kiện ô-nhiễm, những điều-kiện thích-hợp chúng sẽ nảy bật ra, giống như que diêm khi cọ xát với miếng giấy kích-thích nó sẽ bật ra ngọn lửa ngay.

Tà-kiến ngủ-ngâm khi bị khuấy động, kích-thích sẽ hiện ra ở ý môn (manodvāra), bấy giờ trở thành pháp trói-buộc tâm, gọi là kiến-triền (ditṭhi pariyutṭhāna).

*Nhưng cái gì tạo ra sự khuấy động kích-thích pháp ngủ-ngâm sanh-khởi?* Chính là **tác-ý sai**.

Nếu vào lúc ấy, sự hiện bày pháp ngũ-ngã bị trấn áp bởi thiện-pháp, tức là do có tác-ý đúng, chúng biến mất khỏi vùng trói-buộc và trở lại trạng-thái ngũ-ngã. Ví như que diêm bật cháy được thổi tắt ngay, chúng trở nên bất động như trạng-thái ban đầu.

Ngược lại, nếu chúng không bị kìm chế trấn áp, chúng sẽ phát-triển theo khuynh-hướng tự-nhiên, đồng thời được hỗ-trợ bởi tác-ý sai, chúng sẽ khuấy động mạnh-mẽ ở vùng triền ví như ngọn lửa được gió thổi vào, càng lúc càng cháy bùng lên, để rồi chúng vượt qua vùng ý môn, xuyên qua năm môn là: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, đi vào vùng vi-phạm, ví như ngọn lửa tìm đến những vật dễ cháy như y phục, gỗ ... lan rộng ra mãi. Thế là, người ấy sẽ hành động bằng thân ác hoặc lời nói ác.

Người có sự kiểm-soát mình ở hai vùng: vi-phạm và triền, nhờ đó hành động -lời nói cùng ý nghĩ được thanh-tịnh. Người này được gọi là người hành-thiện có giới, nhưng vì không biết rõ vùng ngũ-ngã, nên vùng tùy-miên chưa được tiêu diệt. Cho dù hai vùng vi-phạm -triền được kiểm-soát hoàn hảo, nhưng đó chỉ là tạm thời, vì chúng vẫn còn gốc rễ, ví như cây được cưa hết cành lá, gốc, nhưng rễ vẫn còn, khi có cơ hội sẽ đâm chồi, mọc nhánh mới.

Người có thọ-trì các điều-học về giới được mạnh-mẽ, sự kiểm-soát hai vùng vi-phạm -triền có thể kéo dài đến trọn đời, nhưng kiếp sau thì không chắc chắn. Ở kiếp sau, hai vùng này vẫn có thể bị dấy động, để rồi ác bất-thiện khởi lên, bởi vì tùy-miên vẫn còn gốc rễ.

Chẳng phải riêng tà-kiến, cả tham, sân, si đều có mặt ở ba lãnh-vực này. Để tuyệt dứt ba vùng này, người ta phải tinh-tấn thực-hành Giới-định-tuệ cùng bảy pháp thanh-tịnh.

### **Thiện-nghiệp đã sanh và chưa sanh**

Thiện-nghiệp đã sanh hay chưa sanh đều liên quan đến Giới-định-tuệ cùng bảy pháp thanh-tịnh. Với người cư-sĩ giới là mạng sống (ājīva aṭṭhamakasīla), gồm tám điều đó là: không sát-sanh, không trộm-cắp, không tà-hạnh trong dục, không nói-dối, không nói lời hung-ác, không nói lời đâm-thọc, không nói lời nhâm-nhí và nuôi mạng chân-chánh. Năm giới được gọi là thường giới (nicca sīlam), là giới được gìn-giữ đến trọn đời. Riêng về bát quan trai giới hay thập giới (mười giới sa-di) là giúp cho thường giới được trong sạch hơn, thọ-trì được thì tốt bằng không cũng chẳng có chi đáng trách.

Đối với sa-môn là sa-di, mười giới là thường giới, được gìn-giữ cho đến khi nào còn mặc chiếc y vàng với phẩm mạo sa-di. Đối với tỳ-khưu là bốn thanh-tịnh giới.

Định có hai loại là: định cận-hành và định an-chỉ, hai loại định này được thành-tựu qua pháp chánh-định gồm bốn mươi đề mục.

Bốn pháp thanh-tịnh: kiến-tịnh, đoạn-nghi tịnh, đạo-phi-đạo tri-kiến tịnh và hành tri-kiến tịnh, là tuệ hiệp-thế (lokiya paññā). Tri-kiến thanh-tịnh là tuệ siêu-thế. Năm thanh-tịnh này là tuệ.

Trong ba lãnh-vực của tà-kiến: Giới đoạn trừ tà-kiến thô ở vùng vi-phạm, định đoạn trừ tà-kiến trung-bình ở vùng triền và tuệ đoạn dứt tà-kiến vi-tế ở vùng ngủ-ngầm.

Giới đoạn trừ tà-kiến thô-thiểu ở vùng vi-phạm nghĩa là người giữ giới nghiêm minh, tà-kiến không thể vượt qua ý-môn để tạo thành ác-nghiệp qua hành động hay lời nói.

Định đoạn trừ tà-kiến trung-bình ở vùng triền, nghĩa là nếu sự chú tâm vững-chắc vào đề mục, thì sự khuấy động tâm không thể xảy ra.

Tuệ trừ diệt ở tà-kiến vi-tế vùng tùy-miên, là ám chỉ tuệ đạo Dự-lưu, khi đạt đến tuệ-quán này, thấy cái gọi là người, thú, chúng-sanh ... chỉ là một khối tập hợp danh-sắc, là những tiến-trình diễn-hoạt của danh-sắc, tiến-trình này là biểu-tượng của ba tướng vô-thường -khổ -vô-ngã. Khi ấy ngủ-ngầm trong sự nghĩ sai, thấy sai: thường, lạc, ngã, trong sạch không còn đứng vững, chúng bị tiêu diệt.

*Tà-kiến là gì?* Là sự thấy sai với sự-thật, điều gì vô-thường lại cho là thường, điều gì khổ lại cho là lạc, điều gì vô-ngã lại cho là ngã, điều gì không trong sạch lại cho là sạch.

Tất cả những lầm-lạc ấy gọi chung là tà-kiến, thân-kiến là một chi nhánh của tà-kiến trong lãnh-vực vô-ngã cho là ngã.

Tà-kiến được phát huy sức mạnh là do vô-minh hỗ-trợ. Vô-minh đồng nghĩa với si-mê (moha) nhưng giữa vô-minh và si-mê ở một góc độ nào đó lại mang ý-nghĩa khác biệt. Si-mê là sự không biết, là mê-muội, trái lại vô-minh ngoài sự không biết còn là sự lầm lẫn.

Có người đi trong đêm tối, thấy một vật cong cong uốn khúc y ngỡ là con rắn nên kinh-sợ, chợt có ánh chớp lóe lên soi vào vùng đó, y nhìn thấy chỉ là khúc cây khô, nên không còn kinh-sợ và không còn cho đó là con rắn nữa.

Trong ví dụ trên: *trong đêm tối* ví như si-mê, *thấy khúc gỗ cong uốn khúc ngỡ là con rắn* ví như vô-minh, *cho đó là con rắn* ví như tà-kiến. *Ánh chớp lóe sáng lên* ví như tuệ-quán, *soi vùng có khúc gỗ* ví như vùng ngủ-ngầm. Và thế là, tà-kiến vùng ngủ-ngầm ví như ngỡ khúc gỗ là con rắn không còn.

Nói tóm lại, khi tuệ-quán sanh-khởi bốn pháp lầm-lạc (vipallāsadhammā) là thường, lạc, ngã, tịnh, ý nghĩ **người** (puggalā) **chúng-sanh** (saṭṭa) đều không còn, đó chỉ là một tổ hợp danh-sắc hay ngũ-uẩn diễn tiến theo ba tướng-trạng vô-thường -khổ -vô-ngã và vùng ngủ-ngầm được quét sạch từng phần, cho đến khi không còn tồn tại. Bấy giờ, vị ấy trở thành Thánh Vô-lậu.

Về thiện-nghiệp đã sanh và chưa sanh, được nhận-định qua hai thời điểm, đó là:

- Thời khởi điểm được tính vào ngay kiếp sống này.
- Thời khởi điểm dựa vào chuỗi luân-hồi, tức là trong quá-khứ.

- *Thời khởi điểm được tính ngay trong hiện kiếp.* Những người ngay trong kiếp sống này đã từng thọ giới gọi là giới đã sanh, chưa thọ giới gọi là giới chưa sanh, đồng thời không có giới đã sanh.

Định và tuệ cũng như thế. Tức là: Người trong kiếp sống hiện-tại đã từng tu-tập thiền Chỉ đạt đến cận-định, gọi là định đã sanh, nếu chưa tu-tập thiền Chỉ hay tu-tập chưa đạt đến cận-định, gọi là định chưa sanh, đồng thời không có định đã sanh.

Người ngay trong hiện kiếp, đã từng tu-tập tuệ-quán, đạt đến tuệ Phổ-thông (sammāsanañāṇa), thấy được ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã, gọi là tuệ đã sanh, nếu chưa tu-tập thiền Quán hay tu-tập chưa đạt được Phổ-thông tuệ, gọi là tuệ chưa sanh, đồng thời không có tuệ đã sanh.

- *Thời khởi điểm dựa vào chuỗi luân-hồi trong quá-khứ.* Trong phương thức này, cần nhận-định rằng: không một chúng-sanh nào trong vòng luân-hồi không từng tu-tập trong giáo-pháp của Đức Thế-tôn.

Vì sao? Vì rằng: "*Được sanh làm người là một hạnh-phúc*", tức là có phước, có thiện-nghiệp, bất kỳ thiện-nghiệp nào cũng dựa vào Giới-định-tuệ được Đức Thế-tôn thuyết-giảng, ngay như việc bố-thí cúng dường là do đức-tin hướng đạo, đức-tin được xếp vào giới-uẩn. Do đó thiện-nghiệp đã sanh được xếp vào thiện hiệp-thế, thiện-nghiệp chưa sanh được xếp vào thiện siêu-thế.

Dĩ nhiên, ở đây chỉ đề cập đến phạm-nhân, vì các bậc Thánh-nhân, thấp nhất là bậc Dự-lưu cũng chắc chắn đạt được Vô-dư-y Níp-bàn, gọi là xác định Níp-bàn (niyaṭanibbāna), còn hạng phạm-nhân, đối với Níp-bàn còn là bất định (aniyaṭanibbāna).

Như thế, giới đã sanh là giới hiệp-thế, vì trong chuỗi dài luân-hồi không có ai chưa từng thọ-trì-giới một lần, đối với phạm-phu thì giới siêu-thế là giới chưa sanh.

Định cũng có hai: định hiệp-thế là định đã sanh, vì trong chuỗi luân-hồi chúng-sanh đã từng đắc định hiệp-thế, cho dù đó là thời có hay không có giáo-pháp đức Phật. Còn định siêu-thế đối với phạm-nhân là định chưa sanh.

Tuệ cũng có hai loại: bốn pháp thanh-tịnh hiệp-thế (lokiyavisuddhi) là tuệ hiệp-thế, đó là tuệ đã sanh đối với những ai đã gặp được giáo-pháp đức Phật quá-khứ và đã thực-hành những pháp thanh-tịnh này.

Bốn pháp thanh-tịnh hiệp-thế là tuệ chưa sanh đối với những ai không gặp giáo-pháp của chư Phật quá-khứ, hay được gặp lại không thực-hành bốn pháp thanh-tịnh này.

Tri-kiến thanh-tịnh là tuệ siêu-thế, là tuệ chưa sanh đối với phàm-phu.

### **Giới đã sanh và Giới chưa sanh**

Cơ hội đoạn trừ hoàn toàn những bất-thiện nghiệp đã sanh, đồng thời ngăn chặn sự xuất hiện những bất-thiện nghiệp chưa sanh trong kiếp này hay những kiếp vị-lai, cơ hội ấy chỉ có được khi có giáo-pháp của đức Phật.

Nói cách khác, khi gặp được giáo-pháp của đức Phật, khi ấy mới có cơ hội đoạn trừ những bất-thiện nghiệp đã sanh đồng thời ngăn chặn những bất-thiện nghiệp chưa sanh trong tương-lai.

Thời gian luân-hồi của một người tuy dài vô tận, nhưng cơ hội gặp được giáo-pháp của đức Phật thật hiếm hoi, khi không gặp giáo-pháp của đức Phật sự đoạn trừ hai loại bất-thiện nghiệp ấy không thể có được, không thể xảy ra. *Vì sao vậy?* vì rằng: việc đoạn trừ hai loại bất-thiện nghiệp này đồng nghĩa trừ diệt thân-kiến ngũ-ngã.

Muốn trừ diệt thân-kiến ngũ-ngã phải thực-hành pháp quán vô-ngã tướng, điều này chỉ có trong thời giáo-pháp của đức Phật Chánh-đăng-giác mà thôi.

Những chúng-sanh có chí nguyện thành Phật Độc-giác (pacceka buddha) trước tiên phải gieo tạo chủng tử về pháp thiền vô-ngã tướng trong suốt thời gian gặp được giáo-pháp của đức Phật.

Thời gian không có giáo-pháp của đức Phật, người ta có thể nhận-thức được tính vô-thường, tính khổ qua biểu hiện của chúng, nhưng ngay cả tiếng vô-ngã người ta cũng chưa từng nghe qua, nói chi đến lý vô-ngã hay tướng vô-ngã.

Tiếng vô-ngã là tiếng bao hàm bản chất trống rỗng (suññaṭa) của kiếp sống (bhāva), danh, sắc, uẩn (khandha), xứ (āyātana), giới (dhātu), đế (sacca), duyên -khởi (paṭicca samuppāda). Tất cả những từ ngữ này chỉ xuất hiện trong thời giáo-pháp của đức Phật.

Lý vô-ngã khó hiển-lộ, thì tướng vô-ngã lại càng vi-tế hơn, chẳng một ai cho dù là chư-thiên, phàm-thiên, chí đến đức Phật Độc-giác cũng không làm hiển-lộ lý vô-ngã được. Lý vô-ngã chỉ được hiển-lộ qua trí-tuệ của đức Chánh-đăng-giác, tức là qua Nhất-thiết-chủng trí (sappañ-ñuṭaññaṇa) của Ngài.

Đức Thế-tôn làm hiển-lộ lý vô-ngã bằng sự xác định, làm hiển-lộ tướng vô-ngã bằng sự dẫn nhập.

Như trong kinh Vô-ngã tướng (Anatta lakkhaṇa sutta).

*"Này các thầy tỳ-khưu! Sắc thân là vô-ngã, chẳng phải của ta.*

*Này các thầy tỳ-khưu! Nếu sắc thân là của ta, nó không chịu sự đau ốm, người đời có thể bảo, sắc thân hãy như thế này, đừng như thế kia.*



*Này các thầy tỳ-khưu! Sắc thân là vô-ngã, nên nó hằng chịu sự ốm đau, người đời không thể bảo: "Sắc thân hãy như thế này, đừng như thế kia".*

Đó là **sự xác định lý** vô-ngã của đức Thế-tôn.

- *"Này chư tỳ-khưu! Sắc là thường hay vô-thường?"*

- *Bạch Thế-tôn! là vô-thường.*

- *Vật chi là vô-thường, vật ấy khổ hay vui?"*

- *Bạch Thế-tôn! là khổ.*

- *Vật chi là vô-thường -khổ, có sự biến hoại đổi theo lẽ thường, có nên cho vật ấy là ta, là của ta?"*

- *Bạch Thế-tôn! không nên".*

Đó là **sự dẫn nhập** để làm hiển-lộ **tướng** vô-ngã qua quán-xét hai tướng vô-thường, khổ.

Và trong khi Đức Thế-tôn giảng dạy, tâm của năm Ngài Aññakodañña (Kiều-trần-như) được giải-thoát các vi-tế phiền-não, tức là đắc quả A-la-hán.

Ý-nghĩa của từ vô-ngã được trình-bày đầy đủ trong tạng Diệu-pháp hay bộ tóm tắt tạng Diệu-pháp là bộ Abhidhammattha saṅgaha (Thắng-pháp tập-yếu).

Hành-giả tu-tiến tướng vô-ngã, trước tiên phải thực-hành tốt đẹp về Giới, tức là giới được thanh-tịnh, kể đến làm tâm an-tịnh và kiểm-soát được tâm bằng pháp thiền nhất là pháp niệm thân trong thân, vì đây là pháp môn thích-hợp cho mọi cơ-tánh của nhân-loại.

Sau khi tâm được an-tịnh và được kiểm-soát vững-chắc, hành-giả tiến tu Chỉ-tịnh hoặc Minh-quán.

Chỉ khi nào vùng tà-kiến ngủ-ngầm bị ánh sáng Chỉ -Quán soi rọi đến qua sự nỗ-lực tinh-cần, khi ấy các tà-kiến đã sanh, tà-kiến chưa sanh bị tiêu diệt. Đồng thời các ác-nghiệp dẫn dắt chúng-sanh rơi vào khổ-cảnh mới biến mất.

Còn các thiện-pháp chưa sanh cần phải tinh-tấn làm cho sanh-khởi, tức là: nếu chưa thọ-trì-giới, nên thọ giới tùy theo phẩm mạo cư-sĩ, sa-di, tỳ-khưu.

Giới được hỗ-trợ vững mạnh trong sạch do nương vào đức-tin. Do đó, tam-qui thường gắn liền với thọ giới, đồng thời nỗ-lực tu-tập thiền Chỉ tối thiểu phải đạt đến cận-định, tu-tập thiền Quán tối thiểu phải đạt được tuệ Phổ-thông.

Đó là tinh-tấn làm cho các thiện-nghiệp chưa sanh được sanh-khởi.

Tinh-tấn duy trì, phát-triển những giới đã sanh, tức là tinh-tấn trong sự gìn-giữ giới, đồng thời cố-gắng phát-triển Chi-tịnh từ nền-tảng cận-định cho đến khi đắc định, đối với tuệ đã sanh cần tinh-tấn thực-hành quán-xét tướng vô-ngã.

Trong lãnh-vực này có hai phần cần lưu ý: đó là giới-định -tuệ hiệp-thế là thiện-nghiệp đã sanh, giới-định -tuệ siêu-thế là thiện-nghiệp chưa sanh. Hành-giả cần nỗ-lực để đạt được Giới-định-tuệ siêu-thế vậy.

*Thế nào là giới chưa sanh?* Giới chưa sanh là giới chưa bao giờ xảy ra trong đời sống của phàm-phu xuyên qua chuỗi luân-hồi quá-khứ.

Đó là ba chi phần của tám nhánh siêu-thế: chánh-ngữ, chánh-nghiệp và chánh-mạng. Ba chi phần này thông-thường không có đầy đủ trong giới hiệp-thế. Nhưng sẽ xuất hiện đầy đủ trong đạo Nhập-lưu (soṭāpattimagga) khi lấy Níp-bàn làm cảnh.

Giới này được gọi là giới siêu-thế, giới siêu-thế có công-năng trừ-tuyệt những ác-nghiệp hiện bày qua hành động, lời nói và cách nuôi mạng sai quấy. Tức lúc có sự đoạn trừ này, các ác-nghiệp không còn xuất hiện qua ba hình-thức ấy nữa, dù chỉ trong một sát na. Và điều này kéo dài suốt nhiều kiếp sống, nhiều đại kiếp cho đến khi vị ấy viên-tịch.

Giới siêu-thế chỉ đạt được khi tuệ-quán về vô-ngã được tu-tập thành-tựu. Chúng-sanh cần phải đạt được giới chưa sanh này trong thời giáo-pháp của đức Phật đang hiện khởi. Nghĩa là cần cố-gắng không ngừng nghỉ, kể từ khi thực-hành giới-tịnh, an-trú niệm trong pháp quán thân niệm-xứ, sự tinh-cần càng lúc càng gia tăng khi thực-hành quán vô-ngã tướng.

*Thế nào là giới đã sanh?* Đó là giới hiệp-thế, là giới từng xảy ra trong những kiếp quá-khứ và chỉ có trong cõi dục, nên còn gọi là giới cõi dục (kāma vacara sīla).

Khi nói rằng: "*tinh-tấn duy trì phát-triển giới đã sanh*" hành-giả cần phải hiểu rằng: Giới hiệp-thế này có hai loại: của phàm-nhân và của bậc Thánh.

Giới hiệp-thế của bậc Thánh đã trở thành kiên-cố, không hề có sự đứt đoạn, đó là giới nhất-định (niyaṭa sīla). Còn giới hiệp-thế của phàm-nhân có thể bị hư hoại, đứt đoạn nên gọi là giới bất-định (aniyaṭa sīla). Bậc Thánh Tu-đà-hườn tuy còn luân chuyển trong cõi dục nhưng đã thành-tựu giới hiệp-thế kiên-định. Nghĩa là bậc Thánh Dự-lưu tuy còn sanh lại cõi dục từ một đến bảy lần đi nữa, các Ngài vẫn không hề vi-phạm ba chi phần chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng qua hành động, lời nói hay cách nuôi mạng sai quấy, ngay cả trong giấc mơ cũng không hề có.

Giới của phàm-nhân trong cõi dục vẫn còn nằm trong phạm vi bất-định, có thể bị hư hoại bất cứ lúc nào. Những người này quá-khứ đã từng là cư-sĩ, sa-môn, ẩn-sĩ có giới nhiều lần, đồng thời cũng nhiều lần chịu khổ trong địa-ngục, nga-quỉ, súc-sanh do giới bị hoại, bị tiêu tan.

Trong những kiếp sống quá-khứ, chưa bao giờ họ thoát khỏi hiểm-họa khổ-cảnh. Ngay hiện-tại, số lượng chúng-sanh ở khổ-cảnh nhiều không đếm xuể, một điểm nhỏ cho thấy là: ngay trong đất nước ta, số lượng kiến, ruồi, muỗi nhiều gấp mấy mươi lần số dân trong nước.

Trong hiện-tại số lượng nhân-loại, chư-thiên phải sanh vào khổ-cảnh cũng nhiều vô số. Do đó, ở cõi dục khi có được giới hiệp-thế trong thời giáo-pháp của đức Phật, nên nỗ-lực tinh-tấn để đưa giới hiệp-thế này vào phạm vi kiên-cố.

Ngoài sự tinh-tấn hành pháp Chi-tịnh rồi đi vào Minh-quán ra, không còn con đường nào khác để duy trì phát-triển vững mạnh giới hiệp-thế để đưa vào phạm vi kiên-cố cả. Được gặp giáo-pháp của đức Phật là cơ hội hiếm có, nên tinh-tấn thực-hành các pháp trợ giác-ngộ cho đến khi pháp-hành vô-ngã được viên-mãn.

### **Định đã sanh và định chưa sanh**

Định bao gồm ba chi phần là chánh tinh-tấn, chánh-niệm và chánh-định. Như lời trưởng-lão ni Dhammadinnā trong Cūla vedalla sutṭa (Tiểu hữu-minh kinh).

*"Này Hiền-giả Visākha, chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng được thu nhiếp trong Giới-uẩn.*

*Chánh tinh-tấn, chánh-niệm, chánh-định được thu nhiếp trong Định-uẩn.*

*Chánh-kiến, chánh tư-duy được thu nhiếp trong Tuệ-uẩn".*

Định chưa sanh ở đây là định siêu-thế, định đã sanh là định hiệp-thế. Hành-giả cần nhận-định rõ ràng về định như sau:

Theo đúng ý-nghĩa của kinh Cūla vedalla, định là sự nhất tâm (cittassa ekaggaṭā), tức là khi tâm thể nhập vào ấn-tướng của đề mục, nói cách khác "**Thiền tướng (nimittajhāna) và tâm chỉ là một**", khi ấy gọi là định.

*Định-tướng là gì?* Bốn Niệm-xứ là định tướng. Nghĩa là định được hiển-lộ và an-trú ở bốn chỗ niệm: thân, thọ, tâm, pháp.

Hỗ-trợ (parikkhāra) cho định chính là bốn chánh-cần. Như thế bốn pháp chánh-cần là điều-kiện cần thiết để định chưa sanh được sanh lên, định đã sanh được duy trì và phát-triển.

Định bao gồm tám (hoặc chín) bậc thiền chứng (samāpaṭṭi jhāna), gồm bốn (hoặc năm) tầng thiền hữu-sắc và bốn tầng thiền vô-sắc.

Định hiệp-thế là loại định lấy ấn-tướng thiền làm cảnh còn định siêu-thế là định lấy Níp-bàn làm cảnh. Đối với phàm-nhân, định hiệp-thế là định ở phạm vi bất-định.

Trong vòng luân-hồi, những người này đã từng là ân-sĩ, tỳ-khưu ... tu-tập thiền Chỉ, đã từng đắc được các tầng thiền hữu-sắc lẫn vô-sắc hoặc các pháp thần-thông như đạo sĩ Āsiṭa, Udaka, Ālāra kālama ...

Tuy thế, hiểm-họa khổ-cảnh vẫn sẵn sàng chờ đón họ, nếu như họ chưa từng thành-tựu định siêu-thế.

Trong quá-khứ, nhiều lần họ thành-tựu định, được sanh về phạm-thiên giới để rồi phải tái-sanh xuống làm người, lại rơi vào cảnh địa-ngục, số lần như thế cũng không nhiều xiết kể. Do đó, định hiệp-thế của phàm-phu là bất-định.

Định hiệp-thế được gọi là nhất-định, đó là loại định của bậc Thánh Bất-lai. Trong hàng tứ thánh: Bậc Dự-lưu, bậc Nhất-lai giới thành-tựu viên-mãn, định còn khiếm khuyết, bậc Bất-lai thành-tựu viên-mãn giới -định, riêng phần tuệ còn khiếm khuyết, bậc A-la-hán thành-tựu trọn vẹn Giới-định-tuệ.

Nói gọn lại, Định hiệp-thế là định đã sanh cho cả phàm-phu lẫn bậc Thánh, còn định siêu-thế là định chưa sanh cho phàm-nhân, là định đã sanh đối với bậc Thánh. Bậc Thánh phát huy sức mạnh của định này được sung-mãn cho đến khi đạt được quả vị A-la-hán.

Ba chi phần của định siêu-thế, chủ yếu là chánh-định có thể đoạn trừ hoàn toàn tham-dục (abhiññhā) và sân-độc.

*Điều này có ý-nghĩa ra sao?* Giống như thân-kiến, tham-dục và sân-độc cũng hoạt động ở ba vùng: vi-phạm, triền và ngũ-ngầm.

Ở vùng vi-phạm tham-dục và sân-độc bị giới siêu-thế đoạn trừ, nhưng ở vùng triền, giới không có đủ lực để sát trừ phiền-não. Giới chỉ có thể phát huy sức mạnh cao độ ở vùng vi-phạm mà thôi, giới chỉ ngăn trừ hành động cùng lời nói chứ không thể cản trở được ý.

Một người có ý-niệm sát-sanh, nhưng nhờ giới ngăn chặn nên họ không thực-hiện qua hành động, người này không gọi là đứt giới, bị hoại giới.

Như thế, giới chỉ hoạt động hữu hiệu ở vùng vi-phạm, ở vùng triền giới trở nên yếu kém, bấy giờ giới hỗ-trợ cho định phát huy sức mạnh để sát trừ những cấu uế ở vùng triền.

Định có khả-năng sát trừ uế nhiễm ở vùng triền khi sức mạnh được phát huy đến cực điểm, ở vùng tùy-miên, định mất năng-lực sát trừ, nên chỉ hỗ-trợ cho tuệ phát huy sức mạnh để sát trừ cấu uế.

Có thể hiểu điều này qua ví dụ sau: Khi biên cương có giặc, đức-vua phái vị tướng soái thống lĩnh ba đạo quân ra biên ải để tảo trừ, đồng thời trong nước đức-vua bổ

nhiệm các đại quan có năng-lực trấn nhậm, kịp thời tiêu diệt những nội loạn khởi lên. Riêng vùng đế-kinh, đức-vua tự mình quán xuyên.

Ở biên cương vị thống soái với ba đạo quân tinh nhuệ dũng-mãnh sẽ phát huy năng-lực tảo trừ giặc loạn, ví như Giới có ba chi phần chánh-ngũ, chánh-nghiệp, chánh-mạng có năng-lực sát trừ cấu uế ở vùng vi-phạm, sát trừ những uế nhiễm từ bên ngoài đưa vào (là năm trần-cảnh) xuyên qua năm cửa mắt, tai, mũi, lưỡi, thân.

Khi vị thống soái cùng ba đạo quân đến tỉnh thành nào đó, quyền hạn lại thuộc về vị tổng trấn nơi ấy. Trong lãnh địa này phát-sanh nội loạn, vị thống soái chỉ có thể giúp quan tổng trấn dẹp loạn, còn ban phát lệnh tảo trừ hay không là do chính quan tổng trấn. Người ta nói rằng: "vị tướng soái giúp quan tổng trấn tảo trừ giặc loạn", ví như giới giúp cho định sát-trừ phiền-não ở vùng triền. Quan tổng trấn ví như định, định phát huy được sức mạnh là do giới cùng với chánh tinh-tấn, chánh-niệm hỗ-trợ, sức mạnh ấy đạt được đỉnh cao ở vùng triền. Khi quan tổng trấn về đế-kinh, quyền lực ấy đã suy giảm, chính đức-vua là người quyết định tất cả.

Vùng đế-kinh là vùng tàng ẩn những âm mưu soán nghịch, là nơi dẫn dắt các cuộc nội loạn hay ngoại xâm khởi lên, nếu đức-vua là bậc anh-minh biết rõ âm mưu soán nghịch, Ngài sẽ tiêu diệt ngay. Thế là, những nội loạn hay ngoại xâm từ âm mưu ấy vĩnh viễn không còn. Nếu đức-vua là kẻ mê-muội, âm mưu soán nghịch không được phát hiện, nó được phát-triển thành nội loạn rồi đến ngoại xâm, cuối cùng đất nước ấy rơi vào cảnh tàn khốc, đọa-lạc.

Vùng đế-kinh ví như vùng tùy-miên, đức-vua ví như tuệ, những âm mưu ví như pháp ngữ-ngầm, sự anh-minh ví như tuệ-quán, sự mê-muội ví như ác-tuệ (duppañña) ác-kiến (duddiṭṭhi).

Tham-dục và sân-độc có gốc rễ là ái, được sự hỗ-trợ của tà tinh-tấn (micchā vāyāma), tà-niệm (micchā saṭi) và tà-định (micchā samādhī) sanh-khởi ở ý-môn, ý-môn là vùng đất lý tưởng cho tham-dục và sân-độc phát-triển mạnh mẽ. Vì sao? Vì rằng: tâm là vật thể thích-thú trong dục-lạc, nó như đứa bé ham rong chơi, khi có sự kiểm-soát (là chánh-niệm), nó khó chịu tìm cách kháng cự lại, nếu người canh giữ nó, chỉ lơ đễnh bất cần, nó nhanh nhẹn thoát ra vòng kềm tỏa để rong chơi trong dục-lạc theo ý thích. Đức Phật có dạy trong Dhammapāda rằng:

*"Abhiṭṭhareṭṭha kalyāne  
Pāpā cittaṃ nivāraye  
Dandhaṃ hi karoṭo puññaṃ  
Pāpasmim ramaṭi mano.*

*Hãy gấp rút hành thiện  
Hãy chế-ngự việc ác*

*Tâm thường hay dễ-duôi  
Chậm thiện rơi vào ác".  
(Pháp Cú : 116)*

Định có năng-lực áp chế lẫn trừ diệt được tham-dục và sân-độc ở vùng triền do luôn có chánh-niệm.

Bậc Thánh Dự-lưu có định siêu-thế đã sanh nhưng định siêu-thế ở tầng Thánh bậc cao là định siêu-thế chưa sanh, vị ấy nỗ-lực làm sanh-khởi định siêu-thế chưa sanh. Khi định siêu-thế sinh lên lần hai, (là bậc Nhất-lai), tham-dục -sân-độc ở vùng triền bị đoạn trừ lần nữa, khi định siêu-thế sinh lên lần ba, thế là toàn bộ tham-dục lẫn sân-độc ở vùng triền bị đoạn trừ vĩnh viễn.

Cho dù gốc của chúng là ái vẫn còn ở vùng tùy-miên, nhưng chúng không thể khuấy động ở vùng triền được, ví như cây bị cưa sát gốc, tuy còn rễ nhưng đất luôn khô ráo, không bị ẩm ướt, nên không thể mọc chồi, đâm nhánh.

Từ lúc tham-dục và sân-độc bị định siêu-thế trừ-tuyệt, chúng không còn khởi sanh nữa, cho dù vị ấy có trải qua nhiều kiếp hay nhiều đại kiếp. Vị ấy đã trở thành bậc Bất-lai, không còn rơi vào cõi dục

Loại định siêu-thế có thể thành-đạt thuận lợi trong thời giáo-pháp của đức Phật. Người có trí, biết rõ điều này sẽ nỗ-lực tinh-cần để đạt được định siêu-thế trước khi xa rời giáo-pháp của đức Phật, bậc Thánh Bất-lai vì còn ái tùy-miên nên còn phải trôi lăn trong luân-hồi.

Định siêu-thế chỉ trở nên kiên-cố khi sát trừ trọn vẹn tham-dục và sân-độc.

Người có trí thẩm-sát (vimamsa ñāṇa) sẽ nỗ-lực tu tiến để thành-tựu được loại định hiệp-thế kiên-cố, dĩ nhiên phải có phước ba-la-mật tương đối đầy đủ hỗ-trợ, nhưng bốn pháp chánh-cần cũng không thể thiếu trong sự thành-tựu này, vì bốn pháp chánh-cần là vật phụ tùng cần thiết cho định.

Trong thời đức Phật hiện-tại vô số vị đắc quả Bất-lai như trưởng-giả Citta, trưởng-giả Visākha, bà tín nữ Veliukantakī ...

Thời đức Phật quá-khứ cũng thế, như Ngài Ghāṭikāra đắc Thánh-quả Bất-lai trong thời giáo-pháp của đức Phật Kassapa...

Trước khi thân hoại mệnh-chung ở cõi dục, các vị ấy đã thành-tựu định hiệp-thế kiên-cố.

Định hiệp-thế gồm có ba loại là:

- Định dục-giới, định sắc-giới và định vô-sắc giới.

- Định dục-giới là cận-định hay định trong tâm thiện có trí. *Định trong tâm thiện không trí có gọi là định hiệp-thế không?* Không, vì không có trí hỗ-trợ. Nói rõ hơn, nó không thuộc về cận chánh-định, cũng không thuộc về tà định. Vì như đã giải, trong thiền Chỉ trí hỗ trợ cho định, dù là cận-định hay an-chỉ định cũng phải có trí hỗ trợ, không có trí hỗ trợ nên định trong tâm thiện không có trí không xếp vào cận-định.

- Định sắc-giới là những tầng thiền hữu-sắc, định vô-sắc giới là những tầng thiền vô-sắc.

### **Tuệ đã sanh và tuệ chưa sanh**

Theo kinh Cūla vedalla sutta, chánh tri-kiến và chánh tư-duy là hai chi phần của tuệ. Tương-tự như định, tuệ cũng có hai loại là tuệ hiệp-thế và tuệ siêu-thế. Đối với bậc Thánh luôn cả phàm-nhân, tuệ hiệp-thế là tuệ đã sanh. Còn tuệ siêu-thế là tuệ chưa sanh đối với phàm-nhân, đối với bậc Thánh là tuệ đã sanh.

*Tuệ đã sanh.* Đó là những tuệ hiệp-thế từng xuất hiện trong vòng luân-hồi vô định trong quá-khứ. Tuệ hiệp-thế này cũng bao gồm hai chi phần: chánh-kiến và chánh tư-duy. Những thắng-trí như thiên-nhãn thông, thiên-nhĩ thông ... cùng với những loại trí-tuệ trong cõi dục như trí về pháp-học, trí về pháp-hành ... đều là tuệ hiệp-thế.

Cũng nên hiểu rằng: trí-tuệ về bốn sự-thật là: trí biết rõ sự khổ, trí biết rõ nhân sanh khổ, trí biết sự diệt khổ và trí biết con đường dẫn đến sự diệt khổ, hoặc trí hiểu biết về nghiệp quả (kammavipākāñāṇa), những loại trí này tuy vẫn là hiệp-thế, nhưng chỉ xuất hiện trong thời có giáo-pháp của đức Phật.

Trong những kiếp luân-hồi quá-khứ, phàm-phu từng có những loại trí hiệp-thế này, họ đã từng là vị pháp sư danh tiếng, vị trưởng-lão đáng cung-kính, vị lương y đại tài... nhưng rồi sau đó khổ-cảnh địa-ngục vẫn đón chờ họ và họ cũng từng trở thành rắn, rít, cá, lươn ... vô số lần.

Như Kapila là vị tỳ-khưu trưởng-lão danh tiếng trong thời giáo-pháp của đức Phật Kassapa, sau kiếp ấy phải đoạ vào địa-ngục, đến thời đức Phật hiện-tại sanh làm con cá lớn ở sông Aciravatī.

Hay tiền thân Ngài Cakkhupāla là vị lương y đại tài, chỉ một ác ý làm mù mắt người bệnh, sau đó phải rơi vào địa-ngục, quả còn dư sót đến thời đức Phật hiện-tại, tuy thành-đạt vị Thánh A-la-hán nhờ sự tinh-cần, nhưng cũng chịu mù lòa ...

Như vậy, tuệ hiệp-thế là loại tuệ bất-định, chúng có thể hư hoại dễ-dàng. Mặt khác, vào thời không có giáo-pháp của đức Phật tuy các ẩn-sĩ, đạo-sĩ có thể thành-tự những thắng-trí, nhưng trí về nhân-quả không hề xuất hiện.

Lý nghiệp-báo, lý nhân-quả, lý tương-sinh, chỉ có trong thời giáo-pháp của đức Phật Chánh-giác.

Người ngoài giáo-pháp của đức Phật, họ tin vào thuyết thiên-mệnh, thuyết sáng-tạo chủ hoặc thuyết vô-nhân vô-quả ... Những chủ thuyết ấy được đức Phật thuyết tận kỹ trong bài kinh Brahmajāla sutta (Phạm-võng kinh) ở Trường-bộ.

Nói cách khác, loại trí như trí về nhân-quả, trí về nghiệp-báo, trí về pháp duyên-khởi là tuệ hiệp-thế, nhưng chỉ có trong giáo-pháp của đức Phật Chánh-giác.

*Tuệ chưa sanh.* Đó là hai chi phần chánh-kiến -chánh tư-duy khi lấy Níp-bàn làm cảnh, tức là trí siêu-thế.

Gọi là tuệ chưa sanh vì đối với phàm-nhân chưa hề xuất hiện bao giờ, khi tuệ này xuất hiện, lập tức cắt đứt dòng phàm, nhập vào dòng Thánh, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.

Tuệ này soi rọi vùng tùy-miên đồng thời diệt tận gốc rễ các tùy-miên tùy theo sức mạnh có được.

Lần đầu tiên tiêu diệt tận gốc rễ tà-kiến tùy-miên, lẩn hoài-nghi tùy-miên bằng pháp đoạn-trừ (samuccheda pahāna dhamma), kho tích lũy ác-nghiệp dẫn đọa sanh vào khổ-cảnh cũng được quét sạch không còn dư sót, những uế nhiễm ấy không hề sanh-khởi lại trong tương-lai.

Loại tuệ này chỉ xuất hiện trong thời có giáo-pháp của đức Phật, là khi hành-giả quán-xét thấy được tướng vô-ngã, đồng thời nhận Níp-bàn làm cảnh.

Từ khi tuệ siêu-thế này khởi sanh, trí hiệp-thế thuộc hai phần chánh tri-kiến -chánh tư-duy trở thành kiên-cố. Tức là, trí nhận biết ba tướng, trí nhận biết về nhân-quả, trí nhận biết về nghiệp-báo, trí nhận biết về bốn sự-thật, trở thành tuệ hiệp-thế nhất-định.

Trong số giải Pháp-cú kinh, có ghi câu chuyện ông Bà-la-môn Suppabuddha (Thiện-giác). Ông bị bệnh cùi, khi nghe pháp từ Đức Thế-tôn, ông chứng đạt đạo-quả Tu-đà-hườn. Ma-vương muốn biết ông có còn nắm trong sự cai quản của y hay không?. Khi ông về đến nhà, Ma-vương hóa hình giống như Đức Thế-tôn, đi đến nhà của Suppabuddha, bảo rằng:

- Này Bà-la-môn, khi này Như-lai dạy các pháp hữu-vi là vô-thường, thật ra cũng có những pháp hữu-vi thường hằng. Người hãy tin như vậy, bệnh cùi của người sẽ lành.

Bà-la-môn Suppabuddha suy nghĩ: "Rõ ràng ta nhận thấy các pháp hữu-vi là vô-thường, vì sao Ngài lại bảo có những pháp hữu-vi là thường? đây có lẽ là Ma-vương giả dạng". Suy nghĩ rồi, ông bảo rằng:



- Bệnh cùi của tôi là do nghiệp trả quả. Tôi nhận biết các pháp hữu-vi là vô-thường, chẳng có pháp hữu-vi nào là thường cả, người hẳn là Ma-vương giả hình Đức Thế-tôn.

Ma-vương biết rằng mình đã bị nhận diện, nên biến mất tại chỗ.

Câu chuyện này cho thấy rằng: khi tuệ siêu-thế sanh-khởi, trí nhận-thức về các pháp theo đúng chân lý trở nên kiên-cố, bất động, ngay cả hình dạng giống như Đức Thế-tôn, nhưng nói không đúng chân-lý vẫn bị nhận diện là kẻ giả mạo.

Thế nên, người có duyên lành gặp được giáo-pháp của Đấng giác-ngộ, cần nỗ-lực đạt được tuệ siêu-thế này trước khi rời xa giáo-pháp, vì còn phải chịu luân-hồi trong nhiều kiếp sống, nhiều đại kiếp, tích lũy phước ba-la-mật cho tròn đủ, để đạt đến quả vị Vô-lậu.

Tóm lại, bốn pháp chánh-cần là phương linh dược chữa trị cho người điên được đề cập ở phần trước. Nhờ bốn pháp chánh-cần, tâm được kiểm-soát qua pháp niệm, tâm không còn lang thang vô định theo ngũ-trần phiền-lụy.

Lẽ thường, ở giai-đoạn đầu, hành-giả rất khó khăn trong sự kiểm-soát tâm, có nỗ-lực mạnh-mẽ tâm mới mau chóng khép-mình vào khuôn phép. Một số hành-giả cảm thấy bất lực trước sự loạn-động của tâm, để rồi buông xuôi pháp-hành, họ không thấy rằng: Đó là kết quả sơ khởi của sự tinh-tấn hành pháp, họ thấy được tâm giao động, phóng nhảy loạn xạ, đó là tiến được một bước trong pháp-hành.

Vì sao? Ví như người ở trong hầm phẩn, không hề nghĩ thấy hôi thúi, có người kéo y lên khỏi hầm phẩn, tắm rửa sạch sẽ bằng nước thơm. Sau khi tắm rửa sạch sẽ, mùi của hầm phẩn đối với y trở nên hôi thúi rõ rệt.

Cũng vậy, trước kia không thực-hành chú niệm, hành-giả không thể biết được tâm loạn-động, nay hành pháp chú niệm thấy rõ được tâm loạn-động, như người đứng ngoài hầm phẩn biết rõ sự hôi thúi của phẩn.

Tâm loạn-động là tâm bất-thiện, là pháp bất-thiện, niệm là pháp-thiện, đức Phật có dạy trong Tương-ưng kinh rằng:

*"Bờ biển bên này và bờ biển bên kia là hai pháp xa nhau.*

*Mặt trời và đất là hai pháp xa nhau.*

*Nơi mặt trời mọc và nơi mặt trời lặn là hai pháp xa nhau.*

*Nhưng xa hơn tất cả là thiện-pháp và bất-thiện pháp".*

Theo các vị Luận-sư A-tỳ-đàm, trong một thời điểm tâm chỉ biết một cảnh, tâm biết một cảnh nên niệm cũng biết một cảnh, niệm biết tâm loạn-động nên tâm loạn-động là khác, tâm có niệm là khác. Tâm loạn-động là **tâm quá-khứ** đã diệt, trở lại làm cảnh cho **niệm hiện-tại**.

Mặt khác, niệm biết tâm loạn-động đồng nghĩa niệm đã xa lìa đề mục (nếu đề mục là hơi thở chẳng hạn) vì cùng một thời điểm niệm không thể biết hai cảnh. Như thế, hành-giả cần biết rõ rằng: chính khi ấy niệm đã lìa đề mục, tức là khi ấy đã có phóng-dật ngấm ghé xen vào và hành-giả nỗ-lực chú ý ngay trở lại đề mục. Nỗ-lực này sẽ mang lại kết quả: tâm dần dần trở nên nhuần nhuyễn dễ sử dụng, ví như con bò đã bị khâu phục bởi sợi dây vằm xỏ mũi và cây cọc đóng cứng dưới đất, nó trở nên thuần thục theo ý người huấn luyện.

Bốn pháp chánh-cần là phụ tùng cần thiết cho định là như thế.

Người lái thuyền bất tài, khi thuyền lọt vào bốn vùng nước xoáy, y cần quyết tâm nỗ-lực điều khiển bánh lái thuyền để vượt qua vùng nước xoáy. Ban đầu rất khó khăn vì con thuyền tuy chưa chìm nhưng không chịu theo ý người lái, dần dần người lái thuyền trở nên thiện xảo qua sự nỗ-lực kiên-trì, y sẽ điều khiển con thuyền lướt trên những dòng nước xoáy dễ-dàng, cuối cùng con thuyền đi vào bến đậu an-toàn. Bốn pháp chánh-cần trợ lực cho giác-ngộ là như thế.

Người mang chứng bệnh sợ nước, tuy môi khô vì khát, thân thể nóng bức vì nắng bụi, nhưng y gặp hồ nước mát đã hoảng sợ bỏ chạy. Nếu y can đảm lao vào làn nước, dĩ nhiên lúc đầu y hoảng loạn, dần dần y cảm thấy quen thuộc và có cảm giác nước chẳng có gì đáng sợ như-ý nghĩ trước đây.

Thế là, y tắm rửa, uống nước, y không còn nóng bức, khô khát nữa. Cũng vậy, bốn pháp chánh-cần giúp dũng-khí cho người tâm đạo, rèn-luyện tâm người hành-đạo có được ý chí dũng-mãnh.

Người bị bệnh, phải uống chén thuốc đắng, lúc đầu y khó chịu nôn mửa, nhưng nếu y cố gắng nuốt, chất thuốc thấm vào khiến bệnh y được giảm thiểu, dần dần y uống thuốc dễ-dàng và bệnh mau chóng tiêu trừ. Cũng vậy, bốn pháp chánh-cần giúp người hành-đạo có đủ kiên nhẫn, chịu đựng và cố vượt qua những chướng-ngại pháp.

Bốn pháp chánh-cần trợ giúp cho sự thực-hành đúng đắn bốn Niệm-xứ nhằm mục-đích đoạn-diệt vùng tùy-miên của tà-kiến.

Là phàm-phu, không thể nào nhận-thức rõ ân-đức Tam-bảo thật sự, nên niềm tin ấy dễ vỡ vụn vì có các tà-pháp, si-mê ... chúng có thể ném họ vào vùng tăm tối không có ánh sáng của trí-tuệ, biến họ trở thành không có niềm tin nơi Tam-bảo, nếu có chẳng cũng chỉ là niềm tin suông, niềm tin trên hình-thức. Ngay trong kiếp hiện-tại, đã bao lần họ đánh mất sự tôn kính về ân-đức Phật, ân-đức Pháp, ân-đức Tăng cùng những thiện-pháp khác, đánh mất rồi tìm lại, tìm lại rồi đánh mất, càng đánh mất nhiều lần, chướng-ngại pháp càng gia tăng cho họ.

Chính trong quá-khứ cũng từng như thế, nên trong hiện-tại khi hành pháp, chướng-ngại pháp mỗi lúc mỗi phát-sinh, nếu người này không khéo quán sát lý nghiệp-báo,

lý nhân-quả sẽ dẫn đến thối thất tinh-tấn. Thế là, lại trôi lăn theo vòng luân-hồi vô định.

Có được cơ hội hiếm có là sống trong thời-kỳ giáo-pháp của đức Phật đang tỏa sáng, lại gặp được giáo-pháp này, người muốn thoát khỏi vùng tăm tối của si-mê, vùng bất an, bất lạc của tà-pháp, phải nỗ-lực tinh-cần hành pháp, với sự quyết chí dũng-mãnh: *"nếu cần thiết thà mất mạng sống chứ không mất tinh-tấn"* như đức Bồ-tát phát nguyện dưới cội Bồ-đề, như Ngài Godhika mang dao đến cho mình, như Ngài Cakkhupāla thà hy sinh đôi mắt thịt để đổi lấy pháp-nhãn, tuệ-nhãn.

Có quyết tâm tinh-cần như vậy, hành-giả sẽ đạt được tín tối thắng (adhigama saddhā - đức-tin vững-chắc), tuệ bất-động (adhigama paññā) ngay trong kiếp này hay kiếp kế tiếp trong giáo-pháp của đức Phật hiện-tại, những pháp tín -tuệ không lui sụt, giúp cho vị ấy sanh-khởi sự cung-kính ân-đức Tam-bảo đúng đắn. Tức là niềm tin vào sự giác-ngộ (ân-đức Phật), tin vào chân lý (ân-đức Pháp), tin vào đạo-quả siêu-thể (ân-đức Tăng), không gì có thể làm vỡ vụn được vì vị ấy đã tự mình thấy chắc, biết chắc qua sự nỗ-lực kiên-trì hành pháp.

-ooOoo-

## Chương IV

# TÚ NHƯ Ý TÚC

(Caṭṭāra-iddhipāda)

Iddhi pāda được giải thích như sau.

Ijjhana iddhi: *iddhi nghĩa là thành-tựu.*

Iddhiyā pādo iddhipādo: *Nền-tảng đạt đến sự thành-tựu gọi là như-ý.*

Chữ pāda ngoài ý-nghĩa là cái chân, còn có nghĩa là nền-tảng, đứng vững.

Iddhi được định nghĩa là *sự thành-tựu.*

Ngoài ra, chữ iddhi còn có nghĩa là *pháp thần-thông*, ở đây ý-nghĩa thần-thông là sự thành-tựu đặc biệt.

Bốn pháp như-ý là pháp môn đặc biệt được Đức Thế-tôn xác định như sau:

*"Với suy-tư: Đây là như-ý túc câu hữu với dục định tinh-cần hành.*

*Này chư tỳ-khưu! đối với các pháp chưa từng được nghe ở ta. Nhãn khởi lên, trí khởi lên, tuệ khởi lên, quang khởi lên...".* (Tương-ưng kinh)

Đoạn kinh trên nêu rõ ý-nghĩa:

Người tu-tập pháp như-ý túc sẽ sanh-khởi những pháp chưa từng được nghe, chưa từng được biết. Đó là, **pháp nhãn, trí-tuệ, minh-kiến.**

Trong Visuddhimagga (Thanh tịnh đạo), Ngài Buddhaghosa có nêu lên, chữ iddhi không hẳn có nghĩa là pháp thần-thông, ở phương diện khác iddhi có nghĩa là sự thành-tựu trong pháp-hành (paṭipatti dhamma).

Sự thành-tựu (siddhi) trong giáo-pháp của đức Phật có năm là:

1- Abhiññeyyesu dhammesu abhiññā siddhi. **Thành-tựu trí-tuệ đặc biệt.** Là trí-tuệ thấy được những pháp như danh-sắc, ngũ-uẩn, xứ, giới (dhātu)...

2- Pariññeyyesu dhammesu pariññā siddhi. **Thành-tựu trong chánh tri-kiến.** Là hiểu rõ về sự khổ trọn vẹn, hiểu rõ về nguyên-nhân sanh khổ rõ ràng, hiểu rõ sự diệt khổ, hiểu rõ con đường đưa đến sự diệt khổ. Tức là, hiểu rõ về tứ Diệu-đế qua bốn cách:

Khổ-đế (dukkha sacca) cần phải hiểu rõ ràng.

Tập-đế (samudaya sacca) cần phải đoạn trừ.

Diệt-đế (nirodha sacca) cần phải tác chứng.

Đạo-đế (magga sacca) cần phải tu-tập.

3- Pahānabbesu dhammesu pahāna siddhi. **Thành-tựu trong phạm-sự đoạn trừ.** Là đoạn trừ được ái là nguyên-nhân sanh khổ qua ba phương diện: dục-ái (kāmaṭaṅhā), hữu-ái (bhavaṭaṅhā) và phi hữu-ái (abhavaṭaṅhā).

4- Sacchikātabbesu dhammesu sacchikiriya siddhi. **Thành-tựu sự giác-ngộ.** Như đạt được Níp-bàn, đạo-quả siêu-thế.

5- Bhāveṭabbesu dhammesu bhāvanā siddhi. **Thành-tựu trong sự tu-tập Thánh-đạo tám chi.** Và đây là sự thành tựu quan trọng chủ yếu trong giáo-pháp của đức Phật. Do đó, gọi bốn pháp như-ý là sự thành-tựu đặc biệt.

*Thế nào là **abhiññā siddhi**: Thành-tựu thắng-trí?* Đó là sự hiểu biết như thật những pháp theo đúng chân-tướng (paramatṭha sacca -sự-thật tốt cùng).

Sự-thật tốt cùng này chỉ có trong phật pháp, ở ngoài Phật-pháp không thể thấy biết được. Sự học hiểu toàn bộ Abhidhammaṭṭha saṅgaha là bộ tóm tắt cốt lõi tạng Abhidhamma, cũng xem như thành-tựu phần nào Thắng-trí (abhiññā).

*Thế nào là **pariññā siddhi**?* Là thành-tựu tri-kiến về khổ-đế, hiểu biết rõ ràng khổ-đế qua các tướng-trạng (lakkhaṇa), phạm-sự (rasa), sự thành-tựu (paccuppaṭṭhāna) cũng như nhân gần nhất (padaṭ-ṭhāna) sanh lên chúng.

Nói cách khác, các pháp hữu-vi đều là khổ, chúng có bốn đặc điểm: Tướng-trạng, phạm-sự, sự hiển-lộ và nhân gần nhất để sanh-khởi lên. Hành-giả có pariññā siddhi sẽ thấy rõ, hiểu rõ chúng qua ba tướng-trạng vô-thường -khổ -vô-ngã.

*Thế nào là **pahāna siddhi**: Thành-tựu trừ diệt?* Là thành-tựu được sự diệt trừ những pháp ô-nhiễm như phiền-não (kilesa), pháp ngủ-ngâm (anusaya), pháp trói-buộc (ogha), tà-kiến ... Nói gọn là, đoạn trừ được nhân sanh khổ là ái-dục. Ở đây, (trong tập sách này) muốn nói đến bậc Dự-lưu là tầng Thánh đầu tiên.

Ví như thân tre có bốn mắc tre, khó khăn nhất là chẻ thông mắc đầu tiên, khi mắc đầu tiên đã vượt qua, ngọn dao sẽ mượn lực ấy chẻ thông những mắc còn lại. Nên pahāna siddhi ở đây ám chỉ sự thành-tựu trừ diệt được tà-kiến -hoài-nghi mà thân-kiến là một chi nhánh của tà-kiến, khi thân-kiến diệt tà-kiến diệt.

Thân-kiến tuy chỉ là một bộ phận của tà-kiến nhưng lại là bộ phận chủ yếu, ví như trục xe chỉ là một bộ phận của cái xe, nhưng nếu trục xe bị phá hỏng, cỗ xe ấy trở thành vô dụng. Cũng vậy, tuy thân-kiến chỉ là chi phần của tà-kiến, nhưng khi thân-kiến bị diệt xem như toàn bộ tà-kiến bị diệt.

Giới cấm-thủ (sīlappaṭṭapamārāsa) cũng là một dạng tà-kiến dính liền với thân-kiến. Giới cấm-thủ là những nghi-thức lễ bái có tính dị đoan, là sự tin tưởng hoang đường.

Khi hành-giả diệt được thân-kiến, đồng nghĩa thấy được Níp-bàn, nhận chân được sự-thật, khi ấy những ý-nghĩa hoang đường, những nghi-thức tế lễ không đúng theo lý nhân-quả cũng bị tiêu diệt ngay tức khắc.

*Thế nào là sacchikiriya siddhi: Thành-tựu giác-ngộ?* Là thành-tựu Níp-bàn chấm dứt sự khổ. Sự thành-tựu này bao gồm: Sự áp chế và sự đoạn trừ các phiền-não.

*Thế nào là bhāvanā siddhi: Thành-tựu tu-tập?* Là sự phát-triển Giới-định-tuệ cho đến khi chứng-đắc đạo siêu-thế.

Bảy pháp thanh-tịnh, khởi đầu là giới-tịnh cũng là những phần hình thành nhiều loại thành-tựu (iddhi) trong khả-năng và lãnh-vực riêng của pháp ấy.

### **Bốn pháp Như-ý túc.**

Có bốn căn-bản cho sự thành-tựu (iddhipāda) là:

- 1- Chandiddhipāda: **Dục như-ý túc.**
- 2- Vīriyiddhipāda: **Cần như-ý túc.**
- 3- Cīṭṭiddhipāda: **Tâm như-ý túc.**
- 4- Vimamsiddhipāda: **Trí như-ý túc.**

**Dục (chanda)** là muốn có được, muốn đạt được, muốn thành-tựu. Ở đây, dục như-ý túc là sự biểu lộ ước muốn mãnh-liệt, không một chướng-ngại nào khởi lên từ bên ngoài hay bên trong có thể ngăn chặn được ước muốn ấy.

Đó là loại ước muốn khởi dậy ý-nghĩa: "*nếu không đạt được mục-đích thà chết còn hơn*". Nghĩa là, "nếu không thành-tựu được điều mong ước, ta không thỏa mãn".

Đây là ước muốn của vua Dhammasona nước Bārāṇasī trong thời đức Phật Kassapa. Khi ấy, đức-vua tự nhủ rằng: "làm vua nước Bārāṇasī này có lợi-ích gì, nếu không nghe được pháp của đức Phật Kassapa". Và rồi, đức-vua từ bỏ ngai vàng, ra đi tìm cho được người có thể lập lại cho đức-vua nghe một thời pháp của đức Phật, dù thời pháp ấy chỉ vón vện một câu. Ước muốn này sẽ không còn khi được thành-tựu, như trường-hợp vua Bimbisāra, ông Anāthapiṇḍika, bà Visākhā ...

Ước muốn trở nên yếu ớt, lui sụt, khi gặp chướng-ngại, loại ước muốn ấy không gọi là dục như-ý túc, trái lại, khi gặp chướng-ngại nó càng trở nên mãnh-liệt, khởi sanh ý nghĩ: "*Thà chết còn hơn là sống mà không thành-tựu được ý nguyện*", đó mới là dục như-ý túc.

Những ước muốn như thế tìm thấy nơi đức-vua Temiya (bốn-sanh mukhapakka - Xuất-gia ba-la-mật), vua Hatthipāla (bốn-sanh Hatthipāla). Trong thời đức Phật hiện-tại thì có công tử Raṭṭha-pāla, công tử Sudinna ... các vị ấy từ bỏ lâu đài nguy nga cùng những thứ quyền quý xa-hoa để cương quyết sống đời phạm-hạnh trong giáo-pháp của đức Phật.

Gọi là dục như-ý túc vì ước muốn này chỉ chấm dứt khi thành-tựu được ý nguyện.

Trường-giả Anādhapiṇḍika, bà Visākhā, vua Bimbisāra ... chỉ ước muốn thành-tựu: thoát khỏi bốn khổ-cảnh, khi đắc thánh quả Dự-lưu ý muốn này không còn, không khởi sanh ý muốn đắc quả cao hơn.

Trong Trường-bộ, bài kinh Janavasabha có ghi: Vua Bimbisāra sau khi mệnh-chung tái-sanh làm vị dạ-xoa đại uy lực là Janavasabha và vị ấy ước muốn chứng quả cao hơn. Trong kinh Tương-ưng, Ngài Ānanda có trả lời Bà-la-môn Unnābha rằng:

- *Này Bà-la-môn, người nghĩ thế nào! có phải trước có lòng dục (ý muốn) thúc đẩy người: "Ta sẽ đi đến khu vườn". Sau khi người đến khu vườn rồi, lòng ước muốn ấy (tājjo) được tịnh chỉ?"*.

- *Thưa vâng! tôn giả.*

Tóm lại: ***Người không có ước muốn sẽ không thể có được những gì mình cần phải có.***

Hành-giả trong khi tu-tập, cần làm khơi dậy ý muốn mãnh-liệt: "**chứng đạt pháp thượng-nhân**" (như sơ-định, nhị-định ... sơ-quả, nhị-quả...).

Nhưng dục như-ý túc ở phạm vi này chính là ý muốn thoát khỏi khổ luân-hồi, mức độ thấp nhất là quả Dự-lưu, để đoạn lìa thân-kiến, hoài-nghi. Bồ-tát Siddhattha có ý mong mỏi thoát khỏi già, bệnh, chết, chính mong ước ấy làm nền-tảng cho sự xuất-gia, khiến Ngài cương quyết từ bỏ cung điện, tùy tùng, những xa-hoa quyền quý. Cuối cùng ý muốn ấy lặng yên, khi Ngài thành-tựu giải-thoát và chứng đạt sự giác-ngộ trọn vẹn.

**Tấn (Cần - viriya):** Đó là sự tinh-tấn trong bốn chánh-cần. Tuy rằng thực-tính pháp (sabhāva dhamma) của tấn như-ý túc và chánh-cần như nhau, nhưng giữa padhāna và vīriya có sự khác biệt chút ít khi tu-tập.

Ví như một học sinh chưa đến thời-kỳ thi, luôn luôn chăm chỉ học hành không hề xao lãng, nhưng mức độ học của cậu từ tốn đều đặn. Gần đến ngày thi, cậu nỗ-lực học bất kể ngày đêm để thành-đạt những gì ấp ủ trong thời gian qua.

Hay ví như người muốn hái quả ngon ngọt trên cây, đầu tiên y chạy chậm chậm từ xa để làm đà tiến, khi chạy đến nơi nhận thấy có thể phóng mình nhảy lên hái trái, y tung hết sức lực nhảy vọt lên để hái trái.

Cũng vậy, sự học đều đặn không xao lãng của cậu học sinh, hay những bước chạy từ xa lấy đà của người nhảy lên cao ví như chánh-cần, còn nỗ-lực học bất kể đêm ngày hay phóng mình vọt lên cao bằng tất cả sức lực đang có, là vīriya (tấn như-ý túc).

Nói cách khác, chánh-cần là sự kiên-trì còn tấn như-ý tức là bước bộc phát của chánh-cần.

Được gọi là tấn như-ý tức, là sự nỗ-lực vượt trội hơn lúc bình thường đi kèm với ý muốn mãnh-liệt "*đạt được mục tiêu*". Một cách khác: tấn như-ý tức là sự nỗ-lực với ý muốn thành-tựu mục-đích, nếu không có ý muốn này thì chỉ là sự tinh-tấn suông giống như người đi dạo trong lúc nhàn rỗi, dù là thường xuyên đi tản bộ, nhưng không có mục-đích rõ rệt, chỉ là sự đi dạo bình thường.

Trong Tương-ưng kinh phẩm Tương-ưng như-ý tức, đức Phật có dạy rằng:

*- Nay chư tỳ-khưu! có bốn như-ý tức, được tu-tập, được làm cho sung-mãn, sẽ đưa đến từ bờ này sang bờ kia. Thế nào là bốn, đó là:*

*Tu-tập như-ý tức câu hữu với dục định tinh-cần hành.*

*Tu-tập như-ý tức câu hữu với tấn định tinh-cần hành.*

*Tu-tập như-ý tức câu hữu với tâm định tinh-cần hành.*

*Tu-tập như-ý tức câu hữu với tư-duy định tinh-cần hành.*

Ở đây, chữ **câu hữu** nghĩa là đi kèm, dính liền với. **Định** có nghĩa là dán chặt vào đối-tượng, nghĩa là có mục-đích (đối tượng) rõ ràng. **Tinh-cần hành** là kiên-trì tu-tập. Chính vì có mục-đích nên sự tinh-tấn có mục tiêu để đạt đến mới trở thành tấn như-ý tức.

Những người có tinh-tấn yếu kém, khi đối đầu với công việc đòi hỏi phải kiên-trì lâu dài thì dừng bước trước phạm-sự. Đó không phải là tấn như-ý tức. Người có tinh-tấn với ý-nghĩa sẽ thành-tựu được kết quả tốt đẹp, có mục tiêu đạt đến rõ ràng như: pháp thân-thông, thiên-định hay đạo-quả, người ấy sẽ không hề thối chí, cho dù có ai nói rằng: "ông phải gặp nhiều thử-thách", người ấy chẳng hề lưu ý đến lời ấy, nếu có gặp thử-thách chẳng nữa, người ấy vẫn không sờn lòng, thối chí.

Nếu có người bảo rằng: "Muốn đạt ý nguyện ấy ông phải nỗ-lực nhiều tháng, năm" và dù phải tinh-tấn trong thời gian dài bao lâu chẳng nữa, người ấy vẫn không nản chí. Đó mới chính là tấn như-ý tức.

Hành-giả nên ghi nhận rằng: "*Sự nỗ-lực với ước muốn thành-đạt một kết quả tốt đẹp theo như-ý, sự nỗ-lực ấy không hề lãng phí, cho dù chưa thành đạt được mục tiêu*".

Trước khi kiết-tập Phật-ngôn lần thứ nhất do trưởng-lão Kassapa chủ trì, trưởng-lão Ānanda không được tham dự vì Ngài còn là vị Thánh Hữu-học (Dự-lưu). Với sự mong ước được tham dự cuộc kiết-tập này, Ngài tinh-tấn hành-đạo với mong ước đạt được quả vị A-la-hán. Khi cuộc kiết-tập được khai mở, Ngài càng ra sức nỗ-lực với nhiệt-tâm mãnh-liệt, gần cuối đêm Ngài mỏi mệt, khởi lên ý nghĩ: "Ta hãy nghỉ ngơi chút ít, rồi tiếp tục hành-đạo". Khi Ngài vừa đặt mình xuống, đầu chưa chạm đất,



chân vừa rời khỏi mặt đất (tức là ở trong tư thế không phải nằm cũng không phải ngồi), Ngài chứng quả Vô-lậu. (Cullavagga)

Nghĩa là: Sự nỗ-lực với mục-đích tốt đẹp sẽ mang lại kết quả lớn, sự nỗ-lực ấy không hề được xem là lãng phí.

**Tâm (citta):** Gọi là tâm, từ ngữ căn CIT là suy nghĩ, suy ngẫm. Tâm như-ý tức là sự gắn bó khít khít với pháp thành-tựu (iddhi), sự gắn bó này mang tính mong cầu tha thiết.

Người có trí suy nghĩ rằng: "Giáo-pháp của đức Phật rất khó có cơ hội gặp được lần nữa, hiện-tại đây, ta là người may mắn gặp được giáo-pháp này, ta hãy thành-đạt được những gì mà những bậc Cổ-đức trong giáo-pháp này đã thành-đạt".

Chính sự suy nghĩ ấy là tâm như-ý tức, nhưng không phải chỉ trong thoáng chốc, mà nó như hơi thở đeo bám vào sự sống, người ấy suy nghĩ rằng: "Sự sống của thân xác này do nương vào hơi thở như thế nào, ý nghĩ thành-đạt giải-thoát khổ trong giáo-pháp này sẽ không hề vơi, không hề phai nhạt trong tâm ta như thế ấy".

Có vị tỳ-khưu là Tissa, khi nghe Đức Thế-tôn sẽ tịch diệt sau ba tháng nữa, vị ấy suy nghĩ rằng: "trước khi Đức Thế-tôn tịch diệt, ta phải đạt được đạo-quả". Và Ngài lặng lẽ đi tìm nơi thanh vắng hành-đạo, trong khi chư tăng mãi miết bàn tán về sự-kiện Đức Thế-tôn sắp tịch diệt. Chư tỳ-khưu phiền trách Ngài "chẳng biết thương-kính Đức Thế-tôn", trình lên Đức Thế-tôn việc này. Đức Thế-tôn cho gọi Ngài đến hỏi, Ngài trình-bày ý nghĩ của mình. Đức Thế-tôn tán thán rằng:

*"Này chư tỳ-khưu! Người nào tôn kính Như-lai, hãy như tỳ-khưu Tissa này".*

Sự suy nghĩ của trưởng-lão Tissa là tâm như-ý tức và trưởng-lão Tissa chứng quả vị A-la-hán sau khi nghe Đức Thế-tôn giảng pháp.

Người có tâm như-ý tức, là người có tâm hướng đến giải-thoát, cho dù sống giữa những xa-hoa xinh đẹp của thế-gian, giữa quyền lực, địa vị tiền tài cùng những điều an-vui thế-tục, giữa những bộ sách huyền thuật và đang nghiên cứu chúng.

Người này vẫn không bị lôi cuốn bởi hạnh-phúc thế-gian, tâm luôn hướng đến những lợi-ích cao siêu, tức là tâm hướng đến thành-đạt (iddhi) sự giải-thoát khổ.

Nói đến giải-thoát, đa số đều cho rằng phải đắc được Thánh-đạo hay Thánh-quả hoặc Níp-bàn.

Thật ra, sự giải-thoát có nhiều cấp độ, trong Paṭisambhidāmagga (Vô ngại giải đạo), chương giải-thoát luận-giải (vi-muṭṭi katṭhā) có ghi rõ từng cấp độ giải-thoát, như là:

*"Gọi là giải-thoát do ý-nghĩa ra khỏi như:*

- Tu-tập từ tâm giải-thoát là ra khỏi sân tâm.
- Tu-tập bi tâm giải-thoát là ra khỏi oán hận tâm.
- Tu-tập hỷ tâm giải-thoát là ra khỏi ganh tị tâm.
- Tu-tập xả tâm giải-thoát là ra khỏi thù oán tâm.

Hay:

- Sơ-thiền là ra khỏi năm pháp cái.
- Nhị-thiền là ra khỏi tầm (viṭakka), tứ (vicāra).
- Tam thiền là ra khỏi hỷ.
- Tứ thiền là ra khỏi khổ-thọ lạc-thọ có từ trước...".

Tâm mong muốn những giải-thoát ấy, không gọi là tâm như-ý túc, tâm như-ý túc là sự mong muốn giải-thoát khỏi hiểm-họa luân-hồi, cấp độ cao nhất là ra khỏi tam giới. Nói gọn hơn, tâm hướng đến sự ra khỏi vĩnh-viễn những trói-buộc, cấu uế, gọi là tâm như-ý túc.

Tâm người này sẽ mãi nguyện thanh thản chỉ khi nào thắm nhuần những vấn đề liên quan đến thành-tựu các pháp ấy. Nó giống như sự cần mẫn, miệt mài chuyên chú của người thợ bạc trong việc tìm phương-pháp biến đổi những thỏi kim loại thô sơ thành vàng bạc, hay trở thành những vật trang sức xinh đẹp. Người thợ kim hoàn có thể quên ăn quên ngủ, hoặc không biết đã ăn chưa, y không thích cái gì khác ngoài nghệ thuật giả kim của y, khi ra ngoài tuy tiếp cận với những cảnh sắc, thính... nhưng y không quan tâm chi cả, chỉ mãi suy-tư những gì liên quan đến công việc của y.

Tâm như-ý túc là sự chuyên chú gắn bó với pháp giải-thoát cũng như thế ấy.

**Thẩm sát hay suy-tư (vimamsa):** Đó là trí-tuệ, loại trí-tuệ suy-tư đến cái khổ cùng cực trong địa-ngục cùng với nỗi khổ dính theo trong vòng luân-hồi. Đồng thời, đó cũng là trí biết rõ lợi-ích của các pháp thành-đạt.

Trí này có thể an-trú vào những pháp thâm-sâu vi-diệu và hiểu rõ bản-chất của các pháp ấy.

Người có trí như-ý túc, một loại trí suy-gẫm về sự thống-khổ cùng với phương-pháp thoát khỏi khổ, không còn cảm thấy vui thích với khoái-lạc của thế-gian. Người ấy chỉ thỏa-thích, hài lòng với pháp iddhi thâm sâu vi diệu. Nếu như ước muốn của người này càng to lớn cao cả thì trí này khi thành-đạt càng thâm-sâu vi-diệu bấy nhiêu.

Người có ước muốn thành Đấng Đại-giác, khi thành-đạt trí này trở thành Nhất-thiết trí, người có ước muốn thành Thượng-thủ Thịnh-văn, khi thành-đạt trí này cũng trở thành đệ nhất trong hàng Thánh đệ tử ...

**Lợi-ích của bốn như-ý túc**

Có những hành-giả hỏi rằng: "Cứ chuyên tu bốn Niệm-xứ không cần có bốn Như-ý túc được không?".

Câu trả lời dứt khoát là **không**. Vì rằng, nếu tu-tập bốn Niệm-xứ không có hoài bão đạt được sự dứt khổ sẽ dẫn đến chệnh mảng trong tu-tập, khi thì tinh-tấn thối thất, khi thì tâm không còn khấn khít vào đối-tượng. Đối-tượng mà tâm cần hướng đến ở đây là Níp-bàn, đối-tượng ấy không còn hấp dẫn tâm, sự suy-tư đến giải-thoát trở nên mờ nhạt và trí-tuệ người ấy trở nên cằn cỗi, không đủ sức bén nhạy để cắt lìa những cảm dỗ của thế-gian. Đức Phật có dạy rằng:

*- "Này chư tỳ-khưu! Nếu tỳ-khưu y tựa dục, được định được nhất tâm, gọi là dục định. Vị ấy đối với các bất-thiện pháp chưa sanh, khởi ý không cho sanh-khởi với sự tinh-cần nhiệt-tâm. Đối với bất-thiện pháp đã sanh, khởi ý muốn diệt tận với sự tinh-cần nhiệt-tâm.*

*Đối với thiện-pháp chưa sanh-khởi ý muốn làm cho sanh-khởi với sự tinh-tấn nhiệt-tâm.*

*Đối với thiện-pháp đã sanh, khởi ý muốn làm cho an-trú, làm cho tăng-trưởng với sự tinh-cần nhiệt-tâm.*

*Như vậy, đây là dục, đây là dục định, đây là những pháp tinh-cần hành.*

*Này chư tỳ-khưu! Đây gọi là như-ý túc với dục định tinh-cần hành ...". (Tương-ứng kinh)*

Đoạn kinh trên cho thấy rằng: "nếu không có dục như-ý, tâm sẽ không thể an-trú đồng thời sự tinh-cần đoạn trừ những bất-thiện pháp và làm sanh-khởi thiện-pháp cũng không có.

Người có một trong bốn pháp như-ý túc thì trong quãng đời tu-tập còn lại, không còn chấp-nhận hay biện minh cho sự bất lực, sự thối thất nỗ-lực hành pháp niệm-xứ, như niệm thân trong thân hay những pháp ở mức độ cao là bảy pháp thanh-tịnh.

Người không có pháp như-ý túc nào cả, sẽ không thể phân biệt được sự vô dụng hay có ích của đời sống này. Đời sống này sẽ vô dụng nếu cứ mãi chạy theo cảnh trần, đời sống có ích là đời sống tìm thấy hương vị giải-thoát.

Người không tu-tập pháp như-ý túc nào cả, sẽ không thấm nhuần chiều sâu của giáo-pháp và họ chấp-nhận sự bất lực hoặc biện minh cho sự bất lực.

Trong kinh Mahā parinibbāna, đức Phật có dạy Ngài Ānanda rằng:

*- "Này Ānanda! Những ai tu-tập bốn như-ý túc, tu-tập nhiều lần, tu-tập lão luyện, nếu người ấy muốn có thể sống đến trọn kiếp hay một phần kiếp còn lại".*

Người tu-tập một trong bốn pháp như-ý túc, có thể đạt đến sự thành-tựu pháp siêu-thế ngay trong kiếp sống này hoặc kiếp sống sau ở cõi chư-thiên.

Nếu như tu-tập hai hay ba pháp như-ý túc thì chẳng cần phải giải thích nhiều. Người chỉ tu-tập một pháp như-ý túc sẽ làm cho bốn pháp như-ý sung-mãn, đức Phật gọi là người có một phần bốn như-ý túc. Người tu-tập đầy đủ bốn pháp như-ý túc, làm sung-mãn bốn pháp như-ý túc. Đức Phật gọi là người toàn diện.

Bốn pháp như-ý túc này còn có tên là pháp trưởng (adhipaṭṭidhamma) vì sẽ làm cho các pháp đi chung (sahagaṭajāṭi) lớn mạnh, tăng-trưởng, ví như người thầy giỏi huấn luyện môn đệ càng ngày càng tốt đẹp, thiện xảo trong những môn nghệ thuật.

Hành-giả tu-tập một trong bốn pháp như-ý túc, gọi là người đang tu-tập tâm trở nên chói sáng, rộng mở, không gò bó (apariyosaddhena) vì tâm sẽ không rơi vào thụ-động, co rút cũng không bị phân tán bởi các cảnh trần, cả ngày lẫn đêm đều như thế.

Trong trường-hợp những người chưa tu-tập một pháp như-ý túc nào, cần gấp rút tu-tập một pháp đính kèm với pháp-hành tứ Niệm-xứ.

Nếu như không tu-tập một trong bốn pháp như-ý túc, sẽ dễ-dàng chấp-nhận sự bất lực, thối thất, để rồi biện minh cho sự thối thất tinh-tấn bằng những lý lẽ như: "Bây giờ là thời mạt pháp nên không thể có đạo-quả", "hiện-tại chỉ là người nhị-nhân nên đạo-quả khó thành-đạt" hoặc "do duyên phước ba-la-mật chưa tròn đủ ...".

Nói cách khác, họ bằng lòng chấp-nhận thua cuộc trong sự nỗ lực, bằng lòng từ bỏ những lợi-ích quý báu trong giáo-pháp này như bốn Niệm-xứ chẳng hạn, mà lẽ ra họ sẽ đạt được nếu như có sự tinh-tấn cùng với sự mong ước.

Cần phải biết rằng: "**Chính sự chấp-nhận bất lực, là con đường rộng lớn đưa đến khổ-cảnh**".

Như vậy, những người này nên học hỏi, suy ngẫm các bài kinh, từ đó có thể khởi dậy lòng nhiệt thành mong ước những pháp đưa đến sự thoát khổ.

Những người này nên tìm đến vị minh-sư, vị minh-sư có thể làm khởi dậy sự nhiệt-tâm và họ sẽ nương dựa vào vị minh-sư ấy trong sự tu-tập Chỉ hay Quán.

Đức Phật có dạy rằng:

*Chandiddhipādaṃ bhāveṭi.  
Vīriyiddhipādaṃ bhāveṭi.  
Cittiddhipādaṃ bhāveṭi.  
Vimamsiddhipādaṃ bhāveṭi.*

*Tu-tập dục được thông đạt.  
Tu-tập cần được thông đạt.  
Tu-tập tâm được thông đạt.*

*Tu-tập tư duy được thông đạt.  
(Tương-ưng kinh)*

Có nhiều hành-giả với thời gian tu-tập dài nhưng không đạt được kết quả lớn, chỉ quanh quẩn trong một số kết quả thiền khiêm-tốn, như thiền Chỉ chỉ đạt được cận-định, thiền Quán chỉ gấp ghé ở tuệ phổ-thông, nguyên-nhân là do không có ước muốn tiến cao hơn nên sự tinh-tấn chỉ là sự duy trì chứ không đưa đến nỗ-lực quyết định, giống như người muốn hái trái cây trên cao, nhưng vẫn chạy đều, không chịu nhảy vọt lên để hái trái.

Hành-giả cần biết rõ rằng: Dục như-ý là vị thuốc cần thiết hay thang thuốc trị bệnh.

Trường-hợp về tấn như-ý túc, tâm như-ý túc, trí như-ý túc cũng tương-tự như thế.

*Mức độ vững mạnh của iddhipāda được kể vào lúc nào?* Vào lúc tâm an-trú vững trong pháp Chỉ-tịnh hay Minh-quán, tức là lúc hành-giả đạt đến cận-định hay tuệ phổ-thông.

Giống như một học sinh, ở giai-đoạn tiểu học, trung học, cậu chưa định hướng được ngành nghề trong tương-lai, nhưng khi tốt nghiệp phổ-thông, tùy theo khả-năng hay năng khiếu, cậu sẽ có ước muốn mình trở thành bác-sĩ, kỹ-sư, ...

Cũng vậy, khi hành-giả đạt đến cận-định hay Phổ-thông tuệ, tùy theo năng-lực ba-la-mật đã tạo trữ, bấy giờ một trong bốn pháp như-ý khởi lên để làm trưởng (adhipati) và những pháp kia sẽ nương vào vào đó để sanh lên, hành-giả tu-tập với sự nỗ-lực để rồi bốn pháp như-ý túc trở nên sung-mãn, đi đến thông-đạt pháp thoát khổ.

Sự thọ-trì các pháp dhuṭaṅga (đầu đà), đi kinh-hành ... sẽ làm khởi dậy sự tinh-cần như-ý túc.

Suy-gẫm quán-xét các đề tài thâm-sâu của giáo-pháp như phân-tích tứ-đại, quán-tưởng vật-thực, quán-tưởng bốn món vật-dụng ... sẽ làm khởi dậy trí như-ý túc.

Nếu một trong bốn pháp căn-bản của sự thành-đạt được an-trú là dục như-ý, cần như-ý, tâm như-ý, trí như-ý, chắc chắn sự thông-đạt, sự thành-tựu các pháp của bậc thiện-trí-thức, sẽ trở thành hiện thực tùy theo pháp độ ba-la-mật của người ấy.

Các bộ Sớ-giải có giải thích rằng: Người không có pháp iddhipāda cũng giống như người thuộc giai cấp nô-lệ (caṇḍala).

Lẽ thường, những người nam thuộc giai cấp này, không hề mơ ước mình trở thành vị vua, họ an phận trong kiếp sống tôi đòi.

Thật ra, nếu ở giai cấp nô-lệ, người có ước muốn thành-đạt một địa vị tốt hơn, người này vẫn có thể thành-tựu được.

Trong Trường-bộ kinh, bài kinh Ambaṭṭha sutṭa có ghi câu chuyện thanh niên Ambaṭṭha thuộc giai cấp Bà-la-môn đến yết kiến đức Thế-tôn, nhưng cậu vô lễ với đức Thế-tôn vì cho rằng giai cấp mình là cao quý hơn giai cấp Sát-đế-ly đồng thời mạ lỵ dòng Thích-ca. Đức Thế-tôn đã chỉ ra tổ phụ của Ambaṭṭha là Kaṇha con của nữ nô tỳ Dīsā, nhưng Kaṇha trở thành vị tu sĩ có nhiều chú thuật đại tài và cưới được cô công chúa dòng Thích-ca dưới triều vua Okkāka và dòng Kaṇhāyana trở thành dòng Bà-la-môn. Người không có một trong bốn pháp như-ý tức cũng ví như người nô-lệ an phận trong kiếp nô-lệ, trái lại người chỉ một pháp như-ý khởi lên và an-trú. Người ấy có thể thay đổi hoàn cảnh và trở nên tốt đẹp hơn. như nô-lệ Kaṇha trở nên vị phò mã.

Người có một trong bốn pháp như-ý tức cũng ví như vị Hoàng-tử. Lẽ thường, vị Hoàng-tử luôn mong ước trở thành vị Hoàng-đế trong tương-lai. Vì thế, người có trí trong thời giáo-pháp đức Phật hiện-tại, nên cố-gắng đạt cho được bốn pháp như-ý, an-trú vững đồng thời làm sung-mãn bốn pháp này, người ấy có thể phá tan-trú-xử của thân-kiến, thành-đạt những pháp chứng cao-thượng ngay trong giáo-pháp của đức Phật hiện-tại, tùy theo phước độ ba-la-mật được tích lũy. Bốn pháp như-ý tức có thể thay đổi địa vị từ phàm-nhân trở thành bậc Thánh, cũng như nô-lệ Kaṇha thay đổi địa vị từ giai cấp nô-lệ trở thành rể đức-vua Okkāka vậy.

-ooOoo-

## Chương V

# NGŨ QUYỀN

### (Pañcindriya)

Quyền (*Căn - Indriya*) được giải thích như sau:

*Indassa kammaṃ idriyaṃ - Hành động của vua chúa gọi là quyền.*

Indriya mang ý-nghĩa trị vì hay kiểm-soát bởi người cai trị. Nghĩa là người đang trị vì, không có ai có thể đi ngược lại ý muốn của vị ấy..

Ở đây, trọng tâm là sự kiểm-soát tâm bởi năm quyền:

Tín-quyền (*saddhindriya*).

Tấn-quyền (*vīriyindriya*).

Niệm-quyền (*saṅghindriya*).

Định-quyền (*samādhindriya*).

Tuệ-quyền (*paññindriya*).

Trong bộ Paṭisambhidā magga, chương Quyền luận-giải (*indriyakathā*) có giải thích rõ về năm quyền này, tóm lược như sau:

**Tín-quyền** do ý-nghĩa là hướng tâm tin, đoạn trừ sự vô-tín.

**Tấn-quyền** do ý-nghĩa là nâng đỡ, đoạn trừ sự biếng nhác.

**Niệm-quyền** do ý-nghĩa là trụ vững, đoạn trừ sự dễ-duôi.

**Định-quyền** do ý-nghĩa là không tán-loạn, đoạn trừ phóng tâm.

**Tuệ-quyền** do ý-nghĩa là thấy rõ, đoạn trừ vô-minh.

### Tín-quyền (*saddhindriya*)

Nói đến tín-quyền đồng nghĩa nói đến đức-tin nhưng đức-tin không phải là tín-quyền, bao giờ đức-tin lớn mạnh, sung-mãn, có khả-năng cai quản các pháp đồng sanh trong việc hướng tâm tin, khi ấy mới trở thành tín-quyền.

Đức-tin có hai loại:

- Pakaṭi saddhā: Thường tín là đức-tin thông-thường.

- Bhāvanā saddhā: Tín tu-tập là đức-tin do tu-tập thiền Chỉ hoặc thiền Quán.

### Thường tín.

Là loại đức-tin hướng dẫn thực-hành những pháp thiện như bố-thí, trì-giới hay tu-tập thiền với mục-đích gieo duyên, thực-hành thiền Chỉ hay Quán trong một lúc nào đó rồi thôi, quay trở về với đời thường, quay trở về với trần-cảnh, một loại thiền không đem lại sự định tâm nào đáng kể.

Loại đức-tin này ở mức độ nào đó, nó cũng có thể kiểm-soát các pháp hưởng tâm tin: như tin quả tốt có từ việc làm như bố-thí, trì-giới... tức là tin vào nghiệp-báo. Nhưng sự kiểm-soát này không đạt đến mức độ an-trú tâm vào đức-tin, nó chỉ ở mức độ bình thường với bố-thí, trì-giới, thiền tập gieo duyên mà không tiến xa hơn nữa.

Nếu không có đức-tin, tâm không bao giờ thiên về những thiện-nghiệp, bản chất tự-nhiên của tâm là vui thích trong việc ác.

Loại thường-tín này luôn nương tựa vào kẻ khác, nương tựa vào kinh-điển, nên nhiều khi bị lạm dụng, dễ trở thành tà-tín, bị các tà-sư lợi dụng, sai sử làm những điều xằng bậy, tạo thành những ác-nghiệp, điển hình là nàng Ciñcā.

Trong thời hiện tại, phần lớn Phật-tử sống với thường-tín vì ít có thời gian học hỏi giáo-lý, đã ít học hỏi thì làm gì có sự chiêm-nghiệm giáo-pháp để phân biệt được "đây là thiện đây là bất-thiện, đây là chân lý đây là phi chân lý, đây là lời Phật dạy đây không phải là lời Phật dạy, lời Phật dạy này có ý-nghĩa như vậy như vậy...". Và thế là, sự bị lợi dụng cũng dễ-dàng phát-sanh.

Nhưng vì sao đức-tin vốn tốt đẹp lại có thể trở thành tệ hại như vậy?

Là vì do y cứ vào kẻ khác mà không có thực-chứng. Cũng ví như con suối trôi chảy về sông lớn do y cứ trên đất nếu đất có nhiều độc chất, nước trong sạch sẽ trở thành nước độc.

Trong Tăng-chi kinh, đức Phật có dạy:

*"Này người Kālāma chớ vội tin những gì do bậc Đạo Sư chỉ dạy.*

*Chớ vội tin những gì do kinh-điển lưu lại.*

*Chớ vội tin những gì do truyền-thống.*

*Chớ vội tin những gì hợp theo suy nghĩ ... hãy dùng trí-tuệ-quán-xét: đây là thiện, đây là bất-thiện ..."*

Ngay cả niềm tin đặt vào đối-tượng là Tam-bảo: Phật-Pháp-Tăng cũng cần có trí-tuệ.

Hành-giả cần lưu ý rằng: Nếu tin vào ân-đức Tam-bảo mà không hiểu được ý-nghĩa các ân-đức ấy, thì cũng chỉ là đức-tin bình thường, tuy có quả tốt đẹp hơn so với các quả tốt khác, nhưng cũng chỉ là hạn hẹp.

Tin vào ân-đức Phật ở đây là tin vào trí giác-ngộ pháp giải-thoát của đức Thế-tôn.

Tin vào ân-đức Pháp là tin vào chân lý: Đây là khổ, đây là nguyên-nhân sanh khổ, đây là sự diệt khổ, đây là con đường đưa đến sự diệt khổ.

Tin vào ân-đức Tăng là tin vào sự chứng-đắc Níp-bàn qua bốn quả: Dự-lưu quả, Nhất-lai quả, Bất-lai quả và Ứng-cúng quả.



Tướng của đức-tin là sự trong sạch và lướt tới, như lời Ngài Nāgasena nói với đức-vua Milinda:

*"Tâu Đại Vương! Đức-tin có tướng là sự trong sạch và tư cách lướt tới".*

Paṭisambhidā-magga có ghi rằng:

*"Nên thấy tín-quyền do ý-nghĩa hướng tâm tin, là giới thanh-tịnh, tẩy sạch sự vô-tín ở giai-đoạn đầu".*

Chính tin vào sự giác-ngộ, tìm thấy con đường tám chi của Đức Thế-tôn, nương vào trí suy xét qua khía cạnh thiện, bất-thiện, hành-giả sẽ mạnh dạn đi vào thực-hành bát chánh-đạo, thanh-lọc dần những bất-thiện pháp.

Bấy giờ đức-tin ấy trở thành tín-quyền, đức-tin ấy gìn-giữ giới, hộ trì-giới không bị hư hoại, không bị ô-nhiễm, làm trong sạch giới.

Chính đức-tin bình thường cũng trợ giúp cho sự giữ giới, một người không tin vào quả báo tốt đẹp của bát quan giới, họ sẽ không thọ-trì tám giới.

Mặt khác, tuy tin vào quả lợi-ích của giới-hạnh như năm giới, tám giới, nhưng không giữ gìn năm giới nghiêm túc, cũng như không thọ-trì tám giới, đã nói lên sự thối thất tinh-tấn, đồng thời lui sụt đức-tin hay đức-tin bị ô nhiễm bởi cảnh trần, sự kiểm-soát tâm không còn vững mạnh.

Nói cách khác, sự kiểm-soát tâm do đức-tin bình thường không thể vững-chắc bằng sự kiểm-soát tâm do đức-tin tu-tập bởi pháp thiên.

Cũng ví như người có được hồ nước mát trong sạch, nhưng không hề chịu tắm rửa dù thân người ấy đầy bụi bặm, không hề uống nước dù họ đang khát cháy cổ.

Người ấy chỉ có niềm tin: "đây là nước thiêng đáng cung-kính, cúng dường" và chỉ còn biết quì xuống lễ bái cầu nguyện mà thôi. Thế là, người này vẫn dơ bẩn và khát như bao nhiêu người không có hồ nước mát.

### ***Đức-tin do tu-tập***

Là đức-tin được chứng nghiệm, nó trở nên vững-chắc vì đã thấy rõ, hiểu rõ kết quả của sự thực hành thiện-pháp.

Trong việc chú tâm vào đề mục nghiệp-xứ, tức là đề mục thiên Chi hay thiên Quán, đức-tin bình thường không hề có tác-dụng tốt trong sự kiểm-soát tâm, vì tâm luôn có khuynh-hướng chống lại đức-tin này, có khuynh-hướng chùn bước hay quay mặt sang chỗ khác.

Nói cách khác, niềm tin suông, niềm tin không có trí-tuệ không ích lợi gì trong sự tu-tập.

Một người tin vào ân-đức tối-thượng nơi đức Phật, Giáo-pháp và đức Tăng, hằng ngày anh ta quì đánh lễ cầu xin được thoát khổ, chắc chắn sự khổ ấy vẫn đến với anh ta.

Đức Thế-tôn xác nhận rằng: *"Nhu-lai chỉ là bậc Đạo-sư, chỉ rõ con đường đi đến sự diệt khổ, người nào tin vào Nhu-lai, đi theo con đường ấy sẽ đến nơi diệt khổ"*.

(Gaṇakamoggallāna sutṭa)

Trong Tương-ưng kinh, có ghi lại mẫu đối thoại giữa Đức Thế-tôn và trưởng-lão Sārīputṭa tóm lược như sau:

- *"Này Sārīputṭa! Người có tin không? tín-quyền được tu-tập, được làm cho sung-mãn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm mục-đích, lấy bất tử làm cứu cánh."*

- *Bạch Thế-tôn! Ở đây con không đi với lòng tin của Thế-tôn. Bạch Đức Thế-tôn! Với những ai không thấy, không hiểu, không chứng ngộ, không đạt đến trí-tuệ, cần phải đi với lòng tin kẻ khác."*

*Bạch Thế-tôn! Còn những ai, đã thấy đã hiểu đã chứng ngộ, người ấy không còn nghi ngờ, không còn phân vân rằng: Tín-quyền được tu-tập, được làm cho sung mãn, thể nhập vào bất tử, lấy bất tử làm mục-đích, lấy bất tử làm cứu cánh."*

- *Lành thay! Này Sārīputṭa!"*.

Đoạn kinh trên cho chúng ta thấy ý-nghĩa rằng: khi chưa chứng đạt Níp-bàn, đức-tin cần nương dựa vào kẻ khác (ở đây là Tam-bảo) đính kèm với trí-tuệ.

Đức-tin ấy sẽ trở nên vững mạnh, không cần phải nương tựa vào người khác khi đã chứng ngộ Níp-bàn, trở hành tín-quyền kiên-cố bất-động.

Nhưng rõ ràng rằng: Người ấy phải tu-tập làm cho sung-mãn đức-tin ấy. Như vậy, chính đức-tin khi tu-tập, như thực-hành pháp niệm hơi thở chẳng hạn, mở đường cho việc đạt đến sức mạnh, có được năng-lực lớn, đi đến giải-thoát khổ.

Người nương theo đức-tin thực-hành pháp quán niệm-xứ chứng đạt Dự-lưu, được gọi là bậc Tùy tín-hành.

Trong ba mươi bảy pháp trợ-đạo, đức-tin do tu-tập chính là tín-quyền.

Trong lãnh-vực thực-hành những pháp thiền Chi hay Quán, đức-tin được **hiển-lộ** bằng trạng-thái ổn-định tâm khiến tâm không bị giao động do sự vô-tín, hay nghi-hoặc, phân-vân, lưỡng-lự xen lẫn vào.

Đức-tin **có năng-lực** áp chế được hoài-nghi, khi niềm tin phát huy sức mạnh, sự nghi-hoặc không có cơ hội sanh lên.

**Tướng của đức-tin** là tẩy sạch uế nhiễm, hành-giả khi tu-tập có thể nhận biết tướng của đức-tin qua ấn-tướng của đề mục thiền, khi đức-tin an-trụ vững vàng, tâm không bị tán-loạn, ấn-tướng trở nên rõ ràng, không bị mờ nhạt, đó là *tướng của đức-tin được hiển-lộ*.

Ví như có người muốn dùng nước trong sạch, y mức nước ở hồ ao đem về, cho vào bình lọc với ba lớp đá lớn, đá nhỏ, cát. Lớp đá lớn giữ lại những vật bẩn lớn, , lớp đá nhỏ giữ lại những vật bẩn trung-bình, lớp cát sau cùng sẽ giữ lại những cặn bụi nhỏ li ti và nước chảy qua ba lớp lọc trở nên trong sạch.

Nước ví như tâm, tâm luôn luôn bị những cảnh trần quyến-rũ, xâm nhập vào làm tâm trở nên nhơ bẩn. Lớp đá lớn ví như giới thanh-tịnh, nhờ giới áp chế, ngăn chặn, nên nước thấm qua lớp đá lớn được trong sạch.

Ở giai-đoạn đầu tâm thoát ra những phiền-não thô-thiển do cảnh trần gây nên nhờ giới thanh-tịnh.

Lớp đá nhỏ ví như ý-giới, nước tâm thấm qua ý-giới, khiến các phiền-não khởi lên từ ý như ganh tị, bòn xén, xan tham ... không có cơ hội xâm nhập, tâm lại trong sạch hơn.

*Nhưng ý-giới là gì?* Chính là sự cố ý (cetanā). đức Phật có dạy rằng:

*"Cetanāhaṃ bhikkhave sīlaṃ vadāmi.*

*- Đây chứ tỳ-khưu! Như-lai dạy rằng: Sự cố ý là giới".*

Tâm được ý-giới ngăn chặn, là do không có cố ý làm những điều ác, những tư-tưởng bất-thiện không có cơ hội sanh-khởi, hay sanh-khởi lên bị diệt trừ ngay. Lớp cát mịn ví như giới ở vùng tùy-miên, giữ lại những phiền-não vi-tế. Nói cách khác, những phiền-não tùy-miên được ngăn trừ và nước tâm trở nên tinh-khiết. Tư cách làm cho tâm trở nên trong sạch như thế là tướng của đức-tin. khi tâm trở nên trong sạch, các ấn-tướng thiền cũng trở nên trong sáng rõ ràng. Chính tư cách làm cho tâm trong sạch không còn uế nhiễm là tín-quyền.

Nếu hành-giả vẫn duy trì và phát-triển đức-tin tu-tập, ngày càng sung-mãn trong lãnh vực Chỉ hoặc Quán, khả-năng tiêu diệt thân-kiến, hoại-nghi ở vùng tùy-miên có thể đạt được ngay trong kiếp sống này.

**Tấn-quyền (vīriyindriya).**

Nói đến tấn-quyền nghĩa là nói đến sự tinh-tấn cai quản các pháp đồng sanh, làm chung công việc là nâng đỡ. Ở mức độ nào đó, tinh-tấn chưa trở thành quyền, tinh-tấn có hai loại là:

Pakaṭi vīriya: Tinh-tấn thông-thường.

Bhāvanā vīriya: Tinh-tấn tu-tập bằng pháp thiền.

*Tinh-tấn tu-tập* cũng có hai loại:

Kāyika vīriya: Tinh-tấn thuộc về thân, như thọ-trì hạnh đầu đà (dhuṭaṅga) chẳng hạn.

Ceṭasika vīriya: Tinh-tấn thuộc về tâm (là sở-hữu tinh-tấn).

Tinh-tấn bình thường và tinh tấn thuộc về thân có thể nhận ra dễ-dàng. Người có tinh-tấn trong những vấn đề thuộc thể tục, có thể dễ-dàng đạt được tinh-tấn tu-tập.

Nhưng nếu thực-hành thân tinh-tấn như bớt ăn, bớt ngủ nghỉ, kiên-trì theo một thời khóa biểu trong sinh hoạt tu-tập hằng ngày, nhưng không có tâm tinh-tấn, thì kết quả đạt được chẳng có gì đáng kể lắm.

Giống như một học sinh, lòng không muốn học nhưng hằng ngày vẫn cắp sách đến trường, trong khi học, tâm cậu ta chệnh mảng, lơ đãng trong các buổi học, cho dù học cả năm, kiến thức của cậu chẳng là bao, thậm chí không muốn nói là một học sinh dốt.

Cũng vậy, tinh-tấn tu-tập ở đây chủ yếu là tâm tinh-tấn, còn thân tinh-tấn là phần trợ giúp cho sự tu-tập càng lúc càng thêm vững-mãnh.

Người có thân tinh-tấn, nhưng không có tâm tinh-tấn, sự định tâm trong các đề mục như niệm hơi thở ... không thể đạt được, cho dù thời gian thực-hành thiền có dài bao lâu chẳng nữa cũng không đạt đến tâm thanh-tịnh.

Bất kỳ loại công việc nào, sẽ nhanh chóng thành-tựu với kết quả khả quan, nếu người thực-hành công việc đúng đắn và thích đáng. "**Sự đúng đắn và thích đáng**" nói lên ý-nghĩa làm chủ công việc. Trái lại, nếu công việc làm chủ người thực-hiện, công việc ấy khó làm xong, có xong chẳng nữa cũng mất nhiều thời gian, "*công việc làm chủ*" có nghĩa là việc làm không có nhiệt-tâm thật sự, tức là không có tâm tinh-tấn.

Sự tu-tập thiền Chỉ hay Quán, thiếu vắng tâm tinh-tấn, tâm trạng của hành-giả sẽ rơi vào "*không thích-thú*", đôi khi mong mỗi khóa thiền tập mau kết thúc để trở về nhà, giống như một học sinh mong đến kỳ nghỉ hè để khỏi mang cực hình *đi học*.

Tâm trạng không thích-thú trong thiền, dẫn đến sự uể-oải trong các oai-nghi, thế là lười-biếng xuất hiện. Lười-biếng xuất hiện, việc thực-hành thiền ngưng đọng, lại làm tăng-trưởng sự lười-biếng.

Khi ấy, tâm hành-giả khởi lên ý nghĩ: "Có lẽ đề mục này không hợp với mình, nên thay đổi đề mục khác". Nhưng dù cho có thay đổi đề mục nào cũng vậy thôi, cũng chẳng có kết quả gì, nó cũng giống như sự khởi động cỗ xe, để rồi cỗ xe vẫn nằm ì ra

đó. Vì sao? Vì nguyên-nhân cần thiết phải có là "Sự tinh-tấn của tâm", nhưng sự tinh-tấn của tâm lại không có.

Người đã thiếu tâm tinh-tấn, ngay cả công việc thế tục, dù có thay đổi từ việc này sang việc khác, từ việc khác sang việc khác nữa, những công việc ấy luôn luôn bị bỏ dở, chẳng có việc nào hoàn tất cả. Chỉ khi nào người ấy thích-thú một công việc nào đó, việc ấy mới chóng thành và có kết quả.

Việc tu-tập thiền cũng vậy, nếu người thực-hành có đủ tinh-tấn về thân lẫn tâm, sự tinh-tấn càng vững mạnh, trở nên sung-mãn, già dặn theo dòng thời gian tu-tập, điều này gọi là ***tinh-tấn tu-tập***.

Và trong 37 pháp trợ giác-ngộ, ***tinh-tấn tu-tập*** này được gọi là tấn-quyền.

Tướng (lakkhana) của tấn-quyền là làm biến mất sự uế-oải, dã-dượi, lười-biếng trong lúc hành thiền, đồng thời hiển-lộ ra sự hăng-hái nỗ-lực, thích-thú trong đề-mục và sự chú tâm vào đề-mục ngày càng khẩn khít.

Hành-giả cần làm khởi dậy tinh-tấn tu-tập, vì phạm-sự của tinh-tấn là trợ giúp, nâng đỡ các pháp đồng sanh được vững mạnh.

### **Niệm-quyền (*satindriya*).**

Niệm-quyền với ý-nghĩa là trú-vững. Lẽ thường niệm được an-trú trong các đề mục thiền như: Niệm-xứ, niệm-thân (*kāyagasaṭi*)... Niệm cũng có hai loại là:

Pakaṭi saṭi: niệm thông-thường.

Bhāvanā saṭi: niệm tu -ập.

***Tướng của niệm*** là sự chú yù. Đối với các công việc thế tục bình thường, sự chú ý đến cũng là một yếu tố trợ lực cho kết quả tốt đẹp như người thợ thêu, chú ý đến mũi kim đường chỉ khiến các hoa văn của mẫu thêu trở nên xinh đẹp sắc sảo.

Nếu không có sự chú ý, tuy có cố-gắng hoàn tất công việc, công việc ấy cũng không có kết quả vững-chắc, kết quả ấy chỉ tồn tại trong thời gian ngắn rồi trở nên hư hoại.

Không có sự chú ý đồng nghĩa có sự dễ-duôi, ngay cả việc học kinh, tụng kinh nếu không có sự chú ý, sẽ không thể học thuộc bài kinh mau chóng, sự tụng kinh sẽ bị vấp vấp hay nhầm lẫn.

Niệm thông-thường đã có lợi-ích như thế, nói gì đến niệm tu-tập. Chính bốn pháp niệm-xứ là niệm tu-tập, khởi đầu cho con đường đi đến giác-ngộ, đi đến sự thoát khổ, thành-đạt pháp siêu-thế.

Tướng của niệm sẽ hiển-lộ khi ấn-tướng thiền an-trụ vững, hành-giả thấy rõ từng chi tiết của ấn-tướng cũng như nhận biết từng trạng-thái tâm đối với ấn-tướng.

Gọi là niệm-quyền là sự cai quản, kiểm-soát các pháp-hành đang sanh-khởi trong sự chú ý, bằng trạng-thái trú-vững. Do đó, khi niệm luôn dán chặt vào đề mục khẩn khít đến mức độ dường như không thể xa lìa đề mục, tâm luôn kề cận với đề mục, cho dù hành-giả không chú ý nhiều lắm, đề mục thiền vẫn hiển-lộ rõ ràng, **đó là tướng của niệm-quyền**, ví như sợi dây vằm xỏ mũi con bò được quấn nhiều vòng quanh cọc đóng cứng xuống đất, con bò luôn gần gũi cái cọc.

Cũng cần biết rằng: *phận-sự của niệm là ghi nhớ, phận-sự của tướng là nhớ lại.*

Trong sự tu-tập niệm thiền Chi, hai pháp niệm -tướng sẽ hỗ-trợ tích cực cho định, một đằng ghi nhớ (niệm) dấu ấn đề mục, một đằng nhớ lại (tướng). Khi nhớ lại, rồi lại ghi nhớ, sự-kiện này được lập đi lập lại nhiều lần, khiến ấn-tướng thiền được thường xuyên cọ-xát, càng lúc càng rõ ràng hơn.

Ví như người họa sĩ vẽ tranh, trước tiên anh phát thảo những nét vẽ mờ nhạt, sau đó anh từ từ tô đậm những nét ấy, khiến những nét vẽ trở nên rõ ràng sinh động.

Hoặc ví như đứa bé học viết chữ, cô giáo viết những chữ mẫu cho đứa bé tập viết, đứa bé đồ chữ mẫu, vài chữ đầu tiên, có thể không trùng với nét chữ mẫu nhưng qua vài chữ, nó có thể đồ đúng theo nét chữ mẫu, càng về sau, nét chữ của đứa bé càng gọn, càng nhuần nhuyễn và sắc sảo.

Cũng vậy, hành-giả giai-đoạn đầu tu-tập thiền, dấu hiệu của đề-mục chưa hiện rõ, chỉ mờ nhạt, nhờ có tướng nhớ lại, niệm lại ghi nhớ, ghi nhớ rồi nhớ lại, sự-kiện này được lập đi lập lại nhiều lần, dấu hiệu đề mục thiền được trui rèn, trở nên hiện rõ với hành-giả, khi ấn-tướng thiền đã rõ ràng niệm an-trú vào đó. Khi ấy, tâm không còn loạn-động, không còn xa rời đề mục, đó là lúc niệm chiếm ưu thế, bấy giờ các pháp đồng sanh với niệm cũng trú-vững trong đề mục trở thành niệm-quyền.

### **Định-quyền (*samādhindriya*).**

Định-quyền có ý-nghĩa: làm cho các pháp đồng sanh gom lại, không cho tán-loạn. Định chưa trở thành quyền, nó có hai loại:

Pakaṭi samādhi: định thông-thường.

Bhāvanā samādhi: định tu-tập.

Định thông-thường là loại định có trong sát-na tâm (*khaṇa*) nó gom các pháp trong tâm an-trú trong cảnh sắc, thanh, hương, vị, xúc, hay trong bố-thí, trì-giới ...

Định tu-tập là cận-định hay định kiên-cố. Định tu-tập có mãnh lực thiêu đốt các phiền-não nhất là các pháp chướng-ngại, ví như sức nóng mặt trời được gom lại trong tròng kính, có thể phát ra tia lửa thiêu đốt các vật khác.

*Tướng của định-quyền* được hiển-lộ khi **tâm hoàn toàn yên-lặng, không bị xao động**, khi ấy vùng triền (saṃyojana) yên-lặng, những phiền-não ở vùng triền bị áp chế không thể sanh-khởi.

**Định có sự yên-lặng** là *thành-tựu*, nên khi định phát huy sức mạnh, thì tâm yên-lặng, đồng nghĩa các pháp đồng sanh với định cũng yên-lặng.

Trong thiền Quán nhờ sự loại trừ tâm loạn-động của định, trí quán phát huy sức mạnh như người có mắt dùng mũi kim nhọn xuyên qua lớp vải tùy-miên để sát trừ chấy, rận thân-kiến, hoài-nghi ...

Nói cách khác, định-quyền tích cực trợ giúp cho trí quán xuyên qua một trong ba cửa giải-thoát là: Cửa Vô-tướng (animitta mukha), cửa Vô-lụy (appaṇihita mukha), cửa Không-tánh (suññata mukha) để sát trừ pháp ngũ-ngầm như thân-kiến, hoài-nghi ... tức là trí-quán xuyên qua một trong ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã để sát-trừ phiền-não.

Nhờ định-quyền phát huy sức mạnh, nước tâm trở nên yên-lặng, tùy theo phước ba-la-mật tích lũy một trong ba tướng hiển-lộ rõ nhất.

Người tích lũy phước ba-la-mật do nương theo đức-tin là bố-thí, trì-giới tướng vô-thường hiển-lộ rõ hơn hai tướng kia, người tích lũy phước ba-la-mật bằng cách tu-tập thiền Chỉ trong quá-khứ là nương theo định là trưởng (adhipati) thì tướng khổ hiện rõ hơn hai tướng kia. Người tích lũy phước ba la mật bằng con đường thiền Quán, tức là dùng trí làm trưởng thì tướng vô-ngã rõ hơn hai tướng kia.

Tuệ-quán hiện-tại bám vào một trong ba tướng ấy và định-quyền khi ấy trở thành bệ phóng giúp trí-tuệ nhảy vọt từ bờ này sang bờ kia, được gọi là goṭrabhū ñāṇa (tuệ Chuyển-tánh) thế là tuệ-đạo sanh-khởi vị ấy trở thành bậc Dự-lưu.

### **Tuệ-quyền (*paññindriya*).**

Tuệ-quyền với ý-nghĩa là thấy rõ, trừ diệt sự tối tăm (vô-minh) giống như bốn quyền kia, trí hay tuệ có hai loại:

Pakaṭi ñāṇa: trí thông-thường.

Bhāvanā ñāṇa: trí tu-tập.

Chữ *paññā* nghĩa là PA + ÑĀ; PA là trọn vẹn hay đúng đắn. ÑĀ: sự biết. *Paññā* là sự hiểu biết trọn vẹn hay sự hiểu biết đúng.

Thường-trí là loại trí trong thế-tục, trí này rất đa dạng như trí về pháp-học, trí về các loại ngành nghề, trí về ngôn-ngữ ... các nhà khoa-học, các nhà nghiên-cứu ... phát-triển loại trí này ở mức độ cao và có kết quả tốt trong sự thành-đạt thế-tục.

Nói chung, thường-trí bao gồm trí-văn và trí-tư. Trí-tu (bhāvanāmayā paññā) là trí-tuệ sanh lên do tu-tập thiền Chi hay thiền Quán.

*Tướng của trí-tu là **thấu hiểu chân-tướng của pháp hữu-vi.***

Tướng của tuệ-quyền được hiển-lộ khi hành-giả thấy được ba tướng vô-thường -khổ - vô-ngã. Trong đó, nếu trí-quyền phát huy sức mạnh thì tướng vô-ngã hiển-lộ rõ nhất so với hai tướng kia.

Nói gọn hơn, khi hành-giả đạt được tuệ Phổ-thông bấy giờ tuệ-quyền được hình thành, tuệ-quyền được hiển lộ khi tướng vô-ngã rõ ràng hơn hai tướng kia, hành-giả nỗ-lực tinh-tấn phát-triển tuệ-quyền càng lúc càng sung-mãn, cuối cùng thành-đạt được giải-thoát khổ.

Cần nên biết rằng: Tín và trí hỗ-trợ lẫn nhau bằng hỗ-tương duyên (aññamañña paccaya) một cách tích cực.

Khi trí sanh-khởi quá mạnh, nương theo đó sẽ có nghi-hoặc sanh lên, bấy giờ tín-quyền với sự hướng tâm tin sẽ giúp trí ngăn chặn hoài-nghi. Khi tín sanh-khởi mãnh-liệt, nương theo đó tà-kiến (sự thấy sai, hiểu sai) sẽ sanh lên, bấy giờ trí sẽ giúp tín loại trừ sự thấy sai, hiểu sai, vì phận-sự của trí là đẩy lùi tâm tối.

Các Ngài có dạy rằng: kẻ thù ẩn mặt của trí là tà-kiến, kẻ thù ẩn mặt của tín là hoài-nghi.

Trí phát huy sức mạnh giúp tín càng thêm vững-chắc, vì trí là sự thấy rõ, biết rõ. Đã thấy rõ, biết rõ rồi thì sự tin tưởng trở nên đúng đắn và vững-chắc.

Tín phát huy sức mạnh giúp cho trí có cơ sở phát-triển, vì tín có công-năng làm trong sạch đối-tượng. Ví như một bức hoa văn, nếu bị bụi bặm bám đầy, nó không thể xinh đẹp, những đường nét sắc sảo không thể hiện ra trong mắt người xem vì bị bụi bám, nếu lau chùi sạch sẽ bức hoa văn sẽ trở nên trong sáng xinh đẹp, những đường nét sẽ hiện ra rõ ràng. Cũng vậy tín làm trong sạch cảnh (hay đối-tượng) giúp cho trí nhận rõ, thấy rõ.

*Nhận rõ, thấy rõ cái gì? nhận thấy rõ ba tướng: vô-thường, khổ, vô-ngã.*

Như vậy, rõ ràng ở giai-đoạn đầu, tín tích cực hỗ-trợ cho trí, khi trí sung-mãn lại giúp cho tín thêm vững-chắc và đúng đắn. Bấy giờ tín trở thành chánh-tín (sammāsaddhā), trí trở thành chánh-trí (sammāñāṇa).

Tương-tự tấn-quyền và định-quyền hỗ-trợ tích cực lẫn nhau.

Tấn với phận-sự nâng đỡ, giúp định gom góp các pháp đồng sanh hội-tụ lại. Nhưng kẻ thù ẩn mặt của tấn là phóng-dật, làm tán-loạn tâm, bấy giờ định-quyền sẽ làm cho các pháp yên-lặng trở lại.



Kẻ thù dẫu mặt của định là uế-oải dã-dượi, chính sự yên-lặng quá mức đưa đến trạng-thái thụ-động làm tâm co rút, lưỡi-biếng gọi là hôn-trầm, tâm bị lui sụt trước đề mục, khi ấy tấn lại hoạt động với tướng-trạng siêng năng, đốc thúc các pháp đồng sanh năng động trở lại, giúp định và các pháp đồng sanh trú-vững trong ấn-tướng của đề-mục thiền.

Riêng niệm có vai trò cân bằng các quyền kia, niệm giống như người đốc công, luôn chú ý đến các người thợ ở dưới quyền. Khi thấy một người nào chệnh mảng công việc hay thấy người nào làm sai, người đốc công đi đến nhắc nhở hay bảo làm việc cho đúng.

Niệm có tướng là sự trụ-vững có phận-sự là ghi nhớ, niệm càng vững mạnh các pháp quyền kia càng tiến triển sung-mãn một cách đúng đắn.

*Nhưng vì sao các pháp quyền vốn tốt đẹp lại có thể sanh-khởi tà-kiến, hoài-nghi, phóng-dật, hôn-trầm? Điều này cũng giống như vị ngọt của trái cây, vốn là chất bổ dưỡng, nhưng nếu không khéo gìn-giữ nó sẽ trở thành chất say. Hay giống như sữa tươi vốn ngon ngọt, nhưng để lâu sẽ thành chua, để rồi khi dùng dễ sinh bệnh tiêu chảy.*

Cũng vậy, các pháp quyền ở trên vốn là thù diệu, nhưng do sự dễ-duôi (pamāda) cùng với tác-ý không khéo khiến các phiền-não, cấu uế nương từ đó sanh-khởi.

Trong Tăng-chi kinh có ghi mẫu đối thoại của hai vị trưởng-lão Anuruddha và Sārīputta như sau:

- "Thưa hiền-giả Sārīputta! với thiên nhãn thanh-tịnh siêu nhân tôi có thể nhìn một ngàn thế giới.

*Phấn chấn (āraddham) là tinh-tấn của tôi, không có thụ-động (asallīnam), niệm được an-trú, không thất niệm.*

*Tuy vậy, tâm tôi chưa giải-thoát các lậu-hoặc, không có không chấp-thủ.*

- Này hiền-giả Anuruddha! Hiền-giả suy nghĩ như sau: "với thiên nhãn... một ngàn thế giới", đây là kiêu-mạn của hiền-giả.

*Này hiền-giả Anuruddha! Hiền-giả suy nghĩ như sau: "phấn chấn là tinh-tấn tôi... không thất niệm, tâm được khinh-an, không có cuồng-nhiệt (asāraddho) được định-tĩnh nhất tâm, đây là trạo cử của hiền-giả*

*Này hiền-giả Anuruddha! Hiền-giả suy nghĩ "tuy vậy... không có không chấp-thủ", đây là hối quá của hiền-giả.*

*Lành thay! nếu tôn giả Anuruddha đoạn trừ ba pháp này, không tác-ý đến ba pháp này, hãy chú tâm vào bất-tử giới (amaṭṭāya dhātuyā)".*

Và nương theo lời dạy của trưởng-lão Sārīputta, Ngài Anuruddha thành-tựu bậc A-la-hán sau một thời gian hành-pháp.

Đoạn kinh trên cho chúng ta thấy rằng:

- 1- Các pháp tốt có thể là duyên sanh-khởi pháp bất-thiện như thiên-nhân thanh-tịnh có thể làm sanh-khởi kiêu-mạn ...
- 2- Do tác-ý không khéo, suy nghĩ không đúng đường lối, tức là có sự dễ-duôi, khi ấy phóng-dật, hối-hận ... sanh-khởi.
- 3- Khi có tác-ý đúng, như tác-ý đến bất tử giới, sẽ đoạn trừ được những phiền-não nương sanh.

Trong năm quyền thì Tín-quyền thuộc về giới có công-năng trừ diệt những phiền-não thô-thiển. Niệm, tấn, định-quyền thuộc về định có công-năng diệt trừ những phiền-não ở vùng triền, tuệ-quyền trừ diệt những phiền-não ở vùng tùy-miên.

Như thế, khi tín, tấn, niệm, định-quyền sung-mãn sẽ đưa đến tuệ-quyền sung-mãn.

Riêng về tín, tấn, niệm đứng trước định và tuệ-quyền, giống như người giúp đức-vua nắm quyền bá chủ thiên hạ. Chúng nâng đỡ định và tuệ-quyền cho đến khi đạt được pháp thù thắng cao tột.

Khi tu-tập thiền Chỉ, hành-giả làm chủ được tâm, có thể chứng được tám thiền (bốn thiền sắc-giới và bốn thiền vô-sắc giới) bằng định-quyền, trong khi ấy tuệ-quyền sẽ trở thành năm thẳng-trí như nhãn-thông, nhĩ-thông, túc-mạng thông ... Nếu hành-giả tu-tập thiền Quán, thì định-quyền sẽ làm hiển-lộ định không-tánh (suññatā samādhi), định vô-tướng (animittā samādhi) hay định vô-nguyên (appañihitā samādhi), khi ấy tuệ-quyền trở thành năm pháp thanh-tịnh liên quan đến tuệ, thành-đạt bốn tuệ đạo, bốn tuệ quả siêu-thế.

Khi Đức Thế-tôn trú ở Kosambi tại khu vườn Ghosiṭa. Bấy giờ, Ngài Piṇḍolabhāradvāja tuyên bố với chánh trí: "**sanh đã tận, phạm-hạnh đã hành**".

Chư tỳ-khưu bạch hỏi Đức Thế-tôn, Ngài dạy rằng: "*Do tu-tập, làm sung-mãn ba quyền, nên tỳ-khưu Piṇḍolabhāradvāja tuyên bố: "**Sanh đã tận, phạm-hạnh đã thành**". Ba quyền ấy là gì? là niệm-quyền, định-quyền, tuệ-quyền*". (Tương-ứng kinh)

Trưởng-lão Piṇḍolabhāradvāja là vị đệ nhất về tiếng rống sư tử.

Người tu-tập Tín-quyền làm trưởng khi chứng-đắc Dự-lưu quả, gọi là bậc Tín giải-thoát (saddhā vimutti).

Người tu-tập Định-quyền là trưởng, chứng-đắc sơ định phát-triển tuệ-quán, chứng-đắc Dự-lưu quả, gọi là bậc Thân-chứng (kāyasakkhi).

Người tu-tập Tuệ-quyền là trưởng khi chứng-đắc Dự-lưu, gọi là bậc Kiến-đạo (ditṭhippaṭṭa).

Nhưng trong năm quyền, quyền nào được xem là tối thượng? Đó là Tuệ-quyền. Vì sao? Vì rằng: tín-quyền chỉ có công-năng đoạn trừ những phiền-não cấu uế ở vùng thân-kiến.

Định-quyền, niệm-quyền, tấn-quyền thuộc về định uẩn chỉ có công-năng đoạn trừ phiền-não cấu uế ở vùng triền.

Chỉ có Tuệ-quyền mới có khả-năng trừ diệt trọn vẹn những phiền-não cấu uế sanh-khởi ở vùng tùy-miên.

Đức Phật dạy rằng: *"Này chư tỳ-khưu, phàm có các bàn chân của loài hữu tình bộ hành, những bàn chân ấy nằm gọn trong bàn chân voi, bàn chân voi được xem là tối thượng trong các bàn chân. Cũng vậy, này chư tỳ-khưu, trong các bàn chân nào đưa đến giác-ngộ, tuệ-quyền được xem là tối thượng về phương diện giác-ngộ"*. (Tương-ưng kinh).

### **Chỗ trú của năm quyền**

Trong Tương-ưng kinh, đức Phật dạy rằng:

*"Kaṭṭha saddhindriyaṃ duṭṭhabbaṃ?  
Caṭūsu soṭāpaṭṭiyaṇyesu eṭṭha saddhin-driyaṃ daṭṭhabbaṃ"*.

*"Cần tìm tín-quyền ở đâu?  
Cần phải tìm tín-quyền ở bốn yếu tố của bậc Dự-lưu"*.

Nghĩa là tín-quyền được hiển-lộ trong bốn chi phần của vị Thánh Tu-đà-hườn. Đó là:

Đức-tin bất động trong ân-đức Phật.  
Đức-tin bất động trong ân-đức Pháp.  
Đức-tin bất động trong ân-đức Tăng.  
Có giới thanh-tịnh.

Giới thanh-tịnh là nền-tảng hay nhân gấn (padaṭ-ṭhāna) của định siêu-thế.

Đây là bốn yếu tố bảo đảm sự chứng-đắc Dự-lưu trí đạo (soṭāpaṭṭi maggañāṇa) trong vòng luân-hồi.

Trong Trung-bộ, bài kinh Chánh tri-kiến (Sammādiṭṭhi sutṭa), ngài Sārīpuṭṭa có giảng cho chư tỳ-khưu những pháp làm thành-tựu chánh tri-kiến, có đoạn ghi rằng:

*Sammādiṭṭhi sammādiṭṭhi āvuso vuc-caṭi kiṭṭāvaṭā nekho āvuso ariyasāvako  
sam-mādiṭṭhi hoṭi, ujuḡaṭassa diṭṭhi dhamme aveccappasādena samannāḡaṭo  
āḡaṭo sad-dhammaṃ' ṭi.*

- *"Này chư hiền! Chánh kiến, chánh kiến được gọi như vậy. Này chư hiền! làm thế nào vị Thánh đệ tử có chánh kiến, có sự thấy ngay thẳng, có lòng tin pháp tuyệt đối và thành-tựu diệu pháp này".*

**"Lòng tin tuyệt đối"** (aveccappasādena), ở đây ám chỉ vị ấy đạt đến cận định khi quán tưởng về ân-đức Phật, ân-đức Pháp, ân-đức Tăng.

Khi hành-giả niệm tưởng đến ân-đức Phật-Pháp-Tăng đạt đến cận định, người ấy đã làm chủ được tâm, đồng thời vị ấy phải biết rằng: *"khả-năng kiểm-soát tâm là do đức-tin chỉ đạo"*, tức là đức-tin này được tu-tập làm cho sung-mãn, trở thành tín-quyền

Nền-tảng của định (hay định-quyền) là ba chi phần giới là chánh-ngữ -chánh-nghiệp -chánh-mạng, trong đó chánh-mạng có vai trò quan trọng trong sự thành-tựu định-quyền ngay trong kiếp sống này.

Nói đến tín-quyền là nói đến giới, tín-quyền được tu-tập đồng nghĩa giới được thanh-tịnh. Khi giới được thanh-tịnh, không bị tù vết, không bị ô-nhiễm là do đức-tin làm cho trong sạch, giới ấy thoát khỏi các cấu uế, ô-nhiễm là ngã-mạng, ái và tà-kiến ở phạm vi thô-thiển.

Trong khi quán-xét giới-hạnh, hành-giả phải hiểu rằng: *"Đức-tin nổi bật trong giới ấy"*.

Sự bất lực, không thể thọ-trì-giới được trong sạch, trong những điều-kiện cần có của giới, được gọi là *"giới bị rạn nứt"*.

Trong Tăng-chi kinh Đức Thế-tôn có dạy bà Visākhā rằng: *"Này Visākhā! Vị thánh đệ tử niệm giới không bị hoại, không bị đâm cắt, không bị nhiễm ô, không bị uế nhiễm, không bị chấp-thủ đưa đến thiên-định"*.

Dĩ nhiên, người cư-sĩ vì phải giao tiếp giữa những điều-kiện thế-gian bình thường, nên phần lớn *"giới không trong sạch"*.

Các Ngài như Sudinna, Ratṭhapāla ... nhận-định rằng: "Đời sống phạm-hạnh sẽ không được trong sạch như võ ốc xà cừ được đánh bóng, nếu còn sống tại gia".

Những cư-sĩ hay sa-môn, là đệ tử trong giáo-pháp đức Phật, cần tự kiểm-soát để biết những trạng-thái biến-động, những tán-loạn trong tâm còn hay mất, tức là trạng-thái làm chủ tâm tiến triển ra sao? và điều muốn nhấn mạnh là tín-quyền chỉ có thể tìm thấy ở một trong bốn yếu tố của bậc Dự-lưu.

Nếu hành-giả là người tu-tập niệm tưởng ân-đức Phật-Pháp-Tăng đức-tin nổi bật rõ ràng, còn những đề mục khác đức-tin cũng nổi bật khi đạt đến cận-định. Vì rằng: giới được trong sạch là một yếu tố để nhận diện ra tín-quyền.

*Kaṭṭha viriyindriyaṃ daṭṭhabbaṃ?*

*Caṭūsu sammappadhānesu eṭṭha vī-riyindriyaṃ daṭṭhabbaṃ.*

"Cần tìm thấy tấn-quyền ở đâu?

Cần thấy tấn-quyền ở bốn Chánh-cần".

Hành-giả khi tu-tập thiền Chỉ hay thiền Quán, có thể tìm thấy tấn-quyền khi kiểm-soát tâm. Tức là, khi an-trú niệm vào đề mục, trạng-thái chao-động, loạn tán, bất ổn nơi tâm còn hay vắng lặng?.

Chỉ khi nào hành-giả với sự cố-gắng nỗ-lực làm chủ được tâm, an-trú được niệm gắn chặt vào đề mục, khi ấy tấn-quyền được nổi bật.

Hành-giả tuy nỗ-lực tinh-tấn tu-tập các đề mục thiền Chỉ, hành bốn Niệm-xứ, hoặc thiền Quán, nhưng chưa đạt được trạng-thái an-trú niệm vào đề mục, phải tự hiểu rằng: " *tinh-tấn của ta chưa đủ lực*", nghĩa là: hành-giả chỉ có được tinh-tấn tu-tập thông-thường, tinh-tấn này chưa trở thành tấn-quyền.

Cần phải lập chí nguyện (adhiṭṭhāna) rằng:

*"Dầu chỉ còn da, dầu chỉ còn gân, dầu chỉ còn xương, dầu máu thịt khô cạn, ta vẫn quyết tâm không chùn bước. Cho đến khi nào thân-kiến, ác-nghiệp và khổ-cảnh luân-hồi (apāya saṃsāra) của ta, bị đoạn-diệt hoàn toàn ngay chính trong kiếp sống này".*

Đây chỉ là bản chất riêng biệt duy nhất, có một không hai của tấn-quyền, đó là sự quyết tâm mãnh-liệt trong bốn chánh-cần. Như sự tinh-tấn của trưởng-lão Cakkhupāla là điển hình.

Khi hành-giả có sự tinh-tấn như thế, hành-giả cần nhận biết rằng: "**Đối với sự kiểm-soát tâm, tinh-tấn chiếm địa vị nổi bật**".

Các bất-thiện pháp là phóng-tâm, giao-động, tán-loạn, hôn-trầm, dã-dượi ... đã bị tinh-tấn đẩy lùi và tiêu diệt. Tâm ở trạng-thái thuần phục bên cạnh đề mục, như còn bò nằm yên dưới cây cọc đóng cứng xuống đất, các thiện-pháp đang sanh-khởi và tăng-trưởng.

Hành-giả làm chủ được tâm khi tấn-quyền được vững mạnh.

*Kaṭṭha saṭindriyaṃ daṭṭhabbaṃ?*

*Caṭūsu saṭipatṭhānesu eṭṭha saṭindri-yaṃ daṭṭhabbaṃ.*

"Cần tìm thấy niệm-quyền ở đâu?

Cần thấy niệm-quyền ở bốn Niệm-xứ".

Hành-giả thực-hành pháp niệm qua bốn Niệm-xứ như niệm thân trong thân với đề mục hơi thở chẳng hạn.

Khi sự chú tâm được an-trú hành-giả có thể an-trú niệm theo thời gian tùy thích, tức là an-trú bao lâu cũng được như-ý, hành-giả cần phải hiểu rằng: "**niệm đang chiếm ưu thế**". Tâm phóng theo ngoại cảnh đã biến mất, chỉ còn gắn liền với đề mục, hành-giả có được khả-năng làm chủ tâm mình.

*Kaṭṭha samādhindriyaṃ daṭṭhabbaṃ?*

*Caṭūsu jhānesu eṭṭha samādhindriyaṃ daṭṭhabbaṃ.*

"Cần thấy định-quyền ở đâu?

Cần thấy định-quyền trong bốn tầng thiền".

Bốn tầng thiền ở đây là chỉ cho bốn thiền hữu-sắc.

Trong việc tu-tập Chỉ-tịnh, như niệm hơi thở ra hơi thở vào, niệm đề mục kasīṇa ... Khi đạt được cận-định là mức độ thấp nhất trong Chỉ-tịnh, khi ấy bốn pháp chướng-ngại là: hôn-trầm, hoài-nghi, sân-độc, phóng-dật đã bị áp chế bởi bốn chi-thiền là tầm, tứ, hỷ, lạc. Từ đó định được phát-triển sung-mãn, khi áp chế được tham-dục, định này trở thành định-quyền.

Những pháp chướng-ngại đã tung hoành trong chuỗi thời gian dài trong những kiếp luân-hồi quá-khứ và trong hiện-tại được áp chế, sự chú tâm vào đề mục của thiền Chỉ được kiên-định, tâm được an-tịnh.

Hành-giả nhận biết rằng: "**định chiếm ưu thế**", tâm giao động, tán loạn hay bất ổn không còn.

*Kaṭṭha paññindriyaṃ daṭṭhabbaṃ?*

*Caṭūsu ariyasaccesu eṭṭha paññindriyaṃ daṭṭhabbaṃ.*

"Cần tìm tuệ-quyền ở đâu?

Cần thấy tuệ-quyền ở bốn Thánh-đế".

Những chúng-sanh có duyên lành gặp được giáo-pháp của đức Phật, thành đạt trí hiểu biết bốn chân lý. Đây là một giá trị cao tột, chỉ khi nào có trí về: "**đây là khổ, đây là nhân sanh khổ, đây là sự diệt khổ, đây là thánh đạo tám chi đưa đến diệt khổ**". Khi ấy mới có thể thoát ra khỏi sợi dây trói-buộc là thân-kiến, thoát ra ác-hạnh, thoát ra khổ luân-hồi.

Để có được trí thấy được tứ đế, hành-giả cần cố-gắng đạt được tối thiểu là tuệ Phân-biệt danh-sắc, tức là phải có tuệ-quán về sáu thành-phần căn-bản của danh-sắc, đó là: đất (paṭhāvī), nước (āpo), gió (vāyo), lửa (tejo), hư không (ākāsa) và thức (viññāṇa).

Danh-sắc được hình thành qua sáu yếu tố này.

Loại vật-thực nuôi dưỡng cho tuệ Phân-biệt danh-sắc chính là trí-văn hay trí-tư qua sự học pháp, ghi nhớ, suy-tư nghiên-ngẫm, bàn-luận, cật vấn ... Hai loại trí-văn, trí-tư giúp hành-giả thực hành tuệ-quán, phân biệt được danh-sắc một cách mau chóng.

Khi sáu nguyên tố này được hiện rõ qua trí-tu, xem như hành-giả đặt xong nền móng cho tuệ-quyền sẽ sanh-khởi.

Có nhiều hành-giả thực-hành ngay pháp-hành minh-sát dưới sự chỉ dạy của Thiên-sư, không kinh qua pháp-học, vị ấy cũng đạt được tuệ Phân-biệt danh-sắc này.

Khi hành-giả nỗ-lực phát-triển tuệ-quán, thành-đạt được tuệ Sanh-diệt, là khi thấy các pháp sanh rồi diệt ngay, không kéo dài hơn một nháy mắt, ấn-tướng của đề mục cứ sanh diệt liên tục nhanh chóng như bóng đèn điện chớp-tắt liên hồi.

Khi ấy xem như tuệ-quyền đang hình thành, vì rằng: "*Hành-giả đạt được Kiến-tịnh trong bảy pháp thanh-tịnh*".

Sự sinh diệt nhanh chóng là: "**tính-chất vô-thường**" của pháp hữu-vi, nếu nhận biết rõ về tánh vô-thường, có thể nhận biết được tính vô-ngã trong đó.

Khi hành-giả nhận rõ tướng vô-thường qua sự sanh diệt nhanh chóng, thì tướng vô-ngã (anñtasaññā) sanh-khởi, bấy giờ hành-giả **tạm thời trừ diệt** được thân-kiến "**tôi là**".

Khi tướng vô-ngã nổi bật, tuệ-quán sẽ trừ diệt được ngã-mạng, chứng ngộ Níp-bàn ngay trong kiếp sống này.

Sự hiểu biết trọn vẹn khổ-đế chỉ khi nào đắc thánh quả A-la-hán (arahattaphala).

Như vậy, hành-giả nỗ-lực tinh-tấn trong thời gian nào đó, đạt được tuệ-quán thấy rõ bản chất của sáu nguyên tố căn-bản của danh-sắc cả bên ngoài lẫn bên trong và thấy rõ tính thay đổi nhanh chóng của chúng. Bấy giờ niệm đã bám sát vào chúng (tức là ấn-tướng của đề mục), lúc này hành-giả cần biết rằng: "**tuệ-quyền đang sanh-khởi**", đồng thời hành-giả cũng nhận-thức rằng: "*danh-sắc này có tính điên-đảo, lừa mị, không đáng tin tưởng*".

Chính sự điên-đảo, lừa mị của danh-sắc là nét đặc biệt ẩn tàng trong tâm chúng-sanh, khiến chúng-sanh lăn trôi trong vòng luân-hồi vô định. Pháp điên-đảo ẩn trong tâm hành-giả dần dần bị đẩy lùi, cuối cùng biến mất.

Khi pháp điên-đảo biến mất, hành-giả nhận thấy rằng: danh-sắc này không phải là người, không phải là chúng-sanh, không phải là chư-thiên, phạm-thiên, đế-thích, voi, trâu, bò, ngựa... chi chi cả. Đơn giản chúng chỉ là danh-sắc mà thôi và danh-sắc này luôn thay đổi, biến hoại không ngừng.

Thoát khỏi tính điên-đảo, đồng nghĩa giác-ngộ tính như thật của pháp hữu-vi và điều này chỉ có được qua trí-tu, khi làm chủ được tâm bằng pháp niệm.

Nếu khổ-đế được thấu đạt dĩ nhiên ba đế sau cũng được thấu đạt. Trong sự nhận biết về tứ đế, sự biết của phàm-phu là biết trên "*phương diện lý thuyết*" (ambodha -tùy giác) xuyên qua trí-tư do tác-dụng của trí-văn, sự biết của bậc Thánh như bậc Dự-lưu là sự thông-đạt (paṭivedha), là kết quả của trí-tu.

Sự hiểu biết qua lý thuyết tác động đến trí suy-luận giống như một người đi đến vùng đất, nhìn thấy cây cỏ chung quanh còn đọng nước, không khí đang ẩm ướt, y hiểu rằng "nơi đây vừa có trận mưa". nhưng mưa diễn tiến như thế nào, y không biết rõ. Hay giống như người thấy ánh sáng phát ra từ ngọn lửa lúc ban đêm, y biết rằng: "nơi ấy đang có lửa", nhưng ngọn lửa ấy phát lên do vật dẫn hỏa là loại nào? ngọn lửa ấy có sức nóng ra sao? ngọn lửa ấy lớn nhỏ cỡ nào? y không biết được.

Ngược lại, thông-đạt-trí thấy, biết rõ ràng như người chứng kiến trận mưa, hay người đang ngồi cạnh ánh lửa.

Đức Phật dạy rằng:

*"Saddhindriyaṃ bhāveṭi vīriyaṃ bhā-veṭi saṭṭindriyaṃ bhāveṭi sāmādhindriyaṃ bhāveṭi paññindriyaṃ bhāveṭi..."*.

Có ý-nghĩa rằng:

*"Tín-quyền nên tu-tập*

*"Tấn-quyền nên tu-tập.*

*"Niệm-quyền nên tu-tập.*

*"Định-quyền nên tu-tập.*

*"Tuệ-quyền nên tu-tập.*

*Năm quyền này nên tu-tập đưa đến sự thành-đạt chỉ -quán dễ-dàng, có lợi-ích to lớn".*

Một người chưa tu-tập năm quyền như đất nước không có vị lãnh-đạo, đất nước ấy giống như vùng rừng núi, có những bộ lạc man khai cư trú. Một quốc độ không có vị vua cai trị thì không có pháp-luật, nơi ấy mọi công dân sống tự tung tự tác, chẳng ai qui thuận ai, để rồi *mạnh được yếu thua*", loạn lạc khởi dậy, tội ác nối tiếp tội ác.

Cũng vậy, tâm người chưa tu-tập một trong năm quyền, tâm mãi mãi bị loạn-động, bị ngự-trị bởi ác pháp, bị ô-nhiễm bởi các pháp bất-thiện, họ cũng giống như người bị phi nhân nhập vào, không dám nghe những bài kinh như "*Itipiso...*" hay "*Heṭu paccayo...*".

Người chưa tu-tập năm quyền, khi nghe bàn luận về những nhân sanh hoan-hỷ (paccaya santosa) trong thiện-pháp, hoặc pháp tu-tập, họ nhanh chóng tìm lý lẽ phản-



bác, êm dịu hơn họ sẽ *"im lặng để cáo từ"*. Trong họ, ước muốn thực-hành thiền Chỉ hay thiền Quán không hề sanh-khởi, có chăng cũng chỉ là ngọn lửa le lói để rồi tắt phụp.

Trái lại, người tu-tập năm quyền, giống như quốc độ có được vị minh chúa trị vì, giống như những thành phố, châu, quận, làng mạc ở chung quanh vùng kinh đô (majjhima desa), là nơi có pháp-luật bảo đảm sự an-toàn về nhân mạng, tài-sản... Người ấy sẽ vững tin giáo-pháp của đức Phật, không còn bị những lý-thuyết sai lạc cuốn hút, người ấy luôn vững tâm trong đường lối duy nhất của đức Phật đã chỉ dạy.

Khi nghe bàn luận về những nguyên-nhân sanh-khởi hoan-hỷ, hay những pháp môn tu-tập được tiến hóa, tâm người ấy càng mát-mẽ thanh-tịnh, đồng thời ước muốn nỗ lực thực-hành thiền Chỉ hay thiền Quán cho đến khi thành đạt mục-đích thoát khỏi luân-hồi khổ được gia tăng. Việc làm sanh-khởi hai loại ước muốn: thành-đạt trong thiền Chỉ hay thành-đạt trong thiền Quán, là tùy thuộc vào sự phát-triển của năm quyền nhất là tín-quyền.

Khi không tu-tập năm quyền thì loại ước muốn trên biến mất, thay vào đó là *"ước muốn đình chỉ tu-tập"*.

Khi năm quyền được vững mạnh, *ước muốn tu-tập* được thay thế bằng ***"ước muốn được tấn hóa"***, khi năm quyền được sung-mãn thì ***"ước muốn thành-đạt đạo-quả"*** xuất hiện.

Và đức Phật có dạy rằng:

*-Này chư tỳ-khưu! với sự viên-mãn năm quyền là bậc A-la-hán yếu nhẹ hơn là bậc Bất-hoàn (anāgāmi). Yếu nhẹ hơn là bậc Nhất-lai, yếu nhẹ hơn là bậc Dự-lưu. Yếu nhẹ hơn nữa là bậc Tùy pháp-hành. Yếu nhẹ hơn nữa là bậc Tùy tín-hành. (Tương-ưng kinh).*

-ooOoo-

## Chương VI

# NGŨ LỰC

### (Pañca-bala)

Gọi là lực (balāni) vì có khả-năng áp đảo các trạng-thái đối nghịch.

Trong Paṭisambhidāmagga có giải thích: "*gọi là lực do ý-nghĩa: không bị rung động (akampaṭṭhena) trước pháp đối nghịch*".

Tương-tự như năm quyền là năm lực.

- 1- Tín-lực (sadhā bala): với ý-nghĩa không rung động trước sự vô-tín.
- 2- Tấn-lực (vīriya bala): với ý-nghĩa không rung động trong sự biếng nhác.
- 3- Niệm-lực (saṭi bala): với ý-nghĩa không rung động trong sự dễ-duôi (pamāda).
- 4- Định-lực (samādhi bala): với ý-nghĩa không rung động trong sự tán-loạn.
- 5- Tuệ-lực (paññā bala): với ý-nghĩa không rung động trong mê-muội, lầm lẫn.

**Ở đâu có quyền ở đó có lực.**

Trong Tương-ưng kinh, phẩm Tương-ưng quyền, đức Phật có dạy:

- "*Này chư tỳ-khưu! cái gì là tín-quyền, cái ấy là tín-lực, cái gì là tín-lực, cái ấy là tín-quyền...*

*Cái gì là tuệ-quyền, cái ấy là tuệ-lực, cái gì là tuệ-lực, cái ấy là tuệ-quyền...*".

Ở đây, bản chất pháp thực-tính của năm quyền và năm lực là một, chỉ khác nhau về khía cạnh tác-dụng: *quyền có ý-nghĩa là cai quản kiểm-soát, còn lực là sự không rung động, áp đảo pháp nghịch*. Ví như gạo tẻ nấu thành cháo cho người bệnh dùng, nấu thành cơm cho người khỏe mạnh dùng, cơm hay cháo tuy khác tên gọi, nhưng bản chất cũng là gạo tẻ, tuy bản chất như nhau nhưng công dụng khác nhau.

Năm lực cũng giống như năm dũng tướng đang nỗ lực, hăng say tiêu diệt vương-quốc đối nghịch là vùng tùy-miên, trước tiên là thành-trì thân-kiến.

Đây là năm lực mà hàng xuất-gia cũng như tại gia cần tin cậy.

**Tín-lực (saddhā bala)**

Tương-tự như tín-quyền, tín-lực cũng có hai loại:

- Tín-lực thông-thường (pakaṭi saddhā).
- Tín-lực tu-tập (bhāvanā saddhā).

Sức-mạnh của đức-tin bình thường giống như cây yếu mọc trên đất mềm, dễ bị gió làm lay động, dễ rồi đánh bật cả gốc rễ. Cũng vậy, thường tín-lực không có sự tu-tập qua pháp-hành đặc biệt, thường tín-lực ấy dễ bị sức mạnh của ái-dục xuyên qua một

trong năm trần-cảnh hay pháp khả-ái khả-lạc xâm nhập vào. Và thế là đức-tin ấy chỉ tạo những thiện-nghiệp bình thường như: bố-thí, trì-giới ...

Sự bố-thí với ước muốn được có nhiều tài-sản vật-chất hay trì-giới để được sống lâu, được an lạc... đó là do sức mạnh của ái-dục dẫn dắt.

Sức mạnh đức-tin loại này, không thể chống lại hay khắc-chế ái-dục được, ngược lại chính ái-dục điều khiển đức-tin bình thường, đức-tin bị dẫn dắt như thế gọi là đức-tin không có lực. Chính cái lạc trong vật-chất là vũ khí đặc lực của ái-dục dùng để khống chế đức-tin bình thường.

Những bài kinh Pāli nêu ra rất rõ ràng về bốn pháp-hành của bậc trí là truyền-thống của bậc Thánh (ariyavaṃsa):

- Tri-túc trong vật-thực.
- Tri-túc trong y phục.
- Tri-túc trong chỗ cư ngụ.
- Thỏa thích trong tu-tập (Chi hay Quán).

Bốn lãnh-vực này là vương quốc rộng lớn của đức-tin, đức-tin ẩn náu trong bốn lãnh-vực này.

Hiện-tại, chúng-sanh vui thích trong những điều-kiện vật-chất (paccayāmisā) như tiền tài, địa vị, quyền tước, danh vọng ... họ vui thích trong đời sống khoái-lạc vật-chất, tầm cầu tài-sản thuộc về thế-gian, quyền lực (vaṭṭāmisā) ... Và trong vương-quốc ái-dục có đầy đủ những loại này, vương-quốc ái-dục càng rộng mở thì vương-quốc đức-tin ngày càng thu hẹp, giống như nước đại-dương lấp dần hải-đảo, hải-đảo ngày càng thu nhỏ, trái lại đại-dương càng lúc càng nơi rộng. Điều này cho thấy sự yếu ớt của đức-tin bình thường.

Chính đức-tin tu-tập qua pháp niệm như niệm hơi thở, niệm thân trong thân... đó là loại đức-tin cần phải trau dồi, làm cho sung-mãn, đức-tin ấy có sức mạnh áp-chế, khắc-phục những dao-động, bất-ôn của tâm, cho đến khi chúng biến mất.

Chính đức-tin có sức-mạnh như thế, mới có thể loại trừ ái-dục, không thích-thú hân-hoan trong lợi-dưỡng về vật-thực, y phục, trú-xứ ...

Dạ xoa Ālavaka hỏi đức Phật rằng:

*Kaṭhamsu taraṭi oghaṃ*  
*Kaṭhamsu taraṭi annavaṃ*  
*Kaṭhamsu dukkhaṃ acceti*  
*Kaṭhaṃ parisujjhaṭi.*

Nghĩa là:

"Vượt qua bốn dòng nước xoáy bằng cái gì?  
Vượt khỏi đại-dương bằng cái gì?  
Giải-thoát khổ bằng cái gì?  
Làm thế nào tâm được trong sạch".

Đức Phật dạy rằng:

*Saddhāya taraṭi oghaṃ  
Appamādena annavaṃ  
Viriyena dukkha acceṭi  
Paññāya parisujjhaṭi.*

Nghĩa là:

"Đức-tin vượt dòng nước lũ  
Không dễ-duôi thoát khỏi đại-dương  
Giải-thoát khổ nhờ tinh-tấn  
Trí-tuệ khiến tâm trong sạch".

Chính đức-tin tu-tập giúp cho hàng xuất-gia lần tại gia thoát ra bốn dòng nước xoáy quá sâu đậm (ogha) trong hiện-tại lẫn tương-lai, không còn bị bốn dòng nước ấy cuốn trôi vào đại dương khổ luân-hồi. Bốn dòng nước ấy là:

- 1) Kāmogha: bị ngũ-dục cuốn trôi (*dục-bộc*).
- 2) Bhavogha: bị cảnh giới cuốn trôi, là có ước vọng thụ-hưởng khoái-lạc ở những kiếp sau (*hữu-bộc*).
- 3) Diṭṭhoga: bị tà-kiến cuốn trôi (*kiến-bộc*).
- 4) Avijjogha: bị sự mê-muội, lầm-lạc cuốn trôi (*vô-minh bộc*).

Nói gọn hơn, chính đức-tin tu-tập giúp cho người có nguyện vọng giải-thoát cái khổ, ra khỏi ba loại ái là: dục-ái, hữu-ái và phi-hữu ái. Ái chính là nguồn gốc của đau-khổ, là nhân sanh ra mọi khổ-lụy trên đời, đức-tin tu-tập chính là hải đảo an-toàn vượt thoát khổ-cảnh.

Đức-tin tu-tập được biểu hiện qua bốn pháp-hành thuộc truyền-thống ở trên.

**Tấn-lực (vīriya bala)** cũng có hai loại như tấn-quyền: Tinh-tấn thông-thường và tinh-tấn tu-tập.

Tinh-tấn thông-thường là loại tinh-tấn không đủ sức chế-ngự lười-biếng (kosajja), tuy tinh-tấn này vẫn tạo ra những thiện-nghiệp khi có cơ hội, có dịp thuận tiện, nhưng cũng chỉ là thiện-nghiệp thông-thường như bố-thí, trì-giới, nghiên cứu, học hỏi phật-pháp ... Loại tinh-tấn này chỉ thực-hiện trong những điều-kiện thuận lợi dễ-dàng mà thôi, nếu gặp phải chướng-ngại sẽ thối thất, sinh ra biếng nhác ngay.

Như vào ngày Uposatha (bổ-tát) là ngày đến chùa nghe pháp, nhưng nếu gặp thời-tiết xấu như có mưa chẳng hạn, lập tức sẽ có lý do để không đi nghe pháp, hoặc đến thời tụng kinh, nhưng vừa làm xong việc gì đó, nại cớ là còn đang mệt, nghỉ khoẻ rồi hãy tụng kinh và thời tụng kinh ấy được gác lại cho đến hôm sau.

Tinh-tấn bình thường bị lười-biếng điều khiển do tám cách:

1. Kammaṃ kāṭabbaṃ hoṭi: *Sắp phải làm việc gì đó.*
2. Kammaṃ kaṭaṃ hoṭi: *Vừa làm xong việc gì đó.*
3. Maggo ganṭabbo hoṭi: *Sắp phải đi đường xa.*
4. Maggo gaṭo hoṭi: *Vừa đi xa về còn đang mệt mỏi.*
5. Gāmaṃ vā nigamaṃ vā piṇḍāya caronṭo hoṭi: *Sắp phải đi vào thôn xóm để khất thực, nên mệt nhọc ...*
6. Gāmaṃ vā nigamaṃ vā piṇḍāya caronṭo alaṭiham lākhassa vā paṇiṭassa vā hoṭi: *đi khất thực vừa xong, còn mệt nhọc.*
7. Uppanno hoṭi appamaṭṭako ābādho hoṭi: *Vừa khỏi bệnh nên cần phải nghỉ cho khỏe.*
8. Gilānā vuṭṭhiṭo hoṭi: *Vừa khỏi bệnh xong, cần nghỉ ngơi cho khỏe.*

Đây là tám nhân sanh lười-biếng.

Chúng-sanh gặp được giáo-pháp của đức Phật, nên hiểu rằng: "*Trong quá-khứ vô tận của luân-hồi, họ bị sa đọa vào bốn khổ-cảnh do thân-kiến cùng ác-nghiệp, tuy có ước muốn thoát khỏi bốn khổ-cảnh, nhưng nỗ-lực tinh-tấn để đạt ước muốn ấy lại không có*".

Họ chỉ mong muốn được như bà Visākhā, ông Anāṭhapinḍika ... chỉ cần nghe một thời pháp, chứng đạt đạo-quả, nhưng họ không biết rằng: "Được như vậy, những vị này đã trải qua thời gian trăm ngàn kiếp trái đất và trong quá-khứ cũng từng tinh-tấn hành pháp".

Một số khác, hiểu được điều này, lại có sự thất vọng rằng: "có hành pháp tinh-tấn cho mấy cũng không đạt được đạo-quả, vì thiếu ba-la-mật". Những người này, làm sao biết mình thiếu ba-la-mật nhỉ?

Hai suy nghĩ trên là do vô-minh cùng sự lười-biếng điều khiển.

Ngay khi quyết định khai-thị pháp giác-ngộ đến những người có duyên lành, Đức Thế-tôn tuyên bố rằng:

*"Apāruṭā ṭesaṃ amaṭassa dvārā  
Ye soṭavanṭā pamuñcaṭu saddham*

*Cửa vô sanh bất tử đã mở cho chúng-sanh,  
cho những ai có tai muốn nghe, đặt trọn niềm tin".*

Phương thức loại trừ biếng nhác là **thỏa thích trong pháp-hành**.

Đối với vị tỳ-khưu, vào lúc xuất-gia, có bốn pháp nên nương (nissaya dhamma) là:

- Nuôi mạng bằng cách đi khất thực.
- Mặc y phần tảo.
- Ở dưới cội cây.
- Trị bệnh bằng nước tiểu bò đen.

Đó là những vị thuốc trị bệnh lười nhác, ngoài ra còn có mười ba pháp đầu-đà, đây là sự tinh-tấn để loại trừ những bất-thiện phát-sinh lên từ sự dể-duôi, biếng nhác. Và đó cũng là những pháp được nêu trong lãnh-vực tinh-tấn.

Hiện-tại sự tinh-tấn nằm trong vùng lu mờ, chí đến vị tỳ-khưu hiện thời, tuy vẫn biết mình là hạng chúng-sanh còn thân-kiến, ác-nghiệp, không khéo sẽ rơi vào ác khổ địa. Thế nhưng, họ vẫn sống trong những trú-xứ nhộn nhịp của thành thị, thị trấn, họ vui thích thọ lãnh những vật thí có giá trị cao, hay những lễ nghi được tổ chức linh đình ... Họ không thể sống xa cách hội-chúng, càng lúc càng mong mỏi có đông đồ chúng. Tất cả những điều ấy là nơi ẩn náu của tâm trong ngôi nhà lười-biếng, cho thấy tính-chất yếu-đuối của tinh-tấn bình thường.

Chỉ có tinh-tấn tu-tập như: ít ngủ, tỉnh-giác, năng động, không e dè sợ-hãi, can đảm, thực-hành Chỉ hay Quán. Sự tinh-tấn này có năng-lực áp chế, khai trừ biếng nhác. Trong 37 pháp trợ giác-ngộ, tinh-tấn tu-tập là pháp cần đạt được.

Tương-tự như thế đối với niệm-lực, định-lực, tuệ-lực.

### **Niệm-lực (sati bala)**

Niệm cũng có hai loại: Niệm thông-thường và niệm tu-tập.

Niệm thông-thường không thể khắc chế được vọng niệm hay thất niệm (mutṭhasacca). Vọng-niệm là sự chú ý, ghi nhận không đúng phương-pháp.

Khi hành-giả tu-tập chỉ hay quán, trong giai-đoạn đầu, thường xuất hiện những ảo cảnh (māyārammaṇa), những cảnh này do tưởng tạo ra, với mục-đích đưa tâm trở lại vào vùng ngự-trị của chúng. Như có số hành-giả thấy mình giao tiếp được với chư-thiên, được chư-thiên trò chuyện ... để rồi tâm cứ bám theo những hình ảnh ấy, xa lìa đề mục ban đầu như hơi thở ... Đó là *vọng-niệm*

Mặc dù những cảnh ấy là ẩn-tướng của thiện-pháp bởi nương sanh lên từ đức-tin, nhưng nếu tâm dính mắc vào những cảnh ấy, **tâm đang bị ái trói-buộc**, khiến hành-giả quên đi mục-đích chính là: "**đạt được cảnh Níp-bàn tịch tịnh**". Nếu nhận thấy mình bị cảnh tốt đẹp ấy quyến-rũ, không muốn lìa nó, hành-giả cần hiểu rằng: "**đang bị ái chi phối**", đồng thời niệm-lực không đủ sức mạnh, vì rằng: "*Niệm-lực có ý-*

*ngĩa là không rung động trong sự dễ-duôi". Tâm dính mắc trong cảnh tốt đẹp là tâm dễ-duôi, bị ái dẫn dắt.*

*"Sabbe dhammā anattā 'ti: Các pháp đều là vô-ngã".*

Hành-giả cần tác-ý rằng: "Cảnh tốt đẹp ấy dù là cảnh thiện-pháp cũng chẳng phải của ta, đó là vật vay mượn của ái luân-hồi, hãy nhanh chóng liả bỏ nó, hãy hướng tâm đến Níp-bàn". Nói gọn hơn: vọng niệm là do những cảnh thiện-pháp sanh-khởi, tâm dính mắc vào những cảnh ấy, nên xa liả đề mục chính.

*Còn thất niệm?* Chữ *mutṭhasacca* nghĩa là sự bỏ quên, lãng-quên. Thất-niệm là bất lực trong sự chú ý ghi nhận, không thể tập trung bằng sự kiểm-soát tâm, tâm chạy theo cảnh, quên-lãng đề mục thiền.

Niệm bình thường không có sức mạnh để áp đảo sức mạnh của phóng-dật, khiến niệm không thể khấn khít vào đề mục thiền, chính niệm tu-tập được làm cho sung-mãn mới loại trừ được vọng-niệm hay thất-niệm.

### **Định-lực (samādhi bala).**

Định cũng thế, có hai loại là định thông-thường và định tu-tập.

Định thông-thường không thể áp chế được sự quấy nhiễu (vikkepa) của phóng dật, đó là những tư-tưởng lang thang trong sự tưởng-tượng mộng lung, hành-giả không thể gom tâm vào đề mục, không thể tập trung, kiểm-soát được tâm, tâm không thể yên-lặng khi hành thiền, nó chạy theo cảnh không dừng nghỉ.

Định thông-thường không thể loại trừ trạng-thái tán-loạn của tâm, chỉ có định tu-tập làm cho sung-mãn mới làm được điều ấy.

### **Tuệ-lực (pañña bala).**

Tuệ cũng có hai là tuệ thông-thường và tuệ tu-tập.

Đối tượng cần áp đảo của tuệ là mê-muội (sammoha), mê-muội là một chi nhánh của vô-minh. Vô-minh ngoài nghĩa mê tối, còn có ý-nghĩa là lằm-lạc. Không biết các pháp hữu-vi đều là vô-thường, khổ, vô-ngã đã là tai hại, nhưng lằm-lạc trong vô-thường cho là thường, khổ cho là hạnh-phúc, vô-ngã cho là ta, lại càng tai hại hơn nữa. Chẳng khác nào một người bị vết thương trên thân, dùng nước dơ nhiễm độc, cho rằng nước ấy là sạch, là tinh-khiết để rửa ráy, vết thương. Vết thương chẳng những không lành mà còn phát-triển khiến người ấy có thể mạng chung.

Trạng-thái mê-muội là bóng tối che phủ tâm, trí-tuệ bình thường không thể xua tan bóng tối ấy, ngay cả trí thông-suốt tam-tạng pháp-học cũng không thể loại trừ bóng tối ấy, trí bình thường cũng ví như ánh sáng đom đóm, ánh sáng đồng lửa, nó không

thể soi sáng cả vùng đen tối rộng lớn. Chỉ có ánh sáng thái dương mới đẩy lùi bóng tối đang bao phủ cánh đồng rộng mênh mông.

Ánh sáng mặt trời ví như trí tu-tập, chỉ có trí tu-tập mới đoạn trừ tận gốc rễ vô-minh ngủ-ngầm. Tuệ-lực là một sức mạnh xua đuổi tối tăm, giúp hành-giả nhận thấy rõ ba tướng: Vô-thường, khổ, vô-ngã của pháp hữu-vi, đồng thời áp chế được các pháp điên-đảo: thường -lạc -ngã -tịnh.

Năm pháp đối nghịch với năm lực là:

1. Ái đối nghịch với tín-lực.
2. Giải-đãi (kosajja) đối nghịch với tấn-lực. Giải-đãi là sự bất lực hay thiếu nhiệt-tâm trong sự hành pháp.
3. Thất-niệm đối nghịch với niệm-lực
4. Sự tán-loạn (vikkhepa) đối nghịch với định-lực.
5. Si-mê đối nghịch với tuệ-lực.

Năm lực có sung mãn mới áp chế, đẩy lùi và trừ diệt được chúng. Ở mức độ trung-bình năm lực là sự không rung động trước năm nghịch pháp ấy. Nếu một lực nào yếu kém, không thể loại trừ pháp nghịch của nó thì pháp thiên dù là Chi hay Quán cũng không thể thành-công đối với hạng người Neyya.

Hiện nay, một số người đã thoát ra lãnh-vực của ái nhờ nương nhờ vào tín-lực của chính họ. Chính tín-lực giúp những người này thoát ra khỏi sự đam mê vật-chất, không còn dính mắc trong quyền lực, địa vị, danh vọng tài-sản của thế-gian một cách sâu đậm như trước đây. Nhưng vì thiếu bốn lực kia, nên không tiến cao hơn trong trong lãnh-vực tri-túc, vì đó là những điều-kiện cho sự sống của họ.

Người thoát ra mãnh lực của ái cùng sự lười-biếng là do tín-lực, tấn-lực của người ấy mạnh, những người này thường duy trì đời sống tri-túc, vững-chắc bám ở những khu vắng người như rừng núi, đồi ... thực-hành những pháp bojjaṅga, nhưng vì ba lực kia yếu kém, nên không thể thực-hành pháp niệm thân, niệm hơi thở ... được tốt đẹp, hoặc sự thực-hành Chi hay Quán tiến-bộ rất chậm.

Có số người mạnh về tín-lực, tấn-lực, niệm-lực, có thể thực-hành pháp thiên Chi hay thiên Quán, đạt được sự tập trung, tâm được yên-lặng, ấn-tướng rất rõ ràng, sự chú ý đến đề mục rất dễ-dàng, nhưng yếu về định-lực và tuệ-lực nên không thể đắc định hay tuệ-quán, nhất là tuệ Sinh-diệt không sanh lên.

Những người đạt được các tầng thiên của thiên Chi-tịnh nhưng tuệ-quán không sanh-khởi là do yếu về tuệ-lực. Có người mạnh về tuệ-lực, như tinh thông pháp, thuộc lòng ba tạng, rành mạch về chân pháp, nhưng thiếu sự hỗ-trợ của bốn lực kia, do đó không thoát ra được ái, lười-biếng, vọng niệm, tán tâm, họ sống và chết giữa ranh giới thiện và bất-thiện pháp.



Nói chung, khi thiếu một lực nào đó, hành-giả không thể vượt lên trên lãnh vực của pháp đối nghịch ấy. Trong năm lực: tấn-lực và tuệ-lực là hai pháp như-ý túc, nếu hai lực này mạnh đứng chung nhau sẽ đạt được tuệ-quán, cho dù yếu ba lực kia.

Vì không biết những phạm-sự của pháp quyền, lực, như-ý, nên không hiểu vì sao sự nhiệt-tâm tinh-tấn hành pháp Chỉ hay Quán không đạt kết quả như mong muốn, không áp chế được những lực đối nghịch (paṭipakkha).

Cũng như, khi bị tấn công bởi những lực đối nghịch, hành-giả không biết đó là những pháp nào? Phương-pháp khắc chế, đối trị chúng ra sao? Phải tu-tập pháp nào để diệt trừ chúng? Những hành-giả không nắm vững những đặc-tính của tâm tu-tập, do đó không có ước muốn làm sanh-khởi những đặc-tính ấy, nên những đặc-tính này không sanh-khởi. Chính vì vậy, truyền-thống thực-hành của bậc Thánh gần như bị phai mờ trong thời hiện-tại.

Có một ví dụ để minh họa như sau: Có loại bò tên là Usabha, đó là giống bò chúa, có giá trị hơn ngàn con bò bình thường. Nếu như những đặc điểm, những đặc-tướng của bò Usabha không được người chủ nhận ra do ngu dốt hay thiếu hiểu biết trong lãnh-vực này, người chủ sẽ không chăm-sóc, nuôi dưỡng bò Usabha đúng mức, chỉ nuôi nó một cách bình thường như những con bò tầm thường khác.

Do đó, những chi thể của nó không thể phát-triển, sức mạnh cùng năng-lực của nó bị khiếm khuyết, bị bào mòn hay bị chôn vùi. Thế là, bò Usabha sẽ sống rồi chết như những con bò tầm thường khác. Trái lại, người chủ có trí thông thạo trong lãnh-vực xem tướng bò, y sẽ nhận ra: "đây là giống bò chúa Usabha".

Người chủ sẽ tách ly con bò chúa Usabha ra khỏi những con bò tầm thường, cho nó ở trong chuồng đặc biệt. Nền chuồng rải một lớp cát sạch, chuồng cao ráo rộng-rãi, có mái che, có trần nhà kín đáo. Chuồng bò chúa luôn giữ gìn sạch sẽ, thoáng mát. Người chủ cho bò ăn lúa mạch, đậu giống như vật-thực dùng cho con người, ông tắm rửa cho bò mỗi ngày.

Dần dần, bò lớn mạnh, các chi thể đặc biệt phát-triển, sức mạnh cùng năng-lực của bò sung-mãn. Khi ấy, bò chúa Usabha có thể canh giữ cả trăm chuồng gia súc, ngăn ngừa, chống lại cả hổ báo bất ngờ tấn công. Bò chúa Usabha cần phải được chăm-sóc, nuôi dưỡng đúng mức ví như năm lực cần phải tu-tập làm cho sung-mãn đúng mức, người chủ ví như hạng người Neyya.

Những bài kinh giải về những đặc-tướng của bò chúa Usabha trong Tam tạng:

\* Các bài kinh trong bộ Vibhaṅga của tạng Diệu-pháp:

Saṭipatṭhānavibhaṅga (phân-tích niệm-xứ).

Sammapadhāna vibhaṅga (phân-tích chánh-cần).

Iddhipāda vibhaṅga (phân-tích như-ý túc).

Indriya vibhaṅga (phân-tích quyền)  
Magga vibhaṅga (đạo phân-tích).

\* Các bài kinh trong bộ Tương-ưng kinh:

Saṭipatṭhāna saṃyuṭṭa (tương-ưng niệm-xử).  
Sammappadhāna saṃyuṭṭa (tương-ưng chánh-cần).  
Iddhipāda saṃyuṭṭa (tương-ưng như-ý túc),.  
Indriya saṃyuṭṭa (tương-ưng quyền),  
Bala saṃyuṭṭa (tương-ưng lực),  
Bojjhaṅga saṃyuṭṭa (tương-ưng giác-chi).  
Kinh Saṭipatṭhāna.

Sự nuôi dưỡng, chăm-sóc bò chúa Usabha ví như sức mạnh cũng như đặc-tính của các pháp dẫn đến giác-ngộ được tu-tập, được làm cho sung-mãn có thể chống lại sức mạnh của phiền-não ví như hổ báo. Ngoài ra, khi năm lực được sung-mãn có thể đưa đến bất tử giới (amaṭadhātu), đoạn tận luân-hồi.

Người chủ bò thiếu trí hay ngu dốt, ví như hạng người Neyya bị vô-minh ngự-trị, không cố-gắng nỗ-lực tu-tập pháp thiên Chi -quán. cứ thỏa mãn những thành quả thấp thỏi trong giáo-pháp là bố-thí, trì-giới, pháp-học ... là người không biết nuôi dưỡng bò chúa Usabha, để rồi họ chẳng có được lợi-ích gì có giá trị thực tiễn trong đời sống được duyên lành gặp giáo-pháp của đức Phật.

Trong thế gian, có nhiều công việc như kinh doanh, y dược, kiến thức ... có những công việc được thành-tựu do sức mạnh của cải, có những công việc được thành-tựu do sức mạnh của kiến-thức, cũng có những công việc khởi đầu là sức mạnh của cải, kế đến là sức mạnh của kiến thức. Có những công việc khởi đầu là sức mạnh kiến thức rồi đến sức mạnh của cải. Và sự học tập, nghiên cứu là bước đầu tích lũy sức mạnh kiến thức.

Cũng vậy, trong giáo-pháp của đức Phật, việc thành-tựu thiên Chi -Quán, đặc được đạo-quả, thành-đạt Níp-bàn đều nương vào năm loại sức mạnh. Chỉ khi nào năm sức mạnh này được tích lũy, những việc trong đại kia, khi tiến hành mới đạt kết quả tốt.

Những người không có lực nào, không thể khởi dậy ước muốn thực thi những việc trọng đại như tu-tập thiên Chi, thiên Quán, chứng-đắc các pháp của bậc thượng-nhân, đạt được thượng trí ... và kết quả là họ không thể thành-đạt những điều này.

Nếu được người hướng dẫn, thuyết-phục, giảng giải cho họ nghe những lợi-ích đặc biệt của pháp-hành thiên Chi hay Quán, chỉ dẫn ra những phương-pháp hành-trì để có thể thành-tựu mục-đích thoát khỏi khổ, họ không muốn nghe, hoặc tìm lý lẽ chống đối lại sự hành thiên, hoặc nghe ậm ờ rồi cho trôi xuôi, những người này không biết rằng, vì không có năm lực nên họ có những tư-tưởng cố chấp như thế, đồng thời tìm

cớ chối quanh bằng lý lẽ: Thiếu ba-la-mật, là người nhị-nhân, hoặc bây giờ là thời không thích-hợp ...

Tuy nhiên, nếu những người này bắt đầu tu-tập thiền bốn Niệm-xứ, với một đề mục như hơi thở ra, hơi thở vào (anāpānasati), đồng thời tu-tập cả ba lực: tín-lực, tấn-lực, niệm-lực, những tư-tưởng tiêu cực cố chấp sẽ biến mất, tất nhiên khi ấy là những tư-tưởng thiện sanh-khởi, thay thế cho những tư-tưởng tiêu cực, cố chấp kia. Khi tư-tưởng thiện càng sanh-khởi nhiều và sung-mãn, điều này nói lên: lực tu-tập được phát triển.

Đây là phương cách giúp cho lực được tu-tập và phát triển đi đến sung-mãn, cho dù hành-giả chưa đạt được tuệ Phân-biệt danh-sắc, nhưng tín-lực ở mức độ yếu-đuối vẫn sanh lên qua nhận-thức của hành-giả: "*Ta đang bị ái kìm chế, bị ái điều khiển tâm dính mắc vào những nhu cầu vật-chất (paccayāmisā), cùng những lợi-đắc thế-gian (lokāmisā)*". Nghĩa là sao? Nghĩa là đức-tin đang sanh-khởi, đang bị ái dẫn dắt vì còn yếu, chưa có đủ sức mạnh.

Gọi là đức-tin bị ái kìm chế "không có nghĩa là: Đức-tin và ái cùng có mặt, khi ái mạnh áp chế, ngự-trị thì đức-tin vắng mặt, khi ái muội lực, đức-tin sanh-khởi, ái vắng mặt, khi ấy hành-giả mới thấy rằng: "sự đeo bám vào những chất đó là ái". Nếu khi có ái hiện khởi thì tư-tưởng này không hề xảy ra. Đây là đặc điểm để nhận ra đức-tin, giống như người xem tướng bò Usabha, từ đặc điểm y nhận ra một tướng tốt của bò Usabha và hiểu được ưu điểm đang tiềm-ẩn trong tướng ấy.

Nương theo đức-tin, người ta bố-thí, trì-giới ... đang lúc bố-thí hay trì-giới, tâm của người ấy không hề dính mắc vào vật-chất thế-gian, đó là lúc đức-tin hiển-lộ. Khi đã bố-thí, trì-giới ... người ấy mơ ước từ thiện-nghiệp này có được tài-sản thế gian như nhân sản, thiên sản (devaddhāna) ... đó là lúc đức-tin vắng mặt, ái hiện ra phô trương sức mạnh của nó. Và người có trí hiểu rằng: tín-lực còn yếu-đuối.

Tương-tự, tinh-tấn ở mức độ yếu ớt cũng sanh lên qua sự nhận-định của hành-giả: "*có những lúc giải-đãi, lười-biếng*", sự giải-đãi, lười-biếng trong thời tu-tập thiền là đặc điểm để nhận ra tinh-tấn. Tinh-tấn và biếng nhác là pháp đối nghịch nhau: "*có anh không có tôi, có tôi không có anh*". Đức Phật có dạy: ***xa hơn tất cả là thiện pháp và bất-thiện pháp***.

Khi giải-đãi xuất hiện, đồng nghĩa là trước đó có tinh-tấn, nhưng vì tinh-tấn còn yếu ớt như đứa trẻ sơ sinh, nên giải-đãi mới áp chế, đánh bật ra khỏi vị-trí, nó thay thế vào và phô trương sức mạnh. Nhưng khi hành-giả nhận ra sự giải-đãi thì nó cũng mất rồi.

*Cái gì nhận ra giải-đãi?* Là trí. trí nhận ra được sự giải-đãi, nhưng thiếu đào sâu, nên không nhận ra tinh-tấn, cũng giống như người chủ bò, y nhìn bò chúa Usabha y biết

rằng: đây là loại bò đặc biệt. Nhưng đặc biệt như thế nào? Đặc điểm nào xác định được "đây là con bò đặc biệt?", y không biết.

Niệm ở mức độ non yếu cũng sanh lên, qua sự biết được vọng-niệm hay thất-niệm có thời làm chủ tâm. Định và tuệ cũng vậy, nó được nhận biết qua pháp đối nghịch, tức là định được nhận diện khi hành-giả thấy được trạng-thái tán-loạn tâm. Trí được nhận diện khi bị trạng-thái lâm-lạc si-mê, ngự-trị, kiểm-soát tâm.

Tóm lại, tín, tấn, niệm, định, tuệ có năm pháp đối nghịch tiềm-ẩn: là ái, lười-biếng, vọng-niệm, tán-loạn và si-mê. Chính năm pháp đối nghịch ấy có năm pháp tín, tấn, niệm, định, tuệ tiềm-ẩn.

Khi năm pháp tín, tấn, niệm, định, tuệ trở thành năm lực sung-mãn, thì năm pháp đối nghịch không còn có cơ hội lộ diện, bị năm lực khắc chế hoàn toàn.

Khi năm lực còn yếu, năm pháp đối nghịch có cơ hội xuất hiện để nhiếp phục năm lực. Và đó là đặc điểm để nhận ra năm lực đang tiềm-ẩn trong chúng.

Khi những lực này sanh lên, chắc chắn phải có sự biến đổi trong tâm của hành-giả. Ví như người mang trọng bệnh, y không thích những công việc sinh hoạt thường ngày, cũng như uế-oải trong những công việc ấy. Nhưng sau khi uống đúng thuốc trị bệnh, đồng thời có sự chữa-trị đúng đắn, kiên-nhẫn kiên-khem những vật-thực không phù hợp trong việc chữa bệnh. Chứng trọng bệnh của y dần dần được thuyên-giảm, y thoát ra trạng-thái thụ-động, sinh-hoạt của y cũng biến đổi theo đó. Điều chắc chắn, y sẽ thích-thú trở lại với những sinh hoạt bình thường, khi bệnh dứt khỏi y sẽ hoạt động tích cực trong đời sống của mình.

Ở đây, người bệnh ví như tâm, năm pháp đối nghịch là ái-dục, lười-biếng, thất niệm,... ví như cơn trọng bệnh, việc thực-hành thiền Chi hay thiền Quán ví như công việc sinh hoạt thường ngày.

Tùy-quán niệm-xứ, niệm hơi thở ... ví như những phương thuốc trị bệnh, sự hành-trì quán niệm-xứ, niệm hơi thở,... ví như phương-pháp chữa trị đúng đắn, ở nơi thanh-vắng, yên-lặng ví như sự kiêng cử những vật-thực có tác hại làm tăng-trưởng cơn bệnh. Khi bệnh thuyên-giảm ví như năm lực đang sanh-khởi, khi năm lực này sanh lên, có sự biến đổi trong tâm ví như sự biến đổi của bệnh nhân trong sinh hoạt hằng ngày... khi bệnh dứt ví như năm lực được sung-mãn.

Đức Phật có dạy trong Tương-ưng kinh phẩm Tương-ưng lực rằng:

*"Này chư tỷ khưu! để thắng tri, liễu tri, đoạn-diệt năm thượng phần kiết sử, năm lực cần được tu-tập".*

Có mười sợi dây cột trói (kiết sử) chúng-sanh vào luân-hồi là:

1. Sakkāyadiṭṭhi: *thân-kiến*.
2. Vicikicchā: *hoài-ngghi*.
3. Sīlabbaṭṭapamārāsa: *giới cấm thủ (là chấp theo lệ cúng tế thần thánh, mê tín dị đoan)*.
4. Kāmacchanda: *mong ước trong dục*.
5. Byāpāda: *thù oán bất bình*.

Đây là năm sợi dây trói-buộc bậc thấp, gọi là hạ-phần kiết-sử, bậc Bất-lai đã diệt trừ trọn vẹn.

6. Rūparāga: *mê thích trong cảnh sắc*.
7. Arūparāga: *mê thích trong vô-sắc*.
8. Māna: *ngã-mạng*.
9. Uddhacca: *phóng-tâm -tâm tán-loạn*.
10. Avijjā: *vô-minh*.

Đây là năm sợi dây trói-buộc bậc cao, gọi là thượng-phần kiết sử, bậc A-la-hán trừ diệt tận gốc.

Qua đoạn kinh trên, đức Phật dạy: năm lực được tu-tập làm cho sung-mãn, đưa đến diệt tận mọi sự trói-buộc trong luân-hồi, thành-đạt quả vô sinh A-la-hán.

Trong thế-gian này, người thợ xây-dựng cần có những dụng cụ tốt như: cưa, đục, rìu ... chỉ khi nào dụng cụ dùng trong nghề được tốt, họ mới bắt tay vào việc. Cũng vậy, sự tu-tập Chỉ -Quán trong giáo-pháp của đức Phật, năm lực ví như đồ nghề tốt của người thợ xây-dựng, năm lực này được trui rèn bằng một trong bốn pháp niệm-xứ, như niệm hơi thở, niệm tỉnh-giác ... Năm lực này là sức mạnh của hành-giả, đưa hành-giả đạt đến những kết quả mỹ-mãn trong giáo-pháp của đức Phật.

Đây là ý-nghĩa của chữ **bhāveṭi** (vị ấy tu-tập) trong đoạn kinh ở trên.

-ooOoo-

## Chương VII

# BẢY GIÁC CHI

### (Bojjhaṅga)

Danh từ Bojjhaṅga bao gồm hai phần: *Bodhi* + *aṅga*.

*Bodhi* ám chỉ chứng ngộ, giác-ngộ, nói một cách chính xác và rõ ràng là: Thông-đạt bốn chân lý tối thượng: chân lý về khổ, chân lý về nhân sanh khổ, chân lý về sự diệt khổ, chân lý về con đường đưa đến sự diệt khổ.

*Aṅga* nghĩa là yếu tố, thành-phần.

*Bojjhaṅga* nghĩa là thành-phần đưa đến sự giác-ngộ, chứng-đạt bốn sự-thật, thường được dịch là giác-chi.

Có sự giải rằng:

*Caṭṭu saccadhamme suttṭhu bujjhaṭī'ṭi sambodhi aṅgo = sambojjhaṅgo.*

"Các thành-phần dẫn đến sự thấu đáo đúng đắn về bốn pháp sự-thật gọi là giác-chi".

Chữ sambodhi còn được gọi là giác-ngộ vì hiểu biết (bodhi) đúng (sam) bốn sự-thật, hay hiểu biết hoàn toàn về bốn sự-thật.

Sambodhi ám chỉ cho tuệ-đạo, những yếu tố nào dẫn đến tuệ-đạo siêu-thể gọi là giác-chi hay giác-phần.

Trong Tương-ưng kinh có ghi rằng:

Có vị tỳ-khưu đi đến chỗ Đức Thế-tôn ngự, sau khi đánh lễ Ngài rồi ngồi xuống một bên bạch hỏi rằng:

*-Bojjhaṅga! Bojjhaṅga! được gọi như thế, bạch Đức Thế-tôn, xin Ngài từ bi chỉ dạy, lời này có thể được áp dụng đến mức như thế nào?.*

Đức Phật dạy rằng:

*"Bojjhaṅga samvaṭṭantīti kho bhikkhu tasmā bojjhaṅgā'ṭi vuccaṭi...".*

*"Do dẫn đến giác-ngộ, vì lẽ ấy, này tỳ-khưu được gọi là bojjhaṅga (giác-chi)...".*

Đó là lời dạy mở đầu, tiếp theo Ngài giảng cho vị tỳ-khưu ấy về bảy giác-chi.

Theo Aṭṭhakathā, sambojjhaṅga có bốn ý-nghĩa:

- 1- Là chi phần của người giác-ngộ chân-chánh (là chánh giải-thoát đối nghịch với tà giải-thoát).
- 2- Là pháp đồng sanh đưa đến giác-ngộ chân-chánh.
- 3- Là pháp làm cho tỉnh-ngộ, thoát ra sự si-mê, u-ám.
- 4- Là pháp giúp thành-tựu thông suốt bốn Diệu-đế.

Được gọi là giác-chi, vì liên-hệ đến viễn-ly, liên-hệ đến ly-tham, liên-hệ đến từ bỏ, liên-hệ đến đoạn-diệt.

**Viễn-ly** (xa lìa) cái gì? Xa lìa những trói-buộc ở bên ngoài như hội-chúng, danh-xưng, quyền-lợi, lợi-đắc ... trước khi thành-đạt giác-ngộ bốn pháp sự-thật.

**Từ bỏ** cái gì? Từ bỏ năm pháp chướng-ngại của tinh-thần.

**Đoạn-diệt** cái gì? Đoạn-diệt những nguyên-nhân dẫn đến luân-hồi.

Nói rõ hơn: viễn-ly -ly-tham (virāga) là *tạm thời trừ* (tadaṅgappahāna) những phiền-não, uế-trước ở vùng triền.

Từ bỏ là *áp chế trừ* (vikkhambhanappahāna) những phiền-não cấu uế, chủ yếu là năm pháp chướng-ngại ở vùng triền.

Và đoạn-diệt là *trừ-tuyệt* (samucchedappahāna) bằng đạo-tuệ ở vùng tùy-miên.

Ở đoạn khác, đức Phật dạy rằng:

*"Này chư tỳ-khưu! Ví như các cây đà, cây kèo của ngôi nhà nóc nhọn, tất cả cây đà, cây kèo đều thiên về, hướng về, xuôi về nóc nhọn.*

*Cũng vậy, này chư tỳ-khưu! vị tỳ-khưu tu-tập bảy giác-chi, làm cho sung-mãn bảy giác-chi, thiên về, hướng về, xuôi về Níp-bàn".*

Chim Kim-xí vương (supanarāja) có oai lực, tung hoành giữa hư không, khi vỗ cánh phát ra luồng gió mạnh, ảnh hưởng đến một vùng không gian rộng lớn. Trước khi Kim-xí điểu được lớn mạnh như thế, nó phải thoát ra khỏi bụng mẹ dưới hình-thức là cái trứng, rồi nó phải thoát ra khỏi cái trứng bằng cái mỏ nhọn của chính nó, khảy bể vỏ trứng. Nó ẩn náu trong tổ, được chim mẹ nuôi dưỡng cẩn thận, nó dần dần lớn mạnh. Và lần cuối cùng nó thoát ra tổ, tung cánh vào không trung lộng gió, nó muốn đến đâu tùy thích, đều được như-ý.

Cũng vậy, người tìm đạo giải-thoát, trước tiên phải thoát ra vùng tăm-tối khổ-não, như chim thoát ra bụng mẹ, vùng tăm-tối khổ-não ví như si-mê, ngu dốt, là sự không học hỏi những điều thiết-thực để thực-hành đi đến sự thoát khổ. Ẩn trú trong vỏ trứng an-toàn là: phòng-hộ môn quyền. Trong vòng phòng-hộ môn quyền, tích lũy ba thiện hạnh của thân -ngữ -ý (ám chỉ giới), để rồi lần thứ hai thoát ra những trói-buộc thô-thiển bên ngoài là: sắc, thanh, khí, vị, xúc bằng niệm (ví như thoát ra khỏi trứng bằng cái mỏ con chim). Ẩn trú trong tổ ví như hành bốn niệm-xứ, được nuôi dưỡng vật-thực để lớn mạnh ví như có tác-ý đúng. Cuối cùng thoát ra khỏi tổ, tung mình vào hư không rộng lớn, ví như hành-giả đã thành tựu bảy pháp giác-chi, được giải-thoát hoàn toàn.

Đây là những ví dụ minh họa cho những trình-tự các pháp dẫn đến thành-tựu bảy giác-chi theo lý Duyên-sinh.

*Những pháp trình-tự hình thành bảy giác-chi này, do ai giảng và có ở nơi đâu? Chính do Đức Thế-tôn thuyết-giảng khi Ngài trú ở Sākeṭa trong rừng Ancana, cho du sĩ Kundali, du sĩ này có tên là Kundali vì có đeo vòng ở tai (kundali là người có đeo bông tai). Đại ý như sau:*

Du sĩ Kundali hỏi Đức Thế-tôn:

- *"Tôn giả Goṭama sống với lợi-ích gì?*

- *Này Kundali! Như-lai có lợi-ích là quả của mình và giải-thoát (vijjāvimutti phalānisamsam).*

- *Thưa tôn giả Goṭama! Minh và Giải-thoát được viên-mãn nhờ tu-tập pháp gì?*

- *Này Kundali! Bảy giác-chi được tu-tập, được làm cho sung-mãn khiến Minh và Giải-thoát được viên-mãn.*

- *Thưa tôn giả Goṭama! Những pháp nào được tu-tập, được làm cho sung-mãn, đưa đến bảy giác-chi được sung-mãn.*

- *Này Kundali! Là bốn Niệm-xứ...*

- *Thưa tôn giả Goṭama! Bốn Niệm-xứ được viên mãn do nhờ tu-tập, được làm cho sung-mãn nhờ những pháp gì?*

- *Này Kundali! Là ba thiện-hạnh.*

- *Thưa tôn giả Goṭama! Ba thiện hạnh được viên-mãn do nhờ tu-tập, được làm cho sung-mãn nhờ những pháp gì?*

- *Này Kundali! Là phòng-hộ môn-quyền".*

Tiếp theo Đức Thế-tôn giảng về cách phòng-hộ môn quyền, ba thiện-hạnh, bốn Niệm-xứ, bảy giác-chi một cách tóm tắt (Tương-ưng kinh). Theo Chú giải, du sĩ Kundali nghe xong thời giảng này chứng-đắc Dự-lưu quả, trở thành vị Thánh đệ tử.

Hành-giả cũng nên ghi nhận rằng: trong phần tu-tập bảy giác-chi có sự liên-hệ gắn liền với năm pháp chướng-ngại. Chúng ta sẽ tìm hiểu sự liên-hệ gắn bó giữa năm pháp chướng-ngại và bảy giác-chi ở phần sau.

Có một nghi vấn khác là: Bảy giác-chi này ai có thể làm hiển-lộ được? Và xây-dựng trên nền-tảng nào? "*Bảy giác-chi được hiển-lộ qua trí của đấng Chánh-giác và được xây-dựng trên nền-tảng là giới-luật của bậc Thánh*".

Đức Thế-tôn khẳng định như thế, rằng:

- *"Này các tỳ-khưu! Có bảy giác-chi chưa khởi lên, nếu được tu-tập, làm cho sung-mãn, có thể khởi lên. Nhưng không thể không có sự hiện-hữu của Như-lai, bậc A-la-hán Chánh-đẳng-giác. Thế nào là bảy giác-chi?..."*



- *Này các tỳ-khưu! Có bảy giác-chi chưa khởi lên nếu được tu-tập, làm cho sung-mãn có thể khởi lên nhưng không thể không có giới-luật của bậc Thiện-thệ". (Tương-ưng kinh)*

Giới-luật của bậc Thiện thệ hay *giới-luật của chư Phật, của bậc Thánh là gì? Giới-luật ấy được gói gọn trong lời giáo-giới giải-thoát (ovādāpāṭimokka) tóm tắt là:*

*"Sabbapāpassa akaranam  
Kusalassa upasampadā  
Sacittapariyodapanam  
Eṭam buddhāna sāsanaṃ.*

*Không tất những điều ác  
Làm tất cả điều lành  
Giữ tâm cho trong sạch  
Lời chư Phật dạy rành". (Pháp Cú 183)*

Tóm lại, người có đức-tin nơi Tam-bảo, sẽ có sự suy-tư sâu xa và chân-chánh. Thoát ra khỏi vùng si ám, mê-muội như con chim thoát ra bụng mẹ qua hình-thức cái trứng.

Người ấy có sự thu thúc môn quyền (là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý), như cái trứng được gìn-giữ không cho bị hư hoại, bể vụn trước khi con chim thành hình. Con chim hình thành ví như giới được hình thành qua sự gìn-giữ ba thiện-hạnh là: Thân hành-thiện, ngữ hành-thiện và ý hành-thiện.

Khi trì-giới tốt đẹp, hành-giả phát-triển sự tu-tập cao hơn bằng pháp niệm ví như con chim thoát ra khỏi vỏ trứng bằng cái mỏ nhọn của chính nó.

An-trú trong tổ ví như an-trú trong bốn Niệm-xứ, con chim được nuôi dưỡng tốt sẽ lớn mạnh. Cũng vậy, hành-giả an-trú trong bốn Niệm-xứ tu-tập bảy giác-chi bằng vật-thực là tác-ý đúng, khi bảy giác-chi sung-mãn, hành-giả thoát ra khỏi khổ-não luân-hồi ví như con chim lìa bỏ tổ, tung cánh tự-do trong không gian vô tận, tùy theo ý thích.

Bảy giác-chi là:

*Niệm giác-chi (saṭi sambojjhaṅga).*

*Trạch-pháp-giác-chi (dhammavicaya sambojjhaṅga).*

*Tấn giác-chi (vīriya sambojjhaṅga).*

*Hỷ giác-chi (pīṭi sambojjhaṅga).*

*Tịnh giác-chi (passaddhi sambojjhaṅga).*

*Định giác-chi (samādhi sambojjhaṅga).*

*Xả giác-chi (upekkhā sambojjhaṅga).*

Hành-giả muốn tu-tập bảy giác-chi, cần phải biết được nhân sanh của nó.

Nhân sanh-khởi của giác-chi hoặc làm cho giác-chi tăng-trưởng lớn mạnh có điểm chung là: **tác-ý đúng phương-pháp**. Và A-la-hán đạo là nhân làm cho giác-chi sung-mãn.

Riêng mỗi giác-chi đều có nhân sanh, nhân làm cho sung-mãn khác nhau, tùy theo đặc-tính cùng công-năng của mỗi giác-chi.

Tác ý: Manasikāra = Manasi + kāra. Theo nghĩa từng chữ là: "*việc làm trong tâm*".

Phận-sự chánh của tác-ý là hướng tâm cùng các sở-hữu đồng sanh về một đối-tượng, nó giống như bánh lái của chiếc tàu, tâm không có manasikāra như tàu không có bánh lái. Nếu như nó hướng dẫn tâm hướng về điều thiện gọi là yoniso manasikāra: tác-ý đúng, tác-ý chân-chánh. Nếu nó hướng dẫn tâm về điều xấu, ác, ô-nhiễm, gọi là tác-ý không đúng, tác-ý sai lệch (ayoniso manasikāra). Chính tác-ý không đúng là nhân cơ bản, là vật-thực cần thiết cho năm pháp chướng-ngại sanh lên và tăng-trưởng.

Vì thế, trong Tương-ưng kinh, Đức Thế-tôn có dạy rằng:

*"Này các tỳ-khưu! Do phi như-lý tác-ý (ayoniso manasikāra) tham-dục chưa sanh được sanh lên, đã sanh-khởi đi đến tăng-trưởng, quảng đại. sân ... hôn-trầm, thụy miên ... trạo-hối ... nghi-hoặc chưa sanh được sanh lên, đã sanh-khởi đi đến tăng-trưởng, quảng đại.*

*Và niệm giác-chi chưa sanh không sanh, niệm giác-chi đã sanh bị đoạn-diệt, trạch-pháp giác-chi... tấn giác-chi... hỷ giác-chi... tịnh giác-chi... định giác-chi... xả giác-chi chưa sanh không sanh, xả giác-chi đã sanh bị đoạn-diệt.*

*Và này chư tỳ-khưu! Do như-lý tác-ý (yoniso manasikāra) dục-tham chưa sanh không sanh-khởi, dục-tham đang sanh bị đoạn-diệt, sân... hôn-trầm, thụy miên... trạo-hối... nghi-hoặc chưa sanh không sanh-khởi, nghi-hoặc đang sanh bị đoạn-diệt.*

*Này chư tỳ-khưu! Do như-lý tác-ý, niệm giác-chi chưa sanh được sanh-khởi, niệm giác-chi đã sanh-khởi nhờ tu-tập đi đến viên-mãn..."*

Đoạn kinh trên cho chúng ta thấy sự đối chiếu của hai loại tác-ý, cùng kết quả sanh lên từ chúng.

Tác-ý đúng đưa đến sanh-khởi và làm tăng-trưởng bảy giác-chi đồng thời hủy diệt năm pháp chướng-ngại. Tác-ý không đúng dẫn đến năm pháp chướng-ngại sanh-khởi và tăng-trưởng đồng thời hủy diệt bảy giác-chi. Các vị Luận-sư tạng Thắng-pháp nói rằng:

Ở khía cạnh khác, manasikāra có nghĩa là "**sự chú ý**", nó ví như người đánh xe đang điều khiển cỗ xe song mã hay cỗ xe tứ mã, người đánh xe chú đến những con ngựa phi sải, điều khiển chúng chạy song song, giúp cho cỗ xe luôn vững vàng.

Trên phương diện tu-tập, tác ý và niệm gần như gắn liền nhau, tức là "**chú ý ghi nhận**". Giống như người thợ cửa, luôn luôn chú ý đến lưỡi cửa, khi đang cửa khúc gỗ qua lần mực chuẩn định, khi lưỡi cửa sắp đi lệch hay đã lệch lần mực, y điều chỉnh lưỡi cửa trở lại lần mực ngay. Nếu y không có sự chú ý (tức là tác-ý không đúng) lưỡi cửa sẽ đi sai lầm, khiến khúc gỗ kia trở thành vô dụng, y mất đi lợi-ích.

*Nhưng tác-ý như thế nào gọi là tác ý đúng? Tức là, hướng tâm như thế nào là hướng tâm đúng? Là hướng tâm đến thiện-pháp, hướng tâm đến xa lánh ác pháp, hướng tâm đến không đắm-nhiễm (virāga) trong các trần-cảnh, hướng tâm đến từ bỏ dục-lạc, hướng tâm đến trừ diệt nhân sanh khổ (là ái-dục).*

Theo số giải tạng Abhidhamma, các Ngài Luận-sư giải về sở-hữu tác-ý (manasikāra ceṭasika) như sau:

*Āramaṇaṃ manasi paṭipādāyaṭī'ṭi = Āramaṇapādako: làm thành cảnh cho tâm, gọi là tác-ý thành cảnh.*

*Vậy thì tác-ý đúng về cảnh ra sao? Tức là, tâm phải lấy chi làm đối-tượng? Tâm lấy pháp làm đối-tượng (làm cảnh).*

Ở đây, chính pháp thiện làm cảnh cho tâm, tâm hướng về pháp thiện, lấy pháp thiện làm đối-tượng, tâm sẽ trở nên tốt đẹp. Đức Phật có dạy rằng:

*"Này chư tỳ-khưu! trong khi vị Thánh đệ tử lấy pháp làm đối-tượng (aṭṭhiṃ kaṭvā), tập trung tất cả tâm ý (sabbaceṭaso sammannāhariṭvā), lắng nghe pháp, trong khi ấy năm pháp chướng-ngại không có trong vị ấy và bảy giác-chi trong khi ấy nhờ tu-tập, đi đến viên-mãn". (Tương-ứng kinh)*

Trong lãnh-vực tu-tập để dẫn đến giác-ngộ, xuất khỏi luân-hồi. Giai-đoạn đầu của sự tu-tập, pháp chướng-ngại vẫn xuất hiện, vì thế, giữa hai pháp: chướng-ngại và giác-chi có sự đối nghịch nhau. Nên Đức Thế-tôn thuyết-giảng về pháp giác-chi, Ngài đề cập đến năm pháp chướng-ngại.

Khi nói về năm pháp chướng-ngại, đức Phật dạy rằng:

*"Này chư tỳ-khưu! năm pháp chướng-ngại tác thành si ám, tác thành mù lòa (vô nhãn), tác thành vô trí, đưa đến tổn hại (vighāṭapakkhiṭā) không đưa đến Níp-bàn. Thế nào là năm pháp chướng-ngại...*

*Này chư tỳ-khưu! bảy giác-chi tác thành mắt, tác thành trí, tăng-trưởng trí, đưa đến Níp-bàn, thế nào là bảy giác-chi?...". (Tương-ứng kinh)*

Trong năm pháp chướng-ngại của pháp giác-chi, tham-dục là pháp quan trọng nhất, nó ngăn che sự xuất ra khỏi cõi dục, đồng thời hỗ-trợ đắc lực cho oán hận. Tham-dục quyến-rũ tâm đắm-nhiễm vào sắc đẹp, tiếng du dương, mùi thơm, vị ngon, thân đung

chạm khoái-lạc, gọi chung là tịnh-tướng của cảnh trần, cùng với pháp đáng yêu, đáng thích, đáng hài lòng của tâm.

Nhưng khi tâm không đạt được điều hưởng-thụ, nó trở nên bực dọc, khó chịu ... Vì thế, đức Phật có dạy: "*Vật-thực làm cho tham-dục tăng-trưởng là tịnh-tướng, vật-thực làm cho oán hận lớn mạnh là chướng-ngại tướng (paṭighanimitṭa)*". (Tương-ưng kinh)

Hành-giả khi tu-tập bảy giác-chi, cần phải có tác ý đúng trong sự tránh xa năm trần-cảnh quyến-rũ. Nếu bắt buộc phải tiếp xúc với năm trần-cảnh ấy thì cần phải tỉnh táo để không rơi vào đắm-nhiễm.

Thật ra, tịnh-tướng chẳng phải là nguy hại, sự nguy hại là do tâm đắm-nhiễm dính mắc vào nó. Tịnh-tướng là kết quả của thiện-nghiệp đã được tích lũy, là kết quả của việc thiện đã làm, tâm đắm-nhiễm dính mắc vào đó, tâm mới bị giam hãm, bị trói-buộc và nó trở thành một chướng-ngại, khiến tâm không thể thoát ra thế giới của dục-lạc. Ví như con nhện bị giam hãm, nằm trong mạng lưới của chính nó tạo ra.

Qua sự hành thiện, sự tu-tập được tích lũy, hành-giả càng lúc càng nhận được kết quả kỳ diệu của sự tu-tập, một trong những kết quả ấy là năm trần-cảnh tốt đẹp phát-sanh. Nếu không tỉnh táo, hành-giả sẽ không thể xa lánh, không thể tránh khỏi dính mắc vào nó, cuối cùng rơi vào năm giữ (upādāna) lấy nó. Đồng nghĩa là bị nó nắm giữ, điều khiển tâm.

Sự xa lánh trần-cảnh là bước đầu của sự tu-tập, hành-giả nên suy nghĩ trong tâm rằng: "*Ta nên lánh xa những gì có thể đưa ta đến nguy hại, suy vong. Năm cảnh trần là một trong những điều ấy, chúng rất nguy-hiểm, mang đến tổn hại cho những ai thân-cận với chúng. Cho dù hiện giờ ta không rơi vào quyền lực của chúng, nhưng gần gũi, thân-cận với chúng, ta cũng bị ảnh hưởng không tốt. Ví như người không uống rượu, nhưng ngồi chung với những kẻ uống rượu, y cũng bị gọi chung là "bộm nhậu", hay tuy là kẻ vô tội nhưng đi chung đường với những tên trộm, cướp khi quan quân bắt giữ bọn trộm, cướp cũng bắt giữ luôn kẻ ấy. Vậy tốt hơn hết ta nên xa lánh nó*".

Khi tiếp xúc với năm trần-cảnh khả-ái, khả-hỷ, khả-ý, khả-lạc, cần phải tỉnh táo trước chúng, để không bị đắm-nhiễm, bằng cách: "***có sự ghi nhớ mình***".

Chính Ngài Ānanda bạch hỏi Đức Thế-tôn rằng:

- Bạch Thế-tôn! chúng con phải cư xử với nữ nhân như thế nào?
- Này Ānanda! Chớ có nhìn ngắm.
- Bạch Thế-tôn! Nếu phải nhìn ngắm, thì phải làm sao?
- Này Ānanda! Chớ nói chuyện.

- Bạch Thế-tôn! Nếu phải nói chuyện thì phải xử trí như thế nào?

- Này Ānanda! Phải ghi nhớ mình (*saṭi upatṭhāpetabhā'ṭi* = an-trú Chánh-niệm).  
(Kinh Đại bát-Níp-bàn)

Một số người ít hiểu biết cứ nghĩ rằng: "Những trần-cảnh chỉ là những gì thuộc vật-chất vô tri", cần phải hiểu rằng: "Trần-cảnh bao gồm vật-chất vô tri lẫn chúng-sanh, khi nó làm đối-tượng (cảnh) cho tâm".

Có người quý trọng con vật nuôi trong nhà hơn cả con người, chỉ vì con vật ấy xinh đẹp, khi bị mất con vật ấy, y "tiếc ngẩn, tiếc ngơ", đôi khi phát-sanh bệnh. Đó là sự đắm-nhiễm trong trần-cảnh, ở đây đối-tượng là những chúng-sanh khả-ái, khả ý (đáng yêu thích, đáng hài lòng).

Câu hỏi trên của Ngài Ānanda, chúng ta cần phải mở rộng vấn đề qua sự suy-ngẫm. Ngài Ānanda, ở cương vị là bậc sa-môn tỳ-khưu, Ngài có bốn pháp hoan-hỷ là: bất kỳ hàng tứ chúng nào, tỳ-khưu, tỳ-khưu ni, cận sự nam hay cận sự nữ, được yết kiến Ngài Ānanda sẽ hoan-hỷ, được nghe Ngài Ānanda thuyết-pháp sẽ hoan-hỷ. Ngài Ānanda im lặng thì thất vọng.

Vì Ngài có pháp mang đến sự hoan-hỷ cho hàng tứ chúng, lại là thị giả của đức Thế-tôn, nên Ngài thường bị nữ nhân quấy rầy, điển hình là tỳ-khưu ni Koliyā. Và đây cũng là nhân là duyên có câu hỏi ấy.

Câu hỏi được mở rộng trong phạm vi, đưa đến nhận-thức rằng: nữ nhân là đối-tượng đắm-nhiễm của nam nhân và ngược lại. Trong Tăng-chi kinh, nơi phẩm sắc (*rūpavagga*) Đức Thế-tôn dạy (tóm lược) như sau:

- "Này chư tỳ-khưu! Như-lai không thấy một sắc nào xâm chiếm ngự-trị tâm người nam như sắc người nữ.

Như-lai không thấy một tiếng nào... một hương... một vị... một xúc nào xâm chiếm, ngự-trị tâm người nam như xúc người nữ.

Này chư tỳ-khưu! Như-lai không thấy một sắc nào xâm chiếm ngự-trị tâm người nữ như sắc người nam, một tiếng... một hương ... một vị... một xúc xâm chiếm, ngự-trị tâm người nữ như xúc người nam".

Hành-giả cần nhận-định rõ ý-nghĩa trên và cần hiểu rằng: sự tiếp xúc với năm trần-cảnh đáng thích ý, đáng hài lòng trong thời hiện-tại là điều khó tránh khỏi.

Thời hiện-tại là thời vật-chất tăng thịnh, những phương tiện vật-chất phục vụ cho con người được phát-triển sung-mãn, càng lúc càng tăng thêm phần quyến-rũ.

Những vật-chất ấy có phải là tội-lỗi không? Không, nó không tội-lỗi cũng không thánh thiện, đơn giản nó chỉ là phương tiện của con người, thế thôi. Nhưng tác hại

hay không là do tâm, cái tâm đắm-nhiễm, cái tâm không được điều-phục, cái tâm bị hướng dẫn không đúng mới là tác hại. Chính vì những phương tiện đáng hài lòng, đáng thích ý ấy mà biết bao người phạm vào tội-lỗi, phạm vào tội ác, để rồi nhận lãnh hậu quả đau-khổ như tù tội ... trong hiện-tại.

Dĩ nhiên, không thích-hợp khi nói rằng: "Người này ác, người này tội-lỗi, người này đáng khinh". Nói thích-hợp là nói rằng: "*Người này hành động ác, hành động tội-lỗi, hành động đáng khinh*".

Đức Phật dạy rằng: "Thân-hành ác, ngữ nói ác, ý thiên về ác hay thân-hành thiện, ngữ nói thiện, ý thiên về thiện". Ngài không nói "Con người là ác, con người là thiện".

Cũng vậy, không hợp lý khi nói rằng: "Tịnh tướng của năm trần-cảnh là tội lỗi" nói hợp lý là: "*Tịnh tướng có thể dẫn dắt chúng-sanh rơi vào tội-lỗi*", **bản chất là khác, hành động là khác.**

Nếu phân-tích sâu hơn, sẽ thấy rằng: "hành động dẫn dắt tâm" của tịnh-tướng chỉ là sự thụ-động, chính tâm dính mắc vào nó, chứ nó không dính mắc vào tâm. Nó chỉ có thể phô bày sự tốt đẹp, đáng ưa thích, đáng hài lòng mà thôi. Còn tâm bị dụ dỗ, bị quyến-rũ hay không là do "**tác ý**" của tâm. Mức độ tác hại nhẹ nhất của tâm đắm-nhiễm vào tịnh tướng là: "*bị ngự-trị*", nói rõ hơn là: tâm bị nô-lệ bởi những tịnh-tướng ấy. Đơn cử một ví dụ như sau:

Trước đây không có ánh sáng đèn điện, con người sống với ánh sáng của lửa, của đèn dầu, tâm không hề cảm thấy khó chịu. Giờ đây quá quen thuộc với ánh đèn điện, do một nguyên-nhân nào đó, bị mất điện, lập tức có sự hoãng loạn, bất ổn xảy ra ngay trong tâm và mức độ nhẹ nhất đối với cái tâm thiếu hay không có sự kiểm-soát là: khó chịu, bực bội. Điều này nói lên cái gì? Nói lên ý-nghĩa "*tâm bị nô-lệ*" ánh sáng đèn điện.

Đó là một trong vô số ví dụ điển hình về ý-nghĩa tâm bị xâm chiếm, bị ngự-trị bởi năm tịnh-tướng quyến-rũ của năm trần-cảnh vật chất.

Hành-giả khi tiếp xúc với trần-cảnh phải điều-phục tâm, qua các cách như sau: (theo lời dạy của Đức Thế-tôn đối với những câu hỏi của trưởng-lão Ānanda):

- Đừng ngắm nhìn là đừng lưu-ý đến.
- Nếu phải ngắm nhìn (tức là bắt buộc phải tiếp cận, gần gũi) nên có sự ghi nhớ mình.

Đó là phương thức điều-phục tâm trước những tịnh-tướng của năm trần-cảnh.

Ví dụ trên cũng chứng tỏ rằng: tâm bực bội, khó chịu là do chạm phải bất tịnh-tướng (paṭighanimitta), tức là tâm đang thụ-hưởng điều nó hài lòng, bị mất đi nó trở nên khó chịu, khó chịu được phát-triển trở thành giận dữ (byāpāda) đôi khi hiển-lộ ra thân hay lời nói như mắng nhiếc hoặc đập phá ...

Thế là, chúng ta có hai kết luận nhỏ bé:

- "*Tâm không hiểu biết, thiếu hiểu biết trở thành nô-lệ cho tịnh-tướng của năm trần-cảnh*".

- "*Tham-dục là duyên khiến oán hận (sân-độc) sanh lên và phát-triển*".

Hành-giả có sự ghi nhớ mình hay có chánh-niệm (*saṭi upaṭṭhāpeṭabhā'ṭi*) là người có sự điều-phục tâm. Đức Thế-tôn dạy trong *Anguṭṭara-nikāya* rằng:

*"Này chư tỳ-khưu! Tâm được điều-phục, được hộ trì, được phòng-hộ, được bảo vệ, đưa đến lợi-ích lớn"*.

Như đã nói, dục-tham là chướng-ngại mạnh nhất của giác-chi trong lãnh-vực giác-ngộ. Hành-giả phải có tác-ý đến bất tịnh-tướng trong tịnh-tướng để dục-tham chưa sanh không sanh, dục-tham đang sanh bị đoạn trừ.

Đức Thế-tôn có dạy:

*"Này chư tỳ-khưu! Tâm này là sáng chói, nhưng bị ô-nhiễm bởi cấu uế từ bên ngoài vào."*

*Này chư tỳ-khưu! Tâm này là sáng chói và tâm này được gọt sạch những cấu uế từ bên ngoài vào". (Tăng-chi kinh)*

Nói chung, năm chướng-ngại là cấu uế của tâm, những cấu uế này từ bên ngoài đưa vào, cấu uế ấy được gọt sạch bằng tác-ý đúng.

### **1- Niệm giác-chi (saṭi sambojjhaṅga).**

Niệm là yếu tố đầu tiên của sự giác-ngộ, đó là phương tiện hữu hiệu nhất trong sự điều-phục tâm, làm chủ tâm. Bất luận người nào có duyên lành, khi hành pháp niệm một cách đúng đắn là người tìm ra con đường đưa đến giải-thoát.

Chi pháp bản thể thực-tính của niệm là sở-hữu niệm (*saṭi cetasika*), tùy theo công-năng của nó ở lãnh-vực nào, nó có tên gọi theo lãnh-vực ấy như:

- Khi an-trú niệm vào bốn nơi: thân, thọ, tâm, pháp nó có tên gọi là bốn *Niệm-xứ*.

- Trong lãnh-vực quản trị, kiểm-soát các pháp đồng sanh hướng về sự trú-vững, nó có tên gọi là *Niệm-quyền*.

- Trong lãnh-vực có sức mạnh, không rung động trong sự dễ-duôi, khinh suất (*panāda*), nó có tên gọi là *Niệm-lực*.

- Trong lãnh-vực dẫn đến giác-ngộ, nó được gọi là *Niệm giác-chi*.

- Trong lãnh-vực đưa đến sự chứng-đắc Níp-bàn, nó được gọi là *Chánh-niệm*.

Niệm là một đức-tính vô cùng quan trọng, người thiếu niệm không thể thành-tựu việc gì đáng kể. Ngay trước giờ viên-tịch lời di huấn tối hậu của Đức Thế-tôn là:

*"Vayadhammā saṅkhāra appamādena sampadeṭṭha: Các pháp hữu-vi là vô-thường, hãy kiên-trì nỗ-lực chớ có khinh suất (dễ-duôi)".*

Và lời dạy cuối cùng của Ngài Sārīputṭa vị thánh Thượng-thủ đệ nhất trí-tuệ của đức Phật cũng dạy, cùng ý-nghĩa ấy:

*"Sampādeṭṭha appamādena esa me anusāsanā: Hãy kiên-trì chuyên niệm, đó là lời khuyên của ta".*

Trong cả hai lời dạy ấy, đức Phật và đức Sārīputṭa đều dùng một từ rất quan trọng là **Appamādena**, nghĩa là ghi nhận liên tục, ghi nhận không ngừng nghỉ, ghi nhận không gián đoạn.

Xuyên qua Tam-tạng kinh-điển Pāli, danh từ appamāda được dùng theo nghĩa satī, nhưng appamāda mang tính đậm đặc hơn satī, satī chỉ là sự ghi nhận bình thường, còn appamāda hàm ý "theo dõi sự ghi nhận". Nó giống như người quản đốc theo dõi sự làm việc của người thợ, nếu người quản đốc nhìn người thợ đang làm việc, y ghi nhận rằng: người thợ đang làm việc, đó là Sati, còn y biết rõ sự tiến triển công việc qua sự làm việc của người thợ ví như Appamāda.

Luôn luôn có sự ghi nhớ biết mình là trạng-thái của thức-tỉnh (sampajañña), hành-giả không thể giữ được sự ghi nhận, nếu không có tỉnh-thức để biết rõ, biết đầy đủ hành động của thân, lời nói cùng ý nghĩ trong từng giây, từng phút.

Chỉ khi nào có được tỉnh-thức, hành-giả mới biết rõ những diễn tiến của thân, ngữ, ý. Khi ấy mới phân biệt được "**đây là thiện, đây là bất-thiện**", đây là đúng, đây là sai. Mà có được sự tỉnh-thức ấy, phải luôn luôn có sự biết mình, tức là không dễ-duôi (appamāda).

Đức Phật dạy:

*"Này chư tỳ-khưu! Như-lai không thấy một pháp nào khác có thể đưa đến lợi-ích lớn, đó là không dễ-duôi (appamāda). Không dễ-duôi, này chư tỳ-khưu, đưa đến lợi-ích lớn". (Aṅguttara-nikāya)*

Trong Tương-ưng kinh, đức Phật cũng dạy:

*"Appamāde mahato atṭhāya sanvattati: Không dễ-duôi dẫn đến lợi-ích lớn".*

Đây là sự phát-triển tâm linh ở mức độ cao, trạng-thái tâm thường xuyên tỉnh-thức (sampajañña).

Chữ **sampajañña** là sự hiểu biết xuyên qua yên-lặng, thật yên-lặng, một sự yên-lặng thật trong sạch của tâm, thường được dịch là **tỉnh-giác** hay **tỉnh-thức**.



Mặt nước giao động sóng sánh, khi để yên, nó trở nên yên-lặng, nhưng khi có ngọn gió nó lại giao động, bao giờ nước tâm vẫn yên-lặng dù có bao nhiêu đợt gió thổi đến, nó vẫn y nhiên không giao động, đó là ý-nghĩa của **tinh**.

Ví như hồ nước trong sạch, khi yên-lặng, người có mắt nhìn thấy rõ ràng một vật hiện-hữu dưới đáy hồ, đó là ý-nghĩa của **thức -giác**. Nghĩa là sự biết rõ xuyên qua vùng tâm trong sạch đang tĩnh-lặng tuyệt đối trước những ngọn gió trần-cảnh: sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp.

*"Ví như, này các tỳ-khưu! một hồ nước trong suốt, không bị khuấy đục. Người có mắt đứng trên bờ có thể thấy ốc, sò, hòn sỏi ... vì có sao? vì nước không bị khuấy đục.*

*Người ấy biết được lợi-ích của mình, biết được lợi-ích của người, biết được lợi-ích cả hai. Sẽ chứng ngộ được pháp thượng-nhân, tri-kiến thù thắng". (Aṅguttara-nikāya).*

Tâm bị khuấy đục (āvilaṭṭā) là ám chỉ tâm bị che lấp, bao phủ bởi năm chướng-ngại, nên trí-tuệ không thể thấy sự-thật về tướng hữu-vi pháp, không thấy rõ vô-thường tướng, khổ tướng và vô-ngã tướng.

Tham-đục ví như nước có chứa nhiều màu sắc: xanh, vàng, đỏ... khiến người ta không thể nhìn xuyên qua để có thể thấy những gì ở bên dưới. Sân-độc ví như nước luôn luôn sôi sục, làm méo mó, lệch lạc hình ảnh vật ở dưới, khiến không thể nhận rõ ràng. Trạo-hối ví như nước dợn sóng bởi các ngọn gió. Hôn-thụy ví như nước dầy bùn. Hoài-nghi ví như nước có rong xanh trôi phập phều, lúc phô bày vật dưới nước, rồi che lấp ngay, rồi phô bày ra rồi che lấp lại.

Chúng là chướng-ngại của giác-ngộ vì ngăn che ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã, trong đó tham-đục và sân-độc có sức mạnh hơn cả. Chúng làm duyên cho nhau sanh-khởi.

Đức Phật dạy rằng:

1- Pemā pemam jāyaṭi: *Luyện ái sanh từ luyện ái.*

2- Pemā doso jāyaṭi: *Sân sanh từ luyện ái.*

3- Doso pemam jāyaṭi: *Luyện ái sanh từ sân.*

4- Dosā doso jāyaṭi: *Sân sanh từ sân (Tăng-chi kinh)*

Con đường đưa chúng-sanh thoát ra mọi đau-khổ luân-hồi, con đường ấy chỉ có một, đức Phật gọi là con đường duy nhất (ekayāno maggo). Muốn thoát ra khỏi luân-hồi khổ, chúng-sanh phải đi trên con đường đó, khởi đầu là bốn niệ-m-xứ, đoạn cuối con đường là bát-chánh-đạo, tận cùng của bát-chánh-đạo là Níp-bàn cứu cánh giải-thoát khổ. Không thể giải-thoát nếu không có sự chú niệ-m liên tục (appamādena).

*Appamādaṛaṭo bhikkhu  
Pamāde bhayadassi vā  
Abhabbo parihānāya  
Nibbānass'eva santike.*

"Vị tỳ-khưu thích-thú trong chuyên cần chú niệm, sợ-hãi trước sự dễ-duôi.  
Vị ấy không còn rơi xuống, vị ấy đối diện với Níp-bàn". (Pháp Cú 32)

Ý kệ-ngôn này là: "Người luôn luôn gần gũi với sự ghi nhớ mình bằng tâm tỉnh-giác (saṭimā), với nỗ-lực tinh-cần, vượt lên trên trạng-thái buông-lung (pamaṭṭo hay pamāda), người ấy tiến gần đến Níp-bàn, giải-thoát khổ".

Vì sao trong bảy giác-chi, Đức Thế-tôn thuyết-giảng Niệm giác-chi trước tiên? Vì rằng: khi có niệm, tâm không phóng túng, lừng lẫy cũng không quá thối giảm lui sụt.

Trong Sammohavinodanī có giải rằng: "Đức Thế-tôn thuyết-giảng Niệm giác-chi đầu tiên, vì đó là pháp tiếp trợ cho mọi giác-chi khác".

Có Phật-ngôn như vậy:

*"Tesu saṭiñca khvāhaṃ bhikkhave sabbāṭhi-kaṃ vadāmi.*

*Này chư tỳ-khưu! Niệm giác-chi là lợi-đắc cho tất cả giác-chi". (Sammohavinodanī)*

**Nhân sanh Niệm giác-chi:** Ngoại-trừ nhân sanh căn-bản là tác ý đúng cho mọi giác-chi thì nhân sanh và làm tăng-trưởng Niệm giác-chi có bốn:

- 1) *Giác-niệm* (saṭi pajānāṭi): biết mình trong bảy giai-đoạn tiến hành của tâm (xem phần tiểu oai-nghi, tỉnh-giác).
- 2) *Không thân-cận với người hay quên* (thất-niệm).
- 3) *Thân-cận với người có niệm vững mạnh*, là người có trí nhớ chính xác.
- 4) *Chú tâm vào sự ghi nhận và ghi nhớ* mọi diễn tiến trong mỗi oai ghi.

-ooOoo-

## 2- Trạch-pháp giác-chi (Dhammavicaya sambojjhaṅga)

Là nhiệt thành suy xét pháp, hay suy ngẫm cao độ về giáo-pháp của đức Phật. Chữ **vicaya** nghĩa là tìm kiếm, sưu tầm.

Trước tiên, hành-giả cần phải có pháp để suy xét, *nhưng đó là pháp nào?* Là già-bệnh-chết, ba hiện tượng này đã thúc giục Bồ-tát Siddhaṭṭha lên đường, sống đời đạo hạnh giữa chốn rừng sâu và cuối cùng thành-đạt Vô-thượng Chánh-đăng-giác dưới cội Bồ-đề. Già-bệnh-chết nằm trong thân năm uẩn.

Trong quá trình tu-tập, khi quán-xét về ba hiện tượng này, hành-giả sẽ gặp những suy-tư, những gút mắc, những nghi-vấn. Hành-giả tìm trong giáo-pháp của đức Phật những pháp môn nhằm mục-đích giải quyết những băn khoăn, nghi-hoặc ấy. Trong Phật-giáo không có sự cưỡng bức hay áp chế đức-tin, đức Phật không đòi hỏi hàng tứ chúng có một đức-tin mù quáng, cũng không tán thán loại đức tin này. Trái lại, Ngài tán thán loại đức-tin có suy-nghiệm kỹ, có thực chứng rõ ràng.

Trong Trường-bộ kinh bài kinh Tự-hoan-hỷ (sampasādanīya suttā). Khi Ngài Sārīputṭa bày tỏ lòng tin của mình đối với đức Phật, đức Phật hỏi vì sao có lòng tin đối với bậc Đạo-sư như vậy? Ngài Sārīputṭa trình-bày: Truyền-thống chánh-pháp do Đức Thế-tôn thuyết-giảng, được Ngài nhận biết: như pháp đen pháp trắng đều được đối chiếu. Và pháp thiện (pháp trắng) được Ngài thâm hiểu trọn vẹn

Rồi Ngài trình-bày về những pháp đưa đến giác-ngộ như: bốn niệm-xứ, bốn chánh-cần, bốn như-ý-túc, năm quyền, năm lực, bảy giác-chi, thánh-đạo tám chi được Ngài thâm hiểu trọn vẹn, pháp sau thâm thúy hơn pháp trước. Đó là nhân phát-sinh lòng tin của Ngài đối với đấng Đạo-sư (idh'ekaccaṃ dhammaṃ dhammesu niṭṭhaṃ ayamamaṃ saṭṭhari pasīṭhim...).

Chữ thâm hiểu trọn vẹn pháp (dhammaṃ dham-mesu) ý nói chứng-đạt, thành-tựu pháp ấy. Ngài nhận-thức rằng: những pháp ấy nằm trong sự hiểu biết của Đức Thế-tôn, một sự hiểu biết trọn vẹn, được Đức Thế-tôn thuyết-giảng trọn vẹn, được phân-tích đến độ không còn gì để phân-tích.

Câu nói "không còn gì để hiểu biết hơn nữa" (n'atthi yad abhijānaṃ), hàm ý rằng: Ngài Sārīputṭa cũng hiểu rõ như thế, đúng như sự thuyết-giảng của Đức Thế-tôn qua sự chứng nghiệm của Ngài.

Tiếp theo, Ngài Sārīputṭa trình-bày những pháp thượng-nhân được Đức Thế-tôn chứng đạt dễ-dàng, bằng chứng là Đức Thế-tôn thuyết-giảng rõ ràng minh bạch. Những pháp thượng-nhân này, nếu một ngoại đạo sư nào đó chỉ cần thành tựu một pháp, đã giương cờ, giống trống lên rồi. Trái lại, Đức Thế-tôn không tự mình tỏ lộ.

Đây là một pháp đáng kính phục, do vậy lòng tin của Đức Sārīputṭa vào bậc Đạo-sư vô cùng mãnh-liệt.

Trong quá trình suy-ngẫm pháp, hành-giả cần phải phân-tích đến tận cùng từng chi tiết với sự nhiệt thành, để thấu đạt trọn vẹn thực-chất của pháp hữu-vi là sắc và danh. Từ đó hành-giả nhận-thức được sự vật theo đúng chân-tướng: pháp hữu-vi phải trải qua ba giai-đoạn: sanh (upāda), trụ (thiṭṭi) và diệt (bhaṅga). Ba giai-đoạn này diễn ra cực kỳ nhanh chóng đến nỗi khó có thể hình dung được, chúng liên tục biến đổi nhanh đến nỗi "không thể tắm hai lần trong một dòng sông". Tắm lần thứ nhất, nước dòng sông đã trôi đi, lần thứ hai là những giọt nước mới, những giọt nước cũ đã trôi xuôi lâu rồi.

Có thể hiểu đơn giản: trụ -diệt ám chỉ cho già-bệnh-chết và sanh là nguyên-nhân dẫn đến già-bệnh-chết.

Có thể khảo sát ngay trên chính thân năm uẩn của hành-giả, để thấy rõ từng uẩn một trong năm uẩn sanh lên từ nhân nào? Diệt đi bởi nhân nào? Sự khảo sát nông cạn, chăm chú hời hợt không chính đáng, đó là tác-ý không đúng, nó sẽ làm tâm như bản nên không thể khảo sát được bản chất sự vật qua ba giai-đoạn sanh-trụ-diệt.

Ví như người muốn bón phân vào ruộng lúa của mình, nhưng y không biết loại phân nào là cần thiết cho lúa, giá trị loại phân ấy ra sao, y cứ cho bừa vào ruộng, bất kể đó là loại phân gì, kết quả cánh đồng của y có thể chỉ còn là cỏ dại. Nhưng nếu y biết loại phân cần thiết cho loại lúa đang gieo trồng, y tìm thấy được loại phân ấy, nhưng hời hợt chỉ chú ý nhãn hiệu, không để tâm xem xét kỹ đúng loại cần dùng hay là loại phân giả mạo. Nếu là loại giả mạo, y mang về ném vào ruộng, thì kết quả cũng chỉ là cánh đồng trơ cỏ dại. Chỉ khi nào y xem xét kỹ lưỡng, biết rõ thực chất loại phân cần dùng, bây giờ y mới hy-vọng thu hoạch tốt.

Cũng vậy, khảo sát pháp là xem xét tận tường về nhân, về duyên của pháp ấy.

Trong thực tế, mỗi sự vật được hình thành đều có nhân có duyên (hetu paccaya) và tạo thành kết quả (phala). Nhân là điều-kiện trực tiếp phát-sanh lên, còn duyên là điều-kiện ủng hộ cho sự phát-sanh. Nhân ví như mầm trong hạt giống, còn duyên ví như nước, đất ... Nói cách khác duyên là điều-kiện gián tiếp để sanh-khởi lên.

Nhưng trong nhiều trường-hợp duyên cũng được hiểu như là điều-kiện trực tiếp (nhân), vì không còn điều-kiện nào khác ngoài điều-kiện này, cho dù điều-kiện này thực chất chỉ là hỗ-trợ.

Như nói Đạo-đế (magga sacca) là nhân, Diệt-đế (nirodha sacca) là quả. Đạo-đế là bát chánh-đạo còn Diệt-đế là Níp-bàn. Níp-bàn là vô nhân vô quả (neva vipāka na vipāka-dhamma dhammā), nghĩa là pháp không phải là quả của nhân nào, đồng thời cũng chẳng có nhân nào trong đó để cho quả sau này. Như thế, câu nói Đạo-đế là nhân, Diệt-đế là quả, xét ra không hợp lý. Nhưng ngoài bát chánh-đạo ra không còn

con đường nào để chúng đạt Níp-bàn cả, mặc dù bát-chi đạo chỉ là điều-kiện hỗ-trợ cho sự chứng đạt Níp-bàn, nhưng lại là điều-kiện duy nhất.

Đức Phật dạy rằng:

- *Này Subhadda! Trong pháp-luật nào không có bát chánh-đạo không có đệ nhất sa-môn (ám chỉ bậc Dự-lưu), đệ nhị sa-môn (ám chỉ bậc Nhất-lai), đệ tam sa-môn (ám chỉ bậc Bất-lai), đệ tứ sa-môn (ám chỉ bậc A-la-hán).*

*Này Subhadda! Trong pháp-luật nào có bát chánh-đạo thời có đệ nhất sa-môn, đệ nhị sa-môn, đệ tam sa-môn, đệ tứ sa-môn.*

*Này Subhadda! Chính trong pháp-luật này có Bát Chánh đạo. (Mahāparinibbāna sutta)*

Bát chánh-đạo ví như con đường dẫn đến thành phố, nhưng lại là con đường duy nhất, dĩ nhiên thành phố không phải được sanh ra từ con đường, nhưng nếu không có con đường này thì không thể đến thành phố.

Do đó, ở khía cạnh này có thể (chỉ có thể thôi) nói "Đạo-đế là nhân, Diệt-đế là quả".

Chính vì suy xét ở cao độ nên những chi tiết dù là nhỏ hành-giả cũng không nên bỏ qua. Lẽ thường, chúng-sanh do hời hợt, dễ-duôi nên cho rằng: "những chi tiết nhỏ nhặt, là không đáng kể, chẳng đáng quan tâm", điều này ảnh hưởng đến trí suy xét pháp.

Có vị tỳ-khưu suy ngẫm về học-giới được Đấng Đạo-sư chế-định cho chư tỳ-khưu, trình-bày với trưởng-lão Mahā kassapa rằng:

"Bạch Ngài! Học-giới được Đức Thế-tôn chế-định, quả thật chi-li.

- *Này Hiền-giả! Chính sự chi-li ấy là Nhất-thiết-trí (sappaññuṭaṇṇāṇa) của Đức Thế-tôn".*

Trong bộ chú giải về Luật, Samantapasādikā có ghi nhận rằng:

"Các vị Thánh Hữu-học xem những lỗi nhỏ nhặt nhất như làm quấy (dukkaṭāya), là một trọng tội (ṭhullaccayāya).

Trong Pháp-cú kinh đức Phật cũng dạy rằng:

*Māvamaññeṭha pāpassa*

*Na maṃ ṭaṃ āgamiṣṣaṭi*

*Udabindunipāṭeṇa*

*Udakumbho' pi pūrāṭi*

*Pūrāṭi bālo pāpassa*

*Thokaṭhokam' pi ācinam.*

"Không nên khinh thường ác nhỏ, cho rằng "nó không đến gần ta".

Từng giọt nhỏ rơi xuống, lâu ngày làm đầy bình.

Đường thế ấy, người cuồng dại góp nhặt mỗi ngày chút ít điều ác, (ngày kia) sẽ bị cái ác thấm nhuần trọn vẹn". (Pháp Cú 121)

*Māvamaññeṭha puññassa*

*Na maṃ ṭaṃ āgamiṣṣaṭi*

*Udabindunipāṭeṇa*

*Udakumbho' pi pūraṭi*

*Pūraṭi dhīro puññassa*

*Thokaṭhokam' pi ācinam.*

"Không nên xem thường phước nhỏ, cho rằng "nó không đến gần ta".

Từng giọt nhỏ rơi xuống, lâu ngày làm đầy bình.

Đường thế ấy, người thiện-trí góp nhặt từng chút ít điều thiện, (ngày kia) sẽ trọn vẹn thấm nhuần". (Pháp Cú 122)

Chữ *āganissati*, "không đến gần", nghĩa là không mang tai hại hay hạnh-phúc đến được, ý nói không có kết quả.

Đức Phật cũng dạy bốn điều không nên khinh thường là: "- Đóm lửa nhỏ, con rắn nhỏ, vị Hoàng-tử trẻ và vị sa-môn trẻ."

Nhưng suy xét từng chi tiết nhỏ nhất trên phương diện nào? Trên phương diện dẫn đến tác hại hay lợi-ích: tức là suy xét đến hậu quả (phala) của nó. Chính sự suy xét như thế, làm phát-sanh trí nhạy bén trong nhân phát-sanh, nhân đoạn-diệt của pháp (nào đó).

Như vậy, giáo-lý có tính phân-tích (vibhajjavāda) mà đức Phật hướng dẫn cho chư đệ tử, giáo-lý ấy không xây-dựng trên nền-tảng đức-tin mù quáng, giáo-lý này được xây-dựng trên nền-tảng suy-nghiệm và thực chứng. Đó là giáo-lý hình thành qua trí-tuệ thực tiễn.

Hành-giả thực tập điều này, gọi là tu-tập trạch-pháp giác-chi, nhưng phải dựa vào tác-ý đúng.

Tác-ý đúng, hướng vào đâu để làm nền cho sự tu-tập Trạch-pháp giác-chi? -Hướng vào năm uẩn.

Gia công chuyên cần quán-xét, suy-nghiệm để nhận ra sự sanh-diệt (udaya -vaya) của năm uẩn, cùng với sự hỗ-tương liên kết của chúng qua duyên (paccaya), thấy được tác-dụng năng-lực của pháp hữu-vi (suddha saṅkhāra puñja), qua sự diễn tiến liên tục của danh-sắc.

Chỉ khi nào hành-giả nhận-thức đầy đủ bản chất vô-thường, khổ, vô-ngã, bấy giờ ảo tưởng về ta, của ta không còn, sự nắm giữ nắm uẩn không có. Khi ấy, hành-giả sẽ chứng nghiệm được hạnh-phúc của sự buông bỏ.

*Yaṭo yaṭo sammasaṭi  
Khandhānaṃ udayabhayaṃ  
Labhaṭi pīṭi pāmojjaṃ  
Amaṭaṃ ṭaṃ vijānaṭaṃ.*

"*Mỗi khi suy niệm về sanh -diệt của các uẩn,  
Người ấy đạt phi lạc,  
đối với những ai thiếu hiểu, đó là Bất-tử". (Pháp Cú 374)*

Và:

*Dhammapīṭi sukkam seṭi  
Vippasannena ceṭasā  
Ariyappavediṭe dhamme  
Sadā ramaṭi paṇḍiṭo.*

"*Người thấm nhuần giáo-pháp,  
sống trong hạnh-phúc với tâm an-tịnh.  
Người thiện-trí luôn thoả thích trong giáo-pháp  
mà bậc Thánh nhân đã tìm thấy". (Pháp Cú 79)*

Sự thấu triệt, chứng ngộ ba đặc-tướng vô-thường, khổ, vô-ngã được xem là tuệ minh-sát.

Và sự chứng đạt này, ví như lưỡi dao bén, gọt sạch tất cả những khuynh-hướng ngủ-ngâm trong tâm, đồng thời gọt sạch những mầm móng tạo ra khổ luân-hồi.

Trạch-pháp giác-chi là pháp giúp hành-giả có cái nhìn rõ ràng, nhận-thức được những gì đang bị che lấp bên trong, không còn quan điểm mù mờ về các hiện tượng của danh -sắc. Và hành-giả sẽ vượt lên trên mọi lầm-lạc nhờ có tuệ minh-sát sắc bén.

Chỉ có tuệ minh-sát sâu sắc mới có thể mang lại quan kiến đúng đắn toàn hảo, không bị rơi vào lầm-lạc.

Nhân sanh-khởi của Trạch-pháp giác-chi có bảy điều là:

- 1- Học hỏi pháp thâm sâu.
- 2- Sạch sẽ trong vật-dụng.
- 3- Quân-bình năm quyền.
- 4- Không thân-cận người vô trí.
- 5- Thân-cận bậc trí.
- 6- Quán-xét đúng đắn pháp thâm sâu.
- 7- Chú tâm suy-nghiệp về Trạch-pháp ấy.

## **Giải:**

*Điều 1:* Học hỏi về những pháp có ý-nghĩa thâm sâu như uẩn, xứ, giới (dhātu), quyền, lực, giác-chi, đạo, các chi-thiền Chỉ-tịnh, Minh-quán.

*Điều 2:* Sạch sẽ trong các vật-dụng cùng thân thể. Nếu những vật-dụng hay thân thể không sạch sẽ, dù trí có sanh lên cũng bị ô-nhiễm, ví như ánh sáng ngọn đèn sanh-khởi lên do dầu, tim đèn, cây đèn, nếu cả ba không sạch thì ánh sáng cũng không trong sáng. Trái lại, ánh sáng sẽ rực rỡ do ba vật đều sạch. Cũng vậy, nếu vật-dụng, thân thể sạch sẽ, trí sanh lên được tốt đẹp.

*Điều 3:* Năm quyền được quân-bình. Khi có một quyền già mạnh thì bốn quyền kia non kém, không thể làm phận-sự của mình được. Do vậy, khi hành-giả quán-xét thấy một quyền nào đó trong năm quyền già mạnh, hãy tìm xem do nhân nào khiến quyền ấy già mạnh, rồi làm giảm nhẹ quyền ấy.

Như khi thấy tín-quyền già mạnh, biết được nhân khiến tín-quyền sung-mãn, làm giảm sức mạnh của tín-quyền bằng cách:

- Không Tác-ý đến nhân làm tăng-trưởng tín-quyền.
- Quán sát về chân-tướng pháp qua ba trạng-thái vô-thường, khổ, vô-ngã.

Như thấy tấn-quyền già mạnh, làm giảm nhẹ bằng cách nghỉ ngơi cho lắng dịu lại... Các quyền khác cũng nên hiểu theo lý này.

Trong năm quyền cần phải quân-bình, trong đó tín-quyền và tuệ-quyền đi chung, tấn-quyền và định-quyền đi chung. Người có tín-quyền mạnh hơn tuệ-quyền, sẽ tin vào điều không đáng tin, nếu tuệ-quyền mạnh hơn sẽ phát-sinh nghi-hoặc, dẫn đến tà-kiến, để rồi chấp cứng vào tà-kiến ấy, rất khó chữa trị giống như người bị thuốc phản ứng.

Người có trí nhiều thường có sự thiên chấp về tâm, cho rằng: "*sự làm phước quan trọng ở tâm, chỉ cần tâm mà thôi, không liên-hệ gì đến thân, ngữ*". Do vậy, khi mệnh-chung thường rơi vào khổ-cảnh địa-ngục.

Khi tín, tuệ ngang nhau sẽ tin vào điều đáng tin và thấu triệt đúng đắn về điều được tin tưởng ấy. Nếu định-quyền mạnh, tấn-quyền yếu sẽ phát-sinh lười-biếng, rơi vào thụ-động vì định thiên về bất động, nếu tấn-quyền mạnh, định-quyền yếu, dễ phát-sinh tâm tán-loạn vì tấn thuộc về phần não-động, năng động.

Tín và tuệ-quyền là thành-phần căn-bản cho đặc đạo (pháp-nhãn), cần phải quân-bình hai quyền này mới có tuệ-quán. Tấn và định-quyền là thành-phần căn-bản cho đặc thiền, hai quyền này phải quân-bình mới nhập-định được, tín-quyền và tấn-quyền cũng dễ-dàng làm cho nhập-định.



Nếu chuyên về thiền Chi, khi niệm già mạnh (tức là chú tâm vào một cảnh) có thể an-trú tâm vào định (là nhập-định) với thời gian dài. Nếu chuyên về thiền Quán, tuệ-quyền là cần thiết vì sẽ làm cho thông suốt thể tướng pháp. Nhưng chỉ bao giờ định tuệ quân-bình, khi ấy sự an-trú trong định mới thật toàn hảo, các pháp hoà nhập vào nhau không dư sót.

Giống như người đầu bếp thiện xảo, dọn lên cho đức-vua món vật-thực hoàn hảo là: các gia vị vừa đủ, không vị nào dư thừa, vật-thực vừa chín (không quá chín, cũng không chưa được chín).

Trong năm quyền, niệm-quyền cần nên già mạnh trong mọi lúc mọi nơi để canh phòng tâm, không cho tâm phóng túng theo tấn-quyền, không cho rơi vào lười-biếng bởi ảnh hưởng của định-quyền, không cho tâm phóng theo sự sai lạc của tín-quyền, ngăn chặn trí quyền vượt qua giới hạn làm nghi-hoặc sanh-khởi.

Nói chung, niệm-quyền cần đi chung với mỗi quyền, nếu quyền nào già mạnh, nó nâng đỡ quyền thân-cận với quyền ấy lên ngang bằng. Như tín-quyền mạnh, nó nâng đỡ tuệ-quyền lên ngang bằng tín quyền, tấn-quyền mạnh, nó nâng đỡ định-quyền lên ngang bằng.

Niệm-quyền ví như muối thường được nêm với tất cả món ăn. Hay ví như vị tướng quốc thường xử lý mọi việc trong nước. Do nhân này, Đức Thế-tôn dạy rằng:

- *"Vì sao tâm phải nương vào niệm, phải có niệm phòng-hộ cho tâm? Vì rằng: khi có niệm, tâm không quá lừng lẫy, cũng không quá lui sụt". (Tăng-chi kinh)*

Có thể có nghi-hoặc đối với hành-giả tu-tập thiền Quán, thiền Quán chú trọng về trí, nghiêng về trí.

*Trí quyền già mạnh là điều tốt, vì sao lại có tác hại như khi mệnh-chung rơi vào khổ-cảnh?* Đúng vậy, trí là một pháp thiện, trí là điều cần thiết quan trọng nhất trong lãnh-vực thiền Quán. Thật ra, trí cũng cần thiết trong mọi lãnh-vực, công-năng của trí là soi rọi để tâm thấy được đúng -sai của sự-kiện.

Trong lãnh-vực ngoại thân, nó soi rọi để tâm thấy tác hại dẫn dắt chúng-sanh rơi vào khổ-cảnh qua sự vi-phạm giới-hạnh do năm trần-cảnh tác-động, khi an-trú vào giới-hạnh đưa đến tốt đẹp, an lạc.

Trong lãnh-vực ý, nó soi rọi để tâm thấy những nguy-hiểm do đắm-nhiễm vào tịnh-tướng. Thấy được sự an lạc khi từ bỏ năm trần-cảnh, đoạn tận tham-ái.

Trong lãnh-vực tùy-miên, chính nó là kẻ quét sạch nền-tảng si-mê, căn cứ địa của mọi nỗi khổ luân-hồi.

Nhưng tác-dụng tốt đẹp của trí chỉ có được khi các pháp đồng sanh với nó nhất là các quyền, có sự quân-bình hoặc thua kém chút ít. Nếu trí quá già mạnh, trong khi các

quyền khác quá yếu thì tác-dụng của trí không có, thậm chí có thể gây tai hại là khác. Ví như một đoàn có năm người, trong đó có một người cầm vật phát sáng để soi đường cho cả nhóm, nhưng y chạy quá nhanh, ánh sáng theo y vượt xa phía trước, bốn người còn lại không theo kịp. Thế là cả bốn rơi vào tăm tối và lạc mất nhau. Hoặc ví như ánh sáng quá mạnh có thể làm mù mắt yếu kém.

Mặc khác, trí quá già mạnh trong khi bốn quyền kia yếu ớt, có thể đưa chúng-sanh rơi vào khổ-cảnh là vì:

- Nương theo trí: tà-kiến, hoài-nghi sanh lên.
- Có sự thiên chấp về tâm: cho rằng *phước tùy thuộc ở tâm*, vì thế không tạo phước bằng thân -ngữ.

Lấy pháp bố-thí ra để minh họa: Đức Phật có dạy rằng: ba điều khiến bố-thí được hoàn hảo là: tâm thí, đối-tượng thí và vật thí. Nếu một người chỉ có tâm thí mà đối-tượng thí cùng với vật thí lại không có, thì y bố-thí cho ai? Bố-thí bởi vật gì? Không có, như thế tâm thí ấy không có tác-dụng, không mang đến kết quả lợi-ích nào cả.

Hoặc lấy một pháp khác trong 10 điều sanh phước là Trì-giới. Người thiên về trí biết được rằng: Sự giữ giới quan trọng là do có cố ý vi-phạm hay không (veramanī đồng nghĩa với ceṭanā = cố ý). Do đó, y chỉ "cố ý không sát-sanh", nhưng thân lại vi-phạm, "cố ý không nói dối" nhưng ngữ vi-phạm... Thế là giới của y bị ô-nhiễm, bị rách "te tua".

Ví như một sợi dây được se lại bằng bốn hay năm sợi nhỏ. Nhưng ba hay bốn sợi bị đứt, chỉ còn lại sợi dây "cố ý không vi-phạm" thì sợi dây ấy cũng không dùng được gì.

Hay lấy một điều khác trong mười điều sanh phước là Cung-kinh. Một người chỉ có tâm cung-kinh, thân -ngữ không có, thì cái cung-kinh ấy chỉ còn là cách đối đãi bình thường giữa người và người mà thôi. Có còn chăng, chỉ là vài giọt nước cung-kinh ở bên trong, chẳng có tác-dụng gì lớn cả.

Phục vụ chẳng hạn: Nếu chỉ có tâm phục vụ, thân -ngữ không có, thì sự phục vụ kia không mang lại lợi-ích thiết-thực nào cả ...

Do đó, nói rằng: trí quá già mạnh, trong khi các quyền kia yếu-đuối, sẽ mang đến tác hại, khi lâm-chung dễ-dàng rơi vào khổ-cảnh nhất là địa-ngục.

Ví như gió thổi nhẹ nhàng mang lại sự mát-mẽ cho mọi người, nhưng gió lớn mạnh lại trở thành giông bão mang lại tai-họa.

**Điều 4:** Là không gần gũi, giao du với người đam mê dục-lạc, đắm-nhiễm trong ngũ trần, hay là người không hiểu biết về những pháp thâm sâu như uẩn, xứ ...

*Điều 5:* Thân-cận người có trí là gần gũi, học hỏi nơi người có trí hiểu biết rành mạch về sự sanh diệt của pháp hữu-vi.

*Điều 6:* Quán-xét đúng đắn các pháp thâm sâu, là nhận xét bản chất của uẩn, xứ, giới ... bằng sự bén nhọn sắc sảo của trí minh-sát.

*Điều 7:* Chú tâm về trạch-pháp là hướng tâm quán-xét rõ ràng về nhân sanh -diệt của mỗi một oai-nghi, mỗi diễn tiến của tâm-thức.

### **3- Tấn giác-chi (Viriya sambojjhaṅga)**

Chi pháp bản thể của tấn là sở-hữu tinh-tấn, nhưng khi tấn hoạt động trong lãnh-vực nào, nó có tên gọi theo lãnh-vực ấy, như:

- Khi kiên-trì nỗ-lực ngăn chặn mọi ác pháp đang sanh hay chưa sanh, ủng hộ các thiện-pháp đang sanh, làm sanh-khởi những thiện-pháp chưa sanh, có tên gọi là *Chánh-cần*.

- Khi nỗ-lực nhiệt-tâm để thành-tựu những pháp cao-thượng, được mang tên *Tấn như-ý túc*.

- Trong lãnh-vực cai quản, kiểm-soát các pháp đồng sanh với nó, thì gọi là *Tấn-quyền*. Còn có sức mạnh, không rung động trước sự biếng nhác, gọi là *Tấn-lực*.

- Trong phương diện đưa đến giác-ngộ, thoát ra khổ luân-hồi gọi là *Tấn giác-chi*.

Hành-giả lúc thối chí, biếng nhác trong công việc tu-tập, hành-giả nên nhớ lại đời sống của Đấng Đạo-sư.

Đời sống của đức Phật cho thấy rằng: Ngài không bao giờ có sự mệt mỏi tinh-thần hay đạo-đức. Từ lúc thành-đạo Vô-thượng Chánh-giác cho đến phút cuối, trải qua nhiều năm mang lợi-ích đến chúng-sanh, thuyết-giảng những pháp nhằm mục-đích nâng cao phẩm hạnh con người, Ngài không bao giờ có sự dãn-dượi biếng nhác tinh-thần, cho dù thân xác Ngài lắm khi phải mệt mỏi vì ốm đau, đồng thời phải trải qua những sự chống đối, phi báng, ám hại của thế-gian, phải trải qua những nghịch-cảnh của đời sống.

Cho dù không ai ép buộc (thật ra, chẳng một ai có thể ép buộc được Ngài) Ngài vẫn tuân thủ năm phạm-sự suốt 45 năm trường không hề ngừng nghỉ. Đó là:

1- Pubbanhe piṇḍapāṭaṃ: buổi sáng trì bình khất thực.

2- Sāyaṇhe dhammadesanaṃ: buổi xế thuyết-pháp cho hàng cư-sĩ.

3- Padase bhikkhu ovādaṃ: buổi chiều giảng dạy chư tỳ-khưu.

4- Aṇḍharatṭe devapañhanaṃ: lúc nửa đêm trả lời, giải đáp những nghi vấn của chư thiên.

5- Paccūseva goṭe kāle bhabbābhabbe vilo-kaṇaṃ: hừng sáng Ngài quán-xét, xem chúng-sanh nào có duyên lành, Ngài đến tế độ.

Năm phận-sự này không hề gián đoạn suốt 45 năm hoằng pháp của Ngài.

Hành-giả suy nghĩ rằng: "Vì hạnh-phúc của chúng-sanh (chẳng phải vì lợi-ích của Ngài), Đức Đạo-sư không ngừng cố-gắng, không phải bao giờ Ngài cũng khoẻ mạnh nhưng Ngài không hề giảm sút nỗ-lực về mặt tinh-thần. Ta là môn đệ của Ngài, vì lợi-ích cho chính mình, tại sao ta lại biếng nhác chứ? Người có trí sẽ chê trách ta, không tán thán ta". Đó là động cơ thúc giục sự tinh-tấn trỗi dậy trước sự biếng nhác đang ngự-trị tâm hành-giả.

Có những vần thơ mô tả về Đức Thế-tôn như sau:

*"Bậc toàn thắng thật tuyệt vời,  
Ngài luôn chuyên cần không hề biết mệt,  
Đem phước lành đến mỗi chúng-sanh,  
Đem tiện nghi an lành đến mọi cuộc sống".*

Giáo-pháp của đức Phật là giáo-lý dành riêng cho những người có trí và có nhiệt-tâm, dũng-mãnh. Quyết tâm thành-đạt mục tiêu cứu cánh, giáo-pháp này không dành cho người biếng nhác thiếu suy-tư.

*Araddhviriyassayaṃ dhammo neyaṃ dham-mo kuṣiṭṭassa. (Tăng-chi kinh).*

Đức Phật không bao giờ tự xưng mình là người có khả-năng ban thưởng đạo-quả Níp-bàn cho mọi người theo tùy thích. Trái lại, Ngài dạy rằng: Mỗi người phải mang hậu quả của hành động bất-thiện do mình tạo ra, muốn thoát ra những ác quả tai hại đó, người ấy phải tự mình giải quyết lấy.

Và theo đúng lời dạy của đức Phật: người muốn giải thoát khổ, phải tự mình nỗ-lực bằng tất cả nhiệt-tâm cần thiết để tự mình thăng tiến trên đường giải-thoát.

Đức Phật chỉ là người khám phá ra "**con đường**", Ngài chỉ rõ, soi sáng "con đường" ấy, cho những ai muốn đi, còn đi hay không là do quyết định của người ấy, Ngài không cưỡng chế tư-tưởng của bất kỳ ai.

Đức Phật chỉ gián tiếp giải-thoát khổ cho chúng-sanh, chứ không trực tiếp làm điều ấy được. Có phải Ngài bất lực không? -Đúng vậy, vì Ngài không phải là bậc toàn năng, đơn giản Ngài chỉ là bậc Đại Giác-ngộ, Đại Đạo-sư, có thể thôi.

Vị thầy chỉ gián tiếp giúp học trò giải một bài toán khó, bằng cách chỉ ra phương-pháp giải và người trò phải tự mình giải lấy. Nếu người thầy trực tiếp giải bài toán thì kết quả ấy là của người thầy chứ không phải của người trò, người trò chẳng có lợi-ích chi.

Đức Phật có dạy rằng:

*Attā hi attāno nātho,  
Ko hi nātho paro siyā,  
Aṭṭanā' va sudantena,  
Nātham labhaṭi dullabham.*

"Chính ta là cứu tinh của ta.  
Thật vậy, chẳng ai cứu được ta.  
Khéo kiểm-soát mình,  
đó là vị cứu tinh khó gặp". (Pháp Cú 160)

Hay là:

*Yo ca pubbe pamajjivā  
Pacchā so nappamajjaṭi  
So imaṃ lokam pabhāseti  
Abbhā muṭṭo' va candimā.*

"Người trước kia phóng-dật,  
sau chuyên cần tu niệm.  
Người như thế sẽ rọi sáng thế-gian,  
như vầng trăng thoát khỏi mây che". (Pháp Cú 172)

Bất cứ trường-hợp nào, người theo chân Đấng Giác-ngộ, không nên mất niềm hy-vọng giải-thoát khổ và không nên ngừng tinh-tấn. Cần phải kiên-trì nỗ-lực để thành-đạt mục tiêu ấy.

Khi đức Phật còn là Bồ-tát, trong nhiều kiếp Ngài luôn luôn tinh-tấn dũng-mãnh để đạt thành quả vị Vô Thượng Chánh-giác, phương châm của Ngài là: "*Mā nivatta abhikkama: Không chùn bước, luôn thẳng tiến*".

Phận-sự tinh-tấn có bốn là:

- Tinh-tấn ngăn chặn điều ác không cho sanh-khởi.
- Tinh-tấn đoạn trừ các ác pháp đang sanh.
- Tinh-tấn hộ trì những thiện-pháp chưa sanh, cho sanh-khởi.
- Tinh-tấn hộ trì những thiện-pháp đang sanh.

Chánh-cần và tấn giác-chi có điểm này là giống nhau, nhưng có điểm khác biệt là: Chánh-cần có mục-đích "**lánh xa ác bất-thiện pháp, tích lũy thiện-pháp**"; trái lại, tấn giác-chi có khuynh-hướng "**dẫn xuất ra khỏi luân-hồi**". Đây là điểm đặc biệt, hành-giả cần lưu ý trong khi tu-tập tấn giác-chi, tức là không thể đồng hóa chánh-cần là tấn giác-chi, nếu đồng hóa chánh-cần là tấn giác-chi sẽ làm khiếm khuyết tuệ-quán.

Hành-giả cần phải hiểu rằng: chánh-cần là thiện, là điềm báo hiệu cho tấn giác-chi sanh-khởi. Như đức Phật dạy rằng:

*"Này chư tỳ-khưu! Ví như điềm báo trước mặt trời sắp mọc là rạng đông, cũng vậy, này các tỳ-khưu! điềm báo trước bảy giác-chi sanh-khởi là làm bạn với thiện ..."*.

Và:

*"Này các tỳ-khưu! Ví như điềm báo trước mặt trời sắp mọc là rạng đông, cũng vậy, này các tỳ-khưu! điềm báo trước bảy giác-chi sanh-khởi là tác-ý đúng..."*. (Tương-ứng kinh)

Qua hai đoạn kinh trên, chúng ta thấy: *Tác-ý đúng* và *làm bạn với thiện* làm sanh-khởi bảy giác-chi.

Ở đây, bốn chánh-cần là thiện, là nhân sanh-khởi tấn giác-chi, nhưng mục-đích của chánh-cần là tích lũy thiện, không cho thiện bể vụn, hư hoại do ác pháp sanh-khởi, còn mục-đích của tấn giác-chi là đoạn tận nghiệp, dẫn đến đoạn tận khổ.

*"Này các tỳ-khưu! Con đường nào, đạo lộ nào đưa đến đoạn tận khát ái. Hãy tu-tập con đường ấy.*

*Này các tỳ-khưu! Con đường, đạo lộ đưa đến đoạn tận khát ái, đó là bảy giác-chi ...*

*Này Udāyi! Như vậy, do khát ái đoạn tận, nên nghiệp đoạn tận. Do nghiệp đoạn tận nên khổ đoạn tận".* (Tương-ứng kinh)

Để nhận định rõ ràng hơn vấn đề này, chúng ta xét qua kết quả của chánh-cần và tấn giác-chi. Chánh-cần tích lũy thiện, gìn-giữ thiện không cho hư hoại, bể vụn nên kết quả của chánh-cần là quả an lạc, quả trắng, còn *Tấn giác-chi* có kết quả như thế nào?

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy:

*"Này chư tỳ-khưu! Có bốn nghiệp này được Như-lai chứng ngộ với thắng-trí và thuyết-giảng. Thế nào là bốn?"*

*Này chư tỳ-khưu! Có nghiệp đen (có) quả đen, nghiệp trắng (có) quả trắng, nghiệp đen trắng có quả đen trắng, nghiệp không đen không trắng có quả không đen không trắng, nghiệp đưa đến nghiệp đoạn-diệt ...*

*Này chư tỳ-khưu! Thế nào là nghiệp không đen không trắng có quả không đen không trắng, nghiệp đưa đến nghiệp đoạn-diệt?"*

*Niệm giác-chi, trạch-pháp giác-chi,... xả giác-chi, gọi là nghiệp không đen không trắng, nghiệp đưa đến nghiệp đoạn-diệt.*

*Này chư tỳ-khưu! Bốn nghiệp này được Như-lai chứng ngộ với thắng-trí và tuyên thuyết".* (Aṅguttara-nikāya)

Do đó, trong sự tu-tập bảy giác-chi, hành-giả nên nhận-định rõ ràng về ý-nghĩa cùng mục-đích của giác-chi.

Chánh-cần được tu-tập đồng nghĩa là bảo tồn thiện-pháp, gìn giữ thiện, làm bạn với thiện. Đó là nhân để sanh-khởi tấn giác-chi.

Vấn đề được đặt ra là: *Làm thế nào để bảo tồn thiện luôn luôn được tinh sạch?* Chính là sự suy-tư đến thiện liên-hệ với thiện, nhờ đó các suy-tư liên-hệ đến dục, sân, si, ác bất-thiện pháp không thể sanh-khởi, đang sanh-khởi bị đoạn trừ. Tức là, hành-giả nỗ-lực trong sự suy-tư về thiện-pháp, khi có một tư-tưởng ác xấu sanh-khởi, nó sẽ bị tiêu diệt ngay.

"Ví như người thợ mộc thiện xảo hay đệ tử người thợ mộc, dùng một cái nêm nhỏ, đánh bật ra, đánh tung ra cái nêm khác...". (Kinh Đỉnh chỉ tư duy, Trung bộ kinh)

Đối với người lười-biếng, không tinh-tấn, con đường trong sạch xem như bị khóa chặt.

Hành-giả là người có nguyện vọng thành-đạt giác-ngộ, phải tự nung đúc mình một ý chí dũng-mãnh với đức-tin không thối chuyển. Và sự giác-ngộ, giải-thoát khổ không nằm ở ngoài ta, nằm ở chính trong thân ngũ-uẩn.

"Này Rohiṭassa! Như-lai tuyên bố, chính trong thân ngũ-uẩn có sự khổ và sự diệt khổ". (Aṅguttara-nikāya)

Hành-giả nên lập tâm rằng:

"Bốn phận của ta là phải nỗ-lực đạt cho được sự giải-thoát, cửa giải-thoát không hề đóng khóa chặt, chìa khóa mở cửa giác-ngộ không nằm trong tay ai cả, nên ta không cần phải van vái nguyện cầu để được ban bố.

Cánh cửa giải-thoát của ta không bao giờ cài khóa chắc, chỉ có ta là người cài khóa chắc bằng sự biếng nhác".

Đức Phật có dạy rằng:

Uṭṭhānakālamhi anuṭṭhāno  
Yuvā balī ālasiyay upeṭo  
Saṃsannasaṅkappamano kusīto  
Paññāya maggaṃ alaso na vindaṭi.

"Người sống tiêu cực, uế-oải, không tinh-cần trong thời cần phải tinh-cần, người tuy trẻ tuổi, khỏe mạnh vẫn lười-biếng với tinh-thần suy nhược, sẽ không có trí-tuệ chứng ngộ con đường giải-thoát". (Pháp Cú 280)

Đó là động cơ thúc giục sự nỗ-lực tinh-cần khởi lên trong tâm của hành-giả với ý chí mãnh-liệt.

Có mười một nhân sanh và làm tăng-trưởng Tấn giác-chi là:

- 1- Suy-gẫm hiểm-họa trong bốn đường ác.
- 2- Quán-xét về ân-đức của pháp tinh-cần hành thiện.
- 3- Quán-xét về cách tu tiến.
- 4- Quán-xét đến ân-đức của bậc Đạo-sư.
- 5- Quán-xét đến sanh chủng cao quý.
- 6- Hằng thực-hành tinh-tấn bằng pháp trì bình khất thực.
- 7- Quán-xét đến di-sản lớn.
- 8- Quán-xét đến phạm-hạnh bậc Thánh.
- 9- Không thân-cận người làm biếng.
- 10- Thân-cận người có sự tăng tiến.
- 11 -Hướng tâm đến tấn giác-chi.

Giải rằng.

*1- Suy-gẫm hiểm-họa trong bốn đường ác:* Là nghĩ đến bốn khổ-cảnh: địa-ngục, bàng-sanh, nga-quỉ, A-tu-la.

Suy-nghiệm rằng: sanh vào những hạng chúng-sanh như thế, không thể hành thiện-pháp được.

Trong hiện-tại, nếu ta bỏ lỡ cơ hội, không tạo nghiệp thiện chắc chắn ta phải rơi vào những hạng người ấy trong vị-lai.

Khổ do tinh-cần sanh lên chỉ là tương đối thôi, còn khổ trong ác đạo-quả thật đáng kinh-sợ.

Như người đang bị ngọn lửa đuổi theo phía sau, người ấy gắng sức chạy đến nơi an-toàn như thế nào. Cũng vậy, ta cần phải nỗ-lực tinh-cần đạt cho được sự thoát khỏi bốn ác đạo bằng thánh quả Dự-lưu.

*2- Quán-xét về ân-đức của tinh-tấn:* Là quán thấy rằng: Người biếng nhác không thể thành-tựu pháp siêu-thế là bốn đạo, bốn quả và Níp-bàn. Chỉ có người có sự tinh-cần mới đạt được pháp siêu-thế, vậy ta nên tinh-cần để đạt được pháp cao-thượng ấy.

*3- Quán-xét về cách tu tiến:* Là quán thấy rằng: người biếng nhác không thể đi trên con đường mà chư Phật, chư thánh đi qua, tinh-tấn là một yếu tố của con đường ấy.

Sự tu tiến của ta nếu có sự biếng nhác, xem như đứng lại trên con đường mà ta cần phải trải qua để trở thành những bậc Thánh Thịnh-văn.

*4- Quán ân-đức của Đấng Như-lai:* Bậc Đạo-sư là tối thượng-nhân, cả mười ngàn thế giới rung động khi Ngài (còn là Bồ-tát) nhập thai bào, khi đản sanh, khi giác-ngộ Phật-quả, Ngài chuyển Pháp-luân, thị hiện Song-thông, Ngài ngự về cõi nhân-loại sau khi tế độ thiên tử Māyā (mẫu thân của Ngài khi còn là Bồ-tát), Ngài từ bỏ thọ hành và



lúc Ngài tịch diệt. Tất cả những thời ấy toàn thế giới đều rung động. Ta là người có phước lớn, được xuất-gia, được nương theo Ngài, trú trong pháp-luật này. Thật đáng chê trách nếu ta biếng nhác, giải đãi.

5- *Quán-xét đến sanh chủng cao quý:* Ta là người có sanh chủng cao quý, vì là người thọ-trì tam quy, được xuất-gia trong pháp-luật này, được kể là sanh vào giòng họ của đức-vua Okkāka, tổ tiên của đức-vua Tịnh-phạn giòng Sakya.

Nói đúng hơn, ta là cháu của đức-vua Tịnh-phạn và hoàng hậu Māyā. Do vậy, ta được kể là em của Ngài Rāhula, con của bậc tối thắng, thật không tương xứng với giòng giống anh hùng Sakya nếu ta chỉ là tên lười-biếng.

6- *Thực-hành tinh-tấn bằng pháp khát thực:* Những tín thí cúng dâng vật-thực là những người không phải thân quyến, bạn hữu gì của ta cả. Sở dĩ, họ cúng dường đến ta vì mong cầu quả phước, ta không nên dễ-duôi trong sự thọ dụng với sự biếng nhác hành-đạo cao-thượng.

Nhưng bậc Đạo-sư có dạy nên nuôi mạng bằng pháp khát thực, nhằm mục-đích tránh cho vị tỳ-khưu phát-sanh lười-biếng, hưởng-thụ. Đức Thế-tôn chỉ tán thán vị tỳ-khưu tinh-cần hành-trì sa-môn hạnh để thoát ra khổ.

Đức Thế-tôn có dạy sự thọ-dụng bốn món vật-dụng có ba loại: thọ-dụng như mang nợ, thọ-dụng như người thừa tự, thọ-dụng như người chủ.

Vị Thánh Hữu-học là người thọ-dụng như người thừa tự, vị Thánh Vô-lậu là người thọ-dụng như người chủ. Còn ta là phạm-nhân, thọ-dụng tứ sự mà không tinh-tấn hành pháp là người thọ-dụng như kẻ mang nợ. Giờ đây, nếu ta thọ-dụng mà biếng nhác, tai-họa sự khổ sẽ có cho ta.

7- *Quán-xét đến di-sản lớn:* Bầy tài-sản của bậc Thánh là tài-sản to lớn, đó là tài-sản của đức Đạo-sư truyền lại cho con Ngài, cho những người có sự tinh-cần hành pháp, theo sự giáo giới của Ngài. Ví như cha mẹ trao lại tài-sản lớn cho những đứa con ngoan ngoãn, làm theo lời dạy bảo của mình.

Nếu ta là kẻ biếng nhác sẽ không thể nhận lãnh di-sản quý báu ấy được. Bầy thánh sản ấy (là: tín, giới, tà, quý, văn, thí, tuệ) dù là một loại, ta cũng không nhận được nếu lười-biếng.

8- *Quán-xét đến phạm-hạnh bậc Thánh:* Các bậc phạm-hạnh như trưởng-lão Sārīputta, Moggallāna, Mahā kassapa ... các Ngài đã hoàn toàn chứng-đắc pháp siêu-thể bằng sự nỗ-lực tinh-tấn.

Ta có nên theo gương các bậc ấy chăng? Liệu ta có tài giỏi hơn các bậc ấy không?, mà không cần nỗ-lực tinh-tấn cũng đắc đạo-quả?.

*Các điều 9 -10 -11 cũng dễ hiểu, nên không cần giải thích rộng.*

#### 4- Hỷ giác-chi (Pīti bojjaṅga)

Thực-tính pháp của hỷ giác-chi là sở-hữu hỷ. Sở-hữu hỷ khác với thọ-hỷ, sở-hữu hỷ là trạng-thái vui thích đối với cảnh, còn thọ-hỷ là thọ lãnh sự vui thích.

Một người đi đường xe mệt mỏi, khát nước, y thấy hồ nước trong mát nên vui mừng, đến nơi y uống nước một cách thích-thú. Trạng-thái vui thích trước khi uống nước là *Sở-hữu hỷ*, còn uống nước một cách thích-thú là *Thọ-hỷ*.

Hỷ giác-chi ở đây là nói đến trạng-thái thích-thú, hân-hoan, không đắm-nhiêm trong đối-tượng, có mục-đích dẫn ra khỏi khổ. Hỷ là một đức-tính có ảnh hưởng sâu rộng, bao gồm cả thân tâm. Khi hỷ được tu-tập phát-triển, thân hành-giả có cảm giác nhẹ nhàng hay cảm thấy thân tràn đầy sinh lực, sẵn-sàng làm bất kỳ việc gì, không hề e-ngại khó khăn, mệt nhọc.

Người thiếu sự hân-hoan, không thể vượt qua con đường giác-ngộ để thành-đạt cứu cánh giải-thoát, vì không hân-hoan, nên không thể kham-nhẫn, chịu-đựng trước những chướng-ngại, khó khăn. Ví như người đi lạc trong rừng đầy hiểm-họa, chợt nhìn thấy con đường dẫn ra khỏi rừng, nếu y hân-hoan, sẽ nhanh chóng vượt ra khỏi rừng trước khi hiểm-họa xảy đến. Trái lại, nếu y không hân-hoan, sẽ uể-oải lê bước, y khó có thể ra khỏi rừng trước khi hiểm-họa xảy đến.

Một nỗi buồn man mác, một trạng-thái lãnh-đạm thờ ơ, một sự không hân-hoan thích-thú trước pháp thiên Chi hay thiên Quán sẽ dẫn đến một sự bất-mãn, không toại-nguyện. Đó là hiện tượng của trạng-thái thiếu hay không có pháp hỷ. Như vậy, pháp hỷ là một điều rất cần thiết để bước vào một cuộc hành-trình chinh phục đau-khổ, thoát ra khỏi luân-hồi.

Hành-giả là người có nguyện vọng thành-đạt sự giác-ngộ, giải-thoát khỏi những ràng buộc vào cuộc lăn trôi vô định của luân-hồi, cần phải cố-gắng trau dồi pháp hỷ này. Không ai có thể ban hạnh-phúc cho ai cả, mỗi người tự xây hạnh-phúc bằng sự cố-gắng của chính mình, tích cực suy-niệm làm cho tâm an-trụ, chính sự an-trụ tâm, hỷ-lạc mới sanh lên.

Có hai loại hỷ: hỷ hướng về bên ngoài, hỷ hướng về bên trong. Hỷ hướng về bên ngoài là trạng-thái thích-thú trước năm trần-cảnh, đây là loại hỷ cần nên từ bỏ. Hỷ hướng về bên trong là trạng-thái thích-thú trước những pháp đáng hài lòng, đáng thích ý.

Loại hỷ này cũng có hai loại:

- Loại hỷ thích-thú trước pháp đáng thích-thú, liên-hệ đến dục, liên-hệ đến bất-thiện pháp, loại hỷ này cần xa lánh, cần từ bỏ, cần đoạn-trừ.

- Loại hỷ thích-thú trước pháp đáng thích-thú, liên-hệ đến thiện-pháp, loại hỷ này nên thân-cận, nên tu-tập, nên làm cho sung-mãn.

Và loại hỷ thân-cận với thiện-pháp, là điềm báo cho hỷ giác-chi sanh-khởi. Do đó, không nên tìm sự thích-thú, hân-hoan ở bên ngoài, cho dù chỉ chút ít nhỏ nhoi, cảnh vật bên ngoài cũng ảnh hưởng không ít đến tâm.

*Biện-pháp nào có thể giúp hành-giả xa lánh sự thích-thú hướng ra ngoài?* Trước hết, phải đề cập đến **tác-ý xa lánh** năm trần-cảnh đáng hài lòng, kể đến là **hạnh tri-túc** (biết vừa đủ).

**Tri-túc** là một đặc điểm của hạnh-phúc, người thường trong thế-gian dường như có ý nghĩ rằng: "hạnh-phúc rất khó phát-triển trong tri-túc, hạnh-phúc chỉ có được khi phát-triển vật-chất sung-mãn". Nhưng chính hài lòng với sự vừa đủ, người ấy không tầm cầu những dục-lạc thế-gian, đồng nghĩa xa lánh tham-ái. Đó là một hạnh-phúc thù-thắng.

Trong Tăng-chi kinh có đoạn kinh ghi lại những lời đối thoại giữa Đức Thế-tôn cùng Hoàng-tử Hatthaka người Āliavī, khi Ngài ngự trong rừng Simsapā ở xứ Gomagga, tóm lược như sau:

Hoàng-tử Hatthaka cho rằng: "*Sự an lạc là do thụ-hưởng những vật-dụng tốt đẹp*".

Đức Thế-tôn hỏi Hoàng-tử Hatthaka:

- "*Khi thân tâm bị nung nấu bởi những nhiệt nã do tham-ái sanh. Người ấy có đau-khổ không?*"

- *Thưa có! Bạch Thế-tôn.*

- "*Khi thân tâm không bị nung nấu bởi những nhiệt nã do tham-ái sanh, người ấy có đau-khổ không?*"

- *Bạch Thế-tôn! không.*

- "*Như-lai tận diệt được tham-ái, cắt đứt gốc rễ tham-ái, như cây Tālā bị đứt rễ không thể sanh-khởi trong tương-lai. Do đó, Như-lai cảm thấy an lạc*".

Ý đức Phật dạy rằng: "Tuy thọ hưởng dục-lạc đầy đủ, nhưng thân tâm bị tham ái ngự-trị, người ấy vẫn đau-khổ. Trái lại, tuy không thọ hưởng vật-dụng tốt đẹp, nhưng thân tâm thoát ra tham-ái, người ấy không đau-khổ "

Trong thế-gian, người có ý nghĩ như Hoàng-tử Hatthaka nhiều vô số, họ cho rằng: "*Hạnh-phúc là được thọ hưởng những vật-dụng trong thế-gian*".

Rất ít người nghĩ rằng: "*Sự hạnh-phúc, an lạc có được là do không bị nô-lệ của tham-ái, do không đắm-nhiễm trong tham-ái*".

Do đó, người thường trong thế-gian hình như có ý nghĩ: "rất khó trau dồi, phát-triển hạnh tri-túc". Tuy nhiên, nếu hành-giả quyết-tâm kiên-trì dũng-mãnh, chú-ý và suy-tư chân-chánh về những gì thường gặp hằng ngày. Đồng thời, kiểm-soát những khuynh-hướng bất-thiện, ngăn-chặn, kìm-chế những tầm-cầu trong những quyến-rũ của vật-chất, không riu ríu phức-tùng một cách hồn-nhiên thơ-dại trước đục-lạc, khi ấy hành-giả cảm nhận an-lạc của hạnh tri-túc.

Trong Pháp-cú kinh, đức Phật có dạy:

*Maṭṭā sukhaṃ pariccāgā  
Passe ce vipulaṃ sukhaṃ  
Caje maṭṭā sukhaṃ dhīro  
Sampassaṃ vipulaṃ sukhaṃ.*

*"Nếu từ bỏ hạnh-phúc nhỏ nhoi mà có thể thành-đạt hạnh-phúc lớn.  
Người thiện-trí hãy từ bỏ hạnh-phúc nhỏ để mưu cầu hạnh-phúc lớn". (Pháp Cú 290)*

Hạnh-phúc nhỏ và lớn là sự so sánh tương-đối với nhau. Đức Phật có dạy rằng: Lạc trong vật-chất là nhỏ so với lạc sơ-thiền, lạc sơ-thiền là nhỏ so với lạc nhị-thiền ... lạc của thiền-định là nhỏ so với lạc sơ đạo ... Và tối thắng là Níp-bàn lạc.

*"Nibbānaṃ paramaṃ sukhaṃ: Níp-bàn là lạc tối-thượng".*

Hạnh-phúc thật sự không phải bám víu hay nắm chắc lấy những vật-chất vô-tri, luôn cả những gì thuộc hữu-giác như thân-bằng, hội-chúng, đệ-tử, con cái, tôi tớ... hạnh-phúc thật sự là hạnh-phúc không bị trói-buộc vào những điều trên, không bị đăm-nhiễm bởi danh-sắc của thế-gian.

Hỷ giác-chi là sự thích-thú trước đối-tượng vô-nhiễm, trước những hạnh-phúc không bị vương-lụy. Và tri-túc là điều-kiện trợ giúp cho hỷ giác-chi sanh-khởi trước đối-tượng không có sự khao-khát dục-vọng.

*Susukhaṃ vaṭa jīvāma  
Ussukesu anussukā  
Ussukesu manussesu  
Viharāma anussukā.*

*"Hạnh-phúc thay! ta sống không khao-khát (dục-vọng).  
Giữa những người khao-khát, ta sống không khát khao". (Pháp Cú 199)*

Trong tâm chúng-sanh, thường xảy ra những xung đột đủ loại, chúng chống báng lẫn nhau, những ý thiện chống đối ý bất-thiện và ngược lại.

Đó cũng là điều-kiện khiến hỷ giác-chi không có mặt, vì có chống đối là có khó chịu, có triệt hạ. Nếu ý bất-thiện mạnh thì ý thiện không thể sanh-khởi, thế là hỷ giác-chi

không có mặt, còn nếu ý thiện mạnh, ý bất-thiện bị đẩy lùi, bị áp chế, ở trong trạng-thái này hỷ giác-chi cũng chưa thể xuất hiện vì thiện chưa sung-mãn.

Do đó, hành-giả cần có sự kiểm-soát tâm để những tư-tưởng thụ-hưởng dục-lạc không còn cơ hội sanh lên, lập nền móng cho hỷ giác-chi xuất hiện.

Mặc dù ta chưa đủ năng-lực trừ diệt dục-ái, nhưng khả-năng giữ mình, không buông lỏng tâm phóng túng theo khuynh-hướng dục-vọng xấu xa, điều ấy có thể làm được. Nói cách khác, hạnh tri-túc là sự giữ tâm không cho phóng theo khuynh-hướng tầm cầu dục-lạc.

Đức Phật dạy rằng: "*Dục-lạc không bao giờ được thoả mãn hoàn toàn*".

Hạnh-phúc vật-chất chỉ là sự thoả mãn một vài ước vọng, nhưng khi vừa đạt được, nó đã vội lìa bỏ ta và ta không bao giờ cho là đủ.

*Na kahapaṇavassena  
Tīṭṭi kāmesu vijjaṭi  
Appassādā dukhā kāmā  
Iṭi viññāya paṇḍiṭo.  
Api dibbesu kāmesu  
Raṭiṃ so u'ādhigacchaṭi  
Taṇhakkhayaṛaṭo hoṭi  
Sammāsambuddhasāvako.*

*"Trận mưa vàng không làm cho hạnh tri-túc phát-sanh đến người dục-lạc.  
Khoái-lạc vật chật chịt chỉ đem lại chút ít êm đềm, nhưng nhiều đau-khổ.  
Biết như thế, bậc thiện-trí không tìm thoả thích trong khoái-lạc dù ở cảnh trời.  
Hàng môn đệ Đấng Toàn-giác hoan-hỷ tận diệt ái-dục". (Pháp Cú : 186 -187)*

Chính sự kiểm-soát tâm qua pháp tri-túc, là cách rèn-luyện tâm trường kỳ trong sự từ bỏ, xa lánh những vị khách xấu xa: tham-dục, sân-hận, lừa-biếng ... Đó là những vị khách lăm chuyện, cứ thuyết-phục, quyến-rũ ta hướng về khoái-lạc, khi ta rơi vào vòng, trở thành nô-lệ của dục-vọng, những người khách này sẽ tàn hại, đày đọa ta không thương tiếc.

Giờ đây, ta chưa đủ năng-lực trục xuất những người khách "ngồi dai như đĩa" ra khỏi căn nhà của tâm. Ta sẽ ẩn trú vào chiếc áo giáp được đức Phật ban cho, chiếc áo giáp ấy sẽ vô-hiệu hoá những vũ khí dục-lạc mà những người khách này dùng tấn công. Đó là áo giáp "tri-túc".

Bao giờ những vị khách này muội-lược, ta mạnh-mẽ, ta sẽ nắm cổ từng người, ném quăng về thế giới ảo ảnh phù-du của họ. Và tâm hành-giả hân-hoan, thích-thú khi không còn những ông khách xấu xa. Đó chính là hỷ giác-chi.

Sự từ bỏ ấy chính là sự từ bỏ đúng đắn, từ bỏ suông ở bên ngoài như nhện dới, gỏi rữa dưới sông Hằng hay hơ mình cạnh đồng lửa lớn ... không thể thanh-lọc tâm, không thể mang lại hạnh-phúc vô-nhiễm dục-lạc, đó chỉ là hình-thức khổ-hạnh mà thôi.

Hỷ liên-hệ với thiện-pháp, được tu-tập sẽ mang lại hạnh-phúc vô-nhiễm, hạnh-phúc vô-nhiễm làm tâm hân-hoan thích-thú. Đây là tác-dụng hỗ-tương giữa hỷ và hạnh-phúc vô-nhiễm.

Một người thợ thiện xảo, y hân-hoan thích-thú trước một công trình sắp thực-hiện, sau khi hoàn tất, thấy công trình mình tạo ra hoàn hảo tốt đẹp, y lại hân-hoan thích-thú ngắm nhìn. Công trình hoàn hảo ví như hạnh-phúc vô-nhiễm.

Hân-hoan thích-thú trước khi thực-hiện là *hỷ liên-hệ với thiện*, sau khi hoàn thành-công trình là **hỷ giác-chi**. Hành-giả cần nhận-định rõ sự khác biệt giữa: thích-thú và hạnh-phúc vô-nhiễm. Thích-thú là trạng-thái vui của pīti, trạng-thái này có tính tạm bợ nhất thời, thoáng qua rồi mất. Còn hạnh-phúc vô-nhiễm có chỉ thật sự khi hành-giả chứng đạt quả Vô-lậu, ngoài ra nó cũng chỉ là tạm bợ, thoáng chốc đã mất.

Nhưng so với những hạnh-phúc tạm bợ khác thì chẳng có gì tốt hơn loại hạnh-phúc vô-nhiễm này. Đã thấu hiểu bản chất giả tạm của loại hạnh-phúc vô-nhiễm này, khi nó mất đi, hành-giả cũng chẳng nên phiền-muộn, vì chẳng có lợi-ích chi cả. Trái lại, còn gây chướng-ngại cho hỷ giác-chi sanh-khởi, tốt nhất, nên tìm lại nó, rồi cố-gắng duy trì bằng sự tinh-tấn.

Có lần đức Phật đi vào xóm khất thực, do sự quấy phá của Ma-vương (Māra). Hôm ấy, Ngài chẳng được ai cúng dường chi cả. Ma-vương bạch hỏi Ngài có khó chịu vì đói bụng không? Ngài giải thích thái độ an-tĩnh tâm của người thoát ra mọi chướng-ngại (kañcana) của tinh-thần, trạng-thái của người thoát ra mọi trói-buộc của tham-sân-si. Rồi Ngài thuyết lên kệ-ngôn:

*Susukhaṃ vaṭa jīvāma  
Yesaṃ no naṭṭhi kiñcanaṃ  
Pītibhakkhā bhavissāma  
Devā ābhassarā yaṭhā.*

"*Hạnh-phúc thay! Như-lai sống không chướng-ngại.  
Dường nuôi hỷ-lạc, Như-lai lúc nào cũng giống như vị trời ở cõi Quang-âm  
thiên*". (Pháp Cú 200)

### **Nhân sanh hỷ giác-chi**

Ngoại-trừ tác-ý đúng, hỷ giác-chi được sanh-khởi và tăng-trưởng do mười một nhân khác là:

1- *Tùy-niệm ân-đức Phật* (buddhānussati): là suy-gẫm về ân-đức Phật.

- 2- *Tùy-niệm ân-đức Pháp* (dhammānussati): là suy quán về ân-đức Pháp.
- 3- *Tùy-niệm ân-đức Tăng* (saṅghānussati): là quán-xét về ân-đức Tăng, tức là quán-xét về ân-đức bốn quả siêu-thế.
- 4- *Tùy-niệm ân-đức Giới* (sīlānussati): là quán-xét về giới-hạnh mà mình đang thọ-trì, giới thọ-trì được thanh-tịnh, làm phát-sanh sự hoan-hỷ đối với giới, đồng thời nâng cao sự tự-tin, không kinh-sợ trong tâm của người hành-trì-giới thanh-nghiêm.
- 5- *Tùy-niệm ân-đức Thí* (cāgānussati): là quán-xét hạnh bố-thí mà mình đã tạo, tức là sự hoan-hỷ phát-sanh từ hạnh bố-thí liên-hệ đến thí Thánh-tài (một trong bảy tài-sản của bậc Thánh), thí-sự ấy có ân-đức là cho an-tâm, không lo sợ nghèo khổ trong tương-lai.
- 6- *Tùy-niệm ân-đức Thiên* (devānussati): là quán-xét đến pháp làm cho người trở thành chư-thiên, những pháp ấy đang có ở ta không? Những pháp ta đang có, những pháp ấy có phải chính là những pháp giúp chúng-sanh tốt đẹp trong nhàn-cảnh không? Tâm hành-giả sẽ hoan-hỷ khi thấy những pháp đưa về nhàn-cảnh đang có với mình.
- 7- *Tùy-niệm Tịch-tịnh* (upasamānussati): là quán-xét về sự bất động của những ô-nhiễm, những ô-nhiễm đã yên-lặng do năng-lực thiên-định. Nghĩa là xác-chứng được sự an-tịnh tự-tại, có giá trị vượt qua năm trần-cảnh, không cần đến năm dục tăng-trưởng (pañca kāmagaṇā), cũng được an-vui.
- 8- *Không thân-cận với người vô-tín*. Người vô-tín là người không có đức-tin nơi Tam-bảo, thường có thái độ không cung-kính trước những bảo-tháp thờ Xá-lợi, cội Bồ-đề, hay kim-thân Phật được tạo thờ.
- 9- *Thân-cận bậc trí*, nhất là bậc có đức-tin nơi Tam-bảo.
- 10- *Suy-gẫm pháp-học*, phân-tích rộng về những điều-học nơi kinh-sách, phát-sinh trí và đức-tin cùng sự hoan-hỷ với pháp.
- 11- *Thiên về hỷ giác-chi trong mọi oai-nghi*.

-ooOoo-

## 5- Tĩnh giác-chi (passaddhi sambojjaṅga)

Chữ Passaddhi từ chữ **Pa** + ngữ căn **Sambh**, nghĩa là an-tĩnh, đặc-tính của Passaddhi là làm dịu sự nóng bức do phiền-não dục (kilesadara vūpasam) gây ra. Passaddhi đối với tâm giống như bóng mát đối với người bị ánh-nắng mặt trời chiếu rọi.

Passaddhi là một sở-hữu đối trị với phóng-dật. Passaddhi có hai là: kāya passaddhi (tĩnh-thân) và citta passaddhi (tĩnh-tâm). Kāya (thân) ở đây không có nghĩa là thể-xác, thân ở đây chỉ cho các sở-hữu, thành-phần của tâm. Nói cách khác, kāya chỉ cho thọ-uẩn, hành-uẩn (ngoại-trừ kāyapassaddhi) và tưởng-uẩn cùng có mặt với tâm.

Kāyapassaddhi (tĩnh-thân) là trạng-thái an-tĩnh của các sở-hữu cùng hiện-hữu với tâm. Còn citta passaddhi (tĩnh-tâm) là trạng-thái an-tĩnh của tâm.

Tĩnh có thể ví như người đang bị nóng bức, được cơn mưa tưới xuống, trở nên mát-mẽ, thoải-mái, dễ chịu. Làm cho tâm an-tĩnh là việc khó thực-hiện, tâm luôn luôn chao-động có khuynh-hướng không bao giờ ở yên một chỗ. Tâm ví như cá vớt ra khỏi mặt nước, ném trên mặt đất.

*Vāriyo'va thale khiṭṭo*

*Okamokaṭa ubhaṭo*

*Pariphandati' midam cittaṃ*

*Māradheyyaṃ pahāṭave.*

*"Cá bị vớt lên khỏi nước và vớt trên đất khô như thế nào,  
tâm dao-động cũng dường thế ấy.*

*Vậy phải cách xa cảnh giới của dục-vọng". (Pháp Cú 34)*

Sở dĩ tâm không được an-tĩnh là do có tham, sân, si ngự-trị, chính tham, sân, si làm cho tâm bất an. Nhưng tham, sân, si ngự-trị được tâm là do đâu? Do dục. Nói cách khác, tĩnh có được là do xa lìa dục (vọng). Dục (vọng) được xa lìa khi hành-giả chứng được sơ-thiền, cho dù hành-giả có đạt đến cận-định, tâm tuy yên-lặng nhưng chưa an-tĩnh hoàn toàn vì còn liên-hệ đến dục.

Cũng nên phân biệt dục-lạc và dục. Dục-lạc là những khoái-lạc do năm trần-cảnh mang lại, còn dục là những gì thuộc về năm trần-cảnh mà chúng-sanh muốn thụ-hưởng nó (kāma paribhuñjati -paribhuñjati là ăn uống). Được gọi là dục-vọng bởi vì những trần-cảnh có đặc-tướng vui ít nguy hại nhiều.

Đức Phật có dạy rằng: "*appassādā kāmā bahudukkhā, ādīnavo, eṭṭhabhiyyo* - các dục (vọng) vui ít, khổ nhiều, não nhiều, sự nguy-hiểm ở đây nhiều hơn". Và đức Phật có dạy rằng:

*"Cho dù có chánh-kiến, thấy được nguy-hiểm của dục, nhưng chưa đắc được sơ-thiền, chưa thoát khỏi dục (vọng) chi phối.*



*Bao giờ chứng-đắc được sơ-thiền hay một pháp cao-thượng hơn, khi ấy mới khỏi bị dục (vọng) chi phối". (kinh Tiểu khố-uẩn -Trung-bộ kinh).*

Và sự-kiện các dục có vui ít khổ nhiều, được Đức Thế-tôn trình-bày rộng-rãi trong bài kinh Đại khố-uẩn (mahādukkhakkhandha sutṭa) ở Trung-bộ kinh. Tâm chỉ an-tịnh khi hành-giả trau dồi tư-tưởng xa lìa những ác bất-thiện pháp, đồng thời không nghĩ đến các trần-cảnh.

Chỉ có trau dồi tư-tưởng như thế, tâm mới trụ vững trong sự an-tịnh bằng các tầng thiền, ít nhất phải là sơ-định, khi ấy hành-giả mới có thể tu-tập và làm cho sung-mãn tịnh giác-chi.

Nếu hành-giả thiên về thiền Quán, khi đạt được tuệ Sinh-diệt, khi ấy hành-giả sẽ dễ-dàng tu-tập tịnh giác-chi. Hành-giả chuyên tu về Minh-sát, khi đạt đến tuệ Sinh-diệt thường phát-sanh một trong 10 phiền-não quán (kilesa vipassanā), trong đó có tịnh, pháp ấy là pháp tốt nhưng sở dĩ gọi là phiền-não, vì nó cản trở hành-giả tiến cao hơn, nếu như hành-giả bám chấp vào nó.

Lẽ thường, tâm an-tịnh không hề chấp-nhận một tư-tưởng xấu nào cả, nhiều người nghĩ rằng: "giải-thoát là tự-do không hạn-chế", để rồi sống buông-lung. Còn như tự rèn-luyện, tự khép-mình vào khuôn-khố, kỷ-cương là bị trói-buộc, mất tự-do. Họ gọi những người sống tự chế-ngự là bị pháp trói chặc (pháp phược), bị giới trói chặc (giới phược), là những người có chấp-thủ (upādāna), chưa được giải-thoát...

Nhưng nếu hỏi những người ấy rằng: "bậc Thánh có phạm giới không? có làm điều ác không?" có bao giờ các Ngài có những hành-vi phi đạo-đức không? phi luân-lý không? Họ sẽ né tránh hoặc trả lời quanh co.

Giáo-lý của đức Phật được xem là là căn-bản của phạm-hạnh có năm điều:

- 1) Buddhō so bhagavā bodhāya dhammaṃ deseṭi: đức Phật bậc giác-ngộ, thuyết-pháp đưa đến giác-ngộ.
- 2) Daṇṭo so bhagavā damaṭhādhā dhammaṃ deseṭi: Thế-tôn vị đã điều-phục, thuyết-giảng pháp đưa đến điều-phục.
- 3) Saṇṭo so bhagavā samaṭhāya dhammaṃ deseṭi: Thế-tôn bậc an-tịnh, thuyết-giảng pháp đưa đến an-tịnh.
- 4) Tinno so bhagavā taraṇāya dhammaṃ deseṭi: Thế-tôn bậc đến bờ kia, thuyết-giảng pháp đưa đến bờ kia.
- 5) Parinibbuṭo so bhagavā parinibbānāya dhammaṃ deseṭi: Thế-tôn bậc tịnh-lạc, thuyết-giảng pháp đưa đến tịnh-lạc. (kinh Udumbarikā -sīhanāda, Trường-bộ kinh).

Trong năm điều căn-bản của Đấng Đại-giác, **điều-phục** (dantō) được nói đến, tức là cái "tâm" phải được rèn-luyện cho đúng phương-pháp mới trở nên tốt đẹp, để rồi **không còn có tự ngã**.

**An-tịnh** lại là một điều khác của căn-bản phạm-hạnh, chỉ khi nào tâm được an-tịnh, khi ấy tâm mới được điều-phục.

Tâm được an-tịnh khi được uốn nắn trong vòng trật-tự, trong sự tiến-bộ chân-chánh, khi ấy tâm mới trở nên hữu-ích cho mình và cho người. Cái tâm náo-động, bất-chánh, hành-xử vô trật-tự đó mới chính là hiểm-họa cho mình lẫn cho người. Như thế, không nên gọi là "tâm bị trói-buộc bởi pháp, bởi giới-hạnh" được.

Giả sử rằng: Nếu tâm bị trói-buộc như thế mà đưa đến giác-ngộ, đưa đến tịnh-lạc thì tâm cũng nên bị trói-buộc, còn hơn tâm tự-do phóng túng để rồi rơi vào đọa lạc.

Thật ra, chính đức Phật dạy rằng: "*Chánh-pháp còn phải bỏ huống chi là tà-pháp*". (*Tăng-chi kinh*)

Trong bài kinh Raṭṭhavivāṭa suṭṭa (kinh Trạm-xe) trong Trung-bộ, Ngài Punna maṇṇiputtaṭṭa đáp lời của trưởng-lão Sārīputta rằng:

*"Anupādā pari nibbānaṭṭhaṃ kho āvuso.*

*Bhagavaṭī brahmacariyaṃ vussaṭṭi:*

- *Này hiền-giả! sống đời sống phạm-hạnh dưới sự chỉ dẫn của Đức Thế-tôn với mục-đích không nắm giữ trước viên tịch (parinibbāna)".*

Như vậy, tâm an-tịnh là giai đoạn tu tập, khi thành-đạt mục đích giải-thoát hoàn toàn, tâm tự nhiên không còn nắm giữ thiện hay bất thiện nữa.

Nhưng giữ được tâm an-tịnh trước những chướng-ngại quả là khó, chính cái đức-độ khó có được ấy, mới là điều đáng cho hành-giả tận-lực cố-gắng để thành-tựu.

Nhờ kiểm-soát, gìn-giữ tâm an-tịnh, hành-giả xây-dựng cho chính mình đức-tính dũng-mãnh, người có tâm an-tịnh sẽ không cảm thấy yếu-đuối, khiếp-nhược, phiền-lụy bởi **Tám ngọn gió đời** (aṭṭhaloka dhamma - bát phong) là:

- Được lợi (lābha) - mất lợi (alābha).
- Được danh (yasa) - mất danh (ayasa).
- Bị chê (nindā) - được khen (paṣaṃsā).
- An lạc (sukha) - đau-khổ (dukkha).

Chúng ta tìm thấy những bài học an-tịnh trước những nghịch-cảnh trong những câu chuyện bốn-sanh như là: Đức Bồ-tát có đứa con duy nhất, chẳng may bị rắn cắn chết ở ruộng cày, Ngài trầm-tĩnh nhờ người Nachbar nhà: hôm nay chỉ mang một phần

cơm ra ruộng thôi. Người nhà hiếu ý Ngài, mẹ, con gái, người tớ của người chết đều ra ruộng, tất cả đều trầm-tĩnh thiêu xác chết.

Ngạc-nhiên, vua trời Đế-thích giả dạng đến hỏi thăm: Vì sao họ không khóc trước cái chết của người thân yêu? Bà mẹ trả lời:

- "Không ai mời nó cũng đến, không ai xua đuổi nó cũng đi. Đến thế nào, ra đi thế ấy, vậ than khóc rên rỉ có ích gì, khi nó chẳng còn biết chi".

Hoặc câu chuyện Bồ-tát Temiya, giả vờ câm, điếc, tê-liệt, chấp-thuận mọi thứ thử-thách của Hoàng-tộc, những thử-thách mà xét ra người không có dũng-khí sẽ bỏ cuộc ngay. Cuộc thử-thách đâu phải chỉ diễn ra một ngày, một tháng hay một năm, nó kéo dài suốt mười sáu năm dài. Bồ-tát chịu đựng sự thử-thách ấy, với mục-đích gì? Với mục-đích được xuất-gia, xa lánh các vương-quyền. Chỉ bấy nhiêu thôi.

Tâm an-tịnh là tâm không hề chao-động trước cảnh được mất, không bàng-hoàng trước nghịch-cảnh của đời sống, đó là lợi-ích khiêm-tốn của tâm an-tịnh. Tâm an-tịnh được hành-giả tu-tập làm sung-mãn sẽ đưa hành-giả giải-thoát ra mọi khổ-lụy, tuyệt-đỉnh là giải-thoát khỏi khổ luân-hồi. Tịnh giác-chi là pháp trợ giúp hành-giả vượt qua những khổ-não, cuối cùng đưa đến giải-thoát trọn vẹn.

Muốn tu-tập tịnh giác-chi, trước tiên phải an lập được tâm an-tịnh qua pháp thiền Chỉ hay Quán, hành-giả cần nỗ-lực tinh-cần đạt cho được sơ-định hoặc tuệ Sinh-diệt. Trong giai-đoạn đầu, hành-giả cần có tác-ý lìa bỏ dục (vọng), lìa bỏ những bất-thiện pháp.

Tiếp theo là trình-bày những nhân trợ sanh tịnh giác-chi. Có bảy điều làm sanh-khởi và tăng-trưởng tịnh giác-chi:

- 1) *Thọ-dụng vật-thực tốt.* Ở đây ý nói là những vật-thực còn đủ chất dinh-dưỡng, chưa bị hư thối, dùng vật-thực thích-hợp cơ thể, khiến phát-sanh dễ chịu, không rơi vào khó chịu, bức bối.
- 2) *Thời-tiết thích-hợp.* Là tìm trú-xứ có khí-hậu thích-hợp với cơ thể, loại khí-hậu dễ chịu.
- 3) *Điều hòa bốn oai-nghi* cho thích-hợp với hoàn cảnh và thời-tiết.
- 4) *Giữ tâm quân-bình* trước nghịch cảnh lẫn thuận cảnh.
- 5) *Thân-cận với những người có tâm dung hòa*, có tâm không kiêu-mạn, có tâm không cấu-kinh, không dùng vật gì để đáng đập, hành hạ kẻ khác.
- 6) *Không thân-cận với người kiêu-mạn*, náo-động, hung hăng
- 7) *Có khuynh-hướng về sự tĩnh-lặng.*

## 6- Định giác-chi (Samàdhi sambojjhaṅga).

Định là sở-hữu ekaggaṭā (Nhất-hành) nghĩa là an-trú vào một cảnh, tương-tự như niệm, tinh-tấn, tùy công-năng của nó trong lãnh-vực nào, nó mang tên theo lãnh-vực ấy, như định-quyền, định-lực, định giác-chi, chánh-định.

Định đi theo tuệ Minh-sát có tên gọi là Không-định là loại định an-trú vào tướng vô-ngã, Vô-tướng định là loại định an-trú vào tướng vô-thường, Vô-nguyên định là loại định an-trú vào tướng khổ.

Thông thường, Định là dùng để chỉ cho thiền Chỉ, là loại định trong tám tầng thiền: 4 tầng thiền hữu-sắc và 4 tầng thiền vô-sắc. Trong lãnh-vực này có ba loại định là:

1. Tiên -khởi định.
2. Cận -định.
3. An-chỉ định.

Tiên-khởi định là loại định thông-thường, trụ vào ấn-tướng ban đầu (còn có tên gọi là sát-na định -khaṇa samādhi). Cận-hành định là loại định già mạnh có được bốn chi-thiền là: tâm, tứ, hỷ, lạc. An-chỉ định là chỉ cho tám tầng thiền mà hành-giả chứng đạt được.

Tiên-khởi định và cận-hành định có thể gom vào cận-định. Điều-kiện giúp cho định sanh-khởi tốt đẹp là sự an-tịnh (passaddhi), chỉ có tâm an-tịnh mới dễ-dàng trụ trong đề mục thiền.

Tâm có an-tịnh và trụ mới thấy sự vật đúng theo chân-tướng, như nước yên-lặng không còn xao-động, hành-giả mới thấy rõ những gì ở đáy chén nước.

Định là trạng-thái ổn-định vững-chắc của tâm, ví như ngọn lửa không chao-động ở nơi không có gió. Khi tâm đã trú-vững trong đề mục thì không thể có những ngọn gió năm trần-dục được, nên đức Phật gọi trạng-thái sơ-thiền là: "**Trạng-thái hỷ-lạc có tâm có tứ, do ly-dục, ly bất-thiện pháp sanh**". Trạng-thái nhị-thiền là: "**Trạng-thái hỷ-lạc không tâm không tứ, do định sanh...**".

Nhưng đó không phải là định giác-chi, vì nó không hướng về giải-thoát, bao giờ định hướng về giác-ngộ đạo-quả, hướng về Níp-bàn giải-thoát khổ, khi ấy mới gọi là định giác-chi.

Trong kinh tạng có ghi câu chuyện: Trưởng-lão Sārīputta theo lời thỉnh-cầu của ông Bà-la-môn lâm trọng-bệnh sắp mệnh-chung. Trưởng-lão Sārīputta thuyết-giảng pháp thoại hướng dẫn Bà-la-môn ấy an-trú vào sơ-định trước khi lâm-chung. Sau khi mệnh-chung ông Bà-la-môn tái-sanh về cõi sơ-thiền là vị phạm-thiên. Nghe được câu chuyện, đức Phật rầy Ngài Sārīputta: Vì sao chỉ an-trú vị ấy vào cảnh giới phạm-thiên, trong khi vị ấy có khả-năng chứng-đắc đạo-quả.

Dĩ nhiên, hành-giả muốn tu-tập định giác-chi, trước hết phải tu-tập định-nhập, tức là phải lìa bỏ trong tâm những bất-thiện pháp, không đắm-nhiễm trong dục. Không có bất-thiện pháp, đồng nghĩa là thiện-pháp, là *làm bạn với thiện*. Làm bạn với thiện là điều báo hiệu cho định giác-chi sanh-khởi và tăng-trưởng.

Điền báo hiệu định tu-tập xuất hiện (tức sơ-định, nhị-định...) là giới thanh-tịnh. Hành-giả muốn trau dồi tâm định, phải có sự quyết tâm trau dồi giới-hạnh được tinh nghiêm, chính giới-hạnh nuôi dưỡng đời sống tâm linh ngày càng trong sáng như vỏ ốc xa-cừ được đánh bóng. Tâm được trau dồi sẽ tiêu trừ những khát-vọng, thanh-lọc những ô-nhiễm làm tâm trở nên tinh-khiết. Tâm không bị năm trần-cảnh làm loạn-động, đó là tâm định. Khi định được phát-triển cao độ, dẫu ở trong hoàn cảnh trái nghịch nào cũng không làm nó lay động, nghiêng ngã.

Người thực-hành pháp thiền-định với nguyện vọng thành định giác-ngộ phải đương đầu với năm pháp chướng-ngại trong hai lãnh-vực: thiền-định và giác-ngộ. Năm pháp chướng-ngại đã được giải thích ở phần trước.

Đối với những người muốn giải-thoát khổ, thì đắc thiền không phải là mục tiêu, mục tiêu cần nhắm đến là đạo-quả mà năm trần-cảnh là mối nguy hại không nhỏ. Cho dù hành-giả có đắc thiền, an-trú tâm vào định tướng chẳng nữa, chỉ khinh suất dễ-duôi chạy theo dục tất cả những gì tích lũy được chỉ còn là con số không.

Trong Chú giải Bốn-sanh, Bồ-tát của chúng ta có tên là Lohamsaka, là một đạo sĩ ở núi Tuyết-lãnh vùng Himalaya đã chứng-đắc được tám tầng thiền cùng với năm pháp thần-thông. Có lần, Ngài xuống núi tìm muối và dấm. Đức-vua xứ Bārāṇasī hoan-hỷ với sắc tướng và đạo-hạnh của Ngài, cung-thỉnh Ngài ngự trú ở vườn ngự-uyển của đức-vua, chỉ vì dễ-duôi, bị sắc đẹp của Hoàng-hậu cuốn hút. Thế là, Ngài phạm giới. Tất cả tầng thiền và pháp thần-thông đều mất sạch, Ngài phải đi bộ về thảo-lư của mình trong vườn ngự-uyển. Về sau, Ngài nỗ-lực chứng-đắc lại những pháp thượng-nhân ấy, bay về núi rừng Tuyết-lãnh, sống luôn ở đó, không bao giờ bén mảng đến kinh-thành xa-hoa diễm-lệ nữa.

Câu chuyện về Devadaṭṭa cũng giúp chúng ta suy-gẫm về mối nguy-hiểm sống trong dục. Devadaṭṭa là vị tỳ-khưu trong Pháp-luật của đức Phật, ban đầu, vị ấy là bậc đạo-hạnh tốt đẹp, đến nỗi trưởng-lão Sārīputta ca tụng ở trong thành Rājagaha (Vương-xá thành). Và Devadaṭṭa chứng-đắc năm pháp thần-thông phạm. Về sau, chỉ vì những lợi-dưỡng của trần-dục, Devadaṭṭa đã gây ra ác-nghiệp cho mình, cho cả người khác là vua Ajātasattu. Thế rồi, một tư-tưởng xuôi theo chiều dục-vọng là muốn lãnh-đạo tăng-chúng, ngay lập tức năm pháp thần-thông mất cùng lúc với ý nghĩ ấy, vì chạm phải đối-tượng không nên chạm đến là Tăng-chúng.

Có suy-gẫm những tác hại đầy nguy-hiểm của năm dục tăng-trưởng, chúng ta mới kinh-sợ trước năm dục-lạc và gìn-giữ tâm không đắm-nhiễm vào nó. Hành-giả đắc

thiền, không còn tạo nghiệp bất-thiện, vì đã chế-ngự được năm pháp chướng-ngại. Tuy nhiên, những ô-nhiễm vẫn tiềm tàng sâu kín bên trong, chẳng khác gì những cây kim tẩm độc có thể làm chết người, được giấu dưới lớp chần bông dày.

Biện-pháp an-toàn tối thiểu là phải làm sao có thể có được chất kháng-sinh không bị thiệt mạng, không bị khổ nếu chạm phải cây kim tẩm độc tính ấy. Biện-pháp an-toàn tối thiểu ấy là đạo-quả Dự-lưu, vị Thánh Dự-lưu không còn sợ-hãi đối với bốn khổ-cảnh. Trong đời sống thường nhật, các vị Thánh Dự-lưu vẫn tiếp chạm với năm dục trần như bà Visākha, ông Anāthapiṇḍika, vua Bimbisāra... nhưng các vị ấy được an-toàn trước bốn khổ-cảnh.

Như thế, chúng ta thấy rằng: môi trường thiếu vắng hay không có dục-lạc là môi trường tốt đẹp giúp cho định chưa sanh được sanh-khởi, định đã sanh-khởi được tăng-trưởng.

Một sinh-viên chuyên cần học tập, chăm chú vào sách vở, rút vào nơi yên-tĩnh, cắt đứt liên lạc với mọi yếu tố chao-động bên ngoài, tự "trói-buộc" vào không gian thuận lợi trong việc học tập, người sinh-viên này sẽ thành-công trong kỳ thi tốt nghiệp. Cũng vậy, hành-giả tự rút mình vào tịnh-thất hay một nơi yên tĩnh nào đó, xa lánh những cuộc vui điên rồ, những tranh chấp tệ hại giữa những người đang quây quần trong dục-lạc, chú tâm vào thiền tịnh, chiến đấu không hề mệt mỏi với năm pháp chướng-ngại.

Từ đó, nhờ năng-lực của tâm định, hưởng tâm quán-xét để thấu đạt những trạng-thái cao siêu mà đức Phật gọi là trạng-thái của bậc Thánh. Chính vì thế, đức Thế-tôn thường khuyên nhắc chư tỳ-khưu:

*Idha bhikkhave! bhikkhu araṇṇagato vā rukkhamūlagato vā suñṇagāragato...".*

"Ở đây, này các tỳ-khưu! vị tỳ-khưu đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, đi đến nơi thanh vắng không nhà.

"Ở đâu có định ở đó có tuệ. Ở đâu có tuệ ở đó có định". (Tăng-chi kinh)

**Định** ở đây là định an-trụ vào vô-thường tướng, vào khổ-tướng, vào vô-ngã tướng.

**Tuệ** ở đây là tuệ Minh-sát được già mạnh.

Bấy giờ, hành-giả khảy mỏ, phá vỡ cái trứng vô-minh, để mở tung cảnh an-lạc trong lành siêu-thế.

Một câu hỏi được Ngài Sāriputta nêu lên, được ghi lại trong bài kinh Mahā gosiṅga sutta (Ngưu giác-lâm đại-kinh) ở Trung-bộ là: "*Hạng tỳ-khưu nào có thể làm chói sáng khu rừng Gosiṅga?*".

Lần lượt các vị thánh như Ngài Ānanda, Revāṭa, Anuruddha, Mahā kassapa, Moggallāna, Sārīputṭa trình-bày sở đắc của mình, có thể làm chói sáng rừng Gosīṅga. Và Đức Thế-tôn tán thán tất cả đều khéo nói, rồi Ngài dạy rằng:

*"Này Sārīputṭa! vị tỳ-khưu sau khi trì bình khất thực về, sau bữa ăn, ngồi kiết già, lưng thẳng, đặt niệm trước mặt với ý nghĩ rằng: "Ta sẽ không từ bỏ tư thế này, cho đến khi tâm của ta được khéo giải-thoát các lậu-hoặc"."*

*"Này Sārīputṭa! hạng tỳ-khưu này có thể làm chói sáng khu rừng Gosīṅga".*

Thật tuyệt vời, thật ý nhị, đầy cảm hứng với lời dạy đơn giản đầy tính thiết-thực của Đức Thế-tôn. Hạng phàm-nhân như chúng ta cũng có thể làm chiếu sáng khu rừng, với điều-kiện nỗ-lực thực-hành những lời dạy của Đức Thế-tôn.

Một vị thiên nhân bạch hỏi Đức Thế-tôn rằng:

*"Nội triền và ngoại triền  
Chúng-sanh bị triền-phược  
Con hỏi Gotama!  
Ai thoát khỏi triền này".*

Đức Thế-tôn đáp rằng:

*"Người có trí trú giới  
Tu-tập tâm và tuệ  
Nhiệt-tâm và thận-trọng  
Vị tỷ kheo thoát triền..." (Tương-ưng kinh)*

Và Ngài Buddhaghosa dùng kệ-ngôn này mở đầu cho bộ sách Thanh-tịnh-đạo của Ngài.

Triền (sañyojana) là pháp trói-buộc chúng-sanh vào khổ luân-hồi. Tóm lại, định giác-chi là loại định đi chung với tuệ Minh-sát, an-trụ vào ba tướng giải-thoát là Không-tướng, Vô-tướng và Vô-nguyên tướng.

Nguyên-nhân trợ sanh là làm tăng-trưởng định giác-chi có 11 điều là:

- 1) *Có sự sạch sẽ thân thể cùng vật-dụng.*
- 2) *Điều hòa quân-bình năm Quyền.*
- 3) *Biết rành ấn-tướng của đề mục tức là: biết ấn-tướng nào cần giữ, ấn-tướng nào cần phải từ bỏ.*
- 4) *Biết phương-pháp làm tâm tăng-thượng, là tâm đang lui sụt do nhân nào, thì chấm dứt được nhân ấy, khiến tâm trở nên hưng-phấn, hân-hoan.*

Phương-pháp này cần vận dụng đến ba giác-chi là: trạch-pháp giác-chi, tấn giác-chi và hỷ giác-chi.

5) *Biết cách kèm giữ tâm không cho tán-loạn* (phóng-dật) do tinh-cần quá độ chẳng hạn... phương cách này cần vận dụng ba giác-chi là: tịnh giác-chi, xả giác-chi và định giác-chi làm cho ba pháp ấy sanh-khởi.

6) *Biết cách làm cho tâm hân-hoan khi tâm khô héo*, sở dĩ tâm rơi vào thụ-động là do ít vận dụng trí hay không nhận được sự an-vui, do thiếu pháp hỷ làm tâm tươi nhuận. Hoặc giả tâm khô khan là do sự vắng-lặng các Quyền như tín, tấn, niệm, tuệ. Khi tâm rơi vào trạng-thái buồn vợ vắn, man-mác, do quán-xét về tám nỗi khổ: sanh, lão, bệnh, tử và bốn khổ-cảnh trong quá-khứ lẫn hiện-tại, rồi liên tưởng đến vị-lai. Cần phải đình chỉ nỗi buồn ấy, nên làm cho tâm hân-hoan bằng cách suy niệm về ba ân-đức: Phật-Pháp-Tăng giúp trợ sanh pháp hỷ, đem lại sự thích-thú hân-hoan cho tâm.

*Không tham việc đã qua  
Không mong việc sắp tới  
Sống ngay trong hiện-tại  
Do vậy, sắc thù diệu.*

*Do mong việc sắp tới  
Do tham việc đã qua  
Nên kẻ ngu héo mòn  
Như lá xanh rời cành. (Tương-ưng kinh)*

7) *Quân-bình tâm*, là làm cho tâm không bị co rút bởi hôn-trầm thụy-miên, cũng không loạn-động bởi phóng-dật, cần có sự điều-hòa năm quyền ngang nhau.

Hành-giả cần giữ thái độ an-nhiên như người đánh xe để mặc cho hai con ngựa kéo xe đang chạy đều.

8) *Không thân-cận người có tâm vọng động*, ám chỉ những người chưa đạt được cận-định hay kiên-cố định.

9) *Thân-cận người có tâm trí vững trong định*, là người đạt được cận-định hay nhập-định.

10) *Quán-xét về thiên và giải-thoát*, là dùng trí xem xét lại từng chi-thiền, để xác định sự chứng-đắc thiên của mình.

11) *Tác-y đến sự tu-tập định giác-chi trong mọi oai-nghi.*

## **7- Xả giác-chi (Upekkhā sambojjhaṅga).**



**Upekkhā** ở đây đồng nghĩa với **taṭṭa majjhataṭṭā**. Đặc-tính của upekkhā là xem đối-tượng một cách vô-tư, không thiên-lệch, ví như người đánh xe khéo điều khiển cặp ngựa song hành luôn đi ngang hàng nhau.

Xả là trạng-thái quân-bình tâm, không phải là sự lãnh-đạm dửng dưng. Trạng-thái tâm quân-bình là kết quả từ tâm định tĩnh.

Lẽ thường, phàm-nhân khó tránh khỏi chao-động khi phải va chạm thường xuyên vào những cảnh thăng-trầm của cuộc sống. Người trau dồi đức tánh xả này, sẽ không cảm thấy phiền-lụy nhiều trước những cảnh thăng-trầm của cuộc đời, bình thản trước cảnh được hay mất của thế-gian.

Nhiều người không chịu đựng nổi trước những hạnh-phúc bất ngờ xảy đến khiến phải ngất lịm, cũng như vật-vả khóc than, phiền-muộn khi tài-sản vật-chất bất ngờ "đội nón ra đi". Thậm chí, một lời hứa hảo-huuyền về lợi-đắc cũng làm cho họ ôm ấp hy-vọng, khi lời hứa ấy theo gió đi xa, họ lại sầu-khổ, ta-thán. Họ sầu-khổ vì mất món lợi tưởng-tượng, một lợi-lộc xét ra không do họ tạo ra, họ mất cái chưa có trong tay, thế mà họ còn phiền-muộn thì nói gì đến những tài-sản họ có được. Nếu mất những cái họ có trong tay, họ có cảm giác "Chết đi được". Một lời khen xã-giao gọi là, mang đến vui mừng hơn hờ cho họ, một lời vô-tình chê trách, họ ôm trong lòng nỗi hận-thù truyền-kiếp.

Tất cả những điều ấy, nói lên trạng-thái tâm không được quân-bình.

Trái lại, người có trau dồi tâm quân-bình, sẽ có cái nhìn vô-tư, thản-nhiên trước những biến chuyển của thế-gian, trầm-tĩnh trước những lời khen ngợi, tự-tại trong sự dè bủ chê bai (nếu sự chê trách ấy không đúng và có ác ý). Đó là người làm chủ được mình, làm chủ được tâm.

*"Selo yaṭhā ekaghano  
Vāṭena na samīraṭi  
Evaṃ nindāpasamsāsu  
Na samiñjanti paṇḍitā.*

*Như tảng đá vững-chắc,  
không rung chuyển trước gió.  
Dường thế ấy, bậc thiện-trí không bị lời tán dương hay chê trách làm chao-động". (Pháp Cú 81)*

Trong Bodhi cariyāvaṭāra, ngài Santideva có viết như sau:

*"Khi được ca tụng sẽ có người oán ghét ta. Như vậy, tại sao ta lại thoả thích?  
Khi bị khiển trách, cũng có người khen tặng ta. Như vậy tại sao ta lại than vãn?"*

Người tự chủ, luôn có nụ cười trên môi, xa lìa gương mặt cau có. Sẵn sàng đón tiếp khách lạ, cùng quen và chia sẻ những gì mình có. "Chân lý ấy là người bạn đáng tôn vinh". Có người bảo rằng: "*Chỉ có Thánh nhân mới có thái độ trầm-tĩnh quân-bình tâm như thế*". Đúng vậy, đó là cái nhìn của bậc Thánh đối với cuộc đời, các ngài nhìn thế-gian này như nhìn ảo ảnh, như nhìn bọt nước, các ngài đã xa lìa dục-vọng.

*Yaṭhā bubbulakaṃ passe  
Yaṭhā passe marīcikaṃ  
Evaṃ lokaṃ avekkhaṇṭaṃ  
Maccurājā na passaṭi.*

*"Như ta nhìn bọt nước, như ta nhìn ảo ảnh.  
Nếu người ỏi kia nhìn thế-gian này như vậy.  
Từ thân không còn tìm thấy người ấy nữa". (Pháp Cú :170)*

Nhưng bậc Thánh từ đâu mà có? Từ sự tinh-cần tu-tập, rèn-luyện tâm, bậc Thánh có được là do từ phạm-phu, các Ngài đã đào bới, bứng đi những ô-nhiễm cấu uế ở trong tâm, không còn đắm say trong hảo-huyền giả tạm của thế-gian, các ngài xem danh-sắc này như mây nổi, như gió thổi, như giấc chiêm bao.

Các ngài cũng từ phạm-nhân, cố-gắng nỗ-lực điều-phục tâm, để rồi trở thành bậc vô-nhiễm trước mọi hệ lụy cuộc đời.

Thế thì, vì sao ta lại không theo gương các ngài nhỉ? Vì sao ta lại khước từ địa vị "bậc Thánh" mà xét ra ta có thể nhận được? Hãy lên đường, nếu ta muốn trở thành bậc cao quý như các ngài. Hành-giả cũng nên ghi nhận: thái độ thản-nhiên trước những biến-động, không phải là sự lãnh-đạm, thờ ơ mà là một thái độ khách-quan không thiên-lệch. đức Phật có dạy rằng:

*"Sukhena phutṭhā aṭhavā dukhena  
Na uccāvacaṃ paṇḍitā dassayaṇṭi".*

*Dù hạnh-phúc hay đau-khổ,  
bậc thiện-trí không bỗng bột  
cũng không để tinh-thần suy sụp. (Pháp cú 83)*

Thái độ khách-quan là cái nhìn có trí-tuệ, có suy-nghiệm, đồng thời chấp-nhận: Đó là sự-thật không thể khác được, là định-luật không thể biến cải được.

Định-luật gì? -*Định-luật vô thường*. Sự-thật gì? -*Sự-thật khổ-lụy*. Cái gì vô thường? Cái gì khổ-lụy? - *Đó là thế-gian*. Thế-gian được cấu tạo bởi những gì? -*Bởi danh-sắc*.

Vậy thì, khóc than, vật-vả có ích gì, có làm thay đổi được khổ-lụy đâu, đồng thời làm sao có thể thích-thú hân-hoan với sự khổ chử. Tốt nhất, chọn thái độ thản-nhiên, trầm-tĩnh.

*Ko nu hāso kimānando  
Niccamaṃ pajjalite sate  
Andhakārena onaddhā  
Padīpamaṃ na gavessaṭṭha.*

"*Thích-thú vui cười là gì, hoan-hỷ khoái-lạc là gì,  
khi thế-gian không dứt bưng chày, bị bao trùm trong đêm tối.  
Sao không đi tìm ánh sáng?"*. (Pháp cú 146)

Danh-sắc này là một gánh nặng khổ-não, chí đến bậc Thánh A-la-hán đã tận diệt mọi ô-nhiễm trong tâm, nhưng khi nghĩ đến danh-sắc sinh diệt không ngừng nghĩ này, các Ngài cảm thán rằng: "*Ôi! gánh nặng danh-sắc, ta còn phải mang người cho đến bao giờ nữa đây?*". Cho đến bao giờ các Ngài viên tịch, bấy giờ toàn bộ các gánh nặng đều trút xuống: không còn phiền-não, không còn năm uẩn, không còn pháp-hành.

Thái độ trầm-tĩnh, có phải là tiêu cực, bi quan yếm thế không?- Không, chấp-nhận nó là sự khổ, nhưng không chấp-nhận bị giam hãm trong lao tù khổ-não mà tìm cách vượt ra khỏi khổ. Đó là thái độ tích cực tiềm-ẩn trong sự trầm-tĩnh. Đức Phật gọi đó là xả giác-chi.

Liên-hệ giữa xả giác-chi và giới, chính là chất say, men rượu, rượu và chất say làm mờ lý trí, đồng thời tác động đến tâm, khiến tâm không thể trầm-tĩnh được.

Có người hỏi rằng: *Vì sao được gọi là bậc Thánh?*

"Ngoại-trừ lãnh-vực chứng-đắc, diệt trừ ô-nhiễm chỉ có Ngài, ngang bằng Ngài hoặc cao hơn Ngài biết được mà thôi. Còn trong lãnh-vực ứng xử với thế-gian, các Ngài hoan-hỷ trong những hoàn cảnh khó hoan-hỷ, nhẫn nại trước những điều khó nhẫn nại, các ngài im lặng trong khi muốn nói, mang lợi-ích đến cho đời, trong khi Ngài chẳng cần thiết đến lợi-ích ấy lắm.

Chỉ thế thôi! Thật giản dị nhưng khó thực hành.

Đức Phật vì lòng bi mẫn tế độ hai ông bà Bà-la-môn Māgandiyā, giúp hai ông bà chứng-đắc quả A-na-hàm, lời thuyết-giảng về bản chất thế trước làm phật ý cô Māgandiyā con gái của ông.

Khi được làm Hoàng-hậu của vua Udena, Hoàng-hậu Māgandiyā thuê bọn côn đồ mắng chửi đức Thế-tôn tàn tệ, đến nỗi Ngài Ānanda là bậc Thánh Dự-lưu chịu không nổi (vì lòng thương kính đức Thế-tôn).

Trong khi ấy, đức Thế-tôn vẫn im lặng chịu đựng, Ngài Ānanda bạch rằng:

- Bạch Thế-tôn! Dân chúng ở đây mắng nhiếc đức Thế-tôn quá lễ. Bạch Thế-tôn, xin Thế-tôn hãy đi nơi khác.

- Này Ānanda! Đến xứ khác họ cũng mắng chửi nữa thì sao?

- Bạch Thế-tôn! Thế-tôn sẽ ngự đến nơi khác nữa.

- Này Ānanda! Đó không phải là cách tốt, này Ānanda! Nhân sanh nơi nào hãy diệt nơi ấy.

Rồi Ngài nói lên kệ-ngôn:

*Ahaṃ nāgo' va saṅgāme*

*Cāpāto paṭiṭaṃ saraṃ*

*Aṭivākyam ṭiṭikkhissam*

*Dussīlo hi bahujjano.*

*"Như voi chiến ở trận địa,*

*hứng lãnh lẫn tên mũi đạn.*

*Cùng thế ấy, Như-lai sẽ chịu đựng lời nguyên rủa.*

*Đúng vậy, phần đông sống không giới-luật". (Pháp-cú 320)*

Có người không hoan-hỷ với trưởng lão Sārīputta, nhân lúc Ngài đi trì bình khát thực, y từ sau đánh vào người Ngài, Ngài hỏi rằng: "cái chi vậy, cái chi vậy?". Những tín-đồ thấy Ngài vô cớ bị đánh đập, xông đến định đánh người kia, trưởng lão Sārīputta dùng thân mình che chắn cho y khỏi bị đánh, Ngài hỏi rằng:

- Các người định làm gì người này?.

- Bạch Ngài! Chúng tôi sẽ đánh nó, vì nó vô cớ đánh Ngài.

- Người này đánh ta hay đánh các người?.

- Bạch Ngài! Nó đánh Ngài.

- Vậy thì các người hãy đi đi, đừng làm tổn hại đến người khác, trong khi người ấy không gây tổn hại đến các người.

Và đám đông giải tán theo lời dạy của Ngài.

Câu chuyện bốn-sanh về đạo sĩ Jampūjīvaka, tiền thân là vị tỳ-khưu trụ trì ở một tự viện, do tâm sợ tổn thất lợi-đắc đã mắng chửi vị Thánh A-la-hán rằng:

"Ông không nên mặc y của tín thí dâng cúng, chỉ nên lỏa-thể, không nên cạo tóc bằng dao cạo, nên cạo tóc bằng lá thốt nốt, không nên dùng vật-thực thượng vị, chỉ nên dùng phần làm vật-thực".

Vị Thánh A-la-hán suy nghĩ: "Người này đang bị ác dục xâm chiếm, nếu ta còn lưu trú ở đây, y sẽ tạo nhiều ác trọng-nghiệp, vậy ta hãy ra đi". Thế rồi, Ngài cầm y bát, lặng lẽ ra đi, không nói một câu.

Trong Milindapañhā (Mi-tiên vấn đáp) có ghi: Ngài Rohana trú ở xứ Kaṭaṅgara, thường xuyên đi khất thực trước nhà ông Bà-la-môn Sonuṭṭara, trọn bảy năm mười tháng, với mục-đích tế độ đồng tử Nāgasena. Suốt thời gian ấy, Ngài không nhận được vật gì, ngoài những lời thô kệch như chửi mắng... Cuối cùng Ngài cũng thành-tựu mục-đích là tế độ được đồng tử Nāgasena.

Còn rất nhiều và rất nhiều hình ảnh cao quý như thế xuyên qua kinh-điển và chú giải.

Như trong Trung-bộ kinh, bài kinh Puṇṇavāda suttā (kinh Giáo-giới Phú-lâu-na), nói lên đức điềm tĩnh và nhẫn nại của Ngài Puṇṇa. Nếu hỏi giữa hội-chúng đông đảo rằng:

"Quý vị có làm được như các Ngài không?".

Phần đông sẽ lắc đầu, đáp rằng: "Khó làm lắm, khó làm lắm".

Có người sẽ trả lời rằng: "Chỉ có bậc Thánh mới làm được như vậy".

- Vâng! Đúng thế, *có làm được như vậy mới tiến gần đến bậc Thánh.*

Nhưng xét cho cùng: mọi người có thể làm được chỉ với điều-kiện: "Có sự kiên-trì nhẫn nại với cái tâm trầm-tĩnh". Điều này không vượt quá khả-năng con người. Kinh-điển ghi nhận: có bốn con đường dẫn dắt chúng-sanh rơi vào đọa lạc là:

- Con đường tham-ái.
- Con đường sân-hận.
- Con đường sợ-hãi, nhu-nhược (bhaya).
- Con đường lầm-lạc si-mê.

Người nào đi trên một hay cả bốn con đường ấy, sẽ tạo nghiệp bất-thiện. Nhưng người nhờ trau dồi đức-tính trầm-tĩnh (upek-khā), luôn xa lánh những con đường ấy. Với sự tinh-khiết quân-bình tâm, người ấy nhìn rõ ràng sự vật, do không bị thiên-lệch vì cảm tính chấp trước, sẽ nhìn thấy diễn tiến của pháp-hành một cách vô-tư.

Hành-giả tu-tập tập xả giác-chi, nên quán-xét về nghiệp-báo, đó là nhân gần để nuôi dưỡng sự xa lìa bất-thiện nghiệp, đồng thời suy-gẫm về nghiệp quả của mình đã tạo, tất cả những vui, buồn, hạnh-phúc, đau-khổ ... đều là nhân, là quả cả. Biết được vậy rồi, hành-giả nhủ tâm rằng: "đó là nhân-quả, đó là nghiệp-báo, có chi đâu mà phải bận tâm".

Dần dần hành-giả phát hiện ra ân-đức cao quý của sự điềm-tĩnh.

### ***Nhân trợ sanh xả giác-chi***

Có năm nhân trợ sanh và làm tăng-trưởng xả giác-chi là:

1) *Bình thường với tất cả chúng-sanh*, là giữ thái độ ôn-hòa, không tranh hơn thua, không thương, không ghét với mọi người, mọi giới.

2) *Thân-nhiên với sự vận chuyển của pháp-hành.*

3) *Không thân-cận với người có tính bảo-thủ, là người có tính nắm giữ thương, ghét với mọi người mọi giới.*

4) *Thân-cận với người trung lập.*

5) *Chú tâm thiên về, hướng về xả giác-chi.*

*Đối với hành-giả thiền Chỉ, xả giác-chi hiện rõ khi chứng-đắc tam thiền, một trạng-thái an lạc, bậc Thánh gọi là xả-niệm lạc-trú (upekkhaṭo saṭimā sukkha vihāri). Đối với hành-giả thiền Quán, xả giác-chi hiện rõ khi chứng-đắc tuệ Hành-xả. Còn những giai-đoạn khác, xả giác-chi đang tu-tập và dần dần tăng-trưởng.*

-ooOoo-

## **BÁT CHI ĐẠO** **(Aṭṭhaṅgika-magga)**

Bát chi đạo là chặng cuối của con đường thanh-tịnh độc nhất (ekayāno maggo visuddhiyā).

Bát chi đạo còn được gọi là con đường giữa (majjhima magga), con đường lìa bỏ hai cực đoan là lợi-dưỡng (ham thích hưởng-thụ trần-dục) và khổ-hạnh (những pháp làm khổ thân).

Bát chi đạo là con đường có tám nhánh, đó là:

- Chánh-kiến (sammā diṭṭhi).
- Chánh tư-duy (sammā saṅkappa).
- Chánh-ngữ (sammā vācā).
- Chánh-nghiệp (sammā kammaṅṅā).
- Chánh-mạng (sammā ājīva).
- Chánh tinh-tấn (sammā vāyāmo).
- Chánh-niệm (sammā saṭi).
- Chánh-định (sammā samādhi).

Nói gọn hơn, tám chi đạo được gom lại thành ba phần cơ-bản của sự giải-thoát khổ là:

Giới bao gồm: chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng.

Định bao gồm: chánh tinh-tấn, chánh-niệm, chánh-định.

Tuệ bao gồm: chánh-kiến, chánh tư-duy.

Thông-thường, tám chi này không xuất hiện đầy đủ trong một tâm thiện, có năm hoặc sáu chi trong một tâm thiện mà thôi, còn trong bất-thiện pháp, thì chẳng có chi nào. Nhưng sẽ có đủ trong tâm chứng-đắc đạo-quả siêu-thế khi nhận Níp-bàn làm cảnh.

Nếu phân-tích theo bảy thanh-tịnh thì:

Chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng hiện rõ ở giai-đoạn đầu là *giới-tịnh*.

Chánh tinh-tấn, chánh-niệm, chánh-định hiện rõ ở giai-đoạn *tâm-tịnh*.

Chánh kiến, chánh tư-duy hiện rõ ở bốn giai-đoạn: *kiến-tịnh*, *đoạn-nghi tịnh*, *đạo-phi-đạo tri-kiến tịnh* và *hành-tri-kiến tịnh*; và

Cả tám chi đạo đều có mặt trong *giai-đoạn tri-kiến thanh-tịnh*.

Trước tiên nên nói về ba chi: chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng được gom lại thành giới-uẩn.

## **GIỚI-UẨN**

Giới là điều-kiện cần thiết phải có để chứng-đắc các thượng-pháp. Theo Visuddhi-magga (Thanh tịnh đạo), nhờ sự hỗ-trợ của giới viên-mãn, hành-giả chứng-đắc được ba minh (tevijjā). Điều-kiện cần thiết để chứng-đắc sáu thông là do định viên-mãn. Đắc được bốn Vô-ngại-giải (paṭisambhidā) là do tuệ viên-mãn.

Ba minh là:

- 1- Pubbenivāsānussatiññāṇa: *Túc-mạng minh*, là nhớ lại nhiều kiếp sống trước đây.
- 2- Cutūpadātaññāṇa: *Sanh-tử minh*, là biết được sự sanh-tử luân-hồi của người khác.
- 3- Āsavakkhayaññāṇa: *Lậu-tận minh*, là biết các loại phiền-não, uế-trược đã được trừ-tuyệt.

Sáu thông là:

- 1- Iddhividhi: *Thần-túc thông*, là biến hóa ra nhiều cách như đi trên hư-không, đi xuống đất, rút ngắn đường...
- 2- Dibba soṭa: *Nhĩ-thông*, là nghe được những loại âm thanh vi-tế.
- 3- Ceṭopariññāṇa: *Tha-tâm thông*, là với tâm mình biết được tâm người khác.
- 4- Pubbenivāsānussati: *Túc-mạng thông*.
- 5- Dibba cakkhu: *Thiên-nhãn thông*.
- 6- Āsavakkhayaññāṇa: *Lậu-tận thông*.

Bốn Tuệ vô-ngại (paṭisambhidāññāṇa) là:

- 1- Aṭṭhappaṭisambhidāññāṇa: *Tuệ vô-ngại trong nghĩa lý*.
- 2- Dhammappaṭisambhidāññāṇa: *Tuệ vô-ngại trong pháp*.
- 3- Niruṭṭipappaṭisambhidāññāṇa: *Tuệ vô-ngại trong từ-ngữ*.
- 4- Paṭibhānappaṭisambhidā: *Tuệ vô-ngại trong biện-luận về pháp*.

Tám chi đạo được Đức Thế-tôn gọi là con đường giữa vì:

Giới có công-năng tránh xa cực đoan mê đắm trong dục-lạc.

Định có công-năng tránh xa cực đoan khổ-hạnh và

Tuệ là sự tu-tập vượt lên trên hai cực đoan ấy.

Mặt khác, Giới là phương tiện vượt thoát các đọa-xứ, khổ-cảnh. Định là phương tiện vượt ra dục-vọng và tuệ là phương tiện vượt ra khỏi luân-hồi khổ. Lại nữa, đắc được thánh quả Dự-lưu, Nhất-lai là nhờ giới viên-mãn, đắc quả Bất-lai nhờ định viên-mãn và quả A-la-hán nhờ tuệ viên-mãn.

Theo ý-nghĩa thông-thường thì:

- Chánh-ngữ là nói lời đúng đắn, tức là: không nói dối, không nói đâm-thọc, không nói hung-ác, không nói nhảm-nhí.
- Chánh-nghiệp là việc làm đúng của thân là: không sát-sanh, không trộm-cắp, không



dâm-dục.

- Chánh-mạng là nuôi mạng chân-chánh.

- Chánh-ngữ ngăn trừ những ác bất-thiện nghiệp sanh-khởi qua lời nói, tức làm làm cho lời nói được thanh-tịnh.

- Chánh-nghiệp ngăn trừ những ác bất-thiện nghiệp sanh-khởi qua hành động của thân, tức làm làm cho thân được thanh-tịnh.

- Chánh-mạng ngăn trừ những ác bất-thiện nghiệp sanh-khởi qua ý, tức là làm cho ý được trong sạch.

Chánh-mạng là sự nuôi mạng trong sạch, là xa lánh những nghề tội-lỗi như: Buôn bán vũ khí để sát hại súc vật khác như: đao, kiếm, cung, tên...; Buôn bán chất độc; Buôn bán rượu, chất say; Buôn bán người, thú. Không dùng lời lẽ để lừa gạt người khác nhằm mục-đích thân đoạt tài-sản để nuôi mạng sống.

Đó chỉ là sự trong sạch bên ngoài, cần phải có sự trong sạch bên trong, là ý không tầm cầu thụ-hưởng, không đắm-nhiễm trong dục.

Một người nhờ tích-trữ thiện-pháp trong quá-khứ, kiếp này được sanh vào gia tộc cao sang, giàu có. Tất nhiên, người này không cần phải buôn bán, cũng chẳng cần phải lừa gạt ai để nuôi mạng sống mình. Nhưng y thích-thú trong dục, tầm cầu trong dục, để rồi dẫn đến thân, ngữ của y rơi vào ác bất-thiện, để chiếm hữu địa vị cao, lợi-đắc tốt ...

Điển hình là Ajātasattu, là một vị Hoàng-tử thì cần gì phải lo lắng đến sự nuôi mạng, nhưng vẫn rơi vào tội-lỗi bởi ham thích vương-quyền, đế vị. Dĩ nhiên có sự xúi giục của Devadaṭṭa, nhưng lỗi không phải hoàn toàn ở Devadaṭṭa. Devadaṭṭa có thuyết-phục, có xúi giục nhưng chấp-thuận làm theo hay không là do tâm của Ajātasattu.

Trong Paṭisambhidāmagga có giải thích như sau:

Chánh-ngữ: do ý-nghĩa là đang sát trừ tà-ngữ.

Chánh-nghiệp: do ý-nghĩa là đang sát trừ tà-nghiệp (của thân).

Chánh-mạng: do ý-nghĩa là trong sạch, đang lìa khỏi sự sống sái quấy (gọi là tà-mạng).

Sống sái quấy là sống trong sự đắm-nhiễm, tầm cầu dục-lạc, sống trong sự mê-muội, lầm-lạc.

Ba điều về thân (không sát-sanh, không trộm-cắp, không làm sái quấy trong dục (kāmesu micchācārā), bốn về ngữ (không nói dối, không nói hai lưỡi, không nói ác, không nói phù-phiếm), và chánh-mạng. Tám điều này được gọi là Chánh-hạnh (ujupaṭi-panna) hay gom lại là Giới (sīla).

Hành giả cần lưu ý kỹ về giới thứ ba trong năm giới, thông-thường người Phật tử chỉ nghĩ đến "tà dâm", ý-nghĩa của giới này rộng hơn nhiều, đó là những gì làm tâm đắm-nhiễm trong năm trần-cảnh.

*"Này chư tỳ-khưu! Trong giới-luật bậc Thánh, được xem là khóc than (runṇam), đó là ca vịnh (gītam).*

*Được xem là điên loạn (ummaṭṭakam), đó là nhảy múa (naccam).*

*Được xem là trẻ thơ (komārakam) đó là cười quá đáng để lộ cả răng". (Tăng chi-kinh)*

Như thế, ca hát, nhảy múa được xem là ở ngoài giới-luật của bậc Thánh, tức là làm sai quấy trong dục.

*Vì sao ba chi: Chánh-ngữ, Chánh-nghiệp, Chánh-mạng được gom vào Giới-uẩn?*

Chánh-ngữ có nhiệm-vụ là ngăn trừ (virati) tà-ngữ, có biểu hiện là sự thành-tựu từ bỏ tà ngữ.

Chánh-nghiệp có nhiệm-vụ ngăn trừ tà-nghiệp, có biểu hiện là sự thành-tựu từ bỏ tà-nghiệp.

Chánh-mạng có nhiệm-vụ ngăn trừ sự nuôi mạng sai quấy (tà-mạng), được biểu hiện qua sự thành-tựu từ bỏ tà-mạng.

Ba chi này được gom vào giới-uẩn là do tính đồng nhất.

*Ngũ giới, bát quan trai giới, mười giới sadi, bốn Thanh-tịnh giới của tỳ-khưu thì như thế nào? Gọi chung là giới, nhưng khi phân-tích, mỗi loại có ý-nghĩa khác nhau như:*

Năm giới là thường-giới. Còn tám giới trong sạch (bát quan trai giới), mười giới Sadi), 227 giới của tỳ-khưu là học-giới (pariyatti sīla).

Đức Thế-tôn chế-định học-giới nhằm mục-đích ngăn trừ, diệt tắt những lậu-hoặc chưa sanh hoặc đang sanh, đồng thời mang đến an-lạc cho chư tỳ-khưu, làm phát-sanh đức-tin cho người chưa có đức-tin, làm tăng-trưởng đức-tin cho người đang có đức-tin. Nên Đức Thế-tôn có dạy rằng:

*"Vị tỳ-khưu trong pháp-luật này, chấp-nhận học-giới, ghê-sợ trước những học-giới nhỏ nhất...". (Trường bộ-kinh)*

*Vậy Giới là gì? Là sự cố ý xa lánh tội-lỗi của thân, ngữ, ý.*

*"Cetanāham bhikkhave sīlam vadāmi - Này chư tỳ-khưu! Như-lai tuyên thuyết: 'sự cố ý' là giới".*

Sự cố ý (cetanā) lánh xa, không vi-phạm vào ác-nghiệp, bất-thiện nghiệp là giới.

Điều này hàm ý giới được trong sạch do xa lìa tham, sân, si, tâm an-trú trong vô-tham, vô-sân và chánh-kiến.

"Từ bỏ tham, vị ấy an-trú với tâm vô-tham". (Trường bộ-kinh)

Ý-nghĩa của giới ra sao? Nguyên ngữ của sīla (giới) là *sīlana*, nghĩa là *kết hợp*. Sự kết hợp (*sīlana*) có hai đặc-tính:

- **Giới là sự phối hợp** (*samādhāna*) thuần nhất, nghĩa là giới làm trong sạch cả ba phần: thân, ngữ, ý. Nếu vi-phạm một điều về thân như sát-sanh, đồng nghĩa ngữ và ý cũng bị hư hoại. Điều này rất tế nhị, hành-giả cần suy-nghiệp kỹ, đức Phật dạy rằng:

"*Manopubbaṅgamā dhammā*

*Manoseṭṭhā manomayā*

*Manasā ce paduṭṭhena*

*Bhāsaṭi vā karoṭi vā*

*Taṭo naṃ dukkhamanveṭi*

*Cakkam' vā vahaṭo padaṃ*

Ý dẫn đầu các pháp

Ý là chủ, ý tạo

Nếu nói hay làm với ý ác

Đau-khổ sẽ theo sau

như bánh xe lăn theo chân vật kéo". (Pháp Cú : 1)

Thân và ngữ do ý dẫn dắt, khi sát-sanh là do ý sân làm chủ. Khi ý sân cường-mạnh, nó đủ sức dẫn dắt cả thân lẫn ngữ, do đó có trường-hợp vừa mắng nhiếc vừa sát hại. Nếu như sân không đủ sức mạnh, nó chỉ khiến thân biểu lộ ra, nhưng rõ ràng ngữ thiện không thể có, ngữ ác đang có mặt, nó chưa biểu lộ ra vì chưa đủ sức. Thế thôi.

Các giới khác cũng nên hiểu theo lý này.

- **Giới là nền-tảng** (*ādhāra*) để nâng đỡ (*upadhā-rana*) nghĩa là giới là nền-tảng để nâng đỡ các thiện-pháp.

Những người hiểu theo nguyên-ngữ (chữ gốc) chỉ chấp-nhận hai nghĩa này. Song cũng có nhiều người bình-luận về ý-nghĩa của giới là *cái đầu* (*sirasa*), là *mát mẻ* (*sītala*). Ngoài ý-nghĩa của nguyên ngữ, giới còn được hiểu theo ý-nghĩa "**chế-ngự**". Có bốn cách chế-ngự:

1- Chế-ngự của giới bốn *pāṭimokkha*: là tuân thủ theo học-giới được Đức Thế-tôn chế-định: "điều này nên làm, điều này không nên làm...".

"Này chư tỳ-khưu! Như-lai nói thân-hành có hai loại: Nên hành-trì, không nên hành-trì. Ngữ hành có hai loại: nên hành-trì, không nên hành-trì. Ý hành có hai loại: nên hành-trì, không nên hành-trì...". (Trung bộ-kinh-kinh *Sevitabba-asevitabba*)

2- Chế-ngự bằng niệm tỉnh-giác (sampajañña): là phòng-hộ môn-quyền. Như: "Vị tỳ-khưu phòng-hộ con mắt, sống với chế-ngự mắt". (Trường bộ-kinh)

3- Chế-ngự bằng tri-kiến (sammādiṭṭhi).

"Này Ajita! Những bực lưu tuôn chảy  
Được ngăn chặn nhờ niệm  
Ta tuyên bố bực-lưu  
Bị chặn đứng do tuệ". (Tương ưng-kinh)

4- Chế-ngự bằng kham nhẫn.

*Phận-sự của giới là gì?*

Giới có phận-sự là chấm dứt những việc làm sai quấy, liên-hệ đến bất-thiện pháp.

Nhân sanh-khởi và làm tăng-trưởng giới chính là:

Hỗ-thẹn tội-lỗi (hiri: tâm).

Ghê-sợ tội-lỗi (ottappa: quí).

**Hỗ-thẹn tội-lỗi** ví như khúc cây dính đầy phấn, người cầm phải nó, cảm thấy mắc cỡ khi có người nhìn thấy được. Cũng vậy, người có ý phá giới, nhưng khi nghĩ lại, "nếu có người biết được, ta sẽ vô cùng hổ thẹn", vì thế không vi-phạm điều-học.

Trong chú giải Pháp-cú kinh: Có vị tỳ-khưu đi đến trú-xứ của bà tín nữ Māṭikamāṭā, bà chứng-đắc A-na-hàm, có tha-tâm thông. Vị tỳ-khưu suy nghĩ: "Bà tín nữ này có tha-tâm thông, nếu ta dễ-duôi, bà ấy sẽ bắt được ví như người bắt được tên trộm quả tang".

Vị ấy phòng-hộ ý không dám dễ-duôi, nỗ-lực hành-đạo, trong thời gian ngắn sau đó, vị ấy chứng quả A-la-hán.

**Ghê-sợ tội-lỗi** ví như thanh sắt nung đỏ, người thấy không dám đụng vào. Cũng vậy, người ghê-sợ tội-lỗi suy nghĩ rằng: "nếu ta phạm giới sẽ phải sa vào khổ-cảnh, đau-khổ ở cảnh giới địa-ngục hay súc-sanh, quả thật không đáng cho ta". Thế là, vị ấy chấp-hành giới nghiêm chỉnh.

Trong thời hiện-tại, nhiều tín-đồ Phật-giáo xem nhẹ giới. Một số chú trọng đến pháp bố-thí, với sự mong cầu quả vật-chất dồi dào nhưng lại xem nhẹ giới, xem nhẹ tu-tập, chẳng khác nào một người gieo trồng hạt giống tốt, nhưng thiếu chăm-sóc, bón phân nên kết quả chẳng là bao.

Trong Tăng-chi kinh (phẩm tám pháp) Đức Thế-tôn có dạy (đại ý) như sau:

- "Này chư tỳ-khưu! có tám thọ sanh do bố-thí (dāṃīpapattīyo), thế nào là tám?"

*Bố-thí đến các sa-môn, Bà-la-môn những vật-dụng, với mong cầu: 'Mong rằng, sau khi mệnh-chung, được sanh vào dòng dõi đại-phú như: vua đại phú, dòng Bà-la-môn đại phú, gia chủ đại phú... để hưởng năm dục trường-dưỡng'.*

*Này chư tỳ-khưu! Người giữ giới thành-công (ijjhaṭi), vì tâm hướng đến thanh-tịnh.*

*Bố-thí hướng tâm mong cầu được cộng trú ở cõi Tứ Thiên-vương ... cõi Đạo-lợi... cõi Dạ-ma... cõi Đẩu-suất... cõi Hóa-lạc thiên... cõi Tha-hóa-tự-tại.*

*Này các tỳ-khưu! Người giữ giới thành-công, vì tâm hướng đến thanh-tịnh.*

*Này các tỳ-khưu! Ở đây, có người bố-thí đến sa-môn, Bà-la-môn những vật-dụng, được tái-sanh về Phạm-chúng thiên. Người giữ giới thành-công vì tâm hướng đến ly-tham.*

*Này các tỳ-khưu! Đây là tám thọ sanh do bố-thí".*

Đoạn kinh trên cho chúng ta thấy rằng: Sự bố-thí có kết quả lớn hay nhỏ đều đặt trên nền-tảng giới. Ở đoạn kinh khác, đức Phật có dạy:

*"Này chư tỳ-khưu! có ba căn-bản làm phước. Thế nào là ba? Căn-bản làm phước do bố-thí, căn-bản làm phước do giới-đức, căn-bản làm phước do tu-tập". (Tăng chi-kinh)*

Tiếp theo đức Phật giảng các căn-bản ấy như là:

- *Bố-thí nhỏ, giới yếu kém, tu-tập kém. Có được sanh làm người cũng là người kém may mắn (manussaddobhaggam).*

- *Bố-thí vừa, giới-đức vừa, không đạt sự tu-tập. Được sanh làm người may mắn.*

- *Bố-thí lớn, giới-đức lớn, không đạt sự tu-tập. Được sanh về sáu cảnh trời.*

Cũng nên hiểu bố-thí nhỏ ở đây chỉ cho **nô-lệ thí** (dasadāna) là mình dùng vật-dụng tốt, nhưng bố-thí những vật-dụng hạ liệt, chỉ xứng đáng cho người đày tớ của mình. Bố-thí vừa là **bằng hữu thí** (sahāyadāna), là mình dùng vật như thế nào, sẽ cho loại vật-dụng như thế. Bố-thí lớn là **gia chủ thí** (sāmīdāna) là mình dùng vật thô xấu, nhưng cho loại vật-dụng tốt, như lễ vật dâng cho chủ.

Một số bào chữa cho sự uống rượu, "uống rượu mà không say thì không sao", xem như đó là một giới nhỏ. Thật ra, giới ấy lại cực kỳ nguy-hiểm.

Các Ngài chú giải sư có dạy: "Giới uống rượu và các chất say là nguy-hiểm, tai hại nhất, vì nó có tác-dụng hủy hoại trí, người không trí không thể chứng-đắc đạo-quả".

Trong Tăng-chi kinh (phẩm Tám pháp). đức Phật có dạy:

*Tám giới là: Sát-sanh, trộm-cắp, tà-hạnh trong dục, nói dối, nói hai lưỡi (đâm-thọc), nói ác, nói phù phiếm và uống rượu.*

Tám điều này được thực-hiện thường xuyên, hậu quả là rơi vào ba đọa-xử (địa-ngục, súc-sanh, nga-qui). Và *quả nhỏ nhất* của uống rượu là *sinh làm người có tâm điên loạn* (ummaṭṭaka).

Một số có khuynh-hướng tu-tập thiền Quán để sưu tầm đạo-quả, nhưng xem nhẹ giới, xem nhẹ thiền Chỉ, vì thế quả siêu-thế khó sanh-khởi. Chẳng khác nào một học sinh mong muốn trở thành bác-sĩ, kỹ-sư, nhưng xem nhẹ giai-đoạn học phổ-thông, không nỗ-lực học-tập, do đó ước vọng kia chỉ là sương khói.

Giới có một vị trí rất quan trọng trong cuộc hành trình vượt thoát luân-hồi, muốn chứng-đắc tầng Thánh đầu tiên là Dự-lưu quả, phải có giới thanh-tịnh, muốn đắc tầng thánh thứ hai là Nhất-lai, phải có giới viên-mãn.

Trong Tương-ưng kinh ghi lại câu chuyện bàn luận giữa hai vị dòng Thích-ca (Sakya) là Godha và Mahānāma. (Theo số giải khi ấy Ngài Godha chưa chứng quả Dự-lưu, nhưng vì có niềm tịnh tín nơi Tam-bảo, vị ấy ngỡ mình đã chứng quả Dự-lưu, còn đức Mahānāma là bậc Dự-lưu).

Godha cho rằng thành-tựu ba pháp là: đức-tin đặt nơi Tam-bảo, đó là bậc Dự-lưu, không bị thối đọa, quyết chắc chứng quả giác-ngộ. Còn Ngài Mahānāma cho rằng thành-tựu bốn pháp là: đức-tin nơi Tam-bảo và thành-tựu giới được bậc Thánh ái-kính (giới thanh-tịnh), đó là bậc Dự-lưu.

Câu chuyện được mang đến trình-bày trước Đức Thế-tôn. Ngài Mahānāma trình-bày niềm tin của mình đặt vào Đức Thế-tôn vững-chắc với ý rằng: "*Đức Thế-tôn dạy thế nào, Ngài Mahānāma chấp-thuận như thế ấy*".

Và Đức Thế-tôn xác nhận cho Ngài Mahānāma qua câu hỏi trí-tuệ của Ngài là:

- *Này Godha! Mahānāma đã nói như vậy, người có nói gì không?*

- *Bạch Đức Thế-tôn! Mahānāma đã nói như vậy, con không có nói gì, trừ lời nói "thiện", trừ lời nói "tốt" (annaṭṭa kalyānā, annaṭṭa kusalā).*

Sở dĩ giới không được trong sạch, không được gìn-giữ là do vô-minh, nói cách khác là không có chánh-kiến dẫn dắt.

*Nghĩa là sao?* Nghĩa là người hành-trì giới-hạnh không thấy được cứu cánh, nếu có chẳng cũng chỉ thấy lơ-mờ, chỉ có ý-niệm đơn-sơ: "giữ giới để giải-thoát".

Nhưng nếu hỏi tiếp: Lấy gì là điểm tựa để giới này được thanh-tịnh đưa đến giải-thoát? Người ấy sẽ lúng túng, né tránh vấn đề.

Giới được thanh-tịnh dựa vào tuệ phòng-hộ.

Kệ-ngôn:

"Người có trí trú giới  
Tu-tập tâm và tuệ  
Nhiệt-tâm và thận-trọng  
Vị tỷ kheo thoát trần".

Ngài Buddhaghosa giải thích chữ "thận-trọng" là tuệ-giác, chỉ cho tuệ phòng-hộ.

Trong kệ-ngôn trên, tuệ được nhắc đến ba lần: lần đầu (có trí) là nói tuệ bẩm-sinh có trong cơ-tánh người ấy, ám chỉ người tục-sinh với ba nhân: vô-tham, vô-sân và trí.

"Tu-tập tâm và tuệ". Tuệ ở đây là tuệ-quán. "Nhiệt-tâm và thận-trọng". Tuệ ở đây chỉ cho trí phòng-hộ. *Nhiệt-tâm và thận-trọng*, có nghĩa là nghị-lực kiên-trì, bằng sự giác-tỉnh của hành-giả khi an-trú vào giới tu-tập, phát-triển Chỉ và Quán.

Giới thanh-tịnh là khởi đầu cho bảy thanh-tịnh, nhưng làm thế nào để xác định là giới được thanh-tịnh? Đức Phật có dạy bà Visākhā rằng:

*"Ở đây, này Visākhā! vị Thánh đệ tử "niệm giới" không bị hư hoại, không bị đâm cắt, không bị nhiễm ô...". (Tăng-chi kinh)*

Hay:

*-"Này Cundī! giới được bậc Thánh ái kính là tối thượng trong các giới. tức là giới không bị bể vụn, không bị sút mẻ, không bị vết chấm, không bị uế nhiễm, đưa đến giải-thoát". (Tăng-chi kinh)*

(Cundī là công chúa con vua Bình-sa Vương)

Ở đây, giới thanh-tịnh bao gồm thân-ngữ-ý thanh-tịnh, là: thân xa lìa ba ác-hạnh của thân, ngữ xa lìa bốn ác-hạnh của lời nói và ý xa lìa tham, sân, si.

Giới này dẫn đến giải-thoát: giải-thoát năm pháp chương-ngại dựa vào ly-dục (vivekanissata): giải-thoát khổ luân-hồi dựa vào sự vô-nhiễm (virāga).

Như bài kinh Maggaṅga vibhaṅga như sau:

*"Vị ấy tu-tập chánh-ngữ, dựa vào pháp ly-dục, dựa vào pháp vô-nhiễm đưa đến giải-thoát trọn vẹn.*

*Vị ấy tu-tập chánh-nghiệp... chánh-mạng dựa vào pháp ly-dục, dựa vào pháp vô-nhiễm đưa đến giải-thoát trọn vẹn...".*

Chữ vô-nhiễm (virāga), trong bộ Paṭisambhidā magga có giải thích vô-nhiễm có hai là:

- Níp-bàn là vô-nhiễm.
- Tất cả pháp sanh-khởi do chánh-kiến, có Níp-bàn là cảnh, gọi là vô-nhiễm.

Như vậy, "vô-nhiễm" ở đây được xem như đạo siêu thế. Pháp có hai loại: pháp hữu-vi (saṅkhāradhamma) và pháp vô-vi (asaṅkhāradhamma), pháp vô-vi là Níp-bàn, trong hai loại ấy pháp vô-vi là tối thắng hơn cả.

Đức Thế-tôn có dạy rằng: *"Này Cundī! Vô-nhiễm (virāga) là pháp được xem là tối thượng trong các pháp". (Tăng-chi kinh)*

Paṭisambhidā magga cũng giải thích vô nhiễm chính là tâm đạo siêu-thế, còn giải-thoát chính là tâm quả siêu-thế. Nói gọn hơn, giới đưa đến giải-thoát là giới có chánh-kiến dẫn dắt.

*"Vì mục-đích chứng ngộ quả giải-thoát là nhờ Minh, này chư hiền, phạm-hạnh được sống dưới Đức Thế-tôn". (Tương-ứng kinh)*

Giới đưa đến giải-thoát, là những giới không có khuynh-hướng thành-tựu trong hữu (bhava sampatti), tức là không có mục-đích có được những kiếp sống hạnh-phúc dựa vào luân-hồi.

Đó chính là giới thanh-tịnh, người có sự phòng-hộ của tuệ đối với giới, giới ấy trở nên thanh-tịnh, nhưng nếu không có tác ý hướng đến giải-thoát, từ bỏ những nỗ-lực để thành-đạt đạo-quả siêu-thế, thì giới thanh-tịnh ấy không thuộc về chi đạo, không thuộc về pháp trợ giúp giác-ngộ. Nó chỉ có thể là giới ba-la-mật, là có một phần nghiêng về sự chấm dứt luân-hồi (vivatta nissita) phần còn lại nghiêng về thành-đạt an lạc trong hữu.

Chỉ khác nhau về tác ý, cuộc diện đã thay đổi. Tác ý hướng về giải-thoát có được là do tri-kiến nhận thấy được sự khổ trong dục là do tham-ái, nên có tác-ý thoát ra cõi dục, trước tiên là bốn khổ-cảnh. Vì thế, thành-tựu Dự-lưu đạo, Nhất-lai đạo do nương vào giới.

Giới thanh-tịnh chỉ hiện-hữu đầy đủ cả ba chi: chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng một lần trong tâm đạo siêu-thế. Nói chính xác chỉ có bốn lần trong bốn tâm đạo siêu-thế và lưu lại kết quả trong tâm quả siêu-thế. Do đó nói rằng: giới thanh-tịnh đưa đến giới giải-thoát, hay giới thanh-tịnh là nhân, giới giải-thoát là quả.

Nếu mở rộng vấn đề trên lãnh-vực trợ sinh, thì giới thanh-tịnh là điềm báo hiện cho Bát Thánh đạo xuất hiện.

*"Này chư tỳ-khưu! điềm báo trước mặt trời mọc là rạng đông. Cũng vậy, này chư tỳ-khưu! điềm báo trước Thánh-đạo tám ngành sanh-khởi là thành-tựu giới-hạnh". (Tương-ứng kinh)*

Giới thanh-tịnh là giới tiên khởi của phạm-hạnh (ādibrahmacariya sīla), của sa-môn hạnh (sāmaṇatto), giải-thoát là mục-đích của phạm-hạnh, của sa-môn hạnh.



"Này chư tỳ-khưu! thế nào là sa-môn hạnh?  
Là Thánh-đạo tám ngành. Tức là chánh-kiến..."

Này chư tỳ-khưu! thế nào là mục-đích của sa-môn hạnh?  
Này các tỳ-khưu! đoạn tận tham, sân, si là mục-đích của sa-môn hạnh". (Tăng-chi kinh)

Ba chi đạo chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng thuần túy thuộc về giới uẩn, được gọi là ba sở-hữu ngăn trừ (viratṭi ceṭasika).

### **Tương-quan giữa học-giới và ba sở-hữu ngăn trừ**

Học-giới là những điều-học được Đức Thế-tôn chế-định, nhằm mục-đích làm sanh-khởi, tăng-trưởng, sung-mãn chi phần của giới-uẩn.

Sự chế-định học-giới của Đức Thế-tôn cho chư đệ tử, xoay quanh thân -ngữ -ý thanh-tịnh.

Nghĩa là: thân xa lìa ba ác-hạnh, ngữ xa lìa bốn ác-hạnh và ý lìa xa ba ác bất-thiện pháp tham, sân và tà-kiến.

Nhưng tùy theo đối-tượng, sự chế-định học-giới có khác nhau về số lượng cũng như tính-chất.

Như hàng cận-sự có năm giới, tám giới, sa-di có mười giới, tỳ-khưu có bốn Thanh-tịnh giới, đó là về số lượng.

Còn về tính-chất:

Lấy một giới sát-sanh ra điển-hình: Sa-di sát-sanh phạm vào tội phải bị tẩn xuất ra khỏi phẩm mao sa-môn, nhưng được xuất-gia trở lại.

Còn tỳ-khưu sát-sanh chỉ phạm Ưng-đối trị (nissaggiya: làm hư hoại thiện-pháp).

Tỳ-khưu hành dâm (abrahmacariya: phi phạm-hạnh), bị tẩn xuất ra khỏi tăng-đoàn, suốt đời không còn thành-tựu tỳ-khưu giới.

Còn Sa-di hành dâm cũng bị trục xuất khỏi hạnh sa-môn, nhưng vẫn được xuất-gia trở lại, thọ giới tỳ-khưu. Chỉ khi nào hành dâm với tỳ-khưu ni, xem như không thể thành-tựu tỳ-khưu giới.

Hàng cư-sĩ không có giới mắng nhiếc người khác, trái lại vị tỳ-khưu khi mắng chửi bằng lời lẽ thô xấu, phạm Ưng-đối trị...

Học-giới hàng cư-sĩ có số lượng ít, vì người cư-sĩ còn bị ràng buộc nhiều trong đời sống thế tục.

Lại nữa, tâm lý chúng-sanh thường "ưa dễ ngại khó", nên Đức Thế-tôn chế-định học-giới cho hàng cư-sĩ như sa-di hoặc tỳ-khưu, sẽ phát-sanh chướng-ngại đối với hàng

cư-sĩ, khiến họ không dám thân-cận với giáo-pháp này làm mất đi lợi-ích tốt đẹp mà họ có thể có được.

Và lợi-ích phát-sanh ra sao? Hàng tại gia cư-sĩ không thể chứng-đắc Thánh quả A-la-hán, chỉ đến bậc A-na-hàm mà thôi. Trường-hợp bà Khemā, đại thần Sanṭaṭi, vua Suddhodana (Tịnh-phạn) ... chứng-đắc A-la-hán, là trường-hợp đặc biệt, nhưng bà Khemā cũng phải xuất-gia, đại thần Sanṭaṭi thì tịch diệt ngay sau đó, vua Suddhodana cũng vô-dư Níp-bàn trong vòng bảy ngày.

Nhưng tầng Thánh đầu tiên là Dự-lưu, người cư-sĩ đạt được rất nhiều, cũng là mục tiêu yêu cầu của Đức Thế-tôn đối với hàng tại gia, còn mục tiêu yêu cầu Thánh quả Bất-lai là dành cho bậc xuất-gia.

Nói rằng: "người cư-sĩ thành-đạt Dự-lưu rất nhiều", là bao gồm cả chư-thiên, phạm-thiên. Tiếng nói "**hiều**" là so với các tầng Thánh cao hơn, còn so với số lượng nhân-loại thì chẳng là bao.

Chỉ có năm giới mà người cư-sĩ còn than phiền là giữ không nổi, nói gì nhiều hơn năm giới! Trong thời đức Phật cũng có nhiều cư-sĩ than phiền như thế, có người chỉ giữ được một hay hai giới. đức Phật giải-thích về tính cách khó giữ tròn năm giới, đồng thời Ngài cũng không dạy giới nào quan trọng hơn giới nào.

*Yo pāṇaṃ aṭṭipāṭeti*

*Musāvādañ ca bhāsaṭi*

*Loke adinnaṃ ādiyati*

*Paradārañ ca gacchaṭi*

*Surāmerayapānañ ca*

*Yo naraṃ anuyuñjaṭi*

*Idh' evaṃ eso lokasmiṃ*

*Mūlaṃ khaṇaṭi aṭṭano*

"Người sát-sanh, vọng ngữ, lấy của không cho, lân la vợ người và dẽ-duôi dùng chất say, người ấy tự đào lỗ, tự chôn gốc rễ trên thế-gian này". (Pháp Cú : 246 -247)

*Evaṃ bho purisa jānāhi*

*Pāpadhammā asaññaṭā*

*Mā taṃ lobho adhammo ca*

*Ciraṃ dukkhāya randhayuṃ.*

"Này hỡi con người tốt, nên biết như vậy: Tự chế phục để tránh làm điều ác không phải dễ. Không nên để tham-ái và tội lỗi, lôi cuốn vào cảnh khổ triền miên". (Pháp Cú 248)

Chữ adhammo (phi pháp) đối nghịch với dhammo (pháp). Dhammo đôi khi được dùng theo nghĩa chánh-hạnh và adhammo được dùng theo nghĩa tà-hạnh.

*"Này chư tỳ-khưu! phi pháp và pháp cần phải biết, phi mục-đích và mục-đích cần phải biết.*

*Sau khi hiểu biết pháp và mục-đích cần phải hành...". (Tăng-chi kinh)*

Chính vì mang không nổi năm giới theo mình, nên học-giới của người cư-sĩ thật ít, nhưng không có nghĩa là không tác-dụng, năm giới giữ được thanh-tịnh vẫn có thể đưa đến giải-thoát.

Trong Tăng-chi kinh có ghi câu chuyện của nữ cư-sĩ Migasālā: Nữ cư-sĩ Migasālā thắc mắc về đạo-quả và sanh thú của cha là Purāṇa, và cậu là Isidaṭṭa. Cha của bà sống phạm-hạnh (là giữ giới không dâm dục (abrahmacariya). Trái lại, người cậu bằng lòng với vợ mình (tức là chỉ giữ giới không tà dâm: kāmesu-micchācārā). Cả hai đều được Đức Thế-tôn xác nhận là bậc Dự-lưu, đều được sanh về cõi Tusita (Đầu-suất). Bà thắc mắc: một người sống phạm-hạnh, một người chỉ giữ năm giới, vì sao đều đắc Dự-lưu, đều được sanh về cõi Tusita. Bà trình-bày thắc mắc của mình đến Đại-đức Ānanda. Đại-đức Ānanda trình-bày đến Đức Thế-tôn. Nhân đó Đức Thế-tôn dạy về sáu hạng người và dạy rằng:

*"Giới nào của Purāṇa, giới ấy Isidaṭṭa chưa thành-tựu. Tuệ nào của Isidaṭṭa, tuệ ấy Purāṇa chưa thành-tựu.*

*Như vậy, này Ānanda! Cả hai người đều thiếu sót một chi phần". (Tăng-chi kinh)*

Đoạn kinh trên cho thấy rằng: người cư-sĩ gìn-giữ trong sạch năm giới như Isidaṭṭa, bà Visākhā, ông Anāthapiṇḍika, tu-tập tuệ-quán, vẫn có thể chứng đạo-quả Dự-lưu.

Ở đoạn khác, Đức Thế-tôn dạy rằng:

*-" Này gia chủ! (chỉ cho Anāthapiṇḍika), ai không đoạn tận năm sợ-hãi hận-thù, được gọi là ác-giới và sanh vào địa-ngục. Thế nào là năm? sát-sanh, lấy của không cho, tà-hạnh trong dục, nói láo, đắm say rượu men, rượu nẫu.*

*Này gia chủ! ai đoạn tận năm sợ-hãi hận-thù được gọi là người có giới và sanh lên cõi trời. Thế nào là năm? Đoạn tận sát-sanh... Đoạn tận đắm say rượu men, rượu nẫu". (Tăng-chi kinh)*

Ngay cả điều nói lời phù phiếm, đa số đều xem thường, (vì có hại gì ai đâu? có tạo nghiệp gì ác đâu?) ấy thế mà!

*- Này các tỳ-khưu! nói lời phù phiếm, được thực-hiện, được hành-trì (bhāveti), được làm cho sung-mãn, đưa đến địa-ngục, đưa đến loài bàng-sanh, đưa đến ngã-qui. Quả dị-thục hết sức nhẹ, là được làm người và được nghe những lời khó chấp-nhận (nādeyyavācā). (Tăng-chi kinh)*

Những lời phù phiếm sao mà ghê gớm thế? Nếu suy-nghiệm kỹ sẽ thấy rằng: Những lời phù phiếm khiến sanh tâm nao-động, nó trợ duyên cho phóng-dật (uddhacca)

sanh-khởi. Tâm thường tán-loạn, khi sắp mệnh-chung khó an-trụ vào thiện-pháp, do đó nó sẽ dẫn đến khổ-cảnh sau khi mệnh-chung.

Lại nữa, có lần Ngài Mahā koṭṭhita (là vị đại đệ tử đệ nhất về Vô-ngại-giải) hỏi Ngài Sāriputta như sau:

- Thưa hiền-giả! Sau khi đoạn-diệt, ly-tham sáu xúc xứ (channaṃ phassaṃyātana) không có dư tàn, **còn có** một cái gì khác nữa?

- Thưa hiền-giả! Chớ có nói như vậy. Nói như thế là khiến trở thành hý-luận một vấn đề không phải hý-luận (iṭi vadaṃ appapañca pañceti).

- Thưa hiền-giả! Sau khi đoạn-diệt, ly-tham sáu xúc xứ không có dư tàn, **không còn** một cái gì nữa.

- Thưa hiền-giả! Chớ có nói như vậy...

- Thưa hiền-giả! Sau khi đoạn-diệt... **còn có và không còn có** một cái gì nữa.

- Thưa hiền-giả! Chớ có nói như vậy! ...

Đoạn kinh trên rất thâm sâu. Trước tiên, chúng ta nên quay lại vấn đề nói dối và nói phù phiếm hay hý-luận. Nói dối là sự-khiến có thật, nhưng cố tình chối bỏ với mục đích đánh lạc hướng nhận-thức người đối diện. Nói dối có bốn chi phần:

Lời không thật.

Biết là lời không thật.

Cố ý nói.

Và người nghe đã tin.

Còn nói phù phiếm là bàn luận về một sự-khiến không có thật, một vấn đề chưa diễn ra, chẳng khác nào tạo ra một hình tượng bằng gỗ, bằng đất hay bằng rơm, rồi gán ép cho hình tượng ấy có sự sống, có cảm nghĩ, có thọ nhận... và bàn luận xoay quanh những vấn đề sự sống của hình tượng, suy nghĩ của hình tượng, cảm thọ của hình tượng.

Nói cách khác, hý-luận là một hình-thức của ảo tưởng, không tưởng. Điển hình như sự thờ thần lửa của Bà-la-môn cổ xưa. Chữ papañca có nghĩa là ảo tưởng, sự lằm-lạc, là một trở ngại (của sự-thật) -appapañca là không hý-luận.

Xúc do duyên Xứ mà có, Xứ khởi sanh do duyên danh-sắc. Xúc-xứ-danh-sắc là quả luân-hồi, do nghiệp luân-hồi tạo thành. Vị A-la-hán diệt mọi nghiệp luân-hồi cho quả trong vị-lai, nhưng nghiệp luân-hồi đã cho quả Ngài không diệt, vì Ngài còn mang danh-sắc là còn quả luân-hồi của nghiệp luân hồi trong kiếp hiện tại.

Thế là, sự-khiến diệt sáu xúc -xứ không hề có cho dù ở ngay trong tâm đạo siêu-thế, cho nên Ngài Sāriputta nói rằng: - Thưa hiền-giả! Chớ có nói như thế.

Nghĩa là ý Ngài nói rằng: "Sự-khiến diệt sáu xúc -xứ ở đây không hề có", đã không có sự-khiến này thì không thể nói còn hay không còn, cho dù là còn hay không còn đều rơi vào ảo tưởng, rơi vào hý-luận.

*Ảo tưởng ấy sanh lên do nhân nào?* Do ái, tà-kiến và ngã-mạn. Ái ở đây là: yêu thích cái không có (vibhava tañhā), tà-kiến là sự nhận-thức sai, thấy không đúng sự-thật. Còn ngã-mạn là yêu thích cái của tôi, vì yêu thích cái của ta nên có sự so sánh: Hơn so với hơn, hơn so với bằng... "Còn và không còn" cũng là sự so sánh.

"Cái của tôi" là bóng của "cái tôi", khi hình không có thì bóng không có, xét về mặt thực-tính (sabhāva), cái tôi (aṭṭa) không có, nó chỉ là diễn tiến của danh-sắc xuyên qua nhân-duyên. Cái ta không có thật, yêu thích cái ta (ái ngã - aṭṭatañhā) là một hình-thức yêu thích cái không có (vibhavañhā), ở khía cạnh khác, nó lại là hình-thức của tà-kiến. Do đó, nói ảo tưởng có nhân là: ái, tà-kiến, ngã-mạn.

Đức Phật có dạy rằng:

*"Puṭṭā m'aṭṭhi dhanam m'aṭṭhi*

*Iṭi bālo vihaññaṭi*

*Aṭṭā hi aṭṭano naṭṭhi*

*Kuṭo puṭṭā kuṭo dhanam.*

*Con ta tài-sản ta*

*Người ngu nghĩ quấy khổ*

*Thân ta còn không có*

*Con đâu tài-sản đâu". (Pháp Cú 62)*

Ái, tà-kiến, ngã-mạn được thực-hiện, hành-trì làm cho sung-mãn thì vấn đề rơi vào khổ-cảnh, không có gì đáng bàn cãi nữa.

Do đó đức Phật có dạy rằng:

*"Vị Thánh đệ tử khi ngồi lại với nhau, có hai tư cách: Im lặng bậc Thánh hay biện-luận về pháp". (Tăng-chi kinh)*

*"Im lặng bậc Thánh"* là an-trú tâm vào đề mục thiền-định.

Tóm lại, các điều-học là biểu hiện của giới trong tám chi đạo.

Ví như người có trí biết được voi chúa Chaddanta, có sức mạnh, người nào làm chủ được voi chúa Chaddanta, sẽ an-toàn, không hề có hiểm-họa ở chốn rừng sâu. Người ấy muốn tìm bắt voi chúa Chaddanta. Lẽ thường, voi chúa ẩn trú nơi thâm sâu, khó tìm kiếm, người muốn bắt voi chúa, phải biết chỗ ẩn trú của voi chúa, hay lộ-trình voi chúa thường đi qua. Y lên đường đi đến đó, nhìn thấy những dấu chân voi, y biết voi chúa thường xuyên du hành ở nơi đây và y kiên nhẫn chờ đàn voi xuất hiện. Khi đàn

voi xuất hiện tùy theo tài trí của y, y có thể bắt được voi con thuần chủng Chaddanta, hoặc voi đang độ trưởng thành hoặc chính voi chúa Chaddanta.

Như thế nào, cũng vậy, voi chúa Chaddanta ví như quả vị Vô-lậu, ẩn nơi chốn thâm sâu ví như dựa vào ly-dục, vô-nhiễm (virāga). Những dấu chân voi ví như học-giới, tài trí ví như sự tu-tập thiền Chỉ hay thiền Quán, voi con ví như quả Dự-lưu, voi đang trưởng thành ví như quả A-na-hàm.

## **ĐỊNH-UẨN**

Ba chi chánh tinh-tấn, chánh-niệm, chánh-định gọi chung là Định-uẩn (sammādhikkhandha). Ba chi này được trình-bày tương đối đầy đủ ở những phần trên. Về mặt cơ-bản thực-tính thì giống nhau, chỉ khác mục-đích là: ba chi phần trong tám chi đạo này có mục-đích là đoạn-diệt các lậu-hoặc trong vùng triền.

"*Này các tỳ-khưu có bốn định tu-tập:*

*Định tu-tập sung-mãn đưa đến hiện-tại lạc-trú.*

*Định tu-tập sung-mãn đưa đến chứng đạt tri-kiến.*

*Định tu-tập sung-mãn đưa đến chánh-niệm tỉnh-giác.*

*Định tu-tập sung-mãn đưa đến đoạn tận các lậu-hoặc. (Tăng-chi kinh)*

*Định đưa đến hiện-tại lạc-truù (sukhavihāra) là định thành-tựu trong tám tầng thiền.*

*Định đưa đến chứng đạt tri-kiến là loại định giúp cho trí thấy được ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã. Thấy được nhân sanh-khởi, nhân đoạn-diệt của pháp hữu-vi, là định tác ý đến ánh sáng, khiến tâm rộng mở, không bị bao phủ, tâm đi đến chỗ sáng chói.*

*Định đưa đến chánh-niệm tỉnh-giác, là định an-trú trong pháp quán, là vô-nguyện định, là không-định, là vô-tướng định.*

*Định đưa đến đoạn tận các lậu-hoặc là Định trong Tám chi đạo, là loại định khi quán-xét năm thủ uẩn: đây là sắc, đây là nhân sanh sắc, đây là sắc diệt. Đây là thọ, đây là nhân sanh thọ, đây là thọ diệt... Đây là thức, đây là nhân sanh thức, đây là thức diệt.*

Nói cách dễ hiểu hơn, định đưa đến hiện-tại lạc-trú là định của thiền Chỉ. Định đưa đến chứng đạt tri-kiến là định của thiền Quán. Định đưa đến Chánh-niệm tỉnh-giác là định an-trú trong ba tướng, bao gồm định quyền, định-lực, định giác-chi. Định đưa đến đoạn trừ lậu-hoặc là định trong tám chi đạo.

Ba loại định đưa đến tri-kiến, đưa đến Chánh-niệm tỉnh-giác, đưa đến đoạn trừ lậu-hoặc, đều được thiết lập trên nền-tảng định lạc-trú (là định của thiền Chỉ-tịnh).

Một số hành-giả tu-tập thiền Quán, có quan niệm rằng: "Tu-tập quán bốn niệm-xứ không cần đến định". Đây là một sai lầm tai hại, một sai lầm lớn, là một trở ngại nghiêm trọng. Do có quan niệm "*không cần đến định*", nên không tác-ý đến định, vì tác-ý đến định nên định không sanh-khởi, dẫn đến kết quả: Sự tu-tập không đưa đến lợi-ích như mong muốn.

Đức Phật có dạy: "*Này các tỳ-khưu! có bốn đạo-hành (paṭipāda). Thế nào là bốn? Đạo-hành khổ, thắng-trí chậm, đạo-hành khổ thắng-trí nhanh. Đạo-hành lạc, thắng-trí chậm, đạo-hành lạc thắng-trí nhanh.*". (Tăng-chi kinh)

Với người có tham-dục nặng (tībarāgajātiko), sân nặng, si nặng, luôn bị cảm thọ khổ do tham, sân, si gây ra. Lại nữa, có năm Quyền là: tín, tấn, niệm, định, tuệ yếu ớt, nên sự đoạn-diệt các lậu-hoặc chậm chạp, gọi là *đạo-hành khổ thắng-trí chậm*.

Với người có tham, sân, si nặng, luôn bị cảm thọ-khổ ưu do tham, sân, si gây ra, nhưng người này có năm Quyền cường-mạnh, nên mau chóng đoạn-diệt các lậu-hoặc. Gọi là *đạo-hành khổ thắng-trí nhanh*.

Với người có tham-dục nhẹ, sân nhẹ, si nhẹ, người này không bị cảm thọ-khổ ưu do tham, sân, si gây ra, nhưng năm Quyền lại yếu-đuối, muội-lược, nên đoạn-diệt các lậu-hoặc một cách chậm chạp. Gọi là *đạo-hành lạc thắng-trí chậm*.

Với người có tham-dục nhẹ, sân nhẹ, si nhẹ, người này không bị cảm thọ-khổ ưu do tham, sân, si gây ra, năm Quyền lại cường-mạnh, người này đoạn trừ các lậu-hoặc nhanh chóng. Gọi là *đạo-hành lạc thắng-trí nhanh*.

Như thế, với phương thức đoạn trừ lậu-hoặc phải có năm Quyền sung-mãn. Nhưng hành-giả lại không tác-ý đến định, không làm sanh-khởi định, dẫn đến năm Quyền yếu ớt, mà tuệ do định hỗ-trợ là chủ yếu. Do đó, hành-giả này chứng-đắc đạo-quả thật khó khăn, cho dù bẩm sinh có tham, sân, si nhẹ.

*Vì sao ba chi: chánh tinh-tấn, chánh-niệm, chánh-định gom vào định-uẩn?* Định không thể tự mình an-trú vững vào cảnh để thành-tựu định kiên-cố, nó chỉ có thể thành-tựu nhờ sự trợ lực của chánh tinh-tấn và chánh-niệm.

Chánh tinh-tấn hoàn tất nhiệm-vụ nỗ-lực quét sạch những ác bất-thiện pháp, niệm có nhiệm-vụ ngăn ngừa sự giao động, bấy giờ định hoàn thành nhiệm-vụ của mình là trú-vững trong cảnh.

Có ví dụ như sau: có ba người bạn đi dự lễ trong khu vườn. Một người trông thấy cánh hoa đẹp, với tay hái nhưng không tới, người thứ hai cong lưng cho y đứng lên vai, nhưng y đứng không vững vàng, người thứ ba kê vai cho y làm điểm tựa. Bấy giờ y đứng vững trên hai vai của hai người bạn và hái được cánh hoa đẹp. Người muốn hái cánh hoa đẹp ví như định, người thứ hai ví như tinh-tấn, người thứ ba ví như niệm.

Vậy định là gì? Chánh-định là sự tập trung (samādhāna) các pháp đồng sanh với nó (là tâm và sở-hữu), xoay quanh (ādhāna) đúng đắn vào một đối-tượng duy nhất.

Định sanh ra từ đâu? Nhân sanh gần nhất (padaṭṭhāna) của định là lạc.

*"Sukhino ciṭṭaṃ samādhīyaṭi - Do lạc, tâm được định tĩnh" (kinh Sa-môn-quả, Trường-bộ).*

Nhưng sự chứng đạt, an-trú trong sơ-thiền phải có trí, nhận thấy nguy-hiểm của dục-lạc. Hành-giả phải có tác-ý lánh xa, từ bỏ những dục-lạc, khi ấy mới chứng và trú trong sơ-thiền được.

Nói cách khác, **nhân** gần sanh-khởi cho định là lạc, **duyên** hỗ-trợ cho chứng trú định là trí thấy được nguy-hiểm của dục-lạc.

*"Này các tỳ-khưu! do đoạn tận năm pháp, có thể đạt được và an-trú Sơ-thiền". Thế nào là năm?*

*Tham-dục, sân ác, hôn-trầm, trạo-hối, nghi và không như thật khéo thấy với trí-tuệ các nguy hại trong các dục. (Tăng-chi kinh)*

Kinh văn có ghi rằng: *"Vị tỳ-khưu, ly ác bất-thiện pháp, chứng và trú Sơ-thiền một trạng-thái hỷ-lạc do ly-dục sanh". Ly ác bất-thiện pháp là lìa bỏ, áp chế được năm pháp chướng-ngại, do ly-dục sanh là do có chánh-kiến.*

*Nền-tảng của định Chỉ-tịnh ở đâu? Ở Giới thanh-tịnh. "Này các tỳ-khưu! với người phá giới (sīlavipannassa), chi định bị phá hoại (heṭu paniso). Khi chi định không có mặt, như thật tri-kiến bị phá hoại..." (Tăng-chi kinh)*

Tâm quan trọng của định là như thế.

Có hai loại hành-giả: hạng hành-giả chỉ thực-hành thuần túy pháp Minh-sát và hạng hành-giả thực-hành cả Chỉ lẫn Quán (dĩ nhiên không đề cập đến hạng hành giả chuyên chú tu-tập thiền Chỉ, không có ước vọng tầm đạo giải-thoát).

Hành-giả thực-hành cả Chỉ lẫn Quán, sau khi chứng đạt các tầng-thiền như sơ-thiền, nhị-thiền ... bắt đầu thực-hành thiền Quán bằng kiến thanh-tịnh. Hành-giả thuần-túy Minh-sát cũng phải dựa vào cận-định. Như vậy, cả hai hạng hành-giả đều phải dựa vào định, tối thiểu cũng phải là cận-định.

Trong hai phương-pháp, phương-pháp thuần túy thiền Quán, ba chi đạo của định-uẩn hoàn thành các phận-sự của tâm-tịnh, là định ở trong Không-tướng gọi là Không-định, định ở trong Vô-tướng gọi là Vô-tướng định, định ở trong Vô-nguyện tướng gọi là Vô-nguyện định.

Phương-pháp Chỉ trước Quán sau, ba chi đạo của định-uẩn, hoàn thành phận-sự tâm-tịnh: bằng ba giai-đoạn: Tiên-khởi định, Cận-định và An-chỉ định. Và ở giai-đoạn



Quán, cận-định hay an-chỉ định được trở thành Không-định, Vô-tướng định hoặc Vô-nguyên định.

## TUỆ-UẨN

Hai chi chánh-kiến, chánh tư-duy được gom vào Tuệ-uẩn (paññākkhandha) của tám chi đạo.

*Vì sao chánh-kiến và chánh tư-duy được liệt kê vào phần Tuệ?* Chánh-kiến, tự nó không thể nhận-định rõ ba tướng của pháp hữu-vi là vô-thường, khổ, vô-ngã. Nhưng nếu có chi tâm hay chánh tư-duy trợ lực, bằng cách liên tục cọ xát vào đối-tượng bằng nhiều khía cạnh, thì tuệ có thể nhận-định được.

Ví như người muốn nhận xét đồng tiền này là thật hay giả, y không thể chỉ nhờ vào con mắt, còn phải nhờ vào ngón tay, dùng ngón tay lật qua lật lại đồng tiền để con mắt xem xét.

Cũng vậy, tuệ không thể tự mình phân biệt một vật là vô-thường, khổ, vô-ngã, nhưng có chi tâm trợ lực hướng tâm đến đối-tượng, trí có thể biết được ba tướng.

Người có trí thấy được những hiểm-họa trong luân-hồi, có ý muốn thoát ra khỏi những hiểm-họa ấy, nên suy nghĩ tìm cách vượt ra, "*sự suy nghĩ tìm cách vượt ra*" là chánh tư-duy, là sở-hữu tâm. Vì thế, chánh-tư-duy được gom vào phần tuệ.

Cũng như, một người bị tống giam vào trong ngục, hay một chiến sĩ đang bị bao vây, người này tìm phương cách thoát khỏi ngục tù hay thoát ra khỏi vòng vây của quân nghịch. Hoặc như con cá đang mắc lưới, nó vùng vẫy mong vượt ra khỏi lưới, con chim bị giam trong lồng, nó nhảy nhót tìm kẻ hở để thoát ra.

Cũng vậy, hành-giả nhận thức được cái khổ trong bốn khổ-cảnh, trầm ngâm suy nghĩ quên cả ăn ngủ, tìm trăm phương ngàn kế để thoát ra tình cảnh nguy ngập trong hiện-tại lẫn vị-lai.

Người đang tu-tập bốn Niệm-xứ, suy-tư tìm cách đặt niệm cho đúng vị trí, ví như người muốn bắn mũi tên vào một điểm trên tấm bia đang di động qua lại, đang quay tròn hay đang giao động, y phải tìm cách nhận-định rõ vị trí mục tiêu, suy nghĩ tìm ra kỹ thuật bắn được mũi tên trúng ngay vào mục tiêu trên bia.

"Nhận-định rõ mục tiêu" là trí, "Suy nghĩ tìm cách bắn trúng mục tiêu" là chánh tư-duy. Đây gọi là nhóm tuệ trong Niệm-xứ.

Người đang tu-tập bốn chánh-cần, thấy được hiểm họa lớn của ác bất-thiện pháp qua những ác-quả đã sanh. Thấy được ác bất-thiện pháp và ác quả là có chánh-kiến, người ấy tìm cách ngăn chặn những ác bất-thiện trong tương-lai, tìm cách tiêu trừ những ác bất-thiện pháp chưa có, làm sung-mãn những thiện-pháp đang có. Đó là chánh tư-duy.

Ví như người có một chuồng bò, nhốt những con bò hung dữ, người này thấy những con bò này khi thoát ra khỏi chuồng sẽ gây tai-họa đến y. Y tìm cách ngăn chặn chúng thoát ra khỏi chuồng, bằng cách cho vào trong chuồng những con bò tốt có nhiều sức mạnh với mục-đích ngăn chặn những con bò hung dữ. Những con bò tốt càng có nhiều sức mạnh, sự áp chế bò hung dữ càng có hiệu quả.

Người đang tu-tập bốn như-ý túc, thấy được sự ràng buộc của các pháp trói-buộc khiến tâm bị tù túng. Đó là trí, tìm cách cắt đứt trói-buộc để có sự thành-tựu như-ý là chánh tư-duy. Ví như người có con quạ, y buộc vào chân con quạ sợi dây, nắm lấy một đầu dây, buông thả con quạ ra, con quạ bay lên nhưng không thể thoát ra sợi dây ấy.

Tương-tự như thế với năm Quyền, năm Lực, bảy Giác-chi đều có sự hỗ-trợ của chánh-kiến và chánh tư-duy. Do đó, Tuệ-uẩn là thành-phần rất quan trọng trong những pháp đưa đến quả giải-thoát. Chánh-kiến giống như kim chỉ nam cho mọi pháp trợ-đạo, nó định hướng cho các pháp nghiêng về giải-thoát.

*"Này chư tỳ-khưu! tri kiến được đặt đúng hướng, con đường tu-tập đặt đúng hướng, đấm thủng vô-minh, làm sanh-khởi chứng-đạt Níp-bàn". (Tương-ưng kinh)*

Trong Tương-ưng kinh, phẩm Magga samyutta, tám chi đạo được Đức Thế-tôn thuyết-giảng nhiều khía cạnh, nhiều lãnh-vực như:

- *"Bạch đức Thế-tôn! nhiếp phục tham, nhiếp phục sân, nhiếp phục si, đồng nghĩa với gì?*

- *Này chư tỳ-khưu! đồng nghĩa với Níp-bàn. Cũng được gọi là đoạn tận các lậu-hoặc...*

- *Bạch Thế-tôn! Bất tử -Bất tử, được gọi như thế. Bạch Thế-tôn! Thế nào là Bất tử? Con đường nào đưa đến Bất tử?.*

- *Này tỳ-khưu! đoạn tận tham, sân, si được gọi là Bất tử. Thánh đạo tám ngành là con đường đưa đến Bất tử. Thế nào là Chánh-tánh? Là chánh-kiến... chánh-định. Thế nào là bậc chân nhân? Là người theo chánh-kiến ... chánh-định. Thế nào là Chánh-hạnh? Là chánh-kiến... chánh-định... Thế nào là Sa-môn hạnh? Là chánh-kiến... chánh-định...*

Nhưng tu-tập chánh-kiến ra sao?

Chánh-kiến là sự thấy đúng, biết đúng. Hành-giả muốn tu-tập chánh-kiến, trước hết phải xác định được pháp đang thấy, đang biết là *sắc hay danh*. Tức là, nền tảng của chánh-kiến phải có là tuệ Phân-biệt danh-sắc. Hành-giả cần xác định: *đây là thiện-pháp hay bất-thiện pháp*.

Nếu là sắc-pháp, cần xác định đó là loại sắc gì: sắc, thanh, vị... hay sắc vật-thực (āhāra), sắc mạng-quyền (jīvitārūpa) hay sắc nghiệp ...

Khi đã thấy, biết rõ (là xác định được bản chất cùng tính-chất) của sắc, hành-giả quán-xét đến nhân-duyên sanh-khởi, sự đoạn-diệt và pháp đưa đến sự đoạn-diệt của sắc ấy.

*"Này chư hiền! khi vị Thánh đệ tử biết thức ăn, biết tập khởi (nhân sinh khởi) thức ăn, biết được đoạn-diệt thức ăn, biết con đường đưa đến đoạn-diệt thức ăn. Khi ấy vị Thánh đệ tử có chánh-kiến". (Trung-bộ kinh -kinh Chánh tri-kiến)*

Nói gọn cho dễ hiểu, là hành-giả phải biết rõ nhân-duyên của pháp ấy, biết rõ pháp ấy diệt do nhân-duyên nào và đạo lộ đưa đến sự đoạn-diệt pháp ấy. Đó gọi là sự thấy đúng, hiểu đúng, là đặc-tính của chánh-kiến. Nhiệm-vụ của chánh-kiến là làm hiển-lộ các giới (dhātu).

Hiểu biết đúng là một việc, thành-tựu lại là việc khác. Nói cách khác, hiểu biết đúng và kết quả của hiểu biết ấy là hai điều khác nhau. Chánh-kiến là hiểu biết đúng, thành-tựu của chánh-kiến là phá hủy được vô-minh.

Trưởng-lão Musīla nói rằng: "Do hữu (bhava) diệt nên các lậu-hoặc đoạn tận". Các tỳ-khưu nói rằng:

- hư vậy, Ngài Musīla là bậc A-la-hán.

Ngài Musīla im lặng. Và một vị trưởng-lão khác nói rằng: "Này chư hiền! Do hữu diệt nên các lậu-hoặc bị đoạn tận, nhưng này chư hiền, tôi chưa đắc quả A-la-hán. Tôi có một ví dụ như sau: Một người đang bị nhiệt-não do nóng bức, người ấy đi đến cái giếng, nhìn xuống giếng thấy có nước, y biết nước này sẽ giải-thoát được nhiệt não của nóng bức, nhưng trên giếng không có gàu cũng không có sợi dây nào cả. Nên y chưa giải-thoát được nóng bức, tuy biết rằng: nước sẽ giải-thoát được nóng bức".

Hiểu biết đúng là trạng-thái của chánh-kiến, cần phải tu-tập chánh-kiến, nhưng bằng cách nào? Bằng cách liên-hệ đến viễn-ly, liên-hệ đến từ bỏ, hướng tâm đến Níp-bàn.

Viễn-ly cái gì? từ bỏ (pahanaṭṭha) cái gì? *Viễn-ly ác bất-thiện pháp, từ bỏ ác bất-thiện pháp.*

Trong Paṭisambhidā magga có giải thích: viễn-ly có năm loại:

1- *Áp chế viễn-ly*: là vị tu-tập Sơ-thiền đang áp chế năm triền cái.

2- *Tịnh-chỉ viễn-ly*: là tịnh-chỉ tà-kiến bằng chánh-kiến, tịnh-chỉ tà tư-duy bằng chánh tư-duy ... tịnh-chỉ tâm, tứ, hỷ-lạc của vị tu tiến định.

3- *Trừ-tuyệt viễn-ly*: là vị tu tiến đạo siêu-thế đưa đến tận diệt phiền-não.

4- *Khinh-an viễn-ly*: là sự an-tịnh trong Thánh quả.

5- *Xuất-ly viễn-ly*: là nơi diệt-tận mọi phiền-não tức là Níp-bàn.

Mỗi chi đạo đều có năm viễn-ly này. Đức Phật có dạy:

*"Này chư tỳ-khưu! Điềm báo trước mặt trời mọc là rạng đông. Cũng vậy điềm báo trước Thánh-đạo tám ngành xuất hiện là làm bạn với thiện.*

*Này chư tỳ-khưu! Điềm báo trước mặt trời mọc là rạng đông. Cũng vậy, điềm báo trước lý Thánh-đạo tám ngành xuất hiện là thành-tựu Giới-hạnh.*

*Này chư tỳ-khưu! Điềm báo trước mặt trời mọc là rạng đông. Cũng vậy, điềm báo trước Thánh-đạo tám ngành xuất hiện là đầy đủ tác-ý đúng (yoniso manasikāra sampadā), hướng tâm đến Níp-bàn chính là đầy đủ tác-ý đúng". (Tương-ưng kinh)*

Ngài Sārīputta có dạy căn-bản của thiện là: *"Không sát-sanh, không trộm-cắp, không tà-hạnh trong dục, không nói dối, không nói hai lưỡi, không nói ác, không nói phù phiếm, không tham-dục, không sân-hận vào tà-kiến". (kinh Chánh tri-kiến)*

Vậy căn-bản của thiện là Giới-tịnh. Như vậy, nhân cần thiết để chánh-kiến xuất hiện là: làm bạn với thiện, tác-ý đúng và giới trong sạch.

Chánh tư-duy là tên gọi của sở-hữu tâm. Chánh tư-duy là yếu tố dẫn đến tuệ.

Được gọi là chánh tư-duy vì đó là sự tìm kiếm những gì không liên-hệ đến dục-lạc, tìm kiếm những gì không liên-hệ đến oán-thù, tìm kiếm những gì không liên-hệ đến ác-hại (thuật ngữ gọi là ly-dục tâm, vô-sân tâm, vô-hại tâm).

Chính trong bốn chánh-cần, tâm ly-dục hiển-lộ rõ nhất, đó là loại tư-duy, tìm kiếm con đường thoát ra nguy-hiểm của dục-lạc vật-chất, thoát ra còn khổ luân-hồi (vaṭṭadukkha).

Hành-giả là người tu-tập Chỉ-tịnh, nếu suy-tư về đề mục Từ (mettā) kết hợp với các tầng thiền, gọi là tư-duy về vô-sân (hay vô-sân tâm). Nếu suy-tư đến đề mục Bi (kārunā), kết hợp với các tầng thiền, gọi là tư-duy về vô-hại (hay vô-hại tâm). Còn các đề mục khác ngoài hai đề mục Từ -Bi, gọi là tư-duy về ly-dục.

Trong lãnh-vực thiền Chỉ, chi tâm hay chánh tư-duy là pháp cần được sanh-khởi đầu tiên và nó hiển-lộ rõ trong giai-đoạn Tiên-khởi định. Còn trong lãnh-vực thiền Quán, chánh tư-duy hiện rõ ở tuệ Dục-thoát (muñcītukamyatāñña).

Và ba uẩn Giới-định-tuệ bao trùm tám chi đạo.

*"Này hành-giả Visākhā! tám Thánh-đạo không bao gồm trong ba uẩn nhưng ba uẩn bao gồm cả tám Thánh-đạo". (kinh Tiểu hữu-minh, Trung-bộ)*

## **Bậc Dự-Lưu (*soṭāpatti*)**

Hành-giả ghi nhận rằng: "Tập sách này chỉ nhằm đến tầng Thánh thấp nhất là bậc Dự-lưu". Vì sao? Vì người chứng-đắc được Dự-lưu quả, đó là điều yêu cầu tối thiểu của Giáo-pháp của Đức Thế-tôn, cho dù ở phẩm mạo nào (cư-sĩ hay bậc xuất-gia).

Trong thời hiện-tại của đức Phật có các vị cư-sĩ như bà Visākhā, ông Anādhapiṇḍika, vua trời Đế-thích, tứ Đại-thiên-vương ... đó là những vị đắc Thánh quả Nhập-lưu, hưởng an lạc trong luân-hồi và đang sống ở cõi trời.

Vì sao gọi là Dự-lưu (*soṭāpatti*)? *Soṭa* theo nguyên ngữ là dòng nước, nước của năm con sông lớn như: Gaṅgā, Aciravatī... xuất phát từ dãy Hy mã Lạp sơn, xuôi về biển, hướng về biển, nó không chảy ngược lại bao giờ. Tương-tự như thế, bậc Thánh đầu tiên đã chứng ngộ Níp-bàn, vị ấy có chận thế nào rồi cũng đắc quả Vô-lậu, đạt được giải-thoát khỏi luân-hồi, điều này được đức Phật khẳng định như vậy, vị Thánh Dự-lưu không còn quay trở lại khổ-cảnh, không còn quay trở lại trạng-thái phàm-phu, nếu vị Thánh Dự-lưu chứng-đắc thiên-định, sanh về cõi phạm-thiên, cho dù chưa giải-thoát, vị ấy cũng không rơi trở xuống dục-giới, còn ở Dục-giới thì cũng không quá bảy kiếp, ví như nước cứ xuôi chảy ra đại dương không còn quay trở lại. Do đó, vị ấy gọi là *bậc Nhập-lưu (soṭāpatti)*.

Phàm-phu dù đạt được địa vị cao tột ở cõi người như vua Chuyển-luân, hay cõi chư-thiên như Sakka (vua trời Đế-thích), hoặc là vị Đại phạm-thiên chẳng nữa, vẫn còn bị tái-sanh vào địa-ngục hoặc loài súc-sanh, ngạ-qui.

Trái lại, bậc Thánh Dự-lưu đã thoát khỏi bốn cảnh khổ này rồi, các Ngài chỉ có cảnh giới là người hoặc chư-thiên. Cho dù ở cảnh giới nào chẳng nữa, các Ngài chỉ tái-sanh về cảnh giới cao hơn, chứ không lui sụt xuống cảnh giới thấp, cho đến khi các Ngài Vô-dư Níp-bàn.

Con đường đạo thẳng tắp này được gọi là dòng nước pháp (*dhammasoṭa*). Dòng pháp-lưu này bao gồm: dòng chánh-kiến (*sammādiṭṭhi soṭa*), dòng chánh tư-duy (*sammā saṅkappa soṭa*)... dòng chánh-định (*sammā samādhi soṭa*).

"Dòng chánh-kiến" biết được sự khổ, đoạn trừ được nguyên-nhân sanh khổ là ái, tác chứng được diệt là Níp-bàn và đạo-đế được tu-tập. Ánh sáng của bốn chân-lý được thấy rõ ràng trong dòng chánh-kiến, dòng chánh-kiến này cuốn trôi vùng thân-kiến cùng nghi-hoặc, để thành lập một vương quốc mới, "*vương quốc Ánh-sáng*". Dòng chánh-kiến giống như mặt trời mọc xua tan bóng tối của đêm đen, "*Minh sanh vô-minh diệt*", cho dù trải qua hằng ngàn đại kiếp, ánh sáng chánh-kiến này vẫn tồn tại suốt nhiều kiếp sống của người đó, cho đến khi vị ấy chứng-đắc Vô-dư Níp-bàn.

Ánh sáng chánh-kiến này ngày càng được sung-mãn, rực sáng hơn, không hề có sự giảm sút sức mạnh.

Ví như một người khi sinh ra đã bị mù, được vị lương y đại tài, chữa trị đúng cách, dùng những dược chất đúng mức. Y thoát ra cảnh tăm tối, nhìn thấy được vạn vật muôn màu, muôn vẻ. Từ lúc nhận được ánh sáng của mặt trời, y nhận-thức, biết được rừng, núi, bầu trời, trăng, sao... và sự nhận biết cùng sự sáng mắt ấy kéo dài mãi, cho đến khi y mệnh-chung.

Tương-tự như vậy, bậc Thánh Nhập-lưu có được tri-kiến, thấy được ba tướng, cùng bốn sự-thật. Đây là cách chi đạo chánh-kiến an-trú vững (là an-trú vào bốn sự-thật).

Kinh Mahācaṭṭhārisaka - Đại-tứ-thập-kinh trong Trung-bộ có ghi:

*"Sammādiṭṭhissa sammāsaṅkappo pahoṭi: Do có chánh-kiến, chánh tư-duy được sanh lên".*

Ý nói rằng: khi chánh-kiến được an-trú vững-chắc trong bốn sự-thật, thấy được hiểm-họa của luân-hồi. Khi ấy, chánh tư-duy sanh-khởi giúp cho chánh-kiến soi thấu rõ ba tướng vô-thường, khổ, vô-ngã. Đồng thời có ý tìm cách thoát khỏi ra cái khổ của thế-gian.

Chánh tư-duy của chi đạo là tìm cách thoát ra khỏi thế-gian (nekkhamma saṅkappa), đó là mục-đích chính, ngoài ra còn liên-hệ đến ý không oán-thù, không làm hại người khác.

Dòng chánh tư-duy cũng được an-trú và phát-triển mạnh như chánh-kiến trong bậc Thánh Nhập-lưu. Sở dĩ chánh tư-duy được trú-vững trong tâm của bậc Nhập-lưu là vì đoạn trừ-tuyệt dứt ganh ty (issā), bõn xén (macchāriya) hai bất-thiện pháp này thuộc về nhóm sân.

Ngài Mahākoṭṭhita có hỏi rằng:

- *Này hiền-giả Sārīputta! Chánh-kiến sanh-khởi do nhân gì?*

- *Này hiền-giả! do nhân nghe (diệu pháp) và Chánh tư-niệm (yoniso manasikāra). (kinh Trung-bộ)*

Sở dĩ, Ngài Sārīputta đáp như thế, vì Ngài thành-tựu quả Dự-lưu khi nghe kệ-ngôn vắn tắt của Trưởng-lão Assaji, đồng thời suy niệm về ý-nghĩa kệ-ngôn ấy.

*"Sammāsaṅkappassa sammāvācā pahoṭi - Do chánh tư-duy, chánh-ngữ sanh lên".*

Khi có ý-niệm về giải-thoát khỏi khổ của thế-gian, không bị sân-độc quấy nhiễu, không bị sự ác hại ẩn trú trong tâm, tất nhiên lời nói được thanh-tịnh. Vì chánh tư-duy có:

Xuất-ly tầm là ra khỏi tham-dục.

Ly sân tầm là ra khỏi sân-độc.

Ba ác-ngũ có căn cội từ tham, sân là nói dối, nói hai lưỡi (hai loại này do tham -sân điều khiển), nói độc ác (do tâm có ác ý, có ý hãm hại điều sử) không còn.

Chánh tư-duy giúp cho chánh-kiến thấy đúng, nên ảo tưởng bị diệt trừ, nên nói phù phiếm cũng được tịnh-chỉ.

Vì thế, chánh tư-duy làm sanh-khởi chánh-ngũ. Tức là, chánh tư-duy làm cho bốn ác-nghiệp về lời nói không còn.

*"Sammāvācassa sammākammaṇo pahoṭi - Do có chánh-ngũ nên chánh-nghiệp sanh".*

Khi chánh-ngũ được an-trú trong tâm, các hành động sẽ thoát ra ba ác-hạnh về thân. Như thế, chánh-nghiệp cũng được an-trú, đồng thời được phát-triển.

*"Sammākammaṇassa sammā-ājīva pahoṭi - Do có chánh-nghiệp nên chánh-mạng sanh".*

Khi lời nói an-tịnh, hành động của thân an-tịnh, thì các hình-thức nuôi mạng cũng an-tịnh, người ta không bao giờ sử dụng những hình-thức thấp hèn để nuôi mạng. Đây là cách chánh-mạng được an-trú và phát-triển.

*"Sammā-ājīvassa sammāvāyāmo pahoṭi: Do có chánh-mạng nên chánh tinh-tấn sanh".*

Khi sự nuôi mạng được trong sạch, thì không hề sanh-khởi sự cố-gắng ủng hộ sự nuôi mạng sai-quấy, chỉ còn là sự nỗ-lực ủng hộ cho sự sống được thanh-tịnh tốt đẹp, đó là chánh tinh-tấn.

*"Sammāvāyāmassa sammāsaṭi pahoṭi - Do có chánh tinh-tấn nên chánh-niệm sanh-khởi".*

Tương-tự, chánh-niệm là pháp trú-vững do nương vào sự nỗ-lực ghi nhận, nói cách khác, chánh-niệm có gốc rễ ở chánh tinh-tấn. Do đó, khi chánh tinh-tấn sanh lên, chánh-niệm cũng sanh-khởi.

*"Sammāsaṭissa sammāsamādhi pahoṭi - Do có chánh-niệm nên chánh-định sanh".*

Chánh-định được an-trú thường xuyên khi có sự trú-vững của chánh-niệm hỗ-trợ.

Chính nhờ cách này mà tám chi đạo được gọi là dòng nước pháp an-trú vững-chắc kể từ lúc vị ấy chứng-đắc Dự-lưu đạo, đồng thời từng bước phát-triển qua suốt nhiều kiếp sống và nhiều đại kiếp, cho đến khi Vô-dư Níp-bàn.

Đoạn kinh trên, có lẽ khó hiểu với những người ít tham cứu kinh-điển, nhất là ít học tạng Abhidhamma.

Trước tiên, hành-giả nên nhận-định rằng: Có tám chi chánh-đạo, tức là phải có tám chi tà-đạo, nghĩa là có chánh-kiến, tức phải có tà-kiến, có chánh tư-duy tức là có tà tư-duy ...

Hãy loại trừ phần tà đạo ra khỏi lãnh-vực này, ở đây chỉ bàn về tám chi chánh đạo, mỗi chi đạo lại có hai phần: hữu-lậu và vô-lậu.

Hữu-lậu là cho quả phước an lạc liên-hệ, dính mắc trong luân-hồi, dính mắc với tái-sanh.

Vô-lậu là cho quả giải-thoát khỏi luân-hồi bằng cách đoạn trừ ô-nhiễm, đoạn-diệt nghiệp.

Như Dự-lưu đạo, giải-thoát khỏi bốn khổ-cảnh, tận trừ những ô-nhiễm dẫn đến bốn khổ-cảnh, đoạn-diệt nghiệp cho quả tái-sanh vào bốn khổ-cảnh. Bất-lai đạo đoạn-diệt nghiệp cho quả tái sanh vào dục-giới, A-la-hán đạo đoạn-diệt nghiệp cho quả tái sanh vào luân hồi.

Từng chi đạo hữu-lậu, vô-lậu được Đức Thế-tôn giảng thuyết rõ ràng trong kinh Mahā caṭṭārisaka ở Trung-bộ kinh.

*Thế nào là chánh-kiến hữu-lậu?* Chánh-kiến hữu-lậu (sammādiṭṭhi sāsavā) là loại chánh-kiến thuộc phước báu, đưa đến quả báo còn trong luân-hồi, (upadhivepakkā).

*Thế nào là chánh-kiến vô-lậu?* Chánh-kiến vô-lậu (sammādiṭṭhi anāsava), siêu-thế thuộc chi đạo.

Chánh-kiến hữu-lậu là loại chánh-kiến biết rõ nhân-quả, có quả báo của thiện-ác, bố-thí có quả, có đời này, có đời khác, có cha, có mẹ, có chúng-sanh là hạng hóa sanh ...

Chánh-kiến vô-lậu là trí đưa đến giải-thoát, bao gồm tuệ-quyền, tuệ-lực, trạch-pháp giác-chi, tất cả được thành-tựu trong tâm đạo siêu-thế, đưa đến diệt nghiệp.

*Thế nào là Chánh tư-duy hữu-lậu?* Là xuất-ly tư-duy, vô-sân tư-duy, vô-hại tư-duy thuộc về phước báu, cho quả liên-hệ tái-sanh (upadhi-vepakkā).

*Thế nào là Chánh tư-duy vô-lậu thuộc chi đạo?* Là cái gì thuộc suy-tư, tầm cầu ngữ hành (vācāsaṅkhāra), do hoàn toàn chú tâm của vị tu-tập Thánh-đạo. Do đó, Đức Thế-tôn dạy rằng: "Sammā saṅkappaṣa sammāvācā pahoti".

*Thế nào là Chánh-ngữ hữu-lậu?* Là lánh xa bốn ác-ngữ.

*Thế nào là Chánh-ngữ vô-lậu?* Là từ bỏ, trừ diệt bốn ác-ngữ.

*Thế nào là Chánh-nghiệp hữu-lậu?* Là lánh xa ba ác-hạnh của thân.

*Thế nào là Chánh-nghiệp vô-lậu?* Là từ bỏ, trừ diệt ba ác-hạnh của thân.

*Thế nào là Chánh-mạng hữu-lậu?* Là lánh xa tà-mạng.



*Thế nào là Chánh-mạng vô-lậu? Là từ bỏ, trừ diệt tà-mạng.*

Chánh tinh-tấn, chánh-niệm, chánh-định cũng hiểu theo lý ấy.

*Nhưng vì sao chánh-ngữ sanh-khởi cho chánh-nghiệp, chánh-nghiệp lại sanh-khởi cho chánh-mạng? Là do có chánh tinh-tấn hỗ-trợ, chính trong chánh tư-duy có sự hỗ-trợ của chánh tinh-tấn, bằng "nỗ-lực suy-tư".*

Thông-thường nỗ-lực trong lời nói so với nỗ-lực của thân thì nỗ-lực của thân phải mạnh hơn, nhưng để làm cho ý thanh-tịnh thì phải gia tăng sức mạnh của chánh tinh-tấn.

Nên nói rằng: "chánh-ngữ do chánh tư-duy trợ sanh, chánh-nghiệp do chánh-ngữ trợ sanh, chánh-mạng do chánh-nghiệp trợ sanh" là ám chỉ cấp độ sức mạnh của chánh tinh-tấn.

Nhưng sự trợ sanh này không phải có trước có sau trong tâm đạo, sự trợ sanh này có tính đồng bộ một loạt. Trong tạng Diệu-pháp, đức Phật gọi là Đồng sanh-duyên (sahajāta paccaya).

Ví như ngọn lửa và ánh sáng đồng sanh-khởi, khi có ngọn lửa lập tức có ánh sáng ngay, không trước không sau.

Hay ví như, có tám người dân chài muốn đẩy chiếc thuyền nặng xuống nước, nếu mỗi người vận lực trước, sau thì chiếc thuyền vẫn bất động, trái lại cả tám người cùng vận lực đồng nhất, khi lực ấy đủ sức mạnh thì chiếc thuyền bị đẩy xuống nước ngay. Tức là tám loại sức mạnh cùng lúc hiện khởi.

Nhưng nói rằng: tám chi đạo có *chánh-kiến dẫn đầu là sao?* Ví như tám người dân chài ở trên, một trong số tám người này, y cũng ra sức đẩy thuyền, nhưng y ra hiệu lệnh bằng cách đếm 1,2,3, dứt tiếng ba, cả tám người cùng nỗ-lực đẩy thuyền. Do đó, gọi *người này là người dẫn đầu.*

Mặt khác, nhiệm-vụ của chánh-kiến là xua đuổi vô-minh, trừ diệt ô-nhiễm, ví như người có nhiệm-vụ soi rọi những cứ điểm phát-sinh tai-họa, giúp cho những người đồng hành phá hủy các cứ điểm ấy tùy theo nhiệm-vụ của họ, chính bản thân người soi rọi cũng tham gia vào việc phá hủy để các tai hại không còn sinh khởi trong tương-lai. Nên gọi y là người dẫn đầu.

Giới-uẩn có phận-sự phá hủy những cứ điểm phát-sinh những phiền-não thô sơ,  
Định-uẩn có phận-sự phá hủy những cứ điểm phát-sinh những phiền-não trung bình,  
Tuệ-uẩn có phận-sự phá hủy những cứ điểm phát-sinh những phiền-não vi tế.

Do đó trong tâm đạo, tám chi đạo có mặt đầy đủ.

*Nhưng tám Chi-đạo này an-trú ở đâu?* Trong lúc đang sát trừ ô-nhiễm, đoạn tận nghiệp, tám chi đạo an-trú trong tâm đạo siêu-thế, sau khi đã đoạn trừ nghiệp cùng những ô-nhiễm, tám chi đạo an-trú trong tâm quả siêu-thế.

*Khi tâm quả siêu-thế hoại, tám chi đạo ra sao?* Tám chi đạo cũng hoại nhưng thành-tựu của tám chi đạo vẫn còn. Vì tám chi đạo là pháp hữu-vi, dĩ nhiên cũng phải chịu định-luật vô-thường biến hoại.

Tám chi đạo do duyên danh-sắc mà sanh-khởi, khi danh-sắc ấy diệt, tám chi đạo cũng diệt. Nhưng phận-sự cắt đứt nghiệp luân-hồi, thành-tựu bậc Thánh, ra khỏi dòng phàm của bậc Dự-lưu vẫn còn. *Cắt đứt nghiệp luân-hồi gì?* Cắt đứt nghiệp luân-hồi trong bốn ác đạo.

Ví như một học sinh, sự học được sanh lên, do sự dạy dỗ của các vị thầy trong năm học. Khi năm học kết thúc, sự dạy dỗ của các vị thầy chấm dứt, thế là sự học của người học sinh ấy cũng hết, nhưng sự thành-tựu kiến thức không vì thế mà hoại.

Cũng vậy, tám chi đạo nương sanh từ danh-sắc, bao giờ danh-sắc còn, thành-tựu của tám chi đạo còn, sự thành-tựu tám chi đạo hoàn toàn tuyệt dứt khi không còn danh-sắc, nghĩa là vị ấy Vô-dư Níp-bàn.

Vị đạt được tầng Thánh Dự-lưu, do tám chi đạo này đồng hiện khởi trong tâm, sẽ thoát ra trạng-thái phàm-phu, không còn là chúng-sanh của thế-gian, mà đã trở thành chúng-sanh xuất thế-gian, vị ấy không còn bị cuốn hút theo cái khổ luân-hồi tuy vẫn còn luân chuyển trong luân-hồi. Ví như người khách đến trú trong một đất nước khác, người này không bị ràng buộc bởi tục-lệ, nghi-thức, truyền-thống của dân tộc ấy, tuy nhiên phải tuân thủ luật-pháp của đất nước họ.

Cũng vậy, tuy vị Thánh Nhập-lưu còn luân chuyển trong luân-hồi, tuy vẫn phải chịu định-luật sinh diệt của danh-sắc, nhưng những tạp-nhiễm, thối đọa của luân-hồi, các Ngài không bị cuốn hút, ràng buộc vào chúng.

Sau khi đã trở thành một chúng-sanh của Níp-bàn, các Ngài không còn bị trở lui khỏi giai-đoạn giải-thoát, không còn trở lại vùng tùy-miên của thân-kiến. Các ngài trú vững-chắc trong giai-đoạn đầu của Hữu-dư Níp-bàn.

Suốt thời gian còn lại của dòng luân-hồi, cho đến khi các Ngài Vô-dư Níp-bàn cảnh giới tái-sanh của các Ngài chỉ có thể là người, chư-thiên hay phạm-thiên.

Tám chi đạo tuy chỉ hiện trong tâm đạo siêu-thế, nhưng những nghiệp thiện hiệp-thế vẫn có liên-hệ đến tám chi đạo này.

Ba chi phần của Giới-uẩn chỉ kết hợp với những thiện-nghiệp liên quan đến giới.

Còn Định-uẩn, Tuệ-uẩn kết hợp được nhiều loại thiện-nghiệp.

Trong ba chi đạo của Giới-uẩn chỉ kết hợp với những thiện-nghiệp thuộc về giới, nhưng vẫn trú-vững trong phạm vi "không vi-phạm giới" của bậc Thánh trong suốt kiếp luân-chuyển còn lại của Ngài, Dự-lưu quả được Đức Thế-tôn tán-thán còn hơn cả địa-vị của vua Chuyển-luân có bảy báu.

Nhưng nhân cần thiết để chứng đạt quả vị Dự-lưu là gì?

- "*Dự-lưu phần, Dự-lưu phần! Này Sārīputta. Thế nào là Dự-lưu phần?*

- *Bạch Thế-tôn! Thân-cận bậc chân-nhân là Dự-lưu phần. Nghe diệu-pháp là Dự-lưu phần. Như-lý tác-ý là Dự-lưu phần. Thực-hành pháp và tùy pháp là Dự-lưu phần.*

-*Lành thay! Lành thay! Này Sārīputta". (Tương-ưng kinh)*

Đó là nhân cần thiết để thành-tựu quả Dự-lưu.

## **THỰC-HÀNH PHÁP TRỢ-ĐẠO**

Chúng-sanh gặp được giáo-pháp của đức Phật, có tâm tâm cầu đạo-quả siêu-thế, nên theo trình-tự của bảy pháp thanh-tịnh.

Trước tiên, nên thực-hành giới cho được thanh-tịnh, rồi nỗ-lực tinh-cần hành những pháp trợ-đạo, để nhập vào dòng nước thánh (ariya soṭa).

Sự thực-hành bảy pháp thanh-tịnh, dẫn đến thành-tựu các pháp trợ-đạo, nhưng tùy theo sự thực-hành của hành-giả có vài điểm khác biệt.

Tâm-tịnh theo bộ Visuddhi magga, chỉ liên quan đến hành-giả thuần Chỉ-tịnh, cận-định cũng bao gồm trong tâm-tịnh.

Cận-định là điều-kiện cần thiết phải có để bước vào hành-trì Minh-quán.

Về Đạo-phi-đạo tri-kiến-tịnh chỉ liên quan đến người tăng thượng mạn (adhimāna), là người có tánh tự cao, có sự hiểu lầm: "Ta đã chứng-đắc đạo-quả", thật ra là chưa chứng-đắc chi cả.

Năm pháp thanh-tịnh là: Giới-tịnh, Kiến-tịnh, Đoạn-nghi tịnh, Hành tri-kiến tịnh và Tri-kiến tịnh, ứng dụng cho nhiều dạng người.

Giới-tịnh, tâm-tịnh được đề cập ở những phần trước. Kiến-tịnh được xem là thành-tựu, nếu hành-giả có thể phân-tích nhận biết được sáu nguyên-chất: đất, nước, lửa, gió, hư-không và thức.

Nếu hành-giả nhận biết rõ nhân sanh-khởi, nhân thành-tựu và nhân diệt mất của sáu nguyên-chất (dhātu) xem như hành-giả hoàn thành được giai-đoạn Đoạn-nghi tịnh. Nhân sanh và nhân diệt của sáu nguyên-chất ấy là: Nghiệp, tâm, vật-thực (āhāra) và thời-tiết (uṭṭu).

Nguyên-nhân làm sanh-khởi sáu thức (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý (thức) là sáu cảnh tương ứng của thức.

Tri-kiến tịnh ám chỉ đến ba đặc-tướng vô-thường, khổ, vô-ngã. Nếu ba tướng này được nhận biết rõ ràng qua những nguyên-chất trên, thì pháp thanh-tịnh này xem như thành-tựu.

Tri-kiến tịnh hay xuất thế-gian tri-kiến tịnh là tuệ liên-quan đến bốn Thánh-đạo.

Đó là tóm lược bảy thanh-tịnh trong quá-trình tu-tập của hành-giả.

\* \* \*

## DI-SẢN GIÁO-PHÁP

Ba mươi bảy pháp đưa đến giác-ngộ được trình giải trong những chương trước, đó là di-sản của đức Phật. Những pháp này là những viên bảo ngọc, được kết thành chuỗi vô giá. Di-sản là tài-sản của cha-mẹ để lại cho con một cách hợp pháp, người con xứng đáng thừa hưởng là người gìn-giữ, phát-triển di-sản ấy ngày càng sung-mãn và người này phải làm theo lời di-chức của cha-mẹ.

Di-sản của đức Phật (buddha dāyajja) để lại là bảy thánh tài: tín, giới, tàm, quý, văn, thí, tuệ với lời di-chức là: "*Này các tỳ-khuru! các pháp hữu-vi là vô-thường, hãy tinh-tấn, chớ có dễ-duôi*".

Nói rộng hơn, tài-sản để lại của Đức Thế-tôn là giáo-pháp của Ngài, một giáo-pháp có mục-đích **diệt nhân sanh khổ**, đưa đến giải-thoát và ba mươi bảy pháp trợ-đạo là những phương-án tích-cực để đạt đến mục-đích ấy.

Về tính-chất, di-sản của đức Phật có hai loại: Di-sản thế-gian và di-sản giáo-pháp. Di-sản thế-gian là bốn món vật-dụng: vật-thực, y-phục, chỗ ngụ và thuốc trị bệnh dành cho vị tỳ-khuru. Di-sản giáo-pháp: là tam học (ṭisikkhā) đó là: Giới-học, định-học và tuệ-học, bảy pháp thanh-tịnh, ba mươi bảy pháp trợ giác-ngộ.

Di-sản giáo-pháp có hai loại:

- Di-sản giáo-pháp thuộc thế-gian: là ba loại pháp: Giới-học, định-học, tuệ-học còn liên quan đến luân-hồi, sáu pháp thanh-tịnh, ba mươi bảy pháp trợ-đạo còn liên-hệ đến thế-gian.

- Di-sản giáo-pháp thuộc xuất thế gian là tam học không liên quan đến luân-hồi, pháp thanh-tịnh thứ bảy, ba mươi bảy pháp trợ-đạo ra khỏi thế-gian.

Pháp-sản (dhamma dāyajja) của Đức Thế-tôn, ở khía cạnh khác có thể phân thành hai loại:

- Pháp-sản bền-vững (niyaṭa), đó là pháp-sản dẫn đến sự chấm dứt ba loại luân-hồi. Đó là sự thực-hành Giới-định-tuệ đưa đến giải-thoát.

Có ba loại luân-hồi: phiền-não luân-hồi, nghiệp luân-hồi và quả luân-hồi. Ba loại luân-hồi này được đoạn trừ từng phần trong tâm đạo siêu-thế, khi đạt đến Vô-dư Níp-bàn xem như hoàn toàn giải-thoát. Vị Thánh A-la-hán khi còn danh-sắc, chỉ còn quả luân-hồi hiện-tại đang trở, còn phiền-não luân-hồi, nghiệp luân-hồi và quả luân-hồi vị-lai Ngài đã đoạn-diệt hoàn-toàn.

- Pháp-sản không bền-vững (aniyāta) là sự thực-hành tam học chưa đi đến giải-thoát ba loại luân-hồi, kết quả của sự thực-hành này đưa đến thành-tựu vương-quyền, chư-thiên, phạm-thiên... kết-quả này vẫn còn bị định-luật luân-hồi điều-khiển.

Đã đành có rồi mất, nhưng mãnh-lực quay trở lại điểm cũ cũng vẫn còn, khác với pháp-sản bền-vững, chỉ có vượt lên chứ không quay lại, dù vẫn bị định-luật vô-thường chi phối.

Do tính-chất đặc biệt này, nên người hưởng di-sản của Đức Thế-tôn cũng có hai loại: Người thừa hưởng bền-vững và người thừa hưởng không bền-vững di-sản của đức Phật.

Người không có được trí thực-chứng về tam tướng, đó là người thừa hưởng không bền-vững di-sản của đức Phật, giống như người con thừa hưởng gia tài lớn của cha để lại, nhưng đam mê trụy lạc, cuối cùng trở nên người nghèo khổ, khánh tận gia-sản, phải chịu khổ trong cảnh túng quẫn.

Những người này, hôm nay có thể là đệ tử trong giáo-pháp của đức Phật, ngày mai có thể là đệ tử của một đạo sư khác ở ngoài giáo-pháp này. Và họ có thể trở thành " *kẻ phi báng - phá hoại giáo-pháp của đức Phật*".

Ngay trong hiện-tại, một số người từng bỏ đức-tin nơi đức Phật-Pháp-Tăng để theo tôn-giáo khác, như thế đã là một tổn thất lớn, nhưng cũng tạm cho là được, vì đức-tin không ai có thể cưỡng chế, nhất là trong giáo-pháp này không có vấn đề cưỡng bức đức-tin. Thế nhưng, họ còn quay lại phi báng và phá hoại giáo-pháp của đức Phật, đó là do đâu? *Là do không có tri-kiến về thiện và bất-thiện.*

Trong khi toàn bộ giáo-pháp này chỉ rõ hai con đường: nên lánh xa, từ-bỏ, đoạn-diệt bất-thiện pháp, nên hành-trì, làm cho sung-mãn thiện-pháp.

*"Này Ānanda! Toàn bộ giáo-pháp này là thiện bạn hữu". (Tăng-chi kinh)*

Bậc trí nên suy-gẫm để chọn cho mình một đạo lộ tốt đẹp.

Người thừa hưởng không bền-vững di-sản của đức Phật, kiếp này có thể là đệ tử trong giáo-pháp đức Phật, nhưng kiếp sau có thể là đệ tử trong hệ thống giáo-lý khác.

Có câu nói rằng: *"Gọi là phạm-phu vì thường đi tìm kiếm nhiều vị thầy"*. Nghĩa là, trong vô số kiếp quá-khứ kẻ phạm-phu chưa bao giờ bằng lòng một vị thầy mà họ nương nhờ. Những dịp gặp được đức Phật và quy ngưỡng trong giáo-pháp của Ngài

thật hiếm hoi, đôi khi họ sùng bái phạm-thiên, đôi khi họ sùng bái "ông trời" (sakka), hoặc nhiều vị thần linh khác, đôi khi nương tựa vào khoa chiêm tinh (xem các vì sao - thiên văn), nương tựa vào thần đất (coi địa lý), những khoa đặc dị về chú thuật (manṭa) ... họ xem những nơi ấy là nơi ngự-trị của đấng toàn-năng, mặt khác, số giáo chủ tà-ngụy trong thế-gian cũng có rất nhiều. Và thế là, kẻ phàm-phu tiếp tục trôi lăn trong vòng luân-hồi, tích chứa nhiều ái-luyến, thân-kiến. Đó là tính-chất đáng kinh-sợ của phàm-phu.

Khi nào kẻ phàm-phu tìm được sự nương tựa nơi giáo-lý chân-chánh, một giáo-lý có tính hướng thượng, mà cứu cánh là giải-thoát.

*"Này Bà-la-môn! (chỉ cho Bà-la-môn Jāṇussoṇi). Đối với sa-môn, nhân nhục, nhu hòa là mong muốn, trí-tuệ là cận hành. Giới-hạnh là điểm tựa, không sở-hữu là xu hướng. Níp-bàn là cứu cánh". (Tăng-chi kinh)*

Đôi khi phàm-phu chấp-nhận tăng-thượng giới-học (adhisīla paṭiyatti), tăng-thượng tâm-học (adhicetaso paṭiyatti), tăng thượng tuệ học (adhipañña paṭiyatti) nhưng chưa đoạn trừ được vùng thân-kiến tùy-miên nên gặp phải chướng-ngại là tăng-thượng mạn, hiểu lầm mình đã chứng-đắc đạo-quả, tuyên bố rằng: "tôi thực-hành viên-mãn giới, tôi thực-hành viên-mãn tri-kiến, tôi biết rõ về danh-sắc...". Đó là những lời tuyên bố về Giới-định-tuệ xoay quanh trục thân-kiến, xoay quanh "**cái tôi**".

Nó giống như những hạt mưa rơi xuống vùng sa mạc khô khan nóng bỏng, những hạt mưa ấy bị sức nóng của thân-kiến hút hết, đồng thời làm cho nó biến mất.

Cũng vậy, vương quốc thân-kiến đầy nóng bỏng, khô khan hút hết Giới-định-tuệ của phàm-phu, làm cho chúng biến mất và phàm-phu ấy chỉ tạm thời làm chủ di-sản của đức Phật mà thôi. Đây là hạng người thừa hưởng không bền-vững di-sản của đức Phật.

*Thế nào là người thừa hưởng bền-vững di-sản của đức Phật?* Đó là bậc đã chứng đạt Thánh quả đầu tiên (quá vị Nhập-lưu), kể từ đó trở đi vị này thừa hưởng bền-vững di-sản của đức Phật.

Gới hiệp-thế của bậc Tu-đà-hườn bao gồm ba ác hạnh về thân, bốn ác-hạnh về lời nói và sự nuôi mạng trong sạch. Định hiệp-thế của bậc Dự-lưu được an-trú trong ân-đức của Tam-bảo, tuệ hiệp-thế của bậc Dự-lưu là sự thấy và rõ biết bốn Diệu-đế.

Gới-định-tuệ hiệp-thế ấy đều được an-trú vững-chắc, như những giọt mưa rơi xuống hồ lớn, được tồn tại trong vương quốc mát tịnh, hồ nước an-tịnh ấy ngày càng được sung-mãn. Cho dù trải qua nhiều kiếp sống, hồ nước ấy vẫn không hề bị suy giảm, đi đến khô cạn, mà càng ngày càng sung-mãn. Ví như người con thừa hưởng di-sản của người cha, theo đúng phương-pháp tạo thành tài-sản của cha chỉ dạy, cũng như gìn-giữ tài-sản ấy, tài-sản của người này ngày càng sung-mãn không hề bị suy giảm.

Chính trạng-thái siêu-thế của Giới-định-tuệ cùng các pháp trợ-đạo hiện khởi trong tám tâm siêu-thế (bốn tâm đạo và bốn tâm quả siêu-thế) hình thành tính-chất bền-vững của di-sản này.

Những vị Thánh, không còn có thể trở thành người ác-giới, người không có định, người vô trí-tuệ được. Đây là bậc thừa hưởng bền-vững di-sản giáo-pháp của đức Phật.

Cũng cần bàn thêm: *Vì sao không thể là người thừa hưởng bền-vững di-sản giáo-pháp của đức Phật?* Vì là người thiếu niềm-tin và dục như-ý túc, nên sự thành-tựu những pháp thanh-tịnh bậc cao không thể hiện khởi, cho dù người này có ý tưởng ấy. Cũng giống như người học tụng kinh Pāli, chỉ cần tụng đọc được mà thôi, không cần hiểu biết nghĩa lý chi cả.

Cũng vậy, một số người khi qui ngưỡng vào Tam-bảo, họ chỉ biết hành-thiện như bố-thí, trì-giới, khi hỏi họ "thực-hành" những thiện-pháp ấy với mục-đích gì? Họ trả lời "để được như thế này, để được như thế kia ..." những kết quả ấy thật khiêm-tốn nhỏ nhoi, so với những gì họ có thể thành-đạt cao quý hơn.

Có lần bà Visākhā hỏi những người nữ tùy tùng: "thọ-trì bát quan giới để làm gì? Những người nữ trung niên đáp: "để có được những người con hiếu kính cha mẹ". Những người nữ nhỏ tuổi hơn thì mong có được người chồng chung thủy, những người con xinh đẹp, ngoan ngoãn...".

Đã thiếu niềm tin, lại khiếm khuyết dục như-ý, dĩ nhiên dẫn đến không tích cực nỗ-lực hành-đạo. Thiếu niềm tin ở đây, chỉ cho trạng-thái tự ti rằng: "*Ta không thể đắc đạo-quả trong kiếp sống này, vì ta là người duyên mỏng, nghiệp dày...*".

Nếu có nỗ-lực hành-đạo chẳng, cũng chỉ là sự khiên-cưỡng, miễn-cưỡng, cố-gắng một cách yếu ớt. Vì yếu ý chí nên tâm của những người này không thể gắn bó vào sự hành-trì pháp niệm. Tất cả những điều-kiện xa, gần này dẫn đến trí-tuệ không được tỏ rạng, thế là họ chối bỏ công việc tu-tập, cho là vượt quá khả-năng của mình. Do vậy, đức Phật sách tấn chúng-sanh tìm giải-thoát khổ cho chính mình, bằng cách hỗ-trợ, tăng cường, làm sung-mãn những pháp như-ý túc đang yếu ớt, muội-lược của chính họ. Chỉ khi ấy, những ước muốn giải-thoát khổ mới sanh-khởi mãnh-liệt, giúp cho ý chí thêm kiên-định trong sự thực-hành pháp.

Người có một pháp như-ý túc nào đó, từ đó làm nền-tảng khởi sanh các pháp như-ý khác, đồng thời những pháp trợ-đạo cũng nương theo đó sanh lên, cuối cùng vị ấy đi đến giai-đoạn tri-kiến thanh-tịnh là giai-đoạn tất cả pháp trợ-đạo đều hội-tụ trong một cái tâm, cái tâm ấy gọi là tâm đạo. Và vị ấy trở thành người thừa hưởng bền-vững di-sản giáo-pháp của đức Phật.

Người không có pháp như-ý túc, chỉ có thể hưởng lợi-ích nhỏ nhoi của thiện-pháp, họ không có cơ hội nếm hương vị tinh hoa của giáo-pháp. Thậm chí, có khi không có cơ hội hưởng lợi-ích nhỏ, vì đã phá bỏ di-sản của mình, khi xa lìa di-sản của đức Phật.

*Không có cơ hội hưởng lợi-ích nhỏ là khi nào?* Khi không có tri-kiến về bản chất của thế-gian. Trong thế-gian rất ít chúng-sanh có được tri-kiến đúng, vì trải qua vô số kiếp quá-khứ đã nhận lãnh tà-kiến rất nhiều và đã tích lũy trong kho tùy-miên vô số loại.

Trong số những loại tà-kiến, sự cố chấp chiếm tỉ lệ cao, nguyên-nhân là gặp phải nhiều tà-sư, dẫn đến thọ-trì, thực-hành những pháp-hành tà-vạy.

Ngay cả Bồ-tát của chúng ta là Joṭipāla trong thời giáo-pháp của đức Phật Kassapa, cũng do sự cố-chấp vào kiến-thức của mình nói với vị Thánh A-na-hàm Ghaṭikāra rằng: "Ồ! Những ông sa-môn ấy có pháp gì để nghe chứ? Về sau, Bồ-tát được Ngài Ghaṭikāra dẫn dắt và Bồ-tát xuất-gia trong giáo-pháp của đức Phật Kassapa.

Một người có trí-tuệ, gần viên-mãn ba mươi pháp pāramī mà còn như thế, nói gì đến hạng phàm-nhân như chúng ta. Do thực-hành những pháp tà-vạy, cơ hội sinh làm người thật hiếm hoi (manussaṭa dullabha). Trong khổ-cảnh, ác quả dễ-dàng sanh-khởi như dây leo che lấp cây thiện-pháp, khiến cây thiện-pháp khó cho quả như-ý tốt tươi trong nhàn-cảnh.

Còn tri-kiến của những vị thuộc dòng Thánh, tri-kiến ấy được an-trú trong ba ân-đức Tam-bảo, càng ngày càng trong sáng thêm trong chuỗi luân-hồi còn lại của vị ấy.

Tất cả những di-sản quý báu của đức Phật, ngày càng hưng thịnh và sung-mãn trong tâm những vị ấy, những vị ấy chắc chắn sẽ đắc vô-thủ Níp-bàn, tức là vị ấy thành-đạt trọn vẹn Giới-định-tuệ trong bảy pháp thanh-tịnh. Đây là chánh-đạo, con đường không lỗi lầm, con đường không có quanh co của những vị thừa hưởng vững-chắc di-sản giáo pháp của Đức thế-tôn.

Những ai đã nương nhờ ân-đức Tam-bảo, nên lưu tâm rằng: "*Đức Phật không hề khen ngợi những người thừa-tự tài vật*", đó là loại di-sản xấu trong giáo-pháp này, không nên tự cho mình là người có quyền thừa hưởng những di-sản xấu ấy, đó là người chỉ tạm thời hưởng di-sản của Đức Thế-tôn.

Cần phải nỗ-lực phấn đấu để trở thành người xứng đáng thừa hưởng di-sản tốt đẹp của Đức Thế-tôn, đó là người thừa-tự bền-vững khi thực-hành những pháp trợ-đạo, thành-đạt được mục-đích giải-thoát khổ.

Tuy nhiên, cần nên sách tấn những người thiếu trí-tuệ thực-hành những việc phước thiện, vì đó là nền-tảng cho sự thừa-tự bền-vững di-sản của đức Phật trong kiếp sau sau đó.



Đối với người có trí, nếu muốn trở thành người thừa-tự bền-vững, nên an-trú tâm vào tám chi phần giới trong sạch (lánh xa ba thân ác-hạnh, lánh xa bốn ngữ ác-hạnh và không nuôi mạng sái-quấy). Nên an-trú niệm vào bốn pháp Niệm-xứ, nhất là niệm thân trong thân, mỗi ngày tối thiểu là ba giờ (180 phút), cố-gắng đạt cho được ba pháp tướng về thân năm uẩn là vô-thường tướng, khổ-tướng và vô-ngã tướng.

Và khi tiến tu pháp trợ-đạo chứng-đắc tầng thánh đầu tiên là Dự-lưu đạo, bấy giờ vị ấy là người thừa kế bền-vững giáo-pháp của Đức Thế-tôn.

## **CHẤM DỨT PHÁP TRỢ-ĐẠO**

-ooOoo-

<https://www.budsas.org/uni/u-chanhminh/37bode-08b.htm>

*Chân thành cảm ơn Tỳ kheo Minh Tịnh đã gửi tặng bản vi tính (Bình Anson, 02-2003)*