

TÂM SỞ (Cetasikas)

Môn Tâm lý và Triết học Phật giáo

Nguyên tác: Cetasikas
Tác giả: Nina Van Gorkom
Dịch giả: Tỳ kheo Thiện Minh

Chương 31

SÁU CẶP SỞ HỮU TỊNH HẢO

Trong số các sobhana cetasikas, sở hữu tịnh hảo, đi kèm với tâm tịnh hảo, có mười hai sở hữu được xếp thành sáu cặp. Mỗi cặp sở hữu đó lại có đặc tính riêng gắn liền với các sở hữu và các tâm đi kèm. Cặp đầu tiên như sau:

Sở hữu tịnh thân. (Kaya-passaddhi)
Sở hữu tịnh tâm (Citta-passaddhi)

Kaya là từ Pàli có nghĩa là thân, nhưng ở đây “kaya” có nghĩa là “thân tâm” thực chất chỉ là các sở hữu (Cetasikas). Theo Pháp Tụ (Dhammasangani §40, 41) sở hữu tịnh thân (Kaya-passaddhi) chính là khinh an, sở hữu tịnh thân và sở hữu tịnh tâm cũng chính là khinh an, tịch tĩnh tâm. Như vậy, sở hữu tịnh thân và sở hữu tịnh tâm liên kết với giao động thuộc các sở hữu đi kèm và chi phối tĩnh lặng, êm ả và ngay cả phương cách tĩnh thể hiện nữa^[170]; sở hữu tịnh tâm làm dịu đi tâm giao động đi kèm theo.

Chú giải Bộ Pháp Tụ (Atthasàlini cuốn I phần IV chương I, 130) giải thích về sở hữu tịnh thân như sau:

...Hai trạng thái này cộng với đặc tính là làm dịu đau khổ cả về tâm linh lẫn ý thức; cả hai còn có phận sự triệt phá đau khổ thuộc hai lãnh vực nói trên; cả hai thành tựu đặc tính làm cho các hiện trạng tâm linh và ý thức luôn được vững vàng. Nguyên nhân sâu xa đối với cả hai trạng thái trên chính là các yếu tố tâm linh và ý thức. Cả hai chống lại sự tha hoá, như xao lãng hay phóng tâm (Uddhacca), gây xáo trộn cho các yếu tố tâm linh và ý thức.

Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga XIV, 144) cũng đưa ra một định nghĩa tương tự như vậy: sở hữu tịnh thân đối chọi lại với phóng tâm hay xao lãng, ngăn cản tâm thiện xuất hiện. Thí dụ, khi chúng ta cố gắng đạt đến điều gì đó với tham, phóng tâm nổi lên và khi đó khinh an không có cơ may xuất hiện. Không những chỉ khi nào ta muốn chiếm đoạt điều gì đó cho riêng mình, nhưng cả khi chỉ đơn giản ưa thích điều gì đó như: một màu sắc nào đó, ngay tức khắc phóng tâm liền nổi lên và như vậy khinh an không thể xuất hiện. Những cảnh dục lạc tiếp tục mê hoặc chúng ta và khiến ta không nhận ra tham rất tinh tế vào lúc này và phóng tâm lại nổi lên.

Khi tâm thiện xuất hiện lúc đó sở hữu tịnh thân, sở hữu tịnh tâm nổi lên, lúc này phóng tâm hay giao động không thể xuất hiện. Một “trạng thái trầm tĩnh tâm linh” xuất hiện, đối tượng cảm nghiệm không còn mê hoặc được ta, phóng tâm cũng chấm dứt. Tuy nhiên, không dễ gì nhận ra được trạng thái tịnh của hai loại và sở hữu này. Lại có nhiều loại tâm khác cũng xuất hiện ngay sau khi các tâm này diệt, rồi tâm bất thiện lại xuất hiện ngay, lúc này cần có chánh kiến nhạy bén để nhận ra đặc điểm tĩnh này. Nếu thiếu chánh kiến chúng ta có thể coi khinh an không phải là tịch tĩnh nhưng là một thực tại khác. Thí dụ, khi chúng ta ở một mình tại một nơi yên tĩnh, chúng ta cho là có tịch tĩnh xuất hiện, nhưng thực tế chúng ta đang chấp thủ với yên lặng.

Chúng ta hay hiểu nhầm khinh an hay tịnh (Passaddhi). Những gì ta cho là khinh an, tịch tĩnh hay tĩnh lặng diễn tả theo ngôn ngữ thông thường không giống như những thực tại của sở hữu tịnh thân và tịnh tâm. Một số người lầm tưởng rằng, thoát khỏi mọi lo lắng bồn chồn là có được yên tĩnh, tuy nhiên thứ yên tĩnh họ đang thừa hưởng đó không phải là điều thiện. Rất có thể tâm tham cần đang nổi lên giúp ta nghĩ tới điều gì đó khiến ta thoát khỏi bồn chồn lo lắng ngay trong sát-na đó. Vào lúc đó

họ không thể cùng một lúc nghĩ đến đối tượng gây ra bận tâm lo lắng, vì tâm chỉ có thể cảm nhận được một đối tượng một lần mà thôi. Hoặc giả người đó có thể luyện hơi thở để thư giãn, sở hữu tịnh thân và tịnh tâm lại là những sở hữu tịnh hảo không giống bất kỳ một cảm giác thư giãn nào liên quan đến tham. Chúng ta nên hiểu rõ đặc tính của khinh an chính là thiện hảo.

Khinh an lại gồm nhiều mức độ khác nhau. Khi ta có lòng quảng đại hoặc nắm giữ giới luật đạo đức, thì sở hữu và tịnh thân và tịnh tâm cũng xuất hiện. Lúc đó không còn phóng tâm giao động hay lo lắng gì cả. Cảm giác đi kèm với tâm thiện cũng lại là khinh an hay tịnh. Chúng ta nên phân biệt thọ hỷ đi kèm với tham và thọ hỷ đi kèm với lòng quảng đại; những cảm thọ trên có rất nhiều đặc tính khác nhau. Những ai có khuynh hướng tích lũy khinh an, hay tịnh ở mức độ cao, có thể tu luyện những cảm giác loại này nếu họ có chánh kiến để phân biệt được những trạng thái đó. Những người nào tu luyện được thiền chỉ, tu tịnh và đạt đến kinh nghiệm thiền ở mức độ tịch tĩnh, khinh an cao độ vì khi thiền như vậy những cảm giác dục lạc không xuất hiện để nô dịch hoá ta nữa. Tuy nhiên, ngay cả khinh an hay tịnh ở tầm mức thiền cao nhất cũng không thể giúp ta tận diệt hết phiền não. Chúng vẫn cứ xuất hiện trở lại sau khi tâm thiền diệt.

Những người trước hay đương thời với Đức Phật cũng đã luyện tịch tĩnh, ngay cả họ còn đạt đến mức độ thiền nữa là đằng khác, nếu họ đã tích lũy được kỹ xảo và khuynh hướng làm như vậy. Tập luyện tịch tĩnh không chỉ dành riêng cho Phật tử mà thôi. Thực tế là Đức Phật và các đệ tử của ngài đã tu luyện tịch tĩnh đạt đến trình độ thiền không có nghĩa là hết mọi người đều phải luyện thiền mới có thể tu luyện được thiền quán. Đức Phật đã diễn giải là tâm thiền có thể trở thành đối tượng thiền quán, để giúp cho những ai đạt đến mức độ thiền không chấp thủ với tịch tĩnh mà hiểu được nghiêm túc tịch tĩnh: chỉ là vô thường và vô ngã. Chúng ta nên nhớ kỹ điều này, bất kỳ khi nào chúng ta đọc Kinh Phật liên quan đến việc đạt đến thiền. Nếu người nào đã tích lũy được khả năng đạt đến những mức độ tịch tĩnh cao hơn, ngay cả khi đã đạt đến một mức độ thiền nhất định nào đó, những mức độ này vẫn xuất hiện vì có những duyên hệ nhất định. Bất kỳ điều gì xuất hiện đều là đối tượng của chánh niệm, kể cả thiền cũng như vậy. Đạt đến thiền tự nó không phải là mục tiêu, cũng chẳng phải là yêu cầu cần thiết để đạt đến giác ngộ.

Chúng ta có được những sát-na tịch tĩnh, khinh an trong cuộc sống hàng ngày, khi chúng ta học hỏi giáo lý của Đức Phật và phản ánh những lời giảng đó một cách hoàn hảo. Đối tượng được phản ánh đó là một trong số bốn mươi đề mục thiền thiên chỉ, tu tịnh đó là niệm Pháp. Đề mục thiền này gồm có niệm giáo lý, niệm Níp-bàn và tám loại tâm siêu thế giúp ta cảm nhận được Níp-bàn, có “chín pháp siêu thế” bao gồm trong giáo pháp là ngọc bảo thứ hai của Tam Bảo (Tripple gem). Cũng còn có những sát-na tịch tĩnh xuất hiện, đó là khi ta thực hiện từ tâm hay một trong các đề mục thiền thích hợp với đường hướng ta nhắm tới. Tuy nhiên, nên nhớ là rất khó đạt đến thiền hoặc ngay cả chỉ

đơn giản “truy cập nhất hành tâm (Ekaggata)”^[171] mà thôi. Chúng ta đọc thấy trong Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga XII, 8) chỉ có một số rất ít, khoảng độ “một phần trăm hay một phần ngàn” người có thể làm được như vậy thôi. Nếu người nào đó chỉ muốn luyện tịch tĩnh, khinh an mà thiếu chánh kiến, người đó chỉ chấp thủ với tịch tĩnh mà không hay biết. Nếu tịch tĩnh, khinh an xuất hiện là vì có được những duyên hệ chín mùi và chẳng có “bản ngã” nào gây ảnh hưởng đến nó cả.

Sở hữu tịnh thân và tịnh tâm đi kèm với từng tâm thiện một và như vậy chúng cũng xuất hiện khi tu luyện thiền quán. Khi có chánh kiến về danh pháp và sắc pháp thì tịch tĩnh cũng xuất hiện ngay tức khắc. Thí dụ khi ta chánh niệm cảnh sắc chỉ là sắc pháp xuất hiện qua nhãn quan, chứ không phải cá nhân, lúc đó tịch tĩnh cũng xuất hiện. Khi đó không có xáo trộn hay phiền toái do ham muốn mà ra. Ngay cả khi người nào đó đối xử tàn tệ với chúng ta, chánh kiến cũng vẫn xuất hiện qua sáu “môn”, và rồi chúng ta không bị xáo trộn hoặc sợ hãi.

Tịch tĩnh hay khinh an lại là một giác chi. Chúng ta đọc trong tác phẩm Phân tích (Book of Analysis, chương 10, viết về phân tích các giác chi §469) như sau:

...điều gọi là sở hữu tịnh thân, tịnh giác chi đó chính là toàn bộ Trí tuệ, là giác ngộ cũng như giải thoát toàn diện. Đó chính là sở hữu tịnh tâm. Điều gọi là sở hữu tịnh tâm tịnh giác chi chính là hiểu biết toàn diện, là giác ngộ và giải thoát hoàn toàn.

Khi ta tu luyện chánh kiến thì tịnh giác chi cũng được phát triển. Chúng ta không cần nhắm tới tu luyện tịch tĩnh làm gì. Khi tịnh giác chi đi kèm với tâm siêu thế ngay sát-na giác ngộ (Lokuttara) thì đó cũng là sự kiện giác ngộ siêu thế. Khi các phiền não đã bị tận diệt hoàn toàn nơi các giai đoạn giác ngộ liên tiếp nhau, thì tâm hồn sẽ được thanh thản hơn, phóng tâm sẽ giảm bớt. Vị thánh A-la-hán đã

tận diệt được các phiền não nên đã đạt đến tịch tĩnh đích thực và các phiền não sẽ không còn quấy nhiễu được ngài nữa. Chúng ta đọc thấy trong Dhammapada (câu 96) nói về vị A-la-hán như sau:

Tịch tĩnh trong tâm hồn, trong lời nói, và trong hành động. Vị thánh A-la-hán biết rõ điều này, và được giải thoát hoàn toàn., tịch tĩnh hoàn toàn, và bình thản trong tâm hồn trọn vẹn.

Cặp sở hữu tiếp theo là:

Sở hữu khinh thân (Kaya-lahuta).

Sở hữu khinh tâm (Citta-lahuta)

Theo như Pháp Tụ (Dhammasangani § 42,43) cặp sở hữu này gồm sự nhanh nhẹn, nhạy bén, và không trì trệ. Chúng có đặc tính “cảnh giác không cố định” ý nghĩa này sẽ được làm rõ khi chúng ta đọc tác phẩm “Mula-Tika” ^[172] đã khẳng định về sở hữu khinh tâm tức nhẹ nhõm tâm linh như sau: đó là “khả năng tâm nhanh chóng quay trở lại với đối tượng hoàn hảo hay niệm về tính vô thường v.v...”

Tác phẩm Chú giải Bộ Pháp Tụ (I, Atthasàlini cuốn I, phần IV., chương I, tr.30) giải thích:

Sở hữu khinh thân (Kaya-lahuta) chính là hăng hái, sôi nổi thuộc các yếu tố tâm linh. Sở hữu khinh tâm (Citta-lahuta) là tính hăng hái tâm. Có trạng thái là loại trừ hay hủy diệt được tính nặng nề, lẽ mề của mình hay của người khác. Phạm sự của nó là triệt phá sự nặng nề nơi cả hai đối tượng trên. Nó thành tựu ở tình trạng đối nghịch lại tính bất động cả về các sở hữu và tâm nơi cả hai đối tượng đó và nguyên nhân sâu xa là có những sở hữu và tâm. Đối nghịch với tha hoá, như thụy miên và hôn trầm, là những yếu tố tạo ra trì trệ nặng nề và sơ cứng yếu tố tâm và tâm.

Thanh Tịnh Đạo (XIV,146) cũng đưa ra một định nghĩa tương tự. Tính nhanh nhẹn đối lại với hôn trầm và thụy miên, cả hai đều tạo ra nặng nề chậm chạp và thiếu hoạt bát có liên quan đến điều thiện. Khi tâm bất thiện xuất hiện, nó tạo ra chậm chạp nặng nề trong tâm hồn khiến ta không thể thực hiện được bất kỳ điều thiện nào. Tâm thiện cần đến niềm tin, cần đến chánh niệm hay tính không quên tức là chánh niệm, cần đến nhạy bén tâm linh để khử trừ được tính nặng nề hay sơ cứng. Khi tính nhạy bén nơi các sở hữu và các tâm phản ứng một cách tỉnh táo và nhanh nhạy để các cơ hội thực hiện điều thiện không bị uổng phí.

Có rất nhiều sát-na chúng ta không tài nào tập trung chú ý được. Ta luôn phải thấy cảnh sắc hay chịu đựng sự khắc nghiệt của thời tiết, nhưng chúng ta hay lơ đãng và mệt mỏi nên không mấy quan tâm tập trung chú ý. Tuy nhiên, khi chánh niệm xuất hiện thì tính năng động, nhiệt tình của các tâm và sở hữu đều thực hiện phạm sự của mình: mệt mỏi tan biến và tỉnh táo xuất hiện. Tính linh hoạt rất cần thiết để phát triển chánh kiến. Khi hiểu được điều gì sẽ xuất hiện qua sáu “môn” được phát triển thêm, tính năng động, nhanh nhẹn sẽ “đề bẹp” tính chậm chạp lơ đãng. Nếu khoảng sát-na này không bị lãng phí, cuối cùng ta sẽ nhận ra tính vô thường và vô ngã nơi mọi thực tại.

Một cặp sở hữu tịnh hảo nữa là :

Sở hữu nhu thân (Kaya-muduta)

Sở hữu nhu tâm (Citta- muduta)

Theo Pháp Tụ (Dhammasangani § 44,45) cặp sở hữu này gồm tính ngọt ngào dịu dàng, tính uyển chuyển nhịp nhàng và không cứng rắn khắt khe.

Chú giải Bộ Pháp Tụ (I, Atthasàlini, cuốn I, phần IV, chương I, 130) giải thích như sau:

Cả hai có trạng thái là triệt phá tính cứng nhắc nơi những yếu tố tâm và tâm; có phạm sự triệt hạ cả hai thứ vừa kể. Nó thành tựu hay gây ảnh hưởng ở chỗ không kháng cự lại; và những yếu tố tâm và tâm là những nguyên nhân sâu xa; cả hai đều chống lại sự thói rữa, như tính ngoan cố nơi tà kiến và tính tự phụ là nguyên nhân tạo ra sơ cứng tâm linh.

Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga) (XIV, 146) cũng đưa ra một định nghĩa tương tự.

Sở hữu nhu thân và sở hữu nhu tâm là đối thủ của tà kiến và ngã mạn. Tà kiến gây ra tính xơ cứng tâm linh và xơ cứng trong suy nghĩ. Thí dụ, khi có người nào chấp thủ với Giới cầm thủ về Bát chánh đạo tâm hồn họ trở nên chai đá. Người đó thường bám víu lấy những thói quen và lối suy nghĩ cố hữu riêng của mình và thật khó tận diệt được tà kiến.. Có người lại suy nghĩ, lấy ví dụ, họ có phải có thời giờ rảnh rỗi hay phải đến một nơi thật yên tĩnh trước khi có thể tu luyện chánh kiến. Ngay cả khi trên

nguyên tắc ta biết rõ điều đó không đúng nhưng ta vẫn thường suy đoán không thể tập trung chú ý được khi chúng ta mệt mỏi hay vội vã. Giả định đó đã ngăn cản ta tu luyện hiểu biết về bất kỳ sự thật nào trong cuộc sống hàng ngày. Khi chúng ta lắng nghe Phật Pháp và niệm Phật pháp, ngay tức khắc ta có thể bắt đầu thiền quán. Chúng ta không mong đợi đạt đến hiểu biết hoàn chỉnh ngay, nhưng ít nhất ta có thể bắt đầu thực hiện điều nay ngay lúc này.

Như chúng ta đã đọc định nghĩa trên: sở hữu nhu thân (Kaya-muduta) và sở hữu nhu tâm là đối thủ của tà kiến và ngã mạn. Khi nào ngã mạn nổi lên tức khắc tâm hồn ta trở nên xơ cứng. Chúng ta luôn muốn so sánh mình với người khác cách mảnh khoé về sức khoẻ, ngoại hình, tiền tài danh vọng và cả trí thông minh nữa. Ngã mạn rất khó triệt hạ được, chỉ có vị thánh A-la-hán mới có thể tận diệt hoàn toàn được ngã mạn.

Sở hữu nhu thân, sở hữu nhu tâm hỗ trợ tâm thiện để trí tuệ không trở nên quá xơ cứng hay quá quắt, hưng hào phóng trước lẽ phải. Chú giải Bộ Pháp Tụ (I, Atthasàlini cuốn I phần IV chương II, 151) giải thích thêm sở hữu nhu tâm thể hiện tính khéo léo, không thô thiển hay lỗ mẫn hay xơ cứng. Khi lòng từ tâm nổi lên, thì tức khắc khôn khéo và dịu dàng cũng xuất hiện. Sở hữu nhu tâm hay tính dễ bảo tối quan trọng để thực hiện bất kỳ hành vi thiện hảo nào, đặc tính này cũng cần thiết để lắng nghe Phật pháp, chấp nhận Phật Pháp với lòng cởi mở và chánh niệm được pháp xuất hiện để có thể am hiểu đích xác được sự thật đó.

Chúng ta đọc thấy trong Tương Ưng Bộ Kinh - Gradual Sayings (IV, cuốn 8, chương II § 2 bàn về Siha) Tướng Siha đến thăm Đức Phật và chất vấn Ngài về nhiều điểm. Đức Phật biết tướng Siha đã tích lũy được chánh kiến và đây chính là cơ hội thuận tiện để vị tướng này nhận Phật Pháp. Ngài đã không giải thích cho vị tướng ngay về Tứ diệu đế, nhưng đức Phật cứ chậm rãi giảng giải cho vị tướng. Chúng ta đọc thấy như sau:

Đấng Chí Tôn đã diễn giảng một bài cho tướng Siha, nhấn mạnh đến: Thực hiện bố thí, tuân giữ giới luật và hạnh phúc cõi Trời. Ngài nêu lên mối nguy cơ, hành vi khờ dại và sự đòi bại do dục lạc, rồi ngài nhấn mạnh đến ơn phúc do xuất gia mang lại.

Và khi Đấng Chí Tôn biết rõ tâm lòng tướng Siha thật trong trắng, dễ dạy, và không vương phải trở ngại nào, luôn hướng thượng và trong sáng, rồi Đấng chí Tôn tiết lộ cho vị tướng biết Phật Pháp chỉ mình Đức Phật có được, đó là: Đau khổ, sẽ xảy ra, kết thúc ra sao cũng như Đạo ngài dạy như thế nào như là một chiếc áo không tỳ vết, tinh sạch, được nhuộm vô cùng hoàn hảo; ngay nơi vị tướng Siha ngồi tại đó, được tinh luyện, không còn tỳ vết, nhận ra Pháp quá rõ ràng; bất kỳ điều khác có khả năng chi phối, gây trở ngại đều kết thúc.

Thật là thời gian thuận tiện để tướng Siha nhận Phật Pháp. Vị tướng đã chiếm được chánh kiến và đạt đến giác ngộ.

Một cặp sở hữu (cetasikas) tịnh hảo như sau:

Sở hữu thích thân (Kaya-kammannata)

Sở hữu thích tâm (Citta-kammannata)

Kammannata có thể dịch là tính vận dụng hay khai thác được.^[173] Chú giải Bộ Pháp Tụ (Atthasàlini I cuốn I phần IV chương I, 131) giải thích thêm cả hai sở hữu trên triệt tiêu bất vận dụng nơi cả hai sở hữu trên và được coi như người “đem niềm tin đến các đối tượng đức tin, bền bỉ nơi công việc có lợi, cả hai còn được ví như là vàng ròng.”^[174]

Về đặc tính này, tác phẩm Mula-Tika^[175] diễn đạt như sau:

Đặc tính tận dụng biểu thị mức độ đặc thù và thích hợp về tính mềm dẻo dễ uốn nắn của vàng, nghĩa là tâm để sử dụng. Đang khi tâm trí bị ngọn lửa tham thiêu đốt, đã trở nên quá mềm dẻo và dễ uốn nắn, giống như vàng bị nấu chảy. Ngược lại, nếu tâm quá trì trệ xơ cứng, như vàng chưa được tôi luyện vậy.

Tính vận dụng đối nghịch với các “triền cái”, như tham dục và sân hận hay thù hận khiến cho tâm không còn khả năng vận dụng được nữa. Chúng ta đọc thấy trong tác phẩm Tương Ưng Bộ Kinh--Kindred Sayings (V, Maha-vagga cuốn II chương IV §3 bàn về sự thói rửa.) đã đề cập đến năm cách vàng ròng bị phân hủy là: vàng lẫn tạp chất, dòn tan, không dễ uốn hay khó chế biến được vàng có pha

lẫn các tạp chất như: sắt, đồng, kẽm, chì và bạc khiến rất khó sử dụng trong chế biến. Cũng như vậy có năm triền cái làm cho tâm ta không được vận dụng dễ dàng sau đây:

...Này chư Tỳ-khuru, cũng vậy, có năm phiền não gây cho tâm ta ra xơ cứng không dễ uốn nắn, không dễ điều khiển, thiếu trong sáng, dễ sức mẽ và sẵn sàng dập tắt hoàn toàn những tham dục. Năm phiền não đó là gì vậy? Tham dục, ác tâm, hôn trầm, thụy miên, trạo cử hối hận và nghi ngờ. Đây là những phiền não tâm linh do vậy tâm linh không dễ uốn nắn, không dễ điều khiển, không trong sáng, dễ sức mẽ và không dễ dàng dập tắt được những ái dục.

Như chúng ta đã biết, theo Chú giải Bộ Pháp Tụ, tính vận dụng đem lại niềm tin cho đối tượng đức tin và kiên trì trong việc thực hiện điều thiện. Tính vận dụng rất cần thiết khi làm việc thiện nào, thực thi lòng quảng đại, nắm giữ giới luật tu luyện tịch tĩnh và phát triển trí tuệ. Tính vận dụng làm cho tâm dễ uốn nắn giúp ta chuyên tâm vào việc thiện với niềm tin và lòng kiên trì. Thí dụ như, khi chúng ta muốn tu luyện tịch tĩnh với từ tâm làm đề mục thiền, chúng ta không thể gặt hái được kết quả nếu thiếu vận dụng tâm. Khi có sân nổi lên tâm hồn ta sẽ trở nên xơ cứng. Để có lòng từ tâm với mọi sanh linh, không chỉ với bạn hữu thân tình, nhưng còn với cả những người ta không quen biết, kể cả kẻ thù của ta nữa. Tính vận dụng tâm linh rất cần thiết, thiếu điều đó ta không thể tu luyện thành công tịch tĩnh với bất kỳ đề mục thiền nào cả.

Sở hữu thích thân và sở hữu thích tâm cũng thực hiện được nhiệm vụ phát triển trí tuệ; cả hai sở hữu này là những duyên hệ để ta kiên trì trong việc tu luyện chánh đạo, danh pháp và sắc pháp. Khi có chánh kiến về danh pháp và sắc pháp conditioned reality dưới dạng pháp hữu vi, tức vô ngã, ta có được cách vận dụng tâm. Việc phát triển trí tuệ dẫn đến tận diệt được các triền cái. Người nào đã tận diệt được triền cái thì tâm hồn không còn xơ cứng nhưng đạt đến tính cách dễ vận dụng tuyệt hảo.

Một cặp sở hữu tâm tịnh hảo khác nữa là:

Sở hữu thuần thân (Kaya-pagunnata)

Sở hữu thuần tâm (Citta-pagunnata)

Theo Pháp Tụ (Dhammasangani §48,49) cặp sở hữu này cốt tại ở Sự thích hợp, ở khả năng và hiệu quả. Pagunnata là tính thích hợp, khả năng và hiệu quả trong việc thực hiện điều thiện.

Chú giải Bộ Pháp Tụ (Atthasàlini I cuốn I, phần IV, chương I, 131) giải thích sở hữu thuần thân và thuần tâm trừ khử được bệnh hoạn tâm linh và cả hai còn là đối thủ đối với những thói nát lũng đoạn, như là thiếu tự tin, tạo ra bệnh hoạn tâm linh. [\[176\]](#)

Khi tâm bất thiện nổi lên, sẽ chẳng còn niềm tin nữa, thiếu niềm tin vào điều thiện sẽ dẫn đến bệnh hoạn tâm linh, lúc đó sở hữu thuần thân sẽ hỗ trợ tâm thiện và sau đó tâm và sở hữu sẽ trở nên lành mạnh trở lại và khôn khéo để có thể thực hiện được nhiệm vụ một cách hiệu quả nhất.

Hiệu quả việc thiện cũng có rất nhiều mức độ khác nhau. Khi chánh kiến đã phát triển. Liên chi phối đến sở hữu thuần tâm và tài khéo trong tất cả các loại việc thiện. Vị thánh Nhập lưu (Sotapanna) đã tận diệt được tà kiến, tính nghi ngờ và lòng keo kiệt và Ngài sẽ không bao giờ chệnh mảng việc nắm giữ điều giới luật nữa. Lòng quảng đại và tuân thủ giới luật đạo đức nơi ngài trong sáng hơn lòng quảng đại và tuân thủ giới luật đạo đức nơi bất kỳ người phàm phu nào khác. Ngài chẳng bao giờ chấp thủ với tư tưởng đây là “việc thiện của tôi”. Niềm tin nơi giáo lý Đức Phật đã trở nên không gì lay chuyển nổi và là một “sức mạnh”. So với người phàm phu, việc thiện, ngài thực hiện sẽ mang lại hiệu quả hơn nhiều. Ngài có thể trợ giúp người khác cách khôn khéo và rất hiệu quả, và như vậy chúng ta nhận thấy rằng việc tu luyện chánh kiến cũng mang dấu ấn nơi tương quan của ta với người khác nữa. Chúng ta đọc thấy trong Tương Ứng Bộ Kinh - Gradual Sayings (V, cuốn 11, chương II §4 nói về Subhuti) Khi Đức Phật đàm đạo với Subhuti ngài đã đề cập đến đức tin truyền thống nơi một người phật tử. Một trong số những “điểm truyền thống” đó như sau:

... Còn nữa, mọi nhiệm vụ do người đồ đệ thực hiện nơi cuộc sống phạm thiên này, chớ gì họ chế ngự được các vấn đề hệ trọng cũng như tâm thường, tức là người đồ đệ đó phải thật khôn khéo, nghị lực và có khả năng cống hiến suy nghĩ riêng tư của mình một cách thích hợp nhất và thực hiện được với tư cách là một vị Tỳ-khuru. Điều này cũng chính là một điểm truyền thống vậy.

Vẫn còn một mức độ hiệu quả cao khi đã đạt đến được các giai đoạn giác ngộ cao hơn và khi các phiền não đã được tận diệt. Đó chính là giai đoạn đạt đến bậc A-la-hán thì hiệu quả đã tiến tới hoàn thiện.

Cặp sở hữu tịnh hảo cuối cùng là:

Sở hữu chánh thân (Kaya-ujukata)

Sở hữu chánh tâm (Citta-ujukata)

Theo Pháp Tụ (Dhammasangani §50, 51) cặp sở hữu này bao gồm tính ngay thẳng và lòng chính trực, không chệch hướng, quanh co hay khúc khuỷu.

Chú giải Bộ Pháp Tụ (Atthasàlini I, cuốn I phần IV chương I, 131) giải thích rằng sở hữu chánh thân và sở hữu chánh tâm tiêu diệt tính quanh co khúc khuỷu và cả hai là đối thủ các tha hoá như dối trá và xảo quyệt, tạo ra thiếu trung thực nơi các yếu tố tâm và tâm ^[177].

Tính ngay thẳng là đối thủ của dối trá lừa gạt và thiếu trung thực. Có nhiều sát-na hành vi của chúng ta không trung thực và giả dối. Chúng ta đọc thấy trong Thanh Tịnh Đạo (Thanh Tịnh Đạo I 60-84) nói đến hành vi của một vị Tỳ-khưu cố gắng đạt được những điều cần thiết bằng tính giả hình, xu nịnh, ăn nói lòng vòng, làm điều làm bộ và những cử điệu lắt léo. Vị Tỳ-khưu đã giả vờ tỏ ra mình tốt hơn so với thực tế để được khen ngợi tăng bốc. Chúng ta đọc thấy như sau:

Ở đây, có một số người có với những ước muốn xấu, háo hức muốn được khen, (nghĩ rằng) “Được thôi mọi người sẽ ca ngợi tôi cho mà coi,” họ tạo dáng đi đứng ăn nằm yếu điệu; họ bước đi rất thận trọng, đứng rất chững chạc, ngồi cũng rất điệu bộ và nằm cũng trịnh trọng không kém; họ bước đi hết sức tập trung, đứng, ngồi, nằm cũng như vậy; và họ thường hay hành thiện nơi công cộng trước mặt người khác.

Tất cả chúng ta ai cũng muốn được khen cả và vì thế chúng ta hay giả đò tỏ ra mình tốt hơn là con người thực chất của mình. Ngay cả khi rất quảng đại, chúng ta vẫn thường ngã theo những động cơ hết sức vị kỷ bằng những hành động của chúng ta. Chúng ta chỉ ước ao người khác đền đáp lại đôi điều gì đó, chúng ta muốn được khen, muốn được nổi tiếng. Lời nói xem ra muốn làm hài lòng người khác, lại hay nhắm tới những mục đích hết sức vị kỷ. Tính ngay thẳng tiêu diệt mất lòng trung thực là như vậy. Lòng trung thực trợ giúp tâm thiện. Có nhiều mức độ trung thực khác nhau. Trong phạm vi chánh kiến được tu luyện tốt thì lòng trung thực cũng được phát triển. Vị thánh A-la-hán được mệnh danh là con người chính trực ngay thẳng, chân thật và xử sự đúng đắn (Ujupatipanno, Thanh Tịnh Đạo. VII, 90-92). Người nào đang đi theo trung đạo; tránh mọi thái quá; người đó đi theo chánh đạo dẫn đến tận diệt mọi phiền não. Chúng ta chỉ bước theo trung đạo khi tu luyện được trí tuệ về bất kỳ sự thật nào xuất hiện, ngay cả nếu như thực tại đó là điều bất thiện. Chúng ta có thể tu luyện chánh kiến ngay trong cuộc sống đời thường, cho dù chúng ta gặp phải điều vui hay nỗi buồn, ngay cả khi ta phải sân hận hay quảng đại. Như vậy chúng ta sẽ biết được chân lý, chúng ta sẽ học biết được mỗi thực tại xuất hiện đều chỉ là pháp hữu vi và không phải là bản ngã. Trong đoạn giải thích về lòng giả dối của vị Tỳ-khưu trích trong Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga) chúng ta đọc thấy vị Tỳ-khưu đó đã tập trung chú ý thái quá đến dáng điệu đi, đứng, ngồi và nằm nghỉ... một số người tin rằng vị Tỳ-khưu đó hành động như vậy là đang tập trung vào một số việc thiện, mặc dù không đúng như vậy. Khi có chánh niệm về những pháp hữu vi nổi lên chúng ta có thể phát hiện ra tâm xuất hiện đó là tâm thiện hay là tâm bất thiện. Chúng ta sẽ tự hiểu biết chính bản thân mình và như vậy chúng ta sẽ trung thực hơn. Ai đang bước theo trung đạo là người trung thực nhất với chính mình và người đó không làm ra vẻ mình không có phiền não. Phiền não chỉ được tận diệt một khi ta am hiểu được chúng một cách tường tận. Các sở hữu chánh thân hay chánh tâm đi kèm với tâm giúp phát triển chánh kiến và hỗ trợ tâm trong việc thực hiện nhiệm vụ này.

Chúng ta có thể tóm tắt sáu cặp sở hữu tịnh hảo trên như sau:

Sở hữu tịnh thân. (Kaya-passaddhi)

Sở hữu tịnh tâm (Citta-passaddhi)

Sở hữu khinh thân (Kaya-lahuta).

Sở hữu khinh tâm (Citta-lahuta)

Sở hữu nhu thân (Kaya-muduta)

Sở hữu nhu tâm (Citta- muduta)

Sở hữu thích thân (Kaya-kammannata)

Sở hữu thích tâm (Citta-kammannata)

Sở hữu thuần thân (Kaya-pagunnata)

Sở hữu thuần tâm (Citta-pagunnata)

Sở hữu chánh thân (Kaya-ujukata)

Sở hữu chánh tâm (Citta-ujukata)

Sáu cặp sở hữu tịnh hảo trên đi kèm với tất cả các tâm tịnh hảo. Chúng rất cần thiết cho tất cả các loại việc thiện, có thể việc thiện đó là lòng quảng đại, lòng đạo đức giới luật, luyện tu tịnh hay thiền quán. Các sở hữu trên trợ giúp tâm thiện và các sở hữu đi kèm để cho sự trọn hảo được thể hiện một cách hiệu quả. Các sở hữu trên đối kháng lại với các triền cái như tham dục, sân, hôn trầm, và thuy miên, phóng tâm, hối hận và nghi ngờ. Khi sáu cặp sở hữu trên xuất hiện thì mọi triền cái tan biến hết. Các tâm và sở hữu rất lành mạnh và khôn khéo trong việc thực hiện nhiệm vụ của mình. Chánh kiến là yếu tố chi phối hầu hết việc tu luyện các đức tính hoàn thiện thể hiện nơi sáu cặp sở hữu kể trên. Bậc thánh A-la-hán đã đạt đến mức hoàn hảo.

Như chúng ta đã biết, có ít nhất mười chín sở hữu đi kèm với mỗi tâm tịnh hảo ^[178] tất cả các sở hữu đi kèm với tâm tịnh hảo nơi cõi Dục giới. Các tâm tịnh hảo cũng là các tâm thiền sắc giới và các tâm thiền vô sắc giới và các tâm siêu thế. Điều này không có nghĩa là tất cả các tâm tịnh hảo đều đi kèm với mười chín sở hữu tịnh hảo này. Thêm vào đó mười chín sở hữu tịnh hảo đi kèm với mỗi tâm tịnh hảo, còn có sáu sở hữu nữa và tôi sẽ đề cập đến ở chương sau.

Câu hỏi:

1. Tại sao sở hữu khinh thân và sở hữu khinh tâm là đối thủ của tà kiến và tính tự phụ kiêu căng?
2. Tại sao có người cho rằng ta có thể được giải thoát khỏi bệnh hoạn khi có sở hữu thuần thân và sở hữu thuần tâm?
3. Tại sao thiếu tự tin, thiếu niềm tin (saddha) là nguyên nhân gây ra bệnh hoạn tâm thần?
4. Tại sao thánh Nhập lưu (Sotapanna) lại có được mức độ tài khéo nơi việc thiện hơn hẳn so với người phàm phu?
5. Tại sao lòng chính trực chỉ được tu luyện ở mức độ phát triển được chánh kiến?
6. Tại sao người ta lại gọi vị thánh A-la-hán là người tiến bước hiện ngang thẳng tới?
7. Yếu tố nào đã chi phối sự tấn tới nơi hầu hết mọi đức tính hoàn hảo?

^[170] Xin xem: nghiên cứu về Vi Diệu Pháp, Thượng tọa Nyanaponika, chương IV, trong đoạn giải thích về “sáu cặp sở hữu...” P.B.S. Kandy, 1976).

^[171] xem chương 6.

^[172] Phụ trương trích trong tác phẩm Abidhamma studies do Thượng tọa Nyanaponika viết.

^[173] Xem Dhammasngani điều 46,47.

^[174] Xem Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga) XIV, 147.

^[175] Xem Studies of Vi Diệu Pháp (abhidhamma) do Thượng tọa Nyanaponika viết, chương IV, 10

^[176] Xin đọc Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga) XIV, 148.

^[177] Xin đọc Thanh Tịnh Đạo (Visuddhimagga) XIV, 149.

^[178] Xem phụ chương số 8 bản tóm tắt yếu các sở hữu tâm và các tâm tịnh hảo đi kèm theo.

[Mục lục](#) | [Lời nói đầu](#) | [Lời giới thiệu](#) |
[01](#) | [02](#) | [03](#) | [04](#) | [05](#) | [06](#) | [07](#) | [08](#) | [09](#) | [10](#) | [11](#) | [12](#) | [13](#) | [14](#) | [15](#) | [16](#) | [17](#) | [18](#) | [19](#) |
[20](#) | [21](#) | [22](#) | [23](#) | [24](#) | [25](#) | [26](#) | [27](#) | [28](#) | [29](#) | [30](#) | [31](#) | [32](#) | [33](#) | [34](#) | [35](#) | [36](#) | [Phụ lục](#)

Source: <http://www.phatgiaonguyenthuy.com>

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)

last updated: 08-08-2004