

GIẢI VỀ Ý NGHĨA CHỈ TỊNH THEO THĂNG PHÁP YẾU HIỆP

*Hòa thượng Jotika
Tỳ kheo Pháp Nhiên dịch Việt*

II. MƯỜI ÁN XỨ HOÀN TỊNH - KASI.NA

1. ÁN XỨ ĐỊA ĐẠI HOÀN TỊNH (PA.THAVĪKASI.NA)

Pa.thavii (đất) ở đây không dùng theo nghĩa thực tính: là trạng thái cứng, mềm, chướng hoặc ngại, mà chỉ dùng trong nghĩa thông thường, tức là Đất có hình thể hẳn hoi. Nhưng trong ý nghĩa giới hạn của án xứ, *Pa.thavii* chỉ cho mẫu đất có một kích thước một hình thể nào đó thích hợp mà hành giả chọn làm án xứ, nếu chọn lấy kích thước nhỏ thì chỉ nên bằng chiếc đĩa hay bằng một hình tròn có đường kính khoảng 1 gang 4 ngón tay. Nếu chọn kích thước lớn thì chỉ nên bằng sân phơi lúa, như thế là thích hợp.

Về tiếng *Kasi.na*, có nghĩa là trọn vẹn, toàn phần hay hoàn tịnh, tức là án xứ khi hành giả an trú phải tác niệm toàn diện chứ không hướng về một khía cạnh nào như một số án xứ khác. Ngài Trưởng lão *Letii* viết trong bộ *Paramatthadiipaniimaha.tika* rằng:

"*Asesabhaaritabba.t.thena kasi.na.m*: gọi là hoàn tịnh vì đó là tiêu điểm cần phải tác niệm toàn diện", như vậy *pa.thavii-kasi.na* là mảnh đất (nhân tạo hoặc tự nhiên), kích thước tùy theo sự thích hợp mà hành giả chọn lấy làm án xứ, và án xứ này phải được hành giả ghi nhận toàn diện.

Một lời giải tự khác:

"*Pa.thavii yevakasi.nanti = Pa.thaviikasi.na.m*: án xứ nào mà hành giả lấy đất làm tiêu điểm và an trú toàn diện vào đó để tác niệm: *Pa.thavii, Pa.thavii,...*(đất, đất,...) án xứ đó được gọi là Địa đại hoàn tịnh (*Pa.thaviikasi.na*).

Nếu chọn lấy án xứ hoàn tịnh là mảnh đất tự nhiên, không một hình thể, một kích thước nhất định, thì đòi hỏi hành giả phải là người đầy đủ thiện căn, đã từng chứng đạt thiền sắc trong các sanh hữu kế cận đời này bằng án xứ địa đại hoàn tịnh, mà nhờ đó chính trong hiện tại, chỉ nhìn mảnh đất và tác niệm "*Pa.thavii, pa.thavii,...*" bằng sơ khởi tiến đ?t, chừng ấy trì tướng cũng có thể sanh hiện. Rồi tiếp tục an trú vào trì tướng hiện khởi, sau đó sẽ là Thiền chứng.

NHỮNG VIỆC CẦN LÀM ĐẦU TIÊN CỦA VỊ HÀNH GIẢ .

Đối với môn đồ Phật giáo, người cư sĩ hay bậc xuất gia, có lòng tịnh tín nơi Tam Bảo, hiểu biết về kết quả của hành động (không xem lý nhân quả là một lý thuyết tôn giáo) thì chỉ mỗi một việc cần làm là chọn lấy một trong hai con đường dẫn đến bất tử:

- *Con đường trực chỉ hay sự tu tập Minh sát theo Bốn Niệm Xứ.*

- *Con đường luân khởi hay sự tu tập Chỉ tịnh và nhờ nền tảng này phát triển Minh sát .*

Dù là con đường nào, điều cần thiết đầu tiên cũng là những điều kiện thiết yếu và môi trường thiết yếu sau đây:

- Cẩn thục liêm trong giới hạnh.
- Tránh những điều vọng niệm (*palibodha*)
- Thân cận thiện hữu.
- Học hỏi về những điều thích nghi với án xứ đang tu tập (một điều mà vị thiện sư không thể thiếu sót với đệ tử)
- Tránh những trú xứ không thích hợp với việc hành trì.
- Tránh những bận tâm, lo nghĩ những điều nhỏ nhặt.

VIỆC THỌ TRÌ GIỚI HẠNH

- Đối với tại gia cư sĩ thì thọ trì Ngũ giới, Bát quan trai giới hay giới nuôi mạng chân chánh.
- Đối với Sadi thọ Thập giới.
- Đối với Tỷ khưu thì thọ thúc trong Giới bản.

MƯỜI ĐIỀU VỌNG NIỆM.

Aavaaso ca kula.m laabho ga.no kamma~nca pa~ncama.m addhaana.m ~naati abaadho gandho iddhiiti te dasaati

[*Cha. Visuddhimagga. Phần 1, Dasapalibidhava.n.nanaa trang 86*]

Hành giả cần phải tránh 10 điều vọng niệm sau:

- Vọng niệm về trú xứ (*aavaasapalibodha*)
- Vọng niệm về tín thí (*kulapalibodha*)
- Vọng niệm về lợi lộc (*laabhapalibodha*)
- Vọng niệm về tập thể, hội chúng (*ga.napalibodha*)
- Vọng niệm về xây cất (*kammopalibodha*)
- Vọng niệm về năm sự bận rộn của việc đi đường (*addhaanapalibodha*)
- Vọng niệm về quyến thuộc (*~naatipalibodha*)
- Vọng niệm về bệnh tật (*abaadhapalibodha*)
- Vọng niệm về điều học (*ganthapalibodha*)
- Vọng niệm về sự chứng đắc thân thông (*iddhipalibodha*).

THÂN CẬN THIỆN HỮU

Piyo garu bhaavaniyo vattaa ca vacanakkhamo gambhiira~nca katha.m kattaa no ca.t.thaa.no niyojaye. [Cha. Visuddhimagga. Phần 1. Kamma.t.thaana-dayakava.n.nanaa. Trang 94 – Niyajaketi]

Người mà hành giả xem là một thiện hữu cần thân cận, phải đầy đủ những đức tánh sau:

1. *Piyo*: là người đáng được kính mến về giới hạnh.
2. *Garu*: đáng được kính trọng vì là người có giới, định và thọ trì pháp đầu đà.
3. *Bhaavaniyo*: đáng được tán thán vì đức tính công bằng, không thiên vị đối với đồng phạm hạnh hay người đệ tử.ú
4. *Vattaa*: có khả năng hướng dẫn tốt đệ tử.
5. *Vacanakkhamo*: sẵn sàng tiếp nhận những lời khuyên bảo của những vị đồng phạm hạnh hay thậm chí là đệ tử.
6. *Gambhiira~nca katha.m kattaa*: có khả năng giảng giải những pháp lý thâm sâu, như về Danh Sắc, Ngũ Uẩn, Tứ Thánh Đế, Lý duyên sinh, Tam Tướng,... một cách rõ ràng.

7. *A.t.thaa.ne no ca riyojaye*: không làm những việc vô ích, lãng phí dù là một lần, chỉ làm những điều đem lại lợi ích cho mình và cho Phật giáo.

Bảy tiêu chuẩn này cần có với bất kỳ môn đồ Phật Giáo và càng không thể khiếm khuyết đối với người trong vai trò chỉ dạy thiên định cho kẻ khác. Riêng đối với một người Hành Giả càng nên thân cận với một người thiện hữu như thế.

VIỆC HỌC HỎI VỀ ÁN XỨ TU TẬP

(Phần này sẽ được giải sau ở phần *Sappaayabhoda* tiếp theo).

NHỮNG TRÚ XỨ KHÔNG THÍCH HỢP CHO VỊ HÀNH GIẢ:

Vị hành giả phải tránh những trú xứ sau đây:

- *Mahaavaasa.m*: Trú xứ quá rộng lớn.
- *Navaavaasa.m*: Trú xứ mới xây cất.
- *Jaraavaasa.m*: Trú xứ đã mục nát, hư đổ.
- *Panthanissita.m*: Trú xứ gần đường qua lại.
- *Sa.n.dii*: Trú xứ gần bên nước.
- *Pa.n.na.m*: Trú xứ gần vườn cây.
- *Pappha.m*: Trú xứ gần vườn hoa.
- *Phala.m*: Trú xứ gần vườn quả trái.
- *Patthaniiyataa*: Trú xứ gần hội trường.
- *Nagarasannissitaa*: Trú xứ cận kề đô thị.
- *Daarusannissita*: Trú xứ gần những khu rừng nơi đốn củi.
- *Khetasannissitaa*: Trú xứ kế cận đồng ruộng.
- *Visabhaagaana.m puggalaana.m*: Cùng trú xứ với người đối nghịch.
- *Pattanassannissitaa*: Trú xứ gần bến cảng hay gần những chỗ điếm hội đồng người
- *Accantasannissitaa*: những nơi mà ở đây dân chúng không tin Phật giáo.
- *Rajjasiimasannissitaa*: Trú xứ cận biên giới, nơi có sự quan tâm của Đức Vua.
- *Asappaayataa*: Trú xứ không thuận lợi vì mãi thấp thỏm, lo sợ bọn cướp, dạ xoa.
- *Ka.lyaa.namittaana.m alaabhō*: những nơi không có thiện hữu.

Với vị hành giả cần tránh những trú xứ như trên, cũng như bánh xe cần tránh những khúc đường nhiều khe, đồ nát. Do đó, các Ngài A-xà-lê viết những điều trên bằng đoạn văn tóm tắt trong *Visuddhimaggaṭṭhakathā* [*Cha. Phần I, trang 118*]:

Mahaavaasa.m navaavaasa.m
Jaraavaasa.m ca panthani
So.n.di.m pa.n.na~nca pappha~nca
Phala.m pa.t.thitameva ca
Nagara.m .dru.naakhetta.m
Visabhaagena patta.m
Paccantasiimaasappaaya.m
Yattha mitto na labbhati
Atthaayasetaani .thaanami
Iti vi~naaya pa.n.dito
Aavakaa parivajjeyya
Magga.m pa.tibhaya.m [] yathaati.*

[*] *Cha. Sappa.tibhaya.m*

NHỮNG TRÚ XỨ THÍCH HỢP CHO HÀNH GIẢ:

Điều này, Đức Thế Tôn thuyết rằng:

"*Katha~nca bhikkhave senaana.m pa~nca*"ngasamannaagata.m hoti idha bhikkhave senaasana.m"

"Ngày Chư Tỳ Khuru, một trú xứ cần phải hội đủ năm chi phần này. Thế nào là năm? Đó là:

1. *Naatidaara.m hoti naccasanna.m gamanaagamanasampanna.m*: nơi thuận tiện cho việc đi lại, tức là không quá xa hay quá gần xóm làng.
2. *Divaa appoki.n.na.m ratti.m appasadda.m appanigghosa.m*: nơi thanh tịnh vắng vẻ, ban ngày không ồn ào, ban đêm được thanh vắng, yên tĩnh.
3. *Appada.msamakavaatatapasariisapasamphassa.m hoti*: Trú xứ không có côn trùng, muỗi mòng, gió nắng.
4. *Tasmi.m kho pana senaasane viharantassa apakasireneva uppajjanti ciivarapi.n.dapaatasenaasanagiilanapaccayabhesajjaparikkhaaraa*: ở những nơi đầy đủ vật dụng: y phục, vật thực, trú xứ và thuốc trị bệnh dễ dàng, không phải bận rộn tìm kiếm.
5. *Tasmi.m kho pana senaasane therabhikkhuu viharanti bahussuta aagataagamaa dhammadharaa vinayadhanaa maatikaadharaa te kaalena kaala.m upasa*"nkamitvaa paripucchati paripa.nhati "*Ida.m bhante katha.m imassa ko attho*" ti tassa te aayasmanto avivata.m ceva vivaranti anuttaaniikata~nca uttaaniikaronti anekavihitesu ca ka"*nkha.t.thaaniyesu dhammesu ka*"nkha.m pa.tivinodenti: Tại nơi trú xứ có những Vị Tỳ khuru trưởng lão đa văn, giữ pháp, tri luật, suốt thông mọi yếu lý (*maatikaa*) giáo điển, là chỗ nương dựa. Vị hành giả nếu có ngờ vực, phân vân, hãy đi đến những vị này trong những thời phải lúc và bạch rằng: "Thưa Tôn giả, điều này là sao? Nghĩa pháp như thế nào?" Những Vị Tỳ khuru ấy sẽ phơi bày những điều chưa được hiển lộ bởi nghi hoặc, sẽ tiêu trừ những ngờ vực đối với giáo pháp.

"*Eva.m kho bhikkhave senaasana.m pa~nca*"ngasamanna gata.m hoti."

"Ngày chư Tỳ khuru, đây là 5 chi phần của trú xứ thích hợp."

NHỮNG CHI PHỐI NHỎ NHẶT (HAY NHƯỢC TIỂU QUÁN NIỆM) (*Kuddakapalibodha*).

Hành giả cần phải làm những việc nhỏ nhặt sau đây để khỏi bận tâm lo nghĩ khi đang hành án xứ:

1. *Diighaani kesanakhalomaani chinditabhaani*: cắt móng tay, chân, râu tóc (nếu thấy cần).
2. *Tiinacivaresu da.lluukamma.m vaa tunnakamma.m vaa kaatabba.m*: cần khâu vá y phục nếu thấy cũ rách.
3. *Kili.t.thaanii ciivaraani rajitabbaani*: y phục phai màu cần phải nhuộm sắc.
4. *Sace patte mala.m hoti patto pacitabbo*: Sơn phết nếu bát hoen rỉ.
5. *Ma~ncapiithaadiihi so dhetabbaani*: giường ghế nên lau chùi sạch sẽ.

Đây là những điều nhỏ nhặt nhưng cần tránh đối với vị hành giả trước khi hành án xử, vì đó sẽ có thể làm chi phối, phóng đăng trong khi đang hành trì.

CHUẨN TÁC VỀ ĐỊA ĐẠI ÁN XỬ - PA.THAVIIKASI.NA

Để thực hành thiền chi tịnh bằng án xử Địa đại hoàn tịnh, hành giả việc đầu tiên chọn lấy một mẩu đất nhỏ để làm tiêu điểm (*a"ngakasi.na*) an trú, mẩu đất này nên có màu sắc hồng (*aru.na*) và dẻo khắn để tạo điều kiện cho tâm được sáng suốt và tinh mãn hơn. Điều cần tránh là không nên để vật làm án xử có màu sắc lẫn lộn với màu sắc dùng riêng làm án xử hoàn tịnh (màu xanh - *niila*, màu vàng - *piita*, màu đỏ - *lohita* và màu trắng - *odaata*). Hay tránh những bụi hồng hoặc những vật dơ bẩn trong đất làm án xử, để cảm thức rằng: "Đó là vật khiết tịnh, trong sạch, không bợn nhơ". Sau đó dùng nước nhồi trộn cho đến khi đất đã nhuần nhuyễn mềm, khiết tịnh, không còn thô nhám vì bụi rác, rồi khuôn đúc thành một hình tròn, đường kính khoảng một gang bốn ngón tay. Xung quanh mẩu đất hình tròn nên làm một đường viền có màu khác biệt, có thể là xanh hoặc trắng, phần đường viền này khoảng một lóng tay, nếu không như vậy thì chọn một tấm gỗ hay một vật gì đó hình tròn, có đường kính lớn hơn đường kính mẩu đất làm án xử hai lóng tay và áp dán mẩu đất vào tấm gỗ này để có đường viền là một lóng tay. Phần đường viền này cũng được làm bằng một màu khác biệt như trên. Riêng mẩu đất án xử trên mặt ngang phải được làm nhẵn láng và bằng phẳng cũng như mặt trắng.

Về kích thước án xử cũng có thể làm lớn hơn hoặc nhỏ hơn kích thước đã nói, có thể nhỏ hơn hai hoặc ba ngón tay nếu làm nhỏ. Và lớn hơn bốn hoặc tám ngón tay nếu làm lớn. Kích thước nhỏ sẽ thích hợp cho những hành giả tâm định yếu kém. Riêng những hành giả tâm định vững mạnh nên chọn án xử với kích thước lớn.

Đối với vật làm án xử, hành giả cần phải tôn trọng cũng giống như đã tôn trọng kính lễ viên ngọc xá lợi, cần được bảo vệ gìn giữ sạch sẽ, tránh bụi hồng dơ bẩn cũng như bảo vệ hình ảnh Đức Phật vậy.

Khi hành giả chuẩn bị tốt án xử, hãy tìm nơi thanh vắng, xa những hội chúng đông người, đến vườn cây, núi rừng,... hay một am thất, một trú xứ xa vắng nào đó là nơi tĩnh lặng tịch tịch, có đủ điều kiện thích hợp cho đời sống. Vị hành giả khởi sự hành trì đầu tiên đặt mẩu đất án xử trước mặt với tầm cao ngang mắt, không nên để quá cao đến nỗi phải ngước nhìn, hay quá thấp mà phải cúi xuống, như thế sẽ phải khó khăn trong sự an trú. Và trong lúc ngồi an trú án xử cũng không nên quá gần hay quá xa, khoảng cách hai hắc (*sauk*) một gang tay (*kurp*) là vừa. Vì nếu quá xa tầm nhìn, án xử sẽ dễ bị nhập nhòa và hình thể án xử không được an trú rõ ràng. Nếu quá gần, những dấu vết, những đường viền hay những chi tiết nào đó không cần thiết sẽ rõ nét, và như vậy, tâm định sẽ bị phân tán trước khi Tri tướng hiện khởi. Kể đến, hành giả suy xét đến trạng thái Thiền định, khi tâm không còn bị chi phối bởi các dục phược (*kaamagu.na*), hướng đến thoát ly, hành giả suy tưởng các ân đức Tam Bảo cho đến khi đã hoàn toàn tịnh tín hân hoan. Sau đó với tâm từ bi biến mãn các hướng đến tất cả chúng sanh không phân biệt chủng loại. Rồi tiếp đến suy quán lại chính mình: "Sự từ tụng là điều phải đến với ta và lẽ tất nhiên là không ai có thể làm khác hơn được, vậy ta hãy chuyên cần tìm chỗ nương tựa cho chính mình trước khi cái chết tìm đến". Bấy giờ hành giả nên hiểu rằng: Chư Phật và các Vị Thánh Nhân thoát ly khổ luân hồi (*va.t.tadukkha*) cũng chính bằng con đường Thiền định - trong đó Chi tịnh là một nhân gián tiếp - Suy quán xong rồi lễ bái án xử [*], sau đó hướng tâm chú niệm và tập trang toàn diện vào Địa đại hoàn tịnh, chứ không nên chỉ nhìn xuống hay nhìn về một khía cạnh của án xử.

[*] Điều này có khác ý kiến một số người, nhưng vì tôn trọng nguyên bản và hơn nữa đây cũng chưa phải là vấn đề ảnh hưởng của tập sách Thiền, nên người dịch xin giữ lại nguyên văn

Trong khi hành giả nhất tâm an trú vào án xứ Địa đại hoàn tịnh này, không nên để tâm đến màu sắc hay thực tính của án xứ, là trạng thái cứng mềm, chướng ngại,... vì đây không phải là án xứ màu sắc (*va.n.nakasi.na*), mà chỉ nên hướng tâm đến đất làm án xứ, và an trú vào án xứ qua cảnh chế định thôi.

Khi hành giả đã làm cho tâm thật sự hân hoan, thỏa thích trong việc hành trì án xứ cũng giống như con hồ sau khi tóm bắt được rùa (hành giả chọn đúng án xứ) và thỏa thích chuẩn bị lấy thịt rùa khỏi vỏ mai (hành giả chuẩn bị hành trì). Khởi đầu hành giả an trú vào án xứ và chuẩn bị tiến đạt, vị hành giả tác niệm "*Pa.thavii, pa.thavii...*" hay "đất, đất,..." Trong lúc an trú không nên mở mắt nhìn quá lớn hay khép mắt quá kín. Tuy nhiên, sau khi đã tương đối thuần thực ở giai đoạn này, thỉnh thoảng đôi lúc hành giả nên khép mắt lại để tác niệm án xứ, nhưng chỉ đôi lúc thôi, cho đến khi trì tướng xuất hiện. (Những chuẩn tắc đầu tiên này dùng cho cả những án xứ hoàn tịnh còn lại, các án xứ sau chỉ nói đến những thay đổi cần thiết).

NHỮNG TRỞ NGẠI TRƯỚC KHI XUẤT HIỆN TRÌ TƯỚNG.

Khi đang an trú án xứ bằng chuẩn bị tiến đạt, thường có những hành giả luôn vọng mộng, mong muốn sớm đạt đến Trì tướng trong thời gian tối thiểu nhất có thể đạt được. Song, Trì tướng không hiện khởi như ước muốn của hành giả, và thế là, tâm hành giả hướng về thực động. Từ đó, cảm thấy cơ thể bải oải, mệt mỏi, lẽ tất nhiên là hôn thụ cái (*thiimamidhaniivara.na*) dễ dàng sanh khởi. Để tránh điều này, hành giả suy nghĩ hoặc làm những việc không đâu và rơi vào những vọng niệm (*palibodha*) cần tránh đối với hành giả. Và một lần nữa, hành giả đã từ trở ngại này đến trở ngại khác.

Bấy giờ, một điều cần làm là hành giả nên suy quán rằng: "Như vậy, một ngày nào đó ta sẽ mệnh chung trước khi Trì tướng hiện khởi. Những công việc nhỏ nhặt thông thường mà đã làm quá nhiều trong quá khứ trước kia và hiện tại này đây, những công việc ấy hoàn toàn không cần thiết cho việc thiền định của Ta". Và rồi, hành giả hãy tiếp tục chuyên cần tác niệm án xứ trở lại. Nhưng đừng quá vội vàng, hãy để thời gian khoảng 2-3 phút tác niệm một lần cho đến khi tâm hành giả lấy lại được quân bình. Từ đó, tiếp tục phát triển đến khi đạt đến Trì tướng.

SỰ HIỆN KHỞI CỦA TRÌ TƯỚNG.

Sau khi an trú vào án xứ bằng chuẩn bị tiến đạt đã thuần thực, lúc ấy Trì tướng sẽ hiện khởi. Nhanh hay chậm là tùy sự chuyên cần áp chế Triền cái (*Niivara.na*) của hành giả. Giai đoạn này, không cần phải an trú án xứ bằng mắt nữa, cảnh án xứ đã trở thành Trì tướng và sẽ được hành giả tri nhận bằng ý môn. Bấy giờ tâm của hành giả và cảnh án xứ sơ tri rất khẩn khít, được ví dụ rằng cũng giống như nam châm và vật bị hút. Tuy nhiên đối với vật thông thường, không phải là án xứ đang tu tập, hành giả không thể tri nhận bằng ý môn như thế được. Vì rằng khi khép mắt, hành giả chỉ còn "thấy" mỗi một cảnh là Địa đại hoàn tịnh và tùy theo tư thế oai nghi mà hành giả có một ý niệm về phương hướng án xứ: phải, trái, trên, dưới... khác nhau. Điều này sẽ dễ hiểu tại sao ở trình độ này, dù nhìn vào bóng tối hành giả vẫn có thể tri nhận án xứ không cần ánh sáng, một điều kiện không thể thiếu đối với nhãn môn. Nên hiểu trường hợp này bằng ví dụ sau: "Như một người nhút nhát, tánh hay lo sợ về ma quỷ, tình cờ gặp phải tử thi hoặc nhiệm vụ phải tắm rửa cho một xác chết. Thì giấc ngủ sau đó, họ cảm thấy hình ảnh tử thi cứ chập chờn ở mắt họ. Cũng vậy, ở giai đoạn này, hành giả nếu không phải trong giấc ngủ thì dù ở thời điểm vừa thức giấc, vẫn còn nhắm mắt cũng có thể tri nhận án xứ và đẩy lùi triền cái."

Sự thực hành chi tịnh này, đối với vị hành giả nào đạt đến thiền chứng hay Tự tướng thì chắc chắn rằng vị hành giả này đã tái tục bằng Tâm Tam Nhân, đối với người tái tục không phải bằng tâm tam nhân thì chỉ đạt đến mức tối đa là Trì tướng và dĩ nhiên là không bao giờ đến khả năng thiền chứng. Riêng thời gian thực hành để đạt đến Tự tướng nhanh hay chậm là còn tùy thuộc vào khả năng của mỗi hành giả, có người khoảng chừng một tháng hay một năm, có

người đến cả 10 năm, 20 năm, điều đó không nhất định. Khi Tự tướng xuất hiện, sau đó không lâu, hành giả sẽ đạt đến thiên chứng. Nhưng nếu trong thời gian dài mà hành giả vẫn chưa đạt đến Tự tướng thì cũng không thể giải quyết rằng, không phải là người Tam nhân. Hoặc là vì người hướng dẫn, hoặc là vì chính hành giả mà dẫn đến những chướng ngại cho sự phát triển Tự tướng. Do đó, hành giả thực hành trong suốt đời vẫn nên, vì không ai biết rằng với thời gian nhất định nào đó sẽ chứng đạt thiên chứng và xác định là người Tam nhân hay không phải là người Tam nhân. Nhưng cho dù trong đời hiện tại chưa chứng đắc cũng là nhân tích lũy, vun bồi thiện căn và ngũ quyền trong đời vị lai.

TỰ TƯỚNG HIỆN KHỞI:

Khi đạt đến khả năng Tri tướng, hành giả nên tìm đến một trú xứ khác, và thấy rằng đó là nơi thuận lợi thích hợp, hãy ở lại đó để tiếp tục hành trì. Nhưng nếu trú xứ này Trì tướng không còn hiển lộ nữa, bởi các vọng niệm, thì cần phải trở về nơi cũ phát triển án xứ trở lại. Và sau đó, khi án xứ đã hiển lộ như trước hãy đi đến trú xứ mà trước đó đã bỏ đi để phát triển thêm nữa. Sở dĩ phải như vậy, là vì nếu ở tại một trú xứ quá lâu, hành giả khó tiến thêm trình độ cao hơn tức là Tự tướng. Sau khi đã chuyên chú không gián đoạn, cảnh án xứ sẽ được tế nhị, tinh tế và khiết hóa hơn. Trì tướng không còn thô thiển như lúc ban đầu. Tâm hành giả hoàn toàn hân hoan, không còn cảm thấy mệt mỏi thụ động. Hành giả đã đạt đến Tự tướng.

Những tâm định dục giới sơ khởi ban đầu cho đến Trì tướng vẫn là giai đoạn chuẩn bị tiến đạt. Kể từ lúc Tự tướng hiện khởi cho đến thiên chứng, giai đoạn này được gọi là căn hành tiến đạt hay căn định. Tâm định lúc này có khả năng áp chế những pháp Triền cái (*Niivara.na*) sau đây:

1. Dục dục cái (*Kaamachandaniivara.na*): sự tham muốn trong cảnh dục.
2. Sân độc cái (*Byaapaadaniivara.na*): sự nóng nảy, cuồng nộ.
3. Hôn thụy cái (*Thiinamidhdhaniivara.na*): đã dục, buồn ngủ.
4. Trạo hối cái (*Uddhaccakukkuccaniivara.na*): phóng đăng, hối hận.
5. Hoài nghi cái (*Vicikicchaniivara.na*): sự ngờ vực đối với người hướng dẫn hoặc phương thức hành trì.

Giai đoạn này, Vô minh cái (*Avijjaaniivara.na*) cùng các phiền não khác cũng được giảm nhẹ. Hành giả đạt đến Tự tướng thời sau đó không lâu, nếu là người lợi căn, sẽ chứng đạt kiên cố định hay kiên cố tiến đạt, đó là thiên tầng thứ nhất: Sơ thiên sắc giới. Riêng về người độn căn, thời gian đạt đến thiên chứng có phần chậm hơn. Nhưng dù với hành giả nào, lợi căn hay độn căn, khi gần đến lãnh vực thiên chứng, nghĩa là ở giai đoạn tâm định căn hành, hành giả gia cần phải khéo duy trì, gìn giữ Tự tướng, cũng giống như sự bảo vệ thai bào của Hoàng hậu, khi các nhà tiên tri cho biết rằng đứa bé sau này sẽ là Chuyển luân Vương. Nếu không được duy trì gìn giữ thời Tự tướng sẽ hoại đi và cả tâm định căn hành tiến đạt cũng không còn nữa, chỉ là những tâm định trong khả năng chuẩn bị, tức là giai đoạn ban đầu.

Trong *Visuddhimagga* (*Thanh tịnh đạo*), Ngài *Buddhaghosa* viết đoạn này:

*"Nimitta.m rakkhato laddha
Parihaani na vijjati
Aarakkhamhi asantamhi
Laddha.m laddha.m vinassati"*

"Tâm định được tồn tại khi ấn tướng còn được duy trì. Nếu ấn tướng mất đi, tâm định cũng không còn nữa."

SỰ DUY TRÌ TỰ TƯỚNG

Để duy trì Tự tướng lâu dài, hành giả cần tránh những điều không thích hợp sau đây:

- Aavaasa*: Trú xứ.
- Gocara*: Sự đi lại.
- Bhassa*: Khâu hành.
- Puggala*: Bạn lữ.
- Bhojana*: Vật thực.
- Utu*: Thời tiết.
- Iriyapaatha*: Oai nghi.

1. TRÚ XỨ:

Những nơi nào các ấn tướng chưa sanh không thể sanh khởi, nếu đã sanh rồi mà bị tiêu hoại, gián đoạn. Hay Chánh niệm chưa sanh không sanh khởi, bằng như đã sanh rồi mà bị hoại đi, tán tâm. Ấy không phải là trú xứ thích hợp cho hành giả.

Với trú xứ nào, các ấn tướng, chánh niệm chưa sanh thời sanh khởi, đã sanh được tăng trưởng, lớn mạnh. Trú xứ ấy thích hợp cho vị hành giả.

Suy xét những điều trên, hành giả tìm trú xứ thích hợp.

2. SỰ ĐI LẠI:

Những nơi bất tiện cho sự đi lại:

- Trú xứ đối hướng với xóm làng nằm ở hướng đông hoặc hướng tây, nắng mặt trời sẽ rọi khi đi khất thực hay lúc trở về.
- Trú xứ cách xóm làng quá ba dặm (5 km) và đường đi trắc trở khó khăn.
- Những nơi khất thực khó khăn, vì thiếu vật thực

Những nơi thuận tiện cho việc đi lại:

- Xóm làng ở hướng nam hoặc hướng bắc đối hướng với trú xứ.
- Trú xứ không xa hơn ba dặm.
- Khất thực dễ dàng.

3. KHẤU HÀNH:

Hành giả cần tránh những câu chuyện vô ích sau:

- *Rajakatha*: Nói về vua chúa, quyền thuộc... của Hoàng tộc.
- *Corakatha*: Chuyện về trộm cướp.
- *Mahaamatta*: Chuyện các Đại thần, quan lại.
- *Senaakatha*: Chuyện về quân lính
- *Bhayakatha*: Chuyện về những sự kinh sợ.
- *Yuddhakatha*: Chuyện chiến sự.
- *Annakatha*: Chuyện thức ăn.
- *Paanakatha*: Chuyện thức uống.
- *Vatthakatha*: Chuyện vải mặc.
- *Sayanakatha*: Chuyện sàng tọa.
- *Paalaakatha*: Chuyện vòng hoa.
- *Ganthakatha*: Chuyện hương thơm.

- *~Naatikathaa*: Chuyện quyền thuộc.
- *Yaanakathaa*: Chuyện xe giá.
- *Gaamakathaa*: Chuyện làng mạc.
- *Nigamakathaa*: Chuyện thị trấn.
- *Nagarakathaa*: Chuyện đô thị.
- *Janapadakathaa*: Chuyện quốc độ.
- *Itthikathaa*: Chuyện về nữ nhân.
- *Purisakathaa*: Chuyện về nam nhân.
- *Surabhakathaa*: Chuyện về anh hùng.
- *Visikhaakathaa*: Chuyện bên đường.
- *Kumbha.thaanakathaa*: Chuyện bên nước.
- *Pubbapetakathaa*: Chuyện về vong nhân.
- *Naanattakathaa*: Chuyện không mục đích.
- *Lokakkhaayikakathaa*: Chuyện về vũ trụ.
- *Samuddakkhaayikakathaa*: Chuyện về biển cả.
- *Itibhavaabhavakathaa*: Chuyện hưng thịnh và suy vong.
- *Ara~n~nakathaa*: Chuyện rừng.
- *Pabbatakathaa*: Chuyện núi.
- *Nadiikathaa*: Chuyện sông ngòi.
- *Diipakathaa*: Chuyện hải đảo.

Những điều trên đây, đôi khi cũng là điều lợi ích, nhưng chỉ lợi ích về thế gian. Riêng việc tu chứng hoàn toàn không giúp được gì. Chỉ là sự trở ngại cần phải tránh. Bậc Đạo Sư thuyết rằng: "Những lời phù phiếm vô ích là một trở ngại cho sự tu tập, nó chỉ đem lại những kết quả khổ đau".

Tuy nhiên, nếu nói về một vị vua hùng mạnh, một đạo sĩ đại thần lực hay một người đầy sức mạnh uy quyền nào đó, để ý thức rằng rồi tất cả theo một qui luật tử sinh. Như thế thì vẫn nên. Hay dùng những mẫu chuyện này so sánh, ví dụ cho một lý pháp thì vẫn là điều lợi ích. Ngoài ra, trong ý nghĩa bông đùa, lãng phí, mua vui là điều cần phải tránh.

Và lại nữa, hành giả không nên dự tranh bằng những lời tranh tụng (*viggaa~nitakathaa*) sau:

- *Na tva.m ima.m dhammavinaya.m aaja~nissasi*: Ngài không hiểu biết gì về pháp luật này.
- *Aha.m ima.m dhammavinaya.m ajaanaami*: chính tôi mới là người hiểu biết pháp luật này.
- *Ki.m tva.m ima.m dhammavinaya.m ajaanissasi*: Ngài hiểu biết pháp luật này như thế nào?
- *Micchaapa.tipanno tavasasi*: Ngài chính là người thực hành sai lầm.
- *Ahamasmi.m sammaapa.tipanno*: Tôi đây mới là người thực hành chính chắn.
- *Sahita.m me*: Tôi không mâu thuẫn giữa lời nói trước và sau, lời nói tôi mới đem lại lợi ích.
- *Aasahita.m te*: lời nói trước đã mâu thuẫn với lời nói sau của Ngài. Lời nói của Ngài chỉ vô ích.
- *Purecacaniya.m pacchaa avaca*: Lời nói đáng nói trước Ngài lại nói sau.
- *Pacchaavacaniya.m pure avaca*: Lời đáng nói sau Ngài lại nói trước.
- *Achicci.n.nante viparaavatta.m*: Lời nói của Ngài đã bị đánh đổ.
- *Aropito te vaado*: Lời nói của Ngài đã bị thách thức.
- *Niggahi to tavamasi*: Ngài đã bị đánh bại.
- *Cara vaadapamokkhaaya*: Ngài hãy giải tòa tri kiến.
- *Nibbethehi vaa sace pahosi*: Nếu được bây giờ Ngài hãy tự thoát khỏi sai lầm.

Dù ở trường hợp nào, trong thời gian nào tránh những điều tranh tụng trên đây vẫn là điều hữu ích đối với pháp học và pháp hành và cả lẽ sống thế gian. Một là nó đánh mất sự tốt đẹp, sự tiến hóa cho chính mình. Thứ hai là sự mất hòa hợp tập thể hội chúng. Và sau cùng là cho kết quả sanh thú đời sau khổ đau. Những ai muốn học đòi trở thành vị hiền trí hay bậc Đại nhân thì cần nên từ bỏ những khâu hành nào không chắc chắn, không ngăn chặn đạo, quả và Níp-bàn, những khâu hành ấy được gọi là những khâu hành tốt đẹp thích hợp (*bhassasappaaya*) hay là 10 *Kathaavattu* sau đây:

- *Apicchataakatha.m*: nói về thiếu dục.
- *Santu.t.thikattha.m*: nói về tri túc.
- *Pavivekakatha.m*: nói về tịch tịnh (sự yên lặng của thân, khẩu, ý).
- *Asa.mmaggakatha.m*: nói về không hệ lụy dục phược (*Kaamagu.na*)
- *Viriyaaramkhakatha.m*: nói về sự chuyên cần.
- *Siilakatha.m*: nói về Giới.
- *Samaadhikadha.m*: nói về Định.
- *Pa-n-naakatha.m*: nói về Tuệ.
- *Viruttikatha.m*: nói về giải thoát (giải thoát ở đây chỉ cho tâm tứ quả).
- *Vimutti-naa.nasassanakatha.m*: nói về tri kiến giải thoát (trí phân khán Tâm tứ quả và Níp-bàn).

Mặc dù như đã nói, mười *kathaavattu* trên là những điều thích hợp, không ngăn lối Đạo, Quả, Níp-bàn. Tuy nhiên, đối với vị hành giả ở giai đoạn này cũng không nên luận bàn quá nhiều, chỉ nên ở mức giới hạn vừa đủ. Vì hành giả cần phải duy trì tâm định và Tự tướng để khỏi hư hoại, gián đoạn, các Ngài A-xá-lê bảo rằng: "*Tampi mattaaya bhaasitabba.m*: dầu là điều đáng nói, nhưng chỉ nên ở mức giới hạn."

4. BẠN LŨ:

Vị hành giả khi đang tu tập, có hai hạng người này không nên giao du vì mục đích hội ý, luận bàn:

- *Kaayada.lhiibahulo*: Người tính ưa thích đom đàng, hay bạn tâm chăm sóc về ngoại hình.
- *Tiracchaasakathiko*: Ưa thích phiếm luận vô ích.

Và có hai hạng người hành giả nên thận cận để trao đổi luận bàn (nếu thấy cần):

- *Atiracchaanakathiiko*: Không nói lời vô ích, phù phiếm.
- *Siikaadigu.nasampanno*: Đây đủ giới đức, tinh đức và tuệ đức.

5. VẬT THỰC:

Tùy hành giả mà sự thích nghi vật thực khác nhau. Có hành giả không thích nghi với những vật thực mang vị béo ngọt và điều này có thể dẫn đến sự không vừa lòng, hành giả dễ bị tán tâm lúc hành trì. Riêng những vật thực mang vị chua, hành giả lại vừa lòng hơn, tâm không bị chi phối vì phản ứng của vật thực. Đối với hành giả này, những vật mang vị chua là vật thực thích hợp. Ngược lại, có những hành giả ưa thích vật thực ngọt, không thích hợp với vật thực chua, thì đối với hành giả này vật thực ngọt là thích hợp. Riêng những vị đắng, mặn, chát, cay, không nói ở đây, vì những vị này dùng để pha lẫn hai vị trên và không tùy thuộc sở thích cá biệt.

6. THỜI TIẾT: (*utu- asappaya vaa utusappaaya*)

Trong thời tiết nóng bức, nếu hành giả cảm thấy bức rức khó chịu, tâm không được định tĩnh an trụ hay tâm đã định tĩnh bị phóng đăng, chi phối. Thời tiết như vậy là không thích hợp với

hành giả. Nhưng nếu ở thời tiết lạnh mát mà hành giả cảm thấy dễ chịu, thoải mái, tâm vững trú, yên tịnh hay phóng đăng môn lung được an trú, lắng đọng, thời tiết như vậy là thích hợp với hành giả.

Nhưng ngược lại, có những hành giả trong thời tiết nóng cảm thấy dễ chịu, tâm được định tĩnh, an trú, thì với thời tiết này thích hợp cho vị hành giả. Nếu ở thời tiết lạnh, bị phóng đăng, tán tâm, khó an trú, thì như vậy thời tiết này không thích hợp cho vị hành giả ấy.

7. CÁC OAI NGHI

Trong các oai nghi, tùy hành giả mà có một oai nghi thích hợp. Có hành giả khi thực hành trong oai nghi năm sẽ bị hôn trầm đã dưới, tất nhiên không đạt kết quả gì, nhưng nếu ở oai nghi khác vị ấy cảm thấy thân, tâm thích hợp và tịnh thức hơn, không bị các triền cái chi phối. Ngược lại, có hành giả thích hợp trong oai nghi nằm hơn là các oai nghi khác. Có hành giả thích hợp với oai nghi đi hoặc nằm nhưng không thích hợp với oai nghi ngồi hoặc đứng. Có hành giả ngược lại điều này.v.v...Nhưng tựu chung những oai nghi nào hành giả cảm thấy đã dưới, hôn trầm, tâm phóng túng, dao động, không đem lại kết quả hành trì. Oai nghi ấy là không thích hợp tới hành giả. Oai nghi nào làm cho tâm được an tịnh, sáng suốt, lắng đọng các triền cái, oai nghi ấy là thích hợp với vị hành giả.

Hành giả nên tìm oai nghi thích hợp trong các oai nghi này.

Khi đạt đến khả năng Tự tướng, hành giả tránh được bảy điều bất hợp (*Asappaaya*) và khuôn theo những điều thích hợp như đã nói. Từ đó không bao lâu, sẽ đạt đến thiên chứng tức thiên tầng Sắc giới thứ nhất. Nếu vẫn chưa đạt đến thiên tầng này, hành giả cần bỏ túc 10 *appanaakosalla* như sau:

- *Vatthuisadakarivataa*: nên làm những việc vệ sinh cá nhân (thân thể, y phục).
- *Indriyasamattapa.tipaanataa*: quân bình Ngũ quyền, Tín quân bình với Tuệ, Cần quân bình với Định. Riêng về Niệm quyền phải được lớn mạnh hơn cả, vì chính Chánh niệm nâng đỡ thiện pháp, không để tâm rơi vào Triền cái.
- *Nimittakusalataa*: thiện xảo trong việc bảo tồn ấn tượng và duy trì tâm định vững trú.
- *Cittapaggaho*: khi tâm buồn chán, lui sụt do tịnh giác chi, định giác chi và xả giác chi. Khi ấy cần phải được phát triển lớn mạnh đối với những giác chi Trạch pháp, cần và hỷ giác chi.
- *Cittaniggaho*: khi phóng đăng, tán tâm do ba giác chi Cần, Hỷ và Trạch pháp giác chi. Bây giờ cần phát triển khinh an, định và xả giác chi.
- *Cittasampasa.mho*: khi tâm thối thất chán nản trong việc hành trì, hành giả nên phát triển lòng tin đối với việc tu tập bằng cách suy quán về tám kinh động (sa.mvegavattu) [*] và niệm tưởng đến ân đức Tam Bảo.

[*] *Sanh, già, đau, chết, địa ngục, atula, bàng sinh, ngạ quỷ*

- *Citta-ajjupakkho*: cần giữ tâm quân bình, tinh lặng, khi không còn chán nản, thụ động hay phóng đăng, thiếu định tĩnh.
- *Asamaahitapuggalaparivajjana.m*: Tránh những người phóng đăng, tâm thiếu định tĩnh, tán động.
- *Samaahitapuggalasevana.m*: thân cận những người tu tập thiên định.
- *Tadadhimutti*: Chuyên cần duy trì Tự tướng, tức nhân cần thiết dẫn đến thiên chứng, không gián đoạn.

SỰ KHAI TRIỂN TỰ TƯỚNG

Khi hành giả đã duy trì tốt Tự tướng, tiếp đó cần làm lớn rộng ấn tướng này. Từ kích thước ban đầu cho đến chu vi một quả núi rồi lớn đến một vũ trụ (*cakkavaala*) để trau dồi tâm định thêm sức mạnh vững trú. Song điều này không nên thực hiện đối với Tri tướng, làm như vậy chỉ đem lại bất lợi. Khi ấn xứ quá rộng lớn, tâm định ở khả năng này không sao an trú toàn diện ấn tướng và sẽ dẫn đến tán động, hụt hẫng.

Riêng việc triển khai Tự tướng sẽ được làm lớn dần thêm một ngón, hai ngón, bốn ngón, tám ngón rồi một hắc, hai hắc cho đến chu vi một quả núi, một vũ trụ. Việc làm này được thực hiện khi hành giả đạt đến cận định (*Upaacaarasamaadhi*) hoặc có thể sau khi đắc thiền chứng.

THIÊN TÀNG THỨ NHẤT SANH KHỞI:

Hành giả sau khi trải qua giai đoạn Tự tướng, thiền tầng thứ nhất sanh khởi với năm thiền chi như sau:

Chặng Ýu môn (*manodvaaraavajja.na*) lấy Tự tướng làm cảnh. Đầu tiên là Hữu phần (*Bhava"nga*), tiếp đến là một trong bốn tâm Đại Thiện Tương Ứng Trí sanh khởi bốn sát na (nếu là người độn căn) hay ba sát na (nếu là người lợi căn). Tâm này cũng lấy tự tướng làm cảnh, rồi lần lượt trong bốn vai trò *chuẩn bị* (*parikamma*), *cận hành* (*upaacaara*), *thuận thứ* (*anuloma*) và *chuyển tộc* (*gotrabhuu*) hay chỉ ba sát na: *cận hành*, *thuận thứ* và *chuyển tộc*. Giai đoạn này chính là đồng lực cận hành định (*upacaarasamaadhijavana*) trong lộ đắc thiền. Tiếp theo đó, tâm Sơ thiền sắc giới, tức là Kiên cố định (*appanaasamaadhi*) cũng lấy cảnh là Tự tướng, hiện khởi một sát na, rồi kế tiếp đến là Hữu phần. Sau hữu phần này là lộ phân quán, tức một chặng ý môn với bảy đồng lực đại thiện sanh khởi tiếp nối làm nhiệm vụ thâm sát năm thiền chi: *Tâm, Tử, Hy, Lạc, Định*. Điều này cũng giống như người nắm mộng, khi tinh thức chợt trạng lại giấc mộng của mình.

NHẬN ĐỊNH VỀ THIÊN CHỨNG

Trong lộ đắc thiền, các đồng lực Dục giới: Chuẩn bị, Cận hành, Thuận thứ, Chuyển tộc cùng đồng lực Kiên cố đều lấy cảnh là Tự tướng như nhau. Song, các đồng lực Dục giới chưa có khả năng áp chế Dục cái (*kaamata.nhaa*), tâm định chưa đến mức vững bền hẳn còn yếu kém, trong khi ấy, mặt đầu đồng lực kiên cố tức Sơ thiền sắc giới sanh khởi chỉ một lần, nhưng khả năng tâm định đầy đủ năm thiền chi này vẫn đủ sức áp chế, tịnh chỉ Dục ái. Sức vững chắc của định đóng vào thân gỗ như thế nào, sự vững trú của tâm Sơ thiền vào cảnh ấn cũng như thế ấy. Bất động và chắc chắn. Dựa vào đó mà hành giả tự biết ta đã đạt thiền chứng. Riêng việc có hiểu được hay không còn tùy vào khả năng học hỏi Thắng pháp (*Abhidhamma*) của mỗi hành giả.

GIAI ĐOẠN THIÊN TÀNG THỨ NHẤT ĐẾN CÁC THIÊN TÀNG CAO.

Tư (*cetanaa*) trong Sơ thiền thiên này không có dục ái (*kaamata.nha*) hay những vui thích trong ngũ dục (*kaamagu.na*), do đó không cho kết quả tái sanh trong dục giới, nhưng vẫn còn đối với sắc giới và đây cũng là lý do tâm này được gọi là *Ruupaavacaracitta*. Đối với sự hành trì để đạt đến các thiên tầng cao hơn, điều cơ bản đầu tiên hành giả nên nhập định trong suốt thời gian từ một đến bảy ngày, các đồng lực sơ thiền thiên tiếp nối liên tục để trau dồi sức mạnh cho tâm định tĩnh và làm nền tảng cho năm khả năng (*vasiibhaava*) thiền định. Khả năng này chính là nhân tố quan yếu cho các sự phát triển các thiên tầng thứ hai, thứ ba, thứ tư và cả thiên tầng sắc giới sau cùng, nếu không hành giả cũng không thể đạt đến các trạng thái thiên tầng cao hơn và khả năng này chỉ thành tựu khi tâm định đã vững bền, các đồng lực sơ thiền có thể an trú trong suốt thời gian một đến bảy ngày.

Để duy trì thời gian các đồng lực sơ thiền sanh khởi liên tục như thế, hành giả đầu tiên an trú vào Tự tướng, vì khi Tự tướng được an trú thì lẽ tất nhiên tâm thiên cũng hiện khởi trong tâm

lộ ấy... tôi thiếu phải là một hay hai hoặc ba sát na rồi đến hữu phần. Khi hành giả biết rằng tâm thiền không còn tiếp nối nữa, ngay lúc ấy hành giả cần phải tiếp tục an trú Tự tướng để tâm thiền sanh khởi trở lại. Đừng bao giờ hướng tâm nghĩ về chuyện khác, hãy luôn tinh cần an trú thiền định tức thiền tầng thứ nhất đã chứng, chớ nên làm gián đoạn hay hư hoại đi, để trau dồi tâm định thêm vững trú. Trong thời gian mà sức mạnh tinh cần chưa thể an trú một hay hai ngày... bấy giờ hành giả cũng chớ nên suy quán đến các thiền chi (tâm, tứ...) quá nhiều chi nên an trú vào tự tướng để an trú thiền tầng thứ nhất. Vì các thiền chi trong lúc ấy sanh khởi một cách thô thiển và yếu ớt, nếu quán xét như thế có làm cho thiền chi lui sụt, suy kém và đương nhiên thiền tầng thứ hai không thể sanh khởi. Khi thiền tầng thứ nhất được an trú trong suốt thời gian bảy ngày, tiếp theo đó hành giả nên làm phát khởi năm khả năng (*vasiibhaava*) sau đây, cho đến khi tinh thực.

Tiếng *Vasiibhaava* được giải thích rằng:

"*Vasana.m samatthana.m = Vaso, vaso yassa atthiiti = Vasi:* khả năng được gọi là *Vasa*. Người có *Vasa* được gọi là *Vasii*."

"*Vasino bhaavo = vasiibhaavo*: sự trở thành người có khả năng được gọi là *Vasiibhaava*".

Vasii có năm là:

- *Aavajjanavasii*: khả năng quán xét thiền chi trong khai ý môn (**Quán tự tại**)
- *Samaapajjanavasii*: khả năng nhập định. (**Nhập tự tại**)
- *Adhi.t.thaanavasii*: khả năng ấn định thời gian nhập định (**Trú tự tại**) .
- *Vu.t.thaanavasii*: khả năng ấn định thời gian xuất (**Xuất tự tại**) .
- *Paccavekkha.navasii*: khả năng quán xét thiền chi trong giai đoạn đồng lực.

Làm thành tựu năm khả năng này gọi là *vasiibhaava* (Phản quán tự tại) .

1. *Aavajjanavasiiibhaava*: (Quán tự tại)

"*Aavajjane vasiibhaavo = Aavajjanavasiiibhaavo*": sự quán xét các thiền chi được làm thành khả năng cho vị hành giả. Sự trở thành này được gọi là *aavajjanavasiiibhaava* (Quán tự tại).

Vị hành giả nhập sơ thiền, sau khi xuất định, quán xét đến năm thiền chi: Tâm, Tứ, Hỷ, Lạc, Định theo mỗi phần riêng biệt bằng bốn hoặc năm đồng lực đại thiện, tùy lợi căn hay độn căn. Dứt tâm lộ này, kế đến là hai *Hữu Phần Rừng Động* (*bhava"ngacalama*), và *Dứt Dòng* (*bhava"ngapaccheda*), rồi tiếp theo là *Khai Yù Môn*, sau đó là bốn hoặc năm *Đồng Lực* như giai đoạn trên, như thế gọi là *aavajjanavasiiibhaava*.

Nhưng khả năng xem hai Hữu Phần giữa hai tâm lộ trên chỉ có đối với Đức Phật và hai Vị Chí Thượng Thịnh Văn. Riêng những người khác thì cần đến bốn hoặc năm Hữu Phần. Nhưng, như thế cũng đã là *aavajjanavasiiibhaava*.

2. *Samaapajjanano vasiibhaava*: (Nhập tự tại)

"*Samaapajjano vasiibhaavo = samaapajjanavasiiibhaava*: làm trở thành khả năng nhập định thì gọi là *samaapajjanavasiiibhaava*. (Nhập tự tại)

Nghĩa là khi hành giả muốn nhập thiền, thời sau khoảnh khắc cần thiết, an trú Tự tướng, *Hữu Phần Tâm* sẽ khởi lên hai sát na *Rừng Động* và *Dứt Dòng*, rồi tiếp đến là *Khai Ý Môn* (*manodvaaraavajjana*), *Chuẩn bị* (*parikamma*), *Cận hành* (*upacacara*), *Thuận Thứ* (*anuloma*), *Chuyển bậc* (*gotrabhuu*) (hay sẽ là *Cận Hành*, *Thuận Thứ*, *Chuyển Tộc*) và sau đó sẽ **Tâm Thiền** bất định số, như vậy gọi là *samaapajjanavasiiibhaava*. Nhưng trường hợp này chỉ đối với Đức Phật và Hai Vị Thượng Thịnh Văn, riêng những người khác thì phải đến bốn hoặc

năm *Hữu Phần* tâm, rồi mới *Khai Ý Môn*... Song như vậy cũng là *samaapajjanasiibhaava*. (Nhập tự tại)

3. *Adhi.t.thaanavasiibhaaya* (Trú tự tại)

"*Bhava*"nga.m abhibhuyya jhaana.m .thapana.m = *adhi.t.thaana.m*". Sự tiếp nối liên tục các tâm thiền không xen hữu phần, thì gọi là *Adhi.t.thaa*. (Trú tự tại)

"*Adhi.t.thaane vasiibhaavo* = *Adhi.t.thaanavasiibhaava*": làm thành khả năng *adhi.t.thaana*, gọi là *Adhi.t.thaanavasiibhaava*.

Sự nối tiếp liên tục các tâm thiền không gián đoạn, ấy gọi là nhập thiền. Các tâm thiền gián đoạn bởi các hữu phần tiếp nối, thì gọi xuất thiền. Khi vị hành giả muốn nhập thiền trong một thời gian nhất định nào đó, các tâm thiền sẽ sanh khởi lên liên tục trong suốt thời gian mà hành giả ấn định.

Trở thành khả năng như thế gọi là *Adhi.t.thaanavasiibhaava*. (Trú tự tại)

4. *Vu.t.thaanavasiibhaava* (Xuất tự tại)

"*Vu.t.thaane vasiibhaavo* = *Vu.t.thaanavasiibhaavo*".

Xuất định tự tại theo thời gian ấn định, trở thành một khả năng của vị hành giả, được gọi là *Vu.t.thaanavasiibhaava*.

Vị hành giả hướng tâm đến thời gian nào đó xuất định, vị này sẽ xuất định với thời gian không kém, làm thành khả năng này được gọi là *Vu.t.thaanavasiibhaava*.

Cần phân biệt hai điều trên. *Adhi.t.thaanavasiibhaava* là khả năng an trú tâm thiền trong thời gian đã ấn định không hơn không kém. *Vu.t.thaanavasiibhaava* là khả năng giới hạn tâm thiền đúng thời gian ấn định không hơn.

5. *Paccavekkha.navasiibhaava* (Phản quán tự tại)

"*Paccavekkha.ne vasiibhaavo* = *paccavekkha.navasiibhaavo*". Sự quán xét các thiền chi được vị hành giả làm thành khả năng, như thế gọi là *paccavekkha.navasiibhaava*.

Sau khi xuất thiền, vị hành giả quán xét đến năm thiền chi bằng bốn hoặc năm đồng lực phản khán (*paccavekkha.navasiibhaava*), và giữa hai tâm lộ này (nhập thiền và phản khán) sẽ được nối tiếp bằng hai *Hữu Phần Rúng Động* và *Dứt Dòng*.

Hành giả làm thành khả năng này được gọi là *Paccavekkha.navasiibhaava*. Nhưng khả năng này cũng như hai điều đầu tiên tức là chỉ đối với Đức Phật và Hai Vị Thượng Thủ Thịnh Văn. Riêng những người khác thì phải đòi hỏi bốn hoặc năm *Hữu phần tâm* làm trung gian giữa hai lộ. Và đây cũng là *paccavekkha.navasiibhaava* nếu được hành giả là thành khả năng.

Như vậy khi đạt đến khả năng *Aavajjanavasiibhaava* thì cũng có nghĩa là đã thành tựu khả năng *paccavekkha.navasiibhaava*. Sở dĩ như thế tùy vào mỗi giai đoạn mà có một cách gọi tên, khả năng quán xét trong giai đoạn khai ý môn, gọi là *aavajjanavasi*, khả năng quán xét trong giai đoạn đồng lực thì gọi là *Paccavekkha.navasiibhaava*. Chỉ là như vậy.

GIAI ĐOẠN HÀNH TRÌ SAU CÙNG.

Khi đã thuần thục năm khả năng (*vasii*) trên, tiếp đến hành giả an trú vào thiền tầng thứ nhất, khi xuất định, hành giả nên suy quán rằng: "Thiền tầng này vẫn còn gần với triền cái (*niivara.na*) thiền chi Tâm vẫn còn thô thiền, làm hạn chế sức mạnh của thiền chi khác và làm

tâm định yếu kém đi. Các triền cái vốn đã bị áp chế sẽ dễ dàng tái hiện và làm suy yếu thiền tầng này. Ngược lại, thiền tầng thứ hai vượt xa các triền cái, những thiền chi cũng tế nhị hơn".

Suy xét như thế cho đến khi đã nhàm chán đối với sơ thiền, không còn ai chấp nữa. Từ đó hành giả an trú vào Tự tướng bằng các tâm tiến đạt (*bhaavanaacitta*), nhưng chi là Ly tâm tiến đạt (*Vitakkaviraagabhavaanaa*), tức khi an trú, hành giả tác niệm "Đất, đất..." để chứng đạt thiền tầng thứ hai ấy. Tâm tiến đạt này gọi là Chuẩn bị tiến đạt (*parikammabhavaanaa*) và lấy cảnh là Tự tướng.

Khác với chuẩn bị tiến đạt ở giai đoạn tiến đến Sơ thiền, lấy Sơ tướng và Trì tướng làm cảnh.

Hành giả an trú và tác niệm như thế. Nếu cần biết rằng đã gần đến lãnh vực Kiên cố tiến đạt, tức thiền tầng thứ hai hay chưa, vị hành giả nhập sơ thiền, xuất thiền tầng này, quán xét về mỗi thiền chi. Bây giờ, nếu hành giả nhận thức thiền chi tâm này còn thô thiền, thô sơ, và cũng thấy rằng các thiền chi kia tế nhị và tinh tế, tức hành giả đã đạt đến cận hành tiến đạt. Ngược lại nhận thức này, tức hành giả vẫn còn là giai đoạn chuẩn bị. Nên chuyên cần để đạt đến khả năng cao hơn.

Đạt đến khả năng cận hành tiến đạt, sẽ không bao lâu, nếu không vì thiếu tinh cần, hành giả sẽ chứng thiền tầng thứ hai với tiến trình như sau: đầu tiên là những hữu phần tâm: *rùng động*, *dứt dòng*, theo đó là khai ý môn, chuẩn bị, cận hành, thuận thứ, chuyển tộc rồi thiền chứng: Tâm nhị thiền sắc giới. Sau một sát na tâm này là kế tục hữu phần. Tiếp đó là lộ phần khản trong nhiệm vụ xem xét bốn thiền chi đã chứng, và hành giả đã đạt đến thiền tầng thứ hai.

Phương thức hành trì bước đầu và sau cùng để đạt đến thiền tầng thứ ba, thứ tư, thứ năm cũng giống như giai đoạn thiền tầng thứ nhất đến thiền tầng thứ hai, khác nhau chỉ là sự suy xét về chướng ngại của các thiền chi thô thiền. Tiến trình này sẽ được khiết hóa theo từng cấp bậc thiền chứng, nghĩa là để đạt đến thiền tầng thứ ba, vị hành giả loại bỏ Tứ (*Vicaara*), an trú vào Hỷ (*Piitti*), Lạc (*Sukha*) và Định (*Ekaggataa*). Tiếp theo loại bỏ Hỷ, an trú vào Lạc và Định để chứng thiền tầng thứ tư. Sau cùng, loại bỏ Lạc, an trú vào Xả (*Upekkhaa*) và Định (*Ekaggataa*) để chứng thiền tầng thứ năm.

Quá trình tu chứng trên đây là nói về người độn căn (*mandapuggala*), vì trí tuệ của người này không thể trong cùng một lúc loại bỏ cả hai thiền chi Tâm, Tứ. Riêng về người Lợi căn (*tikkhapuggala*), ở giai đoạn tiến đạt thiền tầng thứ hai, nhờ trí tuệ nhạy bén có khả năng suy xét chướng ngại của hai thiền chi Tâm và Tứ cùng một lúc để khi an trú Tự tướng với tâm tiến đạt (*bhaavanaacitta*) ly Tâm, ly Tứ. Rồi hành giả này chứng thiền tầng thứ hai có ba thiền chi là Hỷ, Lạc, Định. Tiếp đến, loại bỏ Hỷ và chứng đạt thiền tầng thứ ba với các thiền chi Lạc, Định. Rồi tiếp theo đó loại bỏ Lạc để chứng thiền tầng thứ tư cũng với hai thiền chi nhưng là Xả và Định.

Đây chính là lý do mà thiền tầng sắc giới được tính theo bốn, tức tính theo quá trình tu chứng của người Lợi căn.

Où trình độ thiền tầng thứ năm (tức là thiền tầng thứ tư đối với người Lợi căn), những hành giả nào đã từng vun trồng pháp độ (*paaramii*), đã từng chứng đắc thần thông (*abhi-n-naa*) trong các sanh hữu kế cận đời hiện tại hay từng làm việc công đức bố thí, trì giới... trong quá khứ có ước nguyện chứng đắc thần thông trong các sanh hữu về sau. Thì với những người này, sau khi chứng đạt thiền tầng thứ năm, trí tuệ vốn có cùng với tâm thiền này sẽ trở thành một khả năng đặc thù hay còn gọi là thần thông (*abhi-n-naa*) và có thể hiện thông với bất kỳ thời gian nào tùy thích.

Còn riêng những người thông thường, cần phải tiến triển thêm cho đến bốn thiền tầng Vô sắc cùng sự tinh thực năm khả năng (*vasii*). Nghĩa là cần phải trải qua chín hoặc tám giai đoạn thiền chứng sắc giới và vô sắc giới, khả năng thần thông mới hiện lộ.

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [I](#) | [II-a](#) | [II-b](#) | [III](#) | [IV-a](#) | [IV-b](#) | [V](#) | [VI](#) | [VII](#) | [Mục lục](#)

Chân thành cảm ơn Tỳ kheo Pháp Nhiên đã gửi tặng phiên bản vi tính (Bình Anson, 10-2001).

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)

updated: 21-10-2001