



Con Đường Độc Nhất Để Chứng Ngộ Niết-bàn

Đại Trưởng Lão Thiên Sư Pa-Auk Tawya Sayadaw

Pháp Quang (Dhammajoti) dịch

'Phần Hơi Thở Vào – Hơi Thở Ra' (*Ān-Āpāna-Pabbam*) của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam*) được trình bày theo chi tiết thực hành và theo đúng Kinh Điển Pāli, và các Chú Giải, Số Giải.

Tựa đề: ‘Con đường độc nhất để Chứng Ngộ Niết-bàn’.

Tựa đề này được trích từ câu nói đầu tiên của Đức Phật trong D.II.9 ‘Kinh Đại Niệm Xứ’ (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam*): ‘Này các Tỳ-khưu, đây là con đường độc nhất (*ek-āyano ayam, bhikkhave, maggo*)’.

Minh họa bìa sách:

Hoàng đế Ấn Độ, vua *Asoka (A-Dục)* (ca. 304-232 BC) đã dựng lên nhiều trụ đá ở khắp nơi trên Ấn Độ, Nepal, Pakistan và Afghanistan. Đặt trên đỉnh của những trụ đá này là tượng một con ngựa, một con sư tử, một con bò đực, bốn con bò đực, v.v. Cho đến nay thì chỉ có một số nhỏ trụ đá đã được tìm thấy. Những ngôn tự khắc trên đó thể hiện niềm mong ước của nhà vua về phẩm hạnh theo Chánh Pháp đối với vương triều và dân chúng của mình. Ông cũng đã dựng một trụ đá tại vườn *Lumbini (Lâm-Tỳ-Ni)* (249 BC), để đánh dấu nơi đản sanh của Đức Phật, người đã tịch diệt trước đó chỉ khoảng hai trăm năm. Vào lúc trụ đá này được phát hiện, với sự giải mã những ngôn tự khắc trên đó cho thấy, đây chính là bằng chứng ‘lich sử’ đầu tiên về sự có mặt của Đức Phật.

(Được trích ra từ tài liệu “Những chỉ dụ của vua Asoka” do Tôn giả. S. Dhammika, Wheel Publication No. 386-387, Hội xuất bản Phật Giáo, Kandy, Sri Lanka.)

Đại Trưởng Lão Thiền Sư Pa-Auk Sayadaw đã chọn hình tượng bốn con sư tử rống của vua Asoka như là một biểu tượng cho thiền viện Pa-Auk. Và gần đây, ngài nhận được một thông tin từ Sri Lanka về nguyên bản của tượng bốn con sư tử rống này, thực ra, có mang trên lưng một bánh xe Pháp đã bị gãy rời: do vậy, biểu tượng của Pa-Auk đã được thay đổi cho phù hợp.

MỤC LỤC

LỜI NGƯỜI DỊCH	i
NHỮNG CHỮ VIẾT TẮT	i
LỜI TỰA.....	1
BỐN PHẬN SỰ CẦN PHẢI HOÀN THÀNH.....	1
THÁNH ĐỂ VỀ KHỔ CẦN PHẢI ĐƯỢC LIỄU TRI.....	2
THÁNH ĐỂ VỀ NGUỒN GỐC CỦA KHỔ CẦN PHẢI ĐƯỢC ĐOẠN TẬN.....	3
THÁNH ĐỂ VỀ KHỔ DIỆT CẦN PHẢI ĐƯỢC CHỨNG NGỘ.....	4
THÁNH ĐỂ VỀ CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN KHỔ DIỆT CẦN PHẢI ĐƯỢC TU TẬP.....	4
BỐN PHẬN SỰ (QUÁN PHÁP TRONG CÁC PHÁP - BỐN THÁNH ĐỂ).....	5
THIỀN ĐỊNH VÀ THIỀN MINH SÁT CẦN PHẢI ĐƯỢC TU TẬP.....	5
THIỀN ĐỊNH (<i>SAMATHA</i>) – THIỀN MINH SÁT (<i>VIPASSANĀ</i>).....	6
THIỀN ĐỊNH (ĐOẠN TRỪ NĂM TRIỀN CÁI)	6
THIỀN ĐỊNH (ĐOẠN TRỪ THAM ƯU Ở THỂ GIAN).....	7
THIỀN ĐỊNH (QUÁN PHÁP - NĂM TRIỀN CÁI).....	8
THIỀN ĐỊNH (QUÁN THÂN)	8
THIỀN ĐỊNH (MINH SÁT – NỀN TẢNG ĐỊNH BẬC THIỀN).....	8
THIỀN MINH SÁT (THÂN VÀ TÂM).....	9
HAI ĐỀ MỤC THIỀN	9
MINH SÁT (NĂM UẨN, SỰ TẬP KHỞI / ĐOẠN DIỆT CỦA CHÚNG).....	10
CÁC UẨN LÀ NHƯ VẬY.....	11
SỰ SANH & DIỆT CỦA CÁC UẨN LÀ NHƯ VẬY.....	11
THIỀN MINH SÁT (QUÁN PHÁP - NĂM THỦ UẨN)	13
THIỀN MINH SÁT (BA LOẠI ĐẠT TRI: NĂM UẨN).....	13
THIỀN MINH SÁT (BA LOẠI ĐẠT TRI: SÁU NỘI XÚ / SÁU NGOẠI XÚ)	14
THIỀN MINH SÁT (QUÁN PHÁP SÁU NỘI XÚ / SÁU NGOẠI XÚ)	15
THIỀN MINH SÁT (BA LOẠI ĐẠT TRI: BỐN NIỆM XÚ)	16
THIỀN MINH SÁT (MỘT ĐỐI TƯỢNG TRONG MỘT THỜI ĐIỂM)	17
MỘT CÁNH CỔNG	18
BỐN NIỆM XÚ=NĂM UẨN, ... =TẤT CẢ.....	20
NÀY CÁC TỶ KHỨU, ĐÂY LÀ CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT.....	21
CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT = MỘT CÁNH CỔNG.....	22
CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT (MINH SÁT – QUÁN THÂN).....	22
QUÁN THÂN TRONG THÂN	23
QUÁN THÂN TRONG THÂN (BÊN TRONG VÀ BÊN NGOÀI)	24
QUÁN THÂN TRONG THÂN (PHÁP TẬP KHỞI VÀ PHÁP ĐOẠN DIỆT).....	24
QUÁN THÂN TRONG THÂN (NHÂN HIỆN TẠI).....	24
QUÁN THÂN TRONG THÂN (CÁC NHÂN QUÁ KHỨ)	25

QUÁN THÂN TRONG THÂN (KẾT LUẬN)	26
CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT (MINH SÁT – QUÁN THỌ).....	26
KẾT LUẬN	28
KINH ĐẠI NIỆM XÚ (MỤC HƠI THỞ VÀO & RA)	29
LỜI GIỚI THIỆU	29
THIỀN ĐỊNH.....	29
THIỀN MINH SÁT	30
THIỀN MINH SÁT: BƯỚC ĐẦU	30
THIỀN MINH SÁT: BƯỚC HAI	30
THIỀN MINH SÁT: BƯỚC BA	30
THIỀN MINH SÁT: BƯỚC BỐN	30
KẾT LUẬN	30
LỜI GIỚI THIỆU	31
THIỀN ĐỊNH.....	32
TỈNH GIÁC VỊ ẤY THỞ VÀO, TỈNH GIÁC VỊ ẤY THỞ RA	32
BỐN KHÓ KHĂN ĐIỂN HÌNH	32
THỞ VÀO DÀI, THỞ VÀO NGẮN.....	33
NGƯỜI THỢ QUAY THIỆN XẢO HAY HỌC TRÒ NGƯỜI THỢ QUAY	33
ẤN TƯỚNG (NIMITTA)	33
CÁC LOẠI NIMITTA KHÁC NHAU	34
CẢM GIÁC TOÀN THÂN HƠI THỞ	34
AN TỊNH THÂN HÀNH HƠI THỞ	35
SỰ HAY BIẾT BA PHÁP	36
RƠI VÀO TÂM HỘ KIẾP (HỮU PHẦN) (<i>BHAVANĀGA</i>).....	37
NGŨ CĂN	37
NIỆM CĂN	37
TÍN CĂN VÀ TUỆ CĂN.....	38
TẤN CĂN VÀ ĐỊNH CĂN.....	38
TÍN DÀNH CHO ĐỊNH, TUỆ DÀNH CHO MINH SÁT.....	39
SƠ THIỀN	39
NĂM PHÁP THUẦN THỰC.....	39
NHỊ THIỀN	40
TAM THIỀN	40
TỨ THIỀN	41
BẬC THIỀN VÀ HƠI THỞ	41
THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA THIỀN ĐỊNH	41
KẾT LUẬN	42
THIỀN MINH SÁT.....	43
BA LOẠI ĐẠT TRI	43

THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN ĐẦU	43
BA THÂN	43
THIỀN QUÁN SẮC	45
THIỀN TỨ ĐẠI TÓM LƯỢC.....	45
DỪNG BẬC THIỀN NỀN TẢNG CỦA MINH SÁT	45
LÀM THẾ NÀO ĐỂ PHÂN BIỆT MƯỜI HAI ĐẶC TÍNH VÀ BỐN ĐẠI CHỦNG.....	45
ĐẤT NƯỚC LỬA GIÓ	46
BA ẢO TƯỢNG VỀ KHỔI	46
LÀM THẾ NÀO ĐỂ THẤY VÀ PHÂN BIỆT CÁC NHÓM SẮC	46
BẢNG HAI MƯƠI TÁM LOẠI SẮC.....	47
THIỀN TỨ ĐẠI THEO CÁCH CHI TIẾT	53
HAI MƯƠI PHẦN ĐỊA ĐẠI.....	53
MƯỜI HAI PHẦN THỦY ĐẠI.....	53
BỐN PHẦN HỎA ĐẠI.....	53
SÁU PHẦN PHONG ĐẠI	54
CHÍN LOẠI NHÓM SẮC DO NGHIỆP SANH	54
TÁM LOẠI NHÓM SẮC DO TÂM SANH.....	55
BỐN LOẠI NHÓM SẮC DO NHIỆT SANH.....	56
HAI LOẠI NHÓM SẮC DO DƯỠNG CHẤT SANH.....	57
BỐN LOẠI SẮC TƯỚNG	57
QUÁN 'SẮC'	57
KẾT LUẬN	58
THIỀN QUÁN DANH	59
NĂM MƯƠI HAI TÂM SỞ (CETASIKA):.....	59
TÁM MƯƠI CHÍN LOẠI TÂM (CITTA).....	61
PHÂN BIỆT TIẾN TRÌNH TÂM ĐẶC THIỀN.....	62
QUÁN NIỆM 'DANH'	68
QUÁN 'DANH - SẮC'	68
TÓM TẮT VÀ KẾT LUẬN.....	68
THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA MINH SÁT: GIAI ĐOẠN ĐẦU.....	68
THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN HAI	69
HAI LOẠI SANH DIỆT	69
PHÁP DUYÊN KHỞI CHIỀU THUẬN	69
PHÁP DUYÊN KHỞI CHIỀU NGHỊCH.....	70
PHÂN BIỆT PHÁP DUYÊN KHỞI CHIỀU THUẬN	70
PHƯƠNG PHÁP THỨ NĂM.....	71
TAM LUÂN (BA VÒNG)	71
LÀM THẾ NÀO ĐỂ PHÂN BIỆT DUYÊN SANH.....	72
LÀM THẾ NÀO PHÂN BIỆT DUYÊN DIỆT	73
LÀM SAO ĐỂ QUÁN SỰ SANH & DIỆT THEO SÁT-NA.....	74
THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN THỨ HAI	75

THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN BA.....	75
MƯỜI BA TRÍ MINH SÁT ĐẦU TIÊN.....	75
THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN BỐN.....	76
BA TUỆ MINH SÁT CUỐI CÙNG.....	76
THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA THIỀN MINH SÁT.....	77
BA LOẠI THÔNG ĐẠT TRÍ.....	77
Chân Thể Tuyệt Đối.....	82
Phân Loại <i>Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha·Sacca)</i>	82
Phân Loại <i>Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha·Sacca)</i> theo Năm Uẩn (<i>Pañca·Kkhandha</i>).....	83
Phân Loại <i>Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha·Sacca)</i> theo Mười Hai Xứ (<i>Dvādas·Āyatana</i>).....	85
Phân Loại <i>Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha·Sacca)</i> theo Mười Tám Giới (<i>Aṭṭhārasa Dhātu</i>).....	86
Phân Loại <i>Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha·Sacca)</i> theo Bốn Đế (<i>Catu Sacca</i>).....	88
CHÚ GIẢI.....	89

LỜI NGƯỜI DỊCH

Được sự đồng ý của tác giả, bản dịch từ tập sách 'The Only Way For Realization of Nibbāna' của ngài Đại Trưởng Lão Thiền Sư *Pa-Auk Tawya Sayadaw*, được hoàn tất tại rừng thiền *Pa-Auk Tawya*, Myanmar, tháng 5 -2013. Vì đây là bản dịch đầu tiên, nên rất khó tránh khỏi những sai sót không mong muốn. Người dịch thành tâm hoan hỷ và xin đón nhận những ý kiến đóng góp từ quý độc giả để bản dịch được hoàn thiện hơn.

Mọi ý kiến đóng góp xin gửi về : dhammajoti2013@gmail.com

Đây là một trong số các tập sách khá kén người đọc, vì để hiểu được trọn vẹn nội dung của nó, đòi hỏi độc giả cần có đôi chút kiến thức cơ bản về Thắng Pháp [Vi Diệu Pháp hay A-tỳ-Đàm (*Abhidhamma*)] cũng như niềm tịnh tín mạnh mẽ nơi Pháp và Luật của Đức Phật.

Bởi trong xu thế hiện nay, khi pháp hành Phật Giáo, nhất là thiền, được phổ biến rộng rãi khắp nơi trên thế giới. Tuy vậy, khi một người có định hướng tu tập theo cái gọi là Phật Giáo thì lại bị hoang mang bởi có quá nhiều đường lối, quá nhiều pháp môn khác biệt được khẳng định là có thể đưa đến cứu cánh tối hậu của Phật Giáo?

Vì vậy, để làm rõ vấn đề này, cũng như để giới thiệu tiêu đề của tập sách 'Con Đường Độc Nhất Để Chứng Ngộ Niết Bàn' của ngài *Pa-Auk Sayadaw*, người dịch xin phép được chia sẻ một số vấn đề đến quý độc giả. Nếu có gì không hài lòng, người dịch mong được niệm tình lượng thứ.

Phật Giáo hay nói cách khác là những giáo huấn của Đức Phật được lưu lại trong Tam Tạng Kinh Điển (*Tiṭṭaka*) bằng văn tự **Pāli**. Nhưng khi nói đến Phật Giáo, hầu hết mọi người thường hay liên tưởng đến "tám mươi bốn ngàn pháp môn". Nhưng trên thực tế, Luận sư Buddhaghosa, trong Chú Giải Trưởng Lão Tăng Kệ, có giải thích "pháp" ở đây được hiểu như là "pháp uẩn" (*dhammakhandha*), nghĩa là đoạn văn về giáo pháp.

Bởi vì, trong 'Kinh Tiểu Bộ', đoạn trưởng lão Ananda thương tiếc hồi tưởng lại sau khi Đức Phật Niết Bàn (Trưởng Lão Tăng Kệ, câu 1029, Tỳ-khưu Indacanda dịch Việt) :

"Tôi đã tiếp nhận tám mươi hai ngàn từ Đức Phật, hai ngàn từ vị tỳ khưu (Sāriputta), tám mươi bốn ngàn Pháp (uẩn) này là có sự vận hành."

Trong trường hợp này, bài kinh có một chủ đề (*anusandhika*) thì tính một Pháp Uẩn, bài kinh nào có nhiều chủ đề thì tính nhiều Pháp Uẩn. Như thế, việc tính đếm Pháp Uẩn tức là đề cập đến chủ đề. Trong những phần Kệ (*gāthā*), mỗi câu hỏi hay chất vấn là một Pháp Uẩn và câu trả lời là một Pháp Uẩn. Trong tạng Vi Diệu Pháp, mỗi một phần chia chẻ gồm có một nhị đề hoặc tam đề và mỗi một phần chia chẻ theo loại tâm được gọi là một Pháp Uẩn. Trong tạng Luật thì có phần câu chuyện (*vatthu*), có phần tiêu đề (*mātikā*), có phần phân tích từ ngữ, có phần phạm tội, có phần không phạm tội, có phần phán xét; trong trường hợp này, cứ mỗi một phần được xem là một Pháp Uẩn.

Như vậy, theo Tam Tạng Kinh Điển, trong Tạng Luật có 21.000 Pháp Uẩn, trong Tạng Kinh có 21.000 Pháp Uẩn, và trong Tạng Thắng Pháp có 42.000 Pháp Uẩn. Do vậy, bằng cách giải nghĩa theo Pháp Uẩn thì có tám mươi bốn ngàn phần riêng biệt. Như thế, việc tính đếm Pháp Uẩn tức là đề cập đến **chủ đề** chứ **không phải 'pháp môn tu tập'** hay đường lối tu tập mà trước giờ nhiều người đã hiểu nhầm.

Còn đối với mục tiêu tối hậu của Phật Giáo qua Kinh Điển Pāli, đó chính là sự diệt tận tất cả các phiền não dẫn đến tái sanh, hay sự diệt tận năm thủ uẩn, sự vô sanh, bất tử, sự chấm dứt luân hồi...hay Niết Bàn (*Nibbāna*). Theo nội dung của tập sách này, con đường để đạt đến cứu cánh tối hậu ấy, Niết Bàn chỉ có thể là con đường một, không có con đường nào khác. Tuy nhiên, đây cũng là một điều khá khó chấp nhận, bởi trên thế giới hiện nay đang phổ biến nhiều loại pháp hành khác biệt được xem là có thể đạt đến mục tiêu tối hậu của Phật Giáo. Thiền Sư *Pa-Auk Sayadaw*, người đã bỏ ra nhiều năm để thực hành và nghiên cứu Kinh Điển Pāli. Qua sự thực chứng và đối chiếu theo Kinh Điển, ngài nhận thấy các mối tương quan giữa các bài kinh của Đức Phật và có thể đưa đến một sự nhất quán, chính xác và hoàn toàn thuyết phục đến với những ai đang còn lang thang trên con đường tầm cầu pháp hành giải thoát.

Cũng như lời Đức Phật nói, Ngài thuyết pháp sơ thiện, trung thiện, và hậu thiện, văn nghĩa đầy đủ. Do vậy, không có sự mâu thuẫn trong lời dạy của Ngài mà chỉ có những ẩn ý hợp theo từng loại căn tánh của người nghe (ở thời đại của Đức Phật). Tuy nhiên, để có thể phân biệt và hiểu chính xác những lời dạy ấy trong thời buổi hiện nay, đòi hỏi một trí tuệ vô cùng sáng suốt, và một niềm tin vững chắc nơi Pháp và Luật của Đức Phật hay nơi Tam Tạng Kinh Điển.

Bởi theo một số xu thế pháp hành hiện nay ,việc thực hành theo sát Kinh Điển không còn được chú trọng, bị xem là cứng nhắc hoặc nếu có thì cũng chỉ là một hình thức đối chiếu theo kinh kệ chứ không đi sâu phân tích như theo Chú Giải hay Sớ Giải. Việc đề cao kinh nghiệm pháp hành cá nhân của một vị thầy nào đó luôn được quan tâm chính yếu. Thậm chí, một số lại muốn bác luôn cả phần Kinh Điển ấy, nhất là Tạng Thắng Pháp (*Abhidhamma*), phần Định Học , và cả một số phần trong Tạng Luật vì cho rằng, nó không còn phù hợp với hoàn cảnh đương thời hay không mang tính thực tiễn .

Tuy nhiên, điểm đặc biệt ở tập sách này chính là sự áp dụng triệt để các 'lời dạy nguyên thủy' của Đức Phật trong Kinh Điển Pāli, nhất là *Abhidhamma*, theo sau là các Bộ Chú giải ,Sớ Giải, nhất là Bộ Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi Magga*). Những hướng dẫn của ngài thiên sư *Pa-Auk Sayadaw* trong tập sách này hoàn toàn không đúc kết theo tư kiến của riêng ngài, mà đó chính là sự đối chiếu hợp nhất với Kinh Điển Pāli, giữa Pháp Học và Pháp Hành, và cũng để khẳng định tầm mức quan trọng và thiết yếu của Kinh Điển Pāli đối với Pháp Hành Phật Giáo hiện thời. Điều này cho thấy rằng, *Abhidhamma* không phải là một dạng pháp 'học thuộc lòng để suy luận', và cũng không phải chỉ dành cho các hàng chư thiên, mà đó chính là những phạm trù khái niệm liên hệ đến thực tánh pháp mà người hành thiền cần phải thể nhập bằng thẳng trí của mình sau khi tu tập định. Việc thực hành như vậy được phổ biến rộng rãi ở rừng thiền *Pa-Auk Tawya* và được các thiền sinh tu tập và trình pháp hằng ngày đến vị thầy của mình. Do vậy, một lần nữa , *Abhidhamma* không nằm ngoài pháp hành Phật Giáo. Cùng với định, việc hiểu rõ *Abhidhamma* bằng thẳng trí là một trong các nhân tố thiết yếu để thực hành thiền minh sát.

Nói về thiền minh sát (*Vipassanā Bhāvanā*) thì đây là một pháp hành cao nhất trong Phật Giáo ,bởi nó có thể chuyển một người tử phạm sang Thánh, dứt khỏi hoàn toàn những khổ đau trong luân hồi. Nhưng ,để thực hành nó mà không có nền tảng của Chánh Định (an chỉ định, cận định hoặc sát-na định) và giới, hoặc, để đạt đến mục tiêu tối hậu của Phật Giáo mà không cần phải nắm rõ Thắng Pháp (*Abhidhamma*) bằng thẳng trí (*một loại trí trực tiếp trong thực hành*) thì những giáo lý ấy cần phải được xem xét lại. Bởi trong kinh 'Đại Niết Bàn', Đức Phật có nói :

"Này các Tỳ-khưu, sau khi Ta diệt độ, chính Pháp và Luật sẽ là Đạo Sư của các Người."

Theo Tam Tạng Kinh Điển, **Pháp** ở đây gồm Tạng Kinh (*Sutta pitaka*), và Tạng Thắng Pháp (*Abhidhamma pitaka*), **Luật** chính là Tạng Luật (*Vinaya pitaka*). Tất cả chúng (Pháp Học) là nền tảng để triển khai **ba học tập** , giới, định, tuệ (Pháp Hành). Bởi trong A.III.II.iv.9 'Kinh Học Tập thứ nhất' (*Paṭhama-Sikkhattaya-Suttam*), Đức Phật dạy:

"Có ba, này các Tỳ-khưu, là những học tập này. Thế nào là ba? Tăng thượng giới học (*adhi-sīla-sikkhā*), tăng thượng định học (*adhi-citta-sikkhā*), tăng thượng tuệ học (*adhi-paññā-sikkhā*)".

[1] Thế nào là tăng thượng giới học?

Ở đây, này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu có giới đức (*bhikkhu sīla-sikkhā*) sống chế ngự với sự chế ngự của giới bốn Pātimokkha (*Pātimokkha-saṃvara-saṃvuto viharati*), đây đủ uy nghi chánh hạnh (*ācāra-gocara-sampanno*), thấy sợ hãi trong những lỗi nhỏ nhặt, chấp nhận và học tập các giới học (*aṇumattesu vajjesu bhaya-dassāvī*). Này các Tỳ-khưu, đây gọi là tăng thượng giới học.

[2] Và này các Tỳ-khưu, thế nào là tăng thượng định học?

[i] Ở đây, này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu ly dục, ly pháp bất thiện chúng và trú sơ thiên (*paṭhamam jhānam upasampajja viharati*), một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ.

[ii] Lại nữa, vị Tỳ-khưu bỏ tâm, bỏ tứ, nội tĩnh nhất tâm, vị ấy chứng và trú nhị thiên (*dutiyam jhānam upasampajja viharati*), một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tâm, không tứ.

[iii] Với sự ly hỷ, trú xả, vị ấy chứng và trú tam thiên (*tatiyam jhānam upasampajja viharati*), nội tâm điềm tĩnh, có niệm và tinh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là: "xả niệm, lạc trú".

[iv] Lại nữa, vị Tỳ-khưu xả lạc, xả khổ, diệt hỷ, ưu đã cảm thọ trước, vị ấy chứng và trú tứ thiên (*catuttham jhānam upasampajja viharati*), không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh.

Này các Tỳ-khưu, đây gọi là tăng thượng định học.

[3] Và này các Tỳ-khưu, thế nào là tăng thượng tuệ học?

Ở đây, này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu như thật rõ biết:

[i] "Đây là khổ", vị ấy như thật rõ biết (*idaṃ dukkhan'ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

[ii] "Đây là nguồn gốc của khổ, vị ấy như thật rõ biết (*ayaṃ dukkha-samudayo'ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

[iii] “**Đây là khổ diệt, vị ấy như thật rõ biết** (*ayaṃ dukkha-nirodho’ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

[iv] “**Đây là con đường đưa đến khổ diệt, vị ấy như thật rõ biết**” (*ayaṃ dukkha-nirodha-gāmini paṭipadā’ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

Này các Tỳ-khưu, đây gọi là tăng thượng tuệ học’.

Chỉ khi triển khai đúng Pháp Hành tức ba học tập này, sự thành tựu giải thoát (Pháp Thành) mới có mặt nơi người đó. Ở đây ,Pháp Học(*Pariyatti*), Pháp Hành(*Patipatti*) ,và Pháp Thành(*Paṭivedha*) chính là Pháp Bảo (*Dhammaratana*). Cả ba đều có sự tùy thuộc và tương quan lẫn nhau.

Nói cách khác, để thành tựu Chín Pháp Siêu Thế : Bốn Đạo, Bốn Quả, và Niết Bàn (Pháp Thành), người đó cần phải thực hành đúng lộ trình Giới, Định, Tuệ (Pháp Hành). Và để có thể thực hành đúng , người đó cần phải am tường và có đức tin trong sạch đối với tất cả các lời dạy của Đức Phật trong Tam Tạng Kinh Điển (Pháp Học) .

Thêm nữa, việc kết tập, gìn giữ và lưu truyền Pháp và Luật hay Tam Tạng Kinh Điển của Đức Phật chính do Tăng Bảo (*Sangharatana*) thực hiện.

Cho nên, việc thực hành y cứ theo Phật giáo cũng như sự tôn kính và quy y Tam Bảo (Phật Bảo, Pháp Bảo, Tăng Bảo) trên thực tế, chính là việc thực hành theo Pháp và Luật (tức Kinh- Luật -Thăng Pháp), theo ba học tập (Giới ,Định, Tuệ) của Đức Phật. Việc tự ý thêm bớt hay bác bỏ các điều học trên đồng nghĩa với việc chối bỏ bậc Đạo Sư, Chánh Pháp và Chúng Tăng. Điều này dẫn đến sự tiêu hoại của Giáo Pháp.mà Đức Phật đã đề cập trong ‘Kinh Tượng Pháp’ (*Saddhammapatirūpa Sutta* (SN 16.13)):

Này Kassapa, có năm thói pháp khiến cho diệu pháp bị hỗn loạn và biến mất. Thế nào là năm?

*Ở đây, này Kassapa, các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu-ni, nam cư sĩ, nữ cư sĩ sống không tôn kính, không tùy thuận bậc **Đạo Sư**, sống không tôn kính, không tùy thuận **Chánh Pháp**, sống không tôn kính, không tùy thuận **Chúng Tăng**, sống không tôn kính, không tùy thuận **Học Giới**, sống không tôn kính, không tùy thuận đối với **Thiên Định**.*

Lại nữa, trong ‘Kinh Ác Giới’ (AN V.III.IV),ở đó, tôn giả Kassapa có hỏi Đức Phật như sau:

- Bạch Thế Tôn, do nhân gì, do duyên gì, thuở trước, học giới có ít hơn nhưng các Tỳ-khưu chúng đắc chánh trí nhiều hơn? Bạch Thế Tôn, do nhân gì, do duyên gì, ngày nay học giới có nhiều hơn, nhưng các Tỳ-khưu chúng đắc chánh trí ít hơn?

- Sự việc xảy ra như vậy, này Kassapa, trong thời các chúng sanh suy giảm, trong thời diệu pháp biến mất, thời nhiều hơn là các định do vậy bị phá hoại. Khi chánh định không có mặt, với người chánh định bị phá hoại, như thật tri kiến do vậy bị phá hoại. Khi như thật tri kiến không có mặt, với người như thật tri kiến bị phá hoại, nhàm chán, ly tham do vậy bị phá hoại. Khi nhàm chán ly tham không có mặt, với người nhàm chán ly tham bị phá hoại, giải thoát tri kiến do vậy bị phá hoại.

Trong bài kinh này, Đức Phật chỉ rõ tầm quan trọng của định. Đồng thời, Ngài cũng mô tả về sự tùy thuộc và tương quan giữa giới, định, tuệ theo đúng trình tự của nó.

"Với người có giới, này các Tỳ-khưu, với người gìn giữ giới, chánh định do vậy được đầy đủ. Do chánh định có mặt, với người chánh định được thành tựu, như thật tri kiến do vậy được thành tựu. Do như thật tri kiến có mặt, với người như thật tri kiến có mặt, nhàm chán, ly tham do vậy được thành tựu. Do nhàm chán, ly tham có mặt, với người nhàm chán ly tham được thành tựu, giải thoát tri kiến do vậy được thành tựu."

Thật sự vậy, không có giới hạnh trong sạch và đầy đủ, vị ấy không thể làm phát sanh chánh định. Và nếu không có định, thì cái gọi là tu tập tuệ hướng đến giải thoát chỉ là một khái niệm mơ hồ . Bởi vì làm sao vị ấy đạt đến giải thoát tri kiến nếu không có được như thật tri kiến?

Theo truyền thống Trưởng Lão Bộ (*Theravāda*), tu tập định bậc thiền làm nền tảng để thực hành minh sát được gọi là chỉ thừa (*samattayānika*). Bên cạnh đó, là quán thừa (*vipassanāyāna*) tức là sự tu tập trực tiếp vào minh sát mà không có định bậc thiền làm nền tảng. Bởi vì , vào thời của Đức Phật đã có những vị Tỳ-khưu chứng đắc A-la-hán sau khi thực hành minh sát theo quán thừa ,họ không cần phải tu tập định bậc thiền. Tuy nhiên, với vị thuần quán hành giả, thì yếu tố định vẫn phải có mặt nơi vị ấy. Định ấy chính là sát-na định .Sự việc này được minh chứng trong Kinh Susīma thuộc Tương Ứng Bộ, kèm theo các bản Chú giải và Sớ giải của nó.

Đối với khái niệm sát-na định, Bộ Thanh Tịnh Đạo có trình bày như sau:

"232. (xi) ...Hoặc, sau khi đã nhập và xuất từ những bậc thiền ấy, hành giả thấy với tuệ rằng, thức phối hợp với (tâm sở) thiền ấy là dễ hoại diệt, khi ấy vào thời điểm minh sát thật sự, "sự nhất tâm trên từng sát

na"(momentary unification of the mind) sanh khởi xuyên qua sự thể nhập những đặc tính [của vô thường, (khổ, vô ngã)]..."

Minh chứng liên hệ đến sát-na định được tìm thấy trong Kinh Bất đoạn (Anupada sutta) thuộc Kinh Trung Bộ như sau:

"Ở đây, này các Tỳ khưu, Sāriputta ly dục, ly bất thiện pháp, chứng đạt và an trú sơ Thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ.

Và những pháp thuộc về Thiền thứ nhất như tầm, tứ, hỷ, lạc, nhứt tâm, và xúc, thọ, tưởng, tư, tâm, dục, thắng giải, tinh tấn, niệm, xả, tác ý; các pháp ấy được an trú bất đoạn. Các pháp ấy được Sāriputta biết đến khi chúng khởi lên, được Sāriputta biết đến khi an trú, được Sāriputta biết đến khi đoạn diệt. Sāriputta biết rõ như sau: "Như vậy các pháp ấy trước không có nơi ta, nay có hiện hữu, sau khi hiện hữu, chúng đoạn diệt". Sāriputta đối với những pháp ấy, cảm thấy không luyến ái, không chống đối, độc lập, không trói buộc, giải thoát, không hệ lụy, an trú với tâm không có hạn chế. Sāriputta biết: "Còn có sự giải thoát hơn thế nữa. Đối với Sāriputta, còn có nhiều việc phải làm hơn nữa".

Ở đây, Đức Phật liên hệ đến các pháp chân đế thuộc Abhidhamma (Thắng Pháp), và việc thấy rõ các pháp ấy xuyên suốt ba giai đoạn sanh, trú, diệt (tức mỗi sát-na) tuần tự liên tục [anupada (one after another) được HT Thích Minh Châu dịch là "bất đoạn", chính là ý nghĩa sát-na định đối với minh sát.

Sớ giải Trung bộ giải thích "*Anupadadhammavipassanā*" tức là vị ấy phát triển tuệ quán tuần tự đi sâu vào các pháp (chân đế) nhờ các thiền chứng và thiền chi..

Như vậy, theo ý nghĩa của bài kinh, năng lực tuệ tri tuần tự từng sát na (sanh-trú-diệt) của các pháp chân đế mà Đức Phật đã tán thán ngài Xá Lợi Phất chính là ý nghĩa của sát-na định (*khanika samadhi*) trong tuệ quán.

Sớ giải của Bộ Thanh Tịnh Đạo, bộ Paramatthamanjusa, có mô tả chi tiết hơn về một dạng sát-na định là loại định có thể làm sanh khởi đầy đủ các chi thiền như định bậc thiền (*samatha jhanas*). Tuy nhiên, nó kém vững chắc hơn định bậc thiền. Nhóm từ đồng nghĩa với sát-na định (*khanika samadhi*) trong thiền minh sát chính là Thiền thẩm định tướng (*Lakkhaṇūpanijjhāna*). Thiền này thẩm sát tam tướng (Vô Thường, Khổ, Vô Ngã) dựa trên danh sắc, cũng được gọi là thiền minh sát hay thiền quán (*Vipassanā*)...(Ā. II 41; Ps A.281; Dhs A.167).

Theo Thanh Tịnh Đạo: "**không có tuệ quán nào xảy ra mà không có sát-na định**" (*Nahi khaṇikasamādhim vinā vipassanā sambhavati* [Nism. T. 1:11]

Lại nữa, Bộ Thanh Tịnh Đạo khẳng định rằng : "**Không thể có định siêu thế và tuệ siêu thế mà trước đó không có định và tuệ hiệp thế; vì (nếu) không có cận định và an chỉ định nơi một vị mà cỗ xe của họ là tịnh chỉ, hoặc không có sát na định nơi một vị mà cỗ xe của họ là minh quán, và không có Tam giải thoát môn..đạo lộ siêu thế, trong cả hai trường hợp, chẳng thể nào được đạt đến.**"

Thế nên, đối với những hành giả mong muốn thực hành minh sát mà không muốn tu tập định, thiền sư Pa-Auk Sayadaw có giải thích như sau:

"Nếu hành giả có thể thấy danh-sắc chân đế và các nhân của chúng một cách triệt để và rõ ràng, mà trước đó không hành thiền định, thì dĩ nhiên, đối với hành giả, việc hành thiền định là không cần thiết...!!!"

Bởi trong "*Aparijānana Sutta*" của "*Salāyatana Vagga*" thuộc Tương Ưng Bộ Kinh, Đức Phật nói:

"Này các Tỳ-khưu, Nếu một vị Tỳ-khưu không biết rõ tất cả **Danh-sắc, và **các nhân của chúng** với **ba loại đạt tri** (*parinna*) , vị ấy không thể đạt đến Niết-bàn. Chỉ những vị nào, này các Tỳ-khưu, biết rõ chúng với ba loại đạt tri mới có thể đạt đến Niết-bàn."**

Đối với pháp hành Phật giáo hiện thời, danh-sắc thường chỉ được nói đến theo khái niệm phổ quát là thân và tâm hay vật chất và tinh thần. Tuy nhiên , theo *Abhidhamma* diễn đạt danh-sắc (*nāma-rūpa*) theo *Chân Thể Tuyệt Đối*, sắc tối hậu (*rūpa*) gồm 28 loại sắc , danh tối hậu (*nāma*) gồm 81 loại tâm (trừ 8 tâm siêu thế) và 52 loại tâm sở (*cetasika*) cùng phối hợp với chúng . Việc biết rõ danh-sắc tức hành giả cần phải thấu đạt **tất cả** theo *Chân Thể Tuyệt Đối* bằng thẳng trí tự thân. Ngoài ra , vị ấy cũng cần phải rõ biết các nhân tác thành chúng để quán với ba loại đạt tri. Sự thấy và biết như vậy mới được xem là như thật tri kiến.

Thành thật mà nói, để đạt đến loại tri kiến như vậy mà không có nền tảng của giới và sức mạnh của định, nhất là trong thời buổi này, thì liệu đây có phải là một điều khả thi?

Tuy nhiên, tại rừng thiền *Pa-Auk Tawya*, quán thừa (*vipassanāyāna*) vẫn được chỉ dạy qua việc thực hành thiền tứ đại. Với ánh sáng của mức định thiền tứ đại (sát-na định), một số hành giả có thể tuệ tri được danh-sắc, cùng với các nhân của chúng.

Bởi thế, mà trong Kinh Định (*Samādhi Sutta*) thuộc Tương Ứng Bộ, Đức Phật nói:

"Hãy tu tập định, này các tỳ khưu, sau khi tu tập định, vị tỳ khưu sẽ tuệ tri các Pháp như chúng thực sự là" (*yathābhūtam pajānati*).

"Đây là **Giới**, đây là **Định**, đây là **Tuệ**. Định cùng tu với Giới sẽ đưa đến quả vị lớn, lợi ích lớn. Tuệ cùng tu với Định sẽ đưa đến quả vị lớn, lợi ích lớn. Tâm cùng tu với Tuệ sẽ đưa đến giải thoát hoàn toàn các lậu hoặc, tức là dục lậu, hữu lậu (tri kiến lậu), vô minh lậu." (Kinh Đại Niết Bàn).

Riêng đối với Thắng Pháp (*Abhidhamma*), trên thực tế, Đức Phật đã đề cập tầm quan trọng của nó liên hệ đến Chánh Pháp. Trong 'Đại Kinh Rừng Sừng Bò' (*Mahāgosiniga sutta* (MN 32)), Tôn giả Sāriputta có trình bày với Đức Phật như sau:

-Bạch Thế Tôn, được nói vậy, Tôn giả Mahā Moggallāna nói với con:

"- Ở đây, này Hiền giả Sāriputta, hai Tỳ-khưu đàm luận về *Abhidhamma* (Thắng Pháp hay A-tỳ-đàm). Họ hỏi nhau câu hỏi, và khi được hỏi, họ trả lời được với nhau, chớ không dừng lại vì không trả lời được, và cuộc đàm luận về pháp của họ được tiếp tục. Này Hiền giả Sāriputta, hạng Tỳ-khưu như vậy có thể làm sáng chói khu rừng Gosiniga."

- Lành thay Sāriputta! Nếu trả lời cho được chơn chánh, Moggallāna phải trả lời như vậy. Này Sāriputta, Moggallāna là bậc thuyết về Chánh pháp.

Trong Tạng Luật, Đại Phẩm, Chương Trọng Yếu, Tung Phẩm thứ bảy - Mười sáu nhóm năm của phần "Nên ban phép tu lên bậc trên." Đức Phật chỉ ra năm điều kiện, nếu vị tỳ khưu không có khả năng đáp ứng đủ thì không được ban phép tu lên bậc trên, không nên nương nhờ, và không được sa di phục vụ:

"Này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu hội đủ năm điều kiện khác nữa không nên ban phép tu lên bậc trên, không nên cho nương nhờ, không nên để cho sa di phục vụ: Là vị không có khả năng để huấn luyện các điều học thuộc về phạm sự căn bản, (không có khả năng) để hướng dẫn các điều học thuộc về phần đầu của Phạm hạnh, (không có khả năng) để hướng dẫn về Thắng Pháp (*abhidhamma*), (không có khả năng) để hướng dẫn về Thắng Luật (*abhivinaya*), (không có khả năng) để phân tách đúng theo Pháp xu hướng tà kiến đã được sanh khởi cho đệ tử hay học trò. Này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu hội đủ năm điều kiện này không nên ban phép tu lên bậc trên, không nên cho nương nhờ, không nên để cho sa di phục vụ."

Này các Tỳ-khưu...(giống trên)..(có khả năng) để hướng dẫn về Thắng Pháp, (có khả năng) để hướng dẫn về Thắng Luật, (có khả năng) để phân tách đúng theo Pháp xu hướng tà kiến đã được sanh khởi cho đệ tử hay học trò. Này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu hội đủ năm điều kiện này nên ban phép tu lên bậc trên, nên cho nương nhờ, nên để cho sa di phục vụ."

Theo lời giải thích của ngài Buddhaghosa: Hướng dẫn về Thắng Pháp là có khả năng hướng dẫn về sự phân biệt Danh Sắc, và hướng dẫn về Thắng Luật là hướng dẫn về toàn bộ Tạng Luật (VinA. v, 990).

Mối tương quan giữa *Abhidhamma* đối với Pháp và Luật của Ngài cũng được nói đến ở 'Kinh Sợ Hải Trong Tương Lai (3) (AN V.VIII.IX)':

"Lại nữa, này các Tỳ-khưu, các Tỳ-khưu trong tương lai sẽ trở thành những người thân không tu tập, giới không tu tập, tâm không tu tập, tuệ không tu tập. Do thân không tu tập, giới không tu tập, tâm không tu tập, tuệ không tu tập, khi họ thuyết về Thắng pháp (*Abhidhamma*) hay về Quảng thuyết (Trí giải luận – *Vedallakatham*), họ rơi vào hắc pháp, không có thể giác ngộ rõ ràng. Này các Tỳ-khưu, đây là do **ô nhiễm Pháp**, nên sanh **ô nhiễm Luật**; do **ô nhiễm Luật**, nên sanh **ô nhiễm Pháp**."

Cho nên, đối với Đức Phật, Bậc có trí tuệ thấu suốt vị lai không bị ngăn che, đã đưa ra cơ sở để đối chiếu, để thọ trì, và để nương tựa cho các hàng hậu thế sau khi Ngài Niết Bàn, đó chính là **Kinh** và **Luật** chứ không phải bất kỳ một ai cả.

Và nếu như những lời dạy từ các bậc dù là "**Tăng chúng ở với các vị Thượng tọa, với các Thủ chúng**" hay "**Tỳ-khưu Thượng tọa hay bậc đa văn, gìn giữ truyền thống, trì pháp, trì luật, trì pháp yếu..**" Tuy nhiên, lại không nằm trong **Kinh** và **Luật** thì chúng phải bị bác bỏ:

"Chắc chắn những lời này không phải là lời Thế Tôn, và Tỳ-khưu ấy đã thọ giáo sai lầm.

Và này các Tỳ-khưu, các Người hãy từ bỏ chúng"...

Và ngược lại, nếu những lời dạy ấy hợp với **Kinh** và **Luật**, đáp ứng các yếu tố rõ ràng, cụ thể sau khi đối chiếu thì có thể kết luận:

"Chắc chắn những lời ấy phải là lời dạy của Thế Tôn và Tỳ-khưu ấy đã thọ giáo chơn chánh... các Người hãy thọ trì".

Ở đây, Đức Phật chỉ đưa ra hai phạm vi là **Kinh** và **Luật**, nhưng khi Ngài tuyên bố bậc Đạo Sư sẽ thay Ngài để lãnh đạo Tăng chúng lại chính là **Pháp** và **Luật**.

"Này các Tỳ-khưu, sau khi Ta diệt độ, chính Pháp và Luật sẽ là Đạo Sư của các Người."

Vì sao trong Kinh Điển Pāli, có lúc Đức Phật chỉ đề cập đến **Kinh** và **Luật**, lúc thì **Thắng Pháp** và **Thắng Luật**, lúc thì **Pháp** và **Luật** ?

Lý do là vì, vào thời kỳ của Ngài, Kinh và Thắng Pháp (*Abhidhamma*) được gộp chung làm một, Tạng Luật là một. Do vậy thì chỉ có hai là **Kinh** và **Luật** hay **Pháp** và **Luật** hay **Thắng Pháp** và **Thắng Luật**. Cho đến sau cuộc kết tập Kinh Điển lần ba, Kinh và Luật hay Pháp và Luật được phân tách làm Ba Tạng (Tipitaka): Tạng Kinh (*Suttantapitaka*), Tạng Luật (*Vinayapitaka*), và Tạng Thắng Pháp (*Abhidhammapitaka*). Sự phân tách này do bởi Thắng Pháp là một tạng đặc biệt thâm sâu, đồng thời có nhiều pháp uẩn nhất (42.000 pháp uẩn). Do vậy, việc phân tách chúng nhằm để lưu trữ và truyền tụng dễ dàng hơn. Thế nên, khi liên hệ đến Kinh và Luật, hay Thắng Pháp và Thắng Luật, hay Pháp và Luật, hay Tam Tạng (Kinh - Luật - Thắng Pháp), tất cả chúng đều tương đương nhau.

Thật sự là, qua Kinh Điển, chúng ta thấy có rất nhiều các vị đệ tử Phật chứng đắc Đạo-Quả chỉ qua một thời pháp, hoặc chỉ qua một thoáng minh sát, họ không phải mất công học *Abhidhamma*, không phải dày công tu tập định, vv... Tuy nhiên, ngoài Đức Phật thì không ai có thể biết được các tiềm năng ba la mật, cũng như quá trình tu tập của các vị ấy ở những kiếp trước đó như thế nào. Lại nữa, trước khi quyết định thuyết pháp độ đời, Đức Phật đã quán xét các hạng người khác biệt trên thế gian qua ví dụ sau:

"Như trong hồ sen xanh, hồ sen hồng hay hồ sen trắng có một số hoa sen xanh, sen hồng, hay sen trắng sanh ra dưới nước, lớn lên dưới nước, không vượt lên khỏi mặt nước, được nuôi dưỡng dưới nước. Có một số hoa sen xanh, sen hồng hay sen trắng sanh ra dưới nước, lớn lên dưới nước, sống vươn lên tới mặt nước. Có một số hoa sen xanh, sen hồng hay sen trắng sanh ra dưới nước, lớn lên dưới nước, vươn lên khỏi mặt nước, không bị nước dẫm ướt".

Theo Bộ *Puggalapaññatti* và Chú Giải, có ba hạng người được đề cập trong ví dụ hoa sen. Đó là:

1. Những hoa sen sanh dưới nước, lớn lên dưới nước, sống vươn lên khỏi mặt nước, không bị nước dẫm ướt. Đây là loại người **Uggaṭitaññū (Hạng khai thị tri)**: là **hạng gặp được Đức Phật**, và có thể tức thời giác ngộ chỉ sau khi nghe một thời pháp ngắn, chẳng hạn, Tôn giả Sāriputta.
2. Những hoa sen sanh ra dưới nước, lớn lên dưới nước, sống vươn lên tới mặt nước. Đây là loại người **Vipacitaññū (hạng quảng diễn tri)**: là **hạng gặp được Đức Phật**, và có thể giác ngộ chỉ khi ý nghĩa của lời pháp được phân tích rộng ra, chẳng hạn, năm vị Tỳ-khưu Kiều Trần Như.
3. Những hoa sen sanh ra dưới nước, lớn lên dưới nước, không vượt lên khỏi mặt nước, được nuôi dưỡng dưới nước. Đây là loại người **Neyya (hạng ứng dẫn)**: là hạng không thể chứng đắc chỉ bằng việc lắng nghe một thời pháp ngắn hay mở rộng. Nhưng bằng việc thực hành Giới (*Sīla*) học, Định (*Samādhi*) học, Tuệ (*Paññā*) học từng bước một, có hệ thống, nhiều ngày, nhiều tháng và nhiều năm, dưới sự chỉ dẫn của một minh sư, họ mới có thể chứng ngộ Đạo, Quả và Niết Bàn.

Tuy nhiên trong Tăng Chi Kinh, có loại người thứ tư được đề cập:

4. Những hoa sen sanh ra dưới nước, lớn lên dưới nước, không vượt lên khỏi mặt nước, chúng chết dưới nước. Đây là loại người **Padaparama (hạng văn cú tối vi)**: là người không thể chứng ngộ Bốn Thánh Đế và giác ngộ Niết Bàn trong kiếp sống này dù họ có tu tập như thế nào đi nữa. Tất cả các nỗ lực của họ là cho sự giác ngộ và chứng đắc trong tương lai.

Qua những dẫn chứng trên, độc giả có thể tự xác định lại khả năng của bản thân để biết rằng, con đường để chứng ngộ Niết Bàn không đơn giản như nhiều người lầm tưởng. Nhất là trong thời buổi hiện nay, đối với mức độ trí tuệ và ba la mật của chúng ta, sự thành tựu mục tiêu tối hậu của Phật Giáo là bất khả nếu người ấy đi lệch ra khỏi Pháp và Luật của Đức Phật, lệch khỏi Kinh-Luật-Thắng Pháp, và hệ thống pháp hành theo trình tự giới, định, và tuệ.

Để làm rõ thêm sự thâm sâu của Giáo Pháp mà trước giờ nhiều người chỉ hiểu một cách mơ hồ, dẫn đến việc thực hành cũng mơ hồ. Vì vậy mà họ sẵn sàng bác định và bỏ Thắng Pháp. Điều này lại càng khiến cho họ

có một cái tướng mơ hồ đối với sự giác ngộ. Nhân đây, người dịch xin phép được trích thêm một số tài liệu nói về Thánh Trí của bậc Thánh Dự Lưu, tức bậc Thánh thấp nhất trong bốn hạng Thánh (*Ariya*).

Trong tập sách 'The Light Of Wisdom (Ánh Sáng Trí Tuệ)' của thiền sư *Pa-Auk Sayadaw*, chương 12, ở đó, ngài có đưa ra dẫn chứng để giải thích về tầng Thánh này qua việc trích đoạn 'Kinh Chuyển Pháp Luân', ở đó Tôn giả Kondanna đã có cái biết như thế nào trong sự chứng ngộ đầu tiên của mình:

Atha kho āyasmato kondaññassa virajam, vitamalam, dhammacakkhum

udapādi: "yam kiñci samudayadhammam sabbam tam nirodha dhamman'ti."

Trong khi lời dạy này được tuyên bố, Tôn giả Kondanna khởi lên pháp nhãn thanh tịnh, không cầu uế như sau: "Phàm Pháp nào được sanh lên, tất cả pháp ấy đều có bản tánh hoại diệt."

Vậy thì điều gì đã xảy ra sau đó?

Atha kho āyasmā kondañño diṭṭhadhammo pattadhammo viditadhammo

pariyogālhaddhammo tinna vicikiccho vikata katham katho vesārajjappatto.

Tất cả những hoài nghi như:

- '***Bốn Thánh Đế có hay không? Có quá khứ không? Có vị lai không? Có cả quá khứ và vị lai không? Có phải quả hiện tại do nhân quá khứ không? Phải chăng nhân hiện tại sẽ cho ra quả vị lai không? Có phải kiếp quá khứ trước đó đã tạo ra kiếp quá khứ vừa rồi? Có phải nghiệp (kamma) sẽ cho ra quả của nó ?'*** đều bị diệt trừ. Vì sao? Vì vị ấy đã hoàn toàn chứng ngộ Khổ Thánh Đế (*Dukkha Saccā*) và Thánh Đế Về Nguồn Gốc Của Khổ (*Samudaya Saccā*). Vị ấy cũng hoàn toàn chứng ngộ Khổ Thánh Đế sanh do bởi Thánh Đế Về Nguồn Gốc Của Khổ. Do vậy, mà những hoài nghi này không còn khởi sanh nơi vị ấy nữa. Sau đó, vị ấy có thể dũng mãnh (*Vesārajjappatto*) nói lên rằng Bốn Thánh Đế thật sự hiện hữu và chúng có thể như thật được rõ biết. Đoạn kinh trên chỉ đề cập rằng, vị ấy có khả năng hay tri kiến như vậy.

*Có phải là loại tri kiến như sau: 'Tôi đã trở thành Thánh Nhập Lưu' khởi sanh nơi vị ấy? Không, đây chỉ là một khái niệm chế định (*Paññatti*) mà một người chỉ có thể biết qua kiến thức từ Kinh Điển...*

Trong bài kinh đó, Đức Phật đề cập đến Khổ Thánh Đế tức năm thủ uẩn theo mười một khía cạnh. Và người thật sự chứng ngộ Thánh Trí dù là bậc Thánh thấp nhất thì vị ấy phải thấu đạt được mười một loại ngũ thủ uẩn này tức sắc thủ uẩn, thọ thủ uẩn, tưởng thủ uẩn, hành thủ uẩn, thức thủ uẩn trong(1) **quá khứ**, (2) hiện tại, (3)**vị lai**, (4) bên trong và(5) bên ngoài, (6)thô và (7) tế, (8) cao thượng và (9) hạ liệt, (10) xa và (11) gần cùng với các nhân của chúng .

Chỉ riêng sắc uẩn thì việc hiểu rõ chúng đã là điều thâm diệu vô cùng,huống chi bốn uẩn còn lại. Bởi trong M.I.iv.3 'Đại Kinh Người Chăn Bò' (*Mahā-Gopālaka-Suttam*), Đức Phật giảng:

"Này các Tỳ-khưu, thế nào là Tỳ-khưu không biết rõ các sắc (na rūp-aññū)? Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu đối với sắc pháp (yam kiñci rūpaṃ), không như thật rõ biết (yathā-bhūtaṃ na-ppajānāti) tất cả loại sắc (sabbaṃ rūpaṃ) thuộc bốn đại (cattāri-mahā-bhūtāni) và sắc do bốn đại hợp thành (catunna-ñca mahā-bhūtānaṃ upādāya-rūpan'ti). Như vậy, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu không biết rõ các sắc".

Lại nữa, thiền sư *Pa-Auk Sayadaw* đã đưa ra dẫn chứng trích trong Chú giải 'Kinh Đại Duyên (*Mahā Nidāna Sutta*)' để giải thích như sau:

Sotāpannānañca nāma paccaya kāro uttānakova hutvā upatthāti

- ***Nếu vị ấy là một bậc Thánh Nhập Lưu thì minh sát của vị Thánh Nhập Lưu ấy biết rõ ràng Pháp Duyên Khởi (Paṭicca Samuppāda) được gọi là paccaya kāro.***

Đây là giai đoạn để xem xét những giải thích đúng với Kinh Điển . Vì rằng, Nhập Lưu Đạo Trí có năng lực diệt trừ Si (Moha) vốn ngăn che Bốn Thánh Đế, thế nên vị ấy có thể kiểm tra tự thân bằng những sát hạch chắc như đá này. Nếu làm được như vậy, vị ấy có thể biết rằng liệu mình đã thành Nhập Lưu hay không?

Riêng đối với Thánh Quả A-la-hán, trong M.II.iii.10 'Kinh Vekhanasa' (*Vekhanasa Sutta*),Đức Phật đã đưa ra lời xác định như sau:

Này Kaccana, những Sa-môn, Bà-la-môn nào không biết về quá khứ (a-jānantā pubbantam), không thấy được vị lai (a-passantā aparantam), nhưng tự cho mình là: "Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, không còn trở lui lại đời này nữa". Những lời như vậy, theo Pháp, chúng phải bị bác bỏ (tesaṃ soyeva saha-dhammiko niggaho hoti)".

Như vậy, chỉ riêng một số những dẫn chứng nêu trên, độc giả cũng có thể cân nhắc, liệu với những pháp hành thông thường (không có nền tảng của định, không thấu rõ Thắng Pháp bằng thắng trí), một hành giả sẽ có thể đạt đến tri kiến tối hậu về Bốn Thánh Đế???

Trong thời buổi hiện nay, phần lớn những ai đang bước trên con đường tìm cầu giải thoát đều sống bằng đức tin. Bởi, người được xem là sống bằng trí tuệ chỉ khi người ấy, với thắng trí, tự mình thấy rõ được mười một loại ngũ thủ uẩn và các nhân tác thành chúng trong quá khứ, hiện tại và vị lai... Từ đó, cảm thấy kinh sợ vòng luân hồi và cấp bách mong muốn được giải thoát. Còn bằng không, họ chỉ mới được xem là người sống bằng đức tin nơi sự giác ngộ của Đức Phật. Và chính Đức Phật đã nói về tiêu chuẩn của đức tin trong 'Kinh Subhūti' (AN XI.II.VI):

"Này Subhūti, phàm Tỳ-khưu nào ưa pháp, lời nói dễ thương hân hoan lớn trong Thắng Pháp, Thắng Luật. Này Subhūti, đây là tiêu chuẩn về lòng tin của một người có lòng tin."

Hơn thế nữa, để nhấn mạnh điều này, trong 'Tăng Chi Bộ Kinh', 'Kinh Trên Tất Cả', Đức Phật nói:

*"Ở đây, này các Tỳ-khưu, có người học tập về voi, học tập về ngựa, học tập về xe, học tập về cung pháp, học tập về kiếm pháp, học tập về các nghề cao thấp sai biệt hay học tập theo các Sa-môn hay Bà-la-môn có tà kiến, tà hạnh. Này các Tỳ-khưu, đây là có học tập hay không? Ta nói rằng: "Đây là không học tập". Học tập ấy, này các Tỳ-khưu, là hạ liệt, là hèn hạ, là phàm phu, không xứng Thánh hạnh, không liên hệ đến mục đích, không đưa đến yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn. Này các Tỳ-khưu, ai học tập Tăng thượng **giới**, học tập tăng thượng **định**, học tập tăng thượng **tuệ** trong **Pháp** và **Luật** do Như Lai tuyên thuyết, với **lòng tin an trú**, với lòng ái mộ an trú, **nhứt hướng thuần tín**, này các Tỳ-khưu, đây là học tập vô thượng, đưa đến thanh tịnh cho các loài chúng sanh, vượt qua sầu bi, chấm dứt khổ ưu, đạt được chánh lý, chứng ngộ Niết-bàn, tức là học tập Tăng thượng **giới**, học tập tăng thượng **định**, học tập tăng thượng **tuệ** trong **Pháp** và **Luật** do Như Lai tuyên thuyết, với **lòng tin an trú**, với lòng ái mộ an trú, **nhứt hướng thuần tín**. Này các Tỳ-khưu, đây gọi là học tập vô thượng, đây là thấy vô thượng, nghe vô thượng, lợi đắc vô thượng, học tập vô thượng."*

Thật vậy, khi nắm bắt được nội dung bên trong tập sách này, độc giả sẽ nhận thấy rằng, không thể có một lý do nào, không thể có một đường lối tu tập giải thoát nào, có thể lệch khỏi Pháp và Luật mà Đức Phật để lại. Điều này cũng có nghĩa là chúng không thể lệch khỏi Thắng Pháp (*Abhidhamma*), Định Học và Giới Học.

Nói cách khác, con đường độc nhất để chứng ngộ Niết Bàn trong Phật Giáo chính là Thánh Đạo Tám Ngành có **'Bốn' Niêm Xứ** (Thân + Thọ + Tâm + Pháp) là đạo lộ mở đầu. Và điều này cũng tương ứng với lộ trình tu tập theo trình tự Giới, Định, và Tuệ.

Để làm phát sanh cái gọi là tuệ hướng đến giải thoát (Niết Bàn), người đó cần phải nhân biết đầy đủ các pháp chân đế (danh-sắc) và các nhân của chúng, tức cần hiểu rõ Thắng Pháp (*Abhidhamma*) bằng thắng trí của mình sau khi tu tập định. Và để có thể thành tựu định, người đó phải viên mãn về giới.

Người dịch xin chân thành tri ân sâu sắc đến bậc thầy đại trí tuệ, ngài Đại Trưởng Lão Thiền Sư *Pa-Auk Tawya Sayadaw* đã cho chúng con những kiến thức vô cùng quý báu và lợi ích.

Xin chân thành cảm ơn sư Pháp Thông đã xem qua bản dịch.

Xin cảm ơn cô Chánh Hạnh, cô Hữu Huyền, kappiya Minh Duyên, Kappiya Hóa, em Trang, gia đình cô Nga, chị Hằng, gia đình cô Nhung và gia đình cô Tùng ở Cần Thơ, và tất cả những vị thí chủ đã hỗ trợ trong việc thực hiện và ấn tống tập sách này.

Sau cùng, người dịch xin trích một đoạn kinh trong 'Mi-Tiên Vấn Đáp (*Milinda Panha*)', ở đó, Đại Đức Na-Tiên đã khéo nói với đức vua Mi-Lan-Đà như sau:

*"- Lúc Đức Thế Tôn diệt độ, ngài dạy rằng: "Khi Như Lai Niết bàn rồi, pháp và luật là thầy của các người". **Pháp** và **luật** chính là **Tam Tạng**, chính là **Pháp Bảo**, chính là **Giới Định Tuệ**, chính là **37 trợ đạo phẩm**. Vậy thì cái trống Pháp Bảo luôn còn ở đây, chỉ thiếu người đánh trống và dùi trống nữa mà thôi. Khi nào có dùi trống, có người đánh trống, gióng lên tiếng trống Pháp bảo thì chắc hẳn rằng đức tin, phước báu, từ bi, trí tuệ, giác ngộ, giải thoát sẽ có mặt ở đời này, phải thế không đại vương?"*

"- Phải vậy!" vua Mi-Lan-Đà đáp.

Vì vậy, cầu mong những ai có niềm tin nơi Chánh Pháp sẽ giữ vững tri kiến và sự thực hành chân chánh nơi Pháp và Luật của Đức Phật để đức tin, phước báu, từ bi, trí tuệ, giác ngộ và giải thoát sẽ vẫn có mặt ở đời này và tương lai.

Imaṃ puññabhāgaṃ mātā-pitu-ācariya-ñāti-mittānañceva sesasabbasattānañca dema, sabbepi te puññapattim laddhāna, sukhitā hontu.

Tôi xin thành tâm chia sẻ phần phước thiện này đến tất cả các chúng sinh, nhất là cha mẹ, thầy tổ, bà con, thân bằng quyến thuộc, bè bạn, cùng tất cả chư thiên và nhân loại. Cầu mong tất cả hoan hỷ thọ nhận phần phước thiện này và được an lạc lâu dài.

Idaṃ me puññaṃ nibbānassa paccayo hotu.

Nguyện mong phước thiện này là duyên lành dẫn dắt tôi chứng ngộ Nibbāna.

Pháp Quang (*Dhamma Joti*)

NHỮNG CHỮ VIẾT TẮT

- A. Tăng Chi Bộ Kinh (*Anguttara Nikāya*)
- AA. Chú giải Tăng Chi Bộ Kinh (*Anguttara Nikāya Aṭṭhakathā*)
- AṬ. Sớ Giải Tăng Chi Bộ Kinh (*Anguttara Nikāya Ṭikā*)
- D. Trường Bộ Kinh (*Dīgha Nikāya*)
- DA. Chú giải Trường Bộ Kinh (*Dīgha Nikāya Aṭṭhakathā*)
- DṬ. Sớ Giải Trường Bộ Kinh (*Dīgha Nikāya Ṭikā*)
- M. Trung Bộ Kinh (*Majjhima Nikāya*)
- MA. Chú giải Trung Bộ Kinh (*Majjhima Nikāya Aṭṭhakathā*)
- MṬ. Sớ Giải Trung Bộ Kinh (*Majjhima Nikāya Ṭikā*)
- S. Tương Ưng Bộ Kinh (*Samyutta Nikāya*)
- SA. Chú giải Tương Ưng Bộ Kinh (*Samyutta Nikāya Aṭṭhakathā*)
- SṬ. Sớ Giải Tương Ưng Bộ Kinh (*Samyutta Nikāya Ṭikā*)
- PsM. Phân Tích Đạo (*Paṭisambhidā Magga*)
- VsM. Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi Magga*)
- VsM.Ṭ. Sớ Giải Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi Magga*)
- DhS. Pháp Tụ (*Dhamma-Sarigaṇī*)
- DhSA. Chú giải Pháp Tụ (*Dhammsarigaṇī Aṭṭhakathā*).
- PD. Path of Discrimination

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa

*Con đem hết lòng thành kính đánh lễ Đức Thế Tôn,
Bậc Ứng Cúng, Đấng Chánh Đẳng Giác.*

LỜI TỰA

Mục đích của tập sách này nhằm tóm lược những pháp tu tập thiết yếu để chứng ngộ Niết-bàn. Phần thảo luận của chúng tôi sẽ căn cứ vào mục đầu tiên của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Satī-Paṭṭhāna Sutta*): mục 'hơi thở vào và hơi thở ra' (*ān-āpāna-pabba*). Tuy nhiên, để hiểu chính xác mục ấy, độc giả cần phải hiểu rõ nó liên hệ đến phần còn lại của bài kinh như thế nào. Và để hiểu đúng đắn phần còn lại, độc giả cần phải nắm rõ các mối liên quan của chúng trên tổng thể những lời dạy của Đức Phật.

BỐN PHẬN SỰ CẦN PHẢI HOÀN THÀNH

Do vậy, trước tiên, chúng tôi sẽ trích đoạn từ bài kinh 'Ngôi Nhà Có Nóc Nhọn' (*Kūṭāgāra Sutta*) trong 'Tương Ứng Sự Thật' (*Sacca-Samyutta*). Ở đó, Đức Phật đã thuyết giảng:¹

Ví như, này các Tỳ-khưu, ai nói như sau: "Không xây dựng tầng dưới của ngôi nhà có nóc nhọn, tôi sẽ xây dựng tầng trên của ngôi nhà", sự việc này không thể xảy ra. Cũng vậy, nếu ai nói:

[1] **"Không như thật thể nhập Thánh Đế về Khổ"** (*Dukkham Ariya-Saccaṃ yathā-bhūtaṃ an-abhisamecca*);

[2] **"Không như thật thể nhập Thánh Đế về Nguồn gốc của Khổ"**; (*Dukkha-Samudayaṃ Ariya-Saccaṃ yathā-bhūtaṃ an-abhisamecca*).

[3] **"Không như thật thể nhập Thánh Đế về Khổ Diệt"**; (*Dukkha-Nirodham Ariya-Saccaṃ yathā-bhūtaṃ an-abhisamecca*).

[4] **"Không như thật thể nhập Thánh Đế về Con đường đưa đến Khổ Diệt"**; (*Dukkha-Nirodha-Gāminīṃ Paṭipadaṃ Ariya-Saccaṃ yathā-bhūtaṃ an-abhisamecca*)

"Ta sẽ đoạn tận hoàn toàn Khổ (sammā dukkhass-antaṃ karissāmi'ti), sự việc này không thể xảy ra (n-etaṃ thānaṃ vijjati)."

Điều này có nghĩa rằng, để diệt tận Khổ, hành giả cần phải thể nhập như thật từng chân lý một trong Bốn Thánh Đế với *trí tuệ trực tiếp trong thực hành (thắng trí)* của chính bản thân hành giả.

Sau đó, trong 'Kinh Chuyển Pháp Luân' (*Dhamma-Cakka-Ppavattana Sutta*) của 'Tương Ứng Sự Thật' (*Sacca-Samyutta*), Đức Phật đã giảng về sự thể nhập từng Thánh Đế một như là từng phận sự riêng biệt cần phải hoàn thành:²

[1] **Thật vậy, Thánh Đế về Khổ cần phải liễu tri (pariññeyyam) ...**

[2] **Thật vậy, Thánh Đế về Nguồn gốc của Khổ cần phải đoạn tận (pahātabbam) ...**

[3] **Thật vậy, Thánh Đế về Khổ Diệt cần phải chứng ngộ (sacchikātabbam) ...**

[4] **Thật vậy, Thánh Đế về Con đường đưa đến Khổ Diệt cần phải tu tập (bhāvetabbam) ...**

Trong 'Đại Kinh Sáu Xứ' (*Mahā-Saḷ-Āyatanika Sutta*) của 'Kinh Trung Bộ' (*Majjhima-Nikāya*), Đức Phật đã giảng về bốn phận sự này một cách chi tiết thực tiễn:³

[1] **Và thế nào, này các Tỳ-khưu, những pháp nào cần phải được liễu tri bằng thắng trí (abhiññā pariññeyyā)?**

¹ S.V.XII.iii.1 'Kūṭāgāra-Suttam' (Kinh Ngôi Nhà Có Nóc Nhọn) (My—S.3.394) (chú dẫn tham chiếu sau là theo bản tiếng Miến: tập/trang số)

² S.V.XII.ii.1 'Dhamma-Cakka-Ppavattana-Suttam' (Kinh Chuyển Pháp Luân) (My—S.3.369)

³ M.III.v.7 'Mahā-Saḷ-Āyatanika-Suttam' (Đại Kinh Sáu Xứ) (My—M.3.337)

Ở đây, 'Năm thủ uẩn' cần phải được trả lời, chúng là:

[i] **Sắc thủ uẩn** (*rūp-upādāna-kkhandho*);

[ii] **Thọ thủ uẩn** (*vedan-upādāna-kkhandho*);

[iii] **Tưởng thủ uẩn** (*saññ-upādāna-kkhandho*);

[iv] **Hành thủ uẩn** (*saṅkhār-upādāna-kkhandho*);

[v] **Thức thủ uẩn** (*viññāṇ-upādāna-kkhandho*).

Những pháp này cần phải được liễu tri bằng thắng trí (*ime dhammā abhiññā pariññeyyā*).

[2] **Và thế nào, này các Tỳ-khưu, những Pháp nào cần phải được đoạn tận bằng thắng trí** (*abhiññā pahātabbā*)?

Vô minh và hữu ái (*avijjā ca bhava-taṇhā ca*).

những Pháp này cần phải được đoạn tận bằng thắng trí (*ime dhammā abhiññā pahātabbā*).

[3] **Và thế nào, này các Tỳ-khưu, những Pháp nào cần phải được chứng ngộ bằng thắng trí** (*abhiññā sacchikātabbā*)?

Minh và giải thoát (*Vijjā ca Vimutti ca*):

những Pháp này cần phải được chứng ngộ bằng thắng trí (*ime dhammā abhiññā sacchikātabbā*).

[4] **Và thế nào, này các Tỳ-khưu, những Pháp nào cần phải được tu tập với thắng trí** (*abhiññā bhāvetabbā*)?

Chi tịnh và minh sát (*Samattho ca vipassanā ca*):

những Pháp này cần phải được tu tập bằng thắng trí (*ime dhammā abhiññā bhāvetabbā*).

THÁNH ĐẾ VỀ KHỔ CẦN PHẢI ĐƯỢC LIỄU TRI.

Đức Phật nói rằng Thánh đế về Khổ cần phải được liễu tri, điều này có nghĩa là năm thủ uẩn (*pañc-upādāna-kkhandha*) cần phải được nhân biết đầy đủ bằng thắng trí.

Năm thủ uẩn này đã được Đức Phật giảng ở 'Kinh Uẩn' (*Khandha Sutta*) của 'Tương Ưng Uẩn' (*Khandha-Samyutta*):⁴

Và, thế nào này các Tỳ-khưu, là năm thủ uẩn? (*pañc-upādāna-kkhandhā*):

[1] **Bất cứ sắc nào, này các Tỳ-khưu,** (*yaṃ kiñci, bhikkhave, rūpaṃ*): **quá khứ, vị lai, hay hiện tại, bên trong hay bên ngoài, thô hay tế, cao thượng hay hạ liệt, xa hay gần, có lậu hoặc** (*s-āsavaṃ*), **bị chấp thủ** (*upādāniyaṃ*), **thì được gọi là sắc thủ uẩn** (*ayaṃ vuccati rūp-upādāna-kkhandho*).

[2] **Bất cứ thọ nào,** (*yā kāci vedanā*): **quá khứ, vị lai, hay hiện tại, bên trong hay bên ngoài, thô hay tế, cao thượng hay hạ liệt, xa hay gần, có lậu hoặc** (*s-āsavaṃ*), **bị chấp thủ** (*upādāniyaṃ*), **thì được gọi là thọ thủ uẩn** (*ayaṃ vuccati vedan-upādāna-kkhandho*).

[3] **Bất cứ tưởng nào,** (*yā kāci saññā*): **quá khứ, vị lai, hay hiện tại, bên trong hay bên ngoài, thô hay tế, cao thượng hay hạ liệt, xa hay gần có lậu hoặc** (*s-āsavaṃ*), **bị chấp thủ** (*upādāniyaṃ*), **thì được gọi là tưởng thủ uẩn** (*ayaṃ vuccati saññ-upādāna-kkhandho*).

[4] **Bất cứ hành nào,** (*ye keci saṅkhārā*): **quá khứ, vị lai, hay hiện tại, bên trong hay bên ngoài, thô hay tế, cao thượng hay hạ liệt, xa hay gần, có lậu hoặc** (*s-āsavaṃ*), **bị chấp thủ** (*upādāniyaṃ*), **thì được gọi là hành thủ uẩn** (*ayaṃ vuccati saṅkhār-upādāna-kkhandho*).

[5] **Bất cứ thức nào,** (*yaṃ kiñci viññāṇaṃ*): **quá khứ, vị lai, hay hiện tại, bên trong hay bên ngoài, thô hay tế, cao thượng hay hạ liệt, xa hay gần, có lậu hoặc** (*s-āsavaṃ*), **bị chấp thủ** (*upādāniyaṃ*), **thì được gọi là thức thủ uẩn** (*ayaṃ vuccati viññāṇ-upādāna-kkhandho*).

Tất cả chúng, này các Tỳ-khưu, được gọi là năm thủ uẩn (*ime vuccanti, bhikkhave, pañc-upādāna-kkhandhā*).

⁴ S.III.I.v.6 `Khandha-Suttaṃ' (Kinh Uẩn) (My—S.2.39). Bài kinh này được VsM.xiv.505 `Kam-Ādi-Vinicchaya-Kathā' (Luận Giải Thứ Tự) trích ra nhằm giải thích về năm uẩn.

Sắc uẩn để chỉ mười một loại của sắc. Thọ, tưởng, hành, thức uẩn chính là các loại danh theo mười một loại.

Tại sao chúng được gọi là thủ uẩn? Bởi chúng chính là đối tượng của sự chấp thủ: qua chấp thủ, Đức Phật muốn nói đến tham ái tiếp diễn (hữu ái). Chúng sanh tham ái và chấp thủ năm uẩn theo cách này hay cách khác như là tự ngã: tự ngã bị đoạn diệt vào lúc chết hay tự ngã là thường hằng. Do vậy, Đức Phật thuyết giảng năm thủ uẩn cần phải được nhận biết đầy đủ bằng thẳng trí. Tất cả chúng đều là Khổ Đế.^{5/A}

Như Đức Phật đã thuyết giảng trong 'Kinh Ngôi Nhà Có Nóc Nhọn' (*Kūṭāgāra Sutta*) mà chúng tôi đã trích dẫn từ lúc đầu:

Nếu ai nói: "Không như thật thể nhập Thánh Đế về Khổ. . . . Ta sẽ đoạn tận hoàn toàn Khổ đau, sự việc này không thể xảy ra (*n-etam thānaṃ vijjati*)."

THÁNH ĐẾ VỀ NGUỒN GỐC CỦA KHỔ CẦN PHẢI ĐƯỢC ĐOẠN TẬN.

Tham ái và chấp thủ năm uẩn chính là Thánh Đế về Nguồn Gốc của Khổ. Chúng cần phải được đoạn tận. Đức Phật đã thuyết giảng về ba loại tham ái dẫn đến sự tạo tác năm thủ uẩn mới ở kiếp sau: Dục ái (*kāma-taṇhā*), Hữu ái (*bhava-taṇhā*), và Phi hữu ái (*vi-bhava-taṇhā*). Đối với ai tiến đến diệt tận hoàn toàn Khổ, người đó phải dẫn diệt tận ba loại tham ái này: Loại tham ái cuối cùng cần phải được diệt tận là hữu ái (*bhava-taṇhā*). Nó chỉ được diệt tận bằng A-la-hán, khi mà vị ấy hoàn toàn dứt khỏi vô minh. Đó là lý do tại sao mà trong 'Đại Kinh Sáu Xứ' (*Maha-Sal-Āyatanika Sutta*) mà chúng tôi vừa trích dẫn, Đức Phật giải thích rằng, vô minh và hữu ái cần phải được diệt tận bằng thẳng trí.

Tiến trình của vô minh và tham ái dẫn đến luân hồi tái sanh còn gọi là Pháp duyên khởi chiều thuận (*anuloma-paṭicca-samuppāda*). Đức Phật giải thích pháp này trong 'Tithth-Āyatan-Ādi Sutta' của Kinh Tăng Chi Bộ (*Anguttara-Nikāya*):

Và thế nào, này các Tỳ-khưu, là Thánh Đế về Nguồn Gốc của Khổ?

- [1] Do duyên vô minh (*avijjā-paccayā*), hành sanh (*saṅkhārā*);
- [2] Do duyên hành, thức sanh (*saṅkhāra-paccayā viññānaṃ*);
- [3] Do duyên thức, danh-sắc sanh (*viññāna-paccayā nāma-rūpaṃ*);
- [4] Do duyên danh-sắc, lục nhập sanh (*nāma-rūpa-paccayā sal-āyatanam*);
- [5] Do duyên lục nhập, xúc sanh (*sal-āyatana-paccayā phasso*);
- [6] Do duyên xúc, thọ sanh (*phassa-paccayā vedanā*);
- [7] Do duyên thọ, ái sanh (*vedanā-paccayā taṇhā*);
- [8] Do duyên ái, thủ sanh (*taṇhā-paccayā upādānaṃ*);
- [9] Do duyên thủ, hữu sanh (*upādāna-paccayā bhavo*);
- [10] Do duyên hữu, sanh sanh (*bhava-paccayā jāti*);
- [11] Do duyên sanh (*jāti-paccayā*),
- [12] già & chết (*jarā-maraṇam*), sầu (*soka*), bi (*parideva*); khổ (*dukkha*), ưu (*domanassa*) và não (*upāyāsā*) sanh.

Đây là nguồn gốc (*samudayo*) của toàn bộ khổ uẩn này.

Như vậy, này các Tỳ-khưu, đây được gọi là Thánh Đế về Nguồn gốc của Khổ (*Dukkha-Samudayaṃ Ariya-Saccaṃ*).

Như Đức Phật đã thuyết trong 'Kinh Ngôi Nhà Có Nóc Nhọn' (*Kūṭāgāra Sutta*) mà chúng tôi đã trích dẫn từ đầu:

Nếu ai nói: "Không như thật thể nhập Thánh Đế về Nguồn gốc của Khổ ... Ta sẽ đoạn tận hoàn toàn Khổ, sự việc này không thể xảy ra (*n-etam thānaṃ vijjati*)."

⁵ NĂM THỦ UẨN <= SÁU NỘI/NGOẠI XỨ: tham khảo ở chú giải ¹ tr.98 > =DANH-SẮC: danh-sắc (*nāma-rūpa*) có thể chỉ nói đến thọ/tưởng/hành/sắc uẩn hoặc (như ở đây) nó có thể nói đến tất cả năm uẩn. <tham khảo phần chú giải ¹ tr.98 >

THÁNH ĐẾ VỀ KHỔ DIỆT CẦN PHẢI ĐƯỢC CHỨNG NGỘ

Thánh Đế về Khổ Diệt chính là Niết-bàn (*Nibbāna*), sự vô sanh và diệt tận của năm thủ uẩn: chúng cần phải chứng ngộ bằng thẳng trí. Điều này đòi hỏi hành giả trước tiên cần phải chứng đắc A-la-hán. Đó là vì sao, trong 'Đại Kinh Sáu Xứ' (*Maha-Sal-Āyatanika Sutta*) mà chúng tôi vừa trích dẫn, Đức Phật giảng rằng, mình và giải thoát cần phải chứng ngộ bằng thẳng trí: chúng tương ứng với A-la-hán Đạo và Quả Trí. Như chúng tôi vừa giải thích, khi hai loại trí đó được chứng ngộ, hành giả sẽ đoạn tận hoàn toàn vô minh và tham ái, và không còn tái sanh sau khi chết.

Tiến trình này chính là Pháp duyên khởi chiều nghịch (*paṭiloma-paṭicca-samuppāda*). Lại nữa, Đức Phật đã giảng điều này trong 'Kinh Sở Y Xứ' (*Titth-Āyatan-Ādi Sutta*) của Kinh Tăng Chi Bộ (*Anguttara-Nikāya*):⁶

Và này các Tỳ-khưu, thế nào là Thánh Đế về Khổ Diệt? (*Dukkha-Nirodham Ariya-Saccam*)

- [1] **Do vô minh diệt** (*avijjāya tveva asesā-virāga-nirodhā*), **các hành diệt** (*saṅkhāra-nirodho*);
- [2] **Do hành diệt, thức diệt** (*saṅkhāra-nirodhā, viññāṇa-nirodho*);
- [3] **Do thức diệt, danh-sắc diệt** (*viññāṇa-nirodhā, nāma-rūpa-nirodho*);
- [4] **Do danh-sắc diệt, lục nhập diệt** (*nāma-rūpa-nirodhā, saḷ-āyatana-nirodho*);
- [5] **Do lục nhập diệt, xúc diệt** (*saḷ-āyatana-nirodhā, phassa-nirodho*);
- [6] **Do xúc diệt, thọ diệt** (*phassa-nirodhā, vedanā-nirodho*);
- [7] **Do thọ diệt, ái diệt** (*vedanā-nirodhā, taṇhā-nirodho*);
- [8] **Do ái diệt, thủ diệt** (*taṇhā-nirodhā, upādāna-nirodho*);
- [9] **Do thủ diệt, hữu diệt** (*upādāna-nirodhā, bhava-nirodho*);
- [10] **Do hữu diệt, sanh diệt** (*bhava-nirodhā, jāti-nirodho*);
- [11] **Do sanh diệt** (*jāti-nirodhā*);
- [12] **già & chết** (*jarā-maraṇa*), **sâu** (*soka*), **bi** (*parideva*), **khổ** (*dukkha*), **ưu** (*domanassa*), **não** (*upāyāsā*) **diệt** (*nirujjhanti*).

Như vậy là sự diệt (*nirodho*) **của toàn bộ** (*kevalassa*) **khổ uẩn này** (*dukkha-kkhandhassa*).

Cũng như Đức Phật nói trong bài kinh 'Ngôi Nhà Có Nóc Nhọn' (*Kūṭāgāra Sutta*) mà chúng tôi đã trích từ đầu:

Nếu ai nói: "Không như thật thế nhập Thánh Đế về Khổ Diệt. Ta sẽ đoạn tận hoàn toàn Khổ đau, sự việc này không thể xảy ra" (*n-etam thānaṃ vijjati*)."

THÁNH ĐẾ VỀ CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN KHỔ DIỆT CẦN PHẢI ĐƯỢC TU TẬP.

Thánh Đế về Con Đường Đưa Đến Khổ Diệt chính là Thánh Đạo Tám Ngành (*Ariya Atṭh-Aṅgika Magga*):

- | | | |
|---|---|---|
| 1) Chánh Kiến (<i>Sammā-Diṭṭhi</i>) | 3) Chánh Ngữ (<i>Sammā-Vācā</i>) | 6) Chánh Tinh Tấn (<i>Sammā-Vāyāma</i>) |
| 2) Chánh Tư Duy (<i>Sammā-Sarikkappa</i>) | 4) Chánh Nghiệp (<i>Sammā-Kammanta</i>) | 7) Chánh Niệm (<i>Sammā-Sati</i>) |
| | 5) Chánh Mạng (<i>Sammā-Ājīva</i>) | 8) Chánh Định (<i>Sammā-Samādhi</i>) |

⁶ Trong A.III.II.ii.1, 'Kinh Sở Y Xứ' (*Titth-Āyatanika Sutta*) (My-A.1.177), ở đó, Đức Phật đối chiếu giáo lý của Ngài với ba luận thuyết lưu truyền theo truyền thống (*parampi gantvā*) về 'vô hành' (*akiriya*) cho rằng tất cả những gì con người kinh nghiệm là: 1) do nhân tiền định (*pubbe-kata-hetu*); 2) do tạo hóa (*issara-nimmāna-hetu*); 3) vô nhân & vô duyên (*ahetu-appaccayā*).

Thánh Đế về Con Đường Đưa Đến Khổ Diệt cần phải được tu tập. Theo như, chẳng hạn, 'Tiểu Kinh Phương Quảng' (*Cūḷa-Vedalla Sutta*) của 'Kinh Trung Bộ' (*Majjhima-Nikāya*), tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành tương ứng với ba uẩn:⁷

- 1) Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng tương ứng với giới uẩn (*sīla-kkhandha*).
- 2) Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, Chánh Định tương ứng với định uẩn (*samādhi-kkhandha*).
- 3) Chánh Kiến, Chánh Tư Duy tương ứng với tuệ uẩn (*paññā-kkhandha*).

Lại nữa, trong 'Đại Kinh Sáu Xứ' (*Mahā-Saḷ-Āyatanika Sutta*) mà chúng tôi vừa trích dẫn, Đức Phật đã giảng rằng, pháp hành cần phải được tu tập bằng thẳng trí chính là định (*samatha*) và minh sát (*vipassanā*). Theo cách này chúng ta có thể hiểu rằng Thánh Đạo Tám Ngành chính là sự tương ứng của thiền định và thiền minh sát.⁸

Bằng việc tu tập thiền định và thiền minh sát bằng thẳng trí, hành giả sẽ thấy biết một cách đầy đủ về năm thủ uẩn. Do nhân biết đầy đủ năm thủ uẩn bằng thẳng trí, vị ấy đoạn trừ vô minh và tham ái. Và sau đó, bằng thẳng trí, vị ấy cũng có thể chứng ngộ Niết-bàn qua việc chứng ngộ bốn Đạo và bốn Quả tương ứng: Nhập lưu (*Sot-Āpatti*), Nhất lai (*Sakad-Āgami*), Bất lai (*An-Āgami*), A-la-hán Đạo và Quả (*Arahatta-Magga-Phala*).

Do vậy, như Đức Phật đã thuyết trong 'Kinh Ngôi Nhà Có Nóc Nhọn' (*Kūṭāgāra Sutta*) mà chúng tôi đã trích dẫn trước đây:

Nếu ai nói: "Không như thật thể nhập Thánh Đế về Con Đường Đưa Đến Khổ Diệt ... Ta sẽ đoạn tận hoàn toàn Khổ đau, sự việc này không thể xảy ra (n-etam thānaṃ vijjati)."

Tiếp theo là cách mà bốn phạm sự cần phải được hoàn thành tương ứng với việc như thật thể nhập Bốn Thánh Đế.

BỐN PHẬN SỰ (QUÁN PHÁP TRONG CÁC PHÁP - BỐN THÁNH ĐẾ)

Đức Phật đã giải thích sự thể nhập Bốn Thánh Đế trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) dưới phần 'Quán Pháp':⁹

Lại nữa, này các Tỳ-khưu, vị ấy sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến Bốn Thánh Đế (catūsu Ariya-Saccesu).

Và này các Tỳ-khưu, thế nào là Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến Bốn Thánh Đế?

Ở đây, này các Tỳ-khưu,

[1] **Tỳ-khưu như thật rõ biết: "Đây là Khổ"** (*idaṃ dukkhan'ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*);

[2] **Vị ấy như thật rõ biết: "Đây là Khổ Tập"** (*ayaṃ dukkha-samudayo'ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*);

[3] **Vị ấy như thật rõ biết: "Đây là Khổ Diệt"** (*ayaṃ dukkha-nirodho'ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*);

[4] **Vị ấy như thật rõ biết: "Đây là Con Đường Đưa Đến Khổ Diệt"** (*ayaṃ dukkha-nirodha-gāmini paṭipadā'ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*);

THIỀN ĐỊNH VÀ THIỀN MINH SÁT CẦN PHẢI ĐƯỢC TU TẬP

Đức Phật giải thích rằng, pháp hành mà qua đó Bốn Thánh Đế được thấu rõ chính là thiền định và thiền minh sát. Nhưng không có kinh nào Đức Phật giảng rằng: 'Đây là thiền định', hay 'Đây là thiền minh sát' hoặc 'Để thực hành thiền định, người đó cần phải thực hành như thế này, thế kia'. Do vậy, để có thể hiểu

⁷ Luận Đạo, VsM.xvi.568 'Vấn Luận độc giải' (*Eka-Vidh-Ādi-Vinicchaya-Kathā*) đã trích M.I.v.4 'Tiểu Kinh Phương Quảng' (*Cūḷa-Vedalla-Suttam*) (My—M.1.375). Ở đó, vị A-la-hán Tỳ-khưu-ni Dhammadinnā giảng cho người chồng cũ là Visākha về cách mà tám chi phần tương ứng với ba uẩn. Vị ấy giảng: "Ba uẩn (*tayo khandhā*) không bị Thánh Đạo Tám Ngành *thâu nhiếp (sarigahitā)*, này hiền giả Visākha, Thánh Đạo Tám Ngành bị ba uẩn *thâu nhiếp*." Sau khi được thuật lại lời phân tích của vị A-la-hán Dhammadinnā, Đức Phật bảo người chồng cũ của vị ấy rằng: "Này Visākha, nếu ông hỏi Ta về ý nghĩa này thì Ta cũng sẽ giải đáp y như Tỳ-khưu ni Dhammadinnā."

⁸ Thánh Đạo Tám Ngành=Thiền định/Thiền tuệ (xem lại trích dẫn từ 'Đại Kinh Sáu Xứ' (*Mahā-Saḷ-Āyatanika Sutta*)).

⁹ D.II.9 (§387) '*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam*' (Kinh Đại Niệm Xứ).

được những điều Đức Phật muốn nói về pháp tu thiền định và thiền minh sát, chúng ta cần phải tham khảo chú giải và Sở Giải, đặc biệt là 'Thanh Tịnh Đạo' (*Visuddhi-Magga*).

Như vậy, chẳng hạn, trong 'Kinh Thăng Trí' (*Abhiññā Sutta*) của 'Kinh Tăng Chi Bộ' (*Anguttara-Nikāya*), Đức Phật giảng: ¹⁰

'Và này các Tỳ-khưu, thế nào là những pháp cần phải được tu tập bằng thăng trí?

Chi tịnh và minh sát (*samatho ca vipassanā ca*), này các Tỳ-khưu, những pháp này được gọi là những pháp cần phải được tu tập.'

Chú giải 'Kinh Tăng Chi Bộ' (*Anguttara-Nikāya*) có giải nghĩa về pháp tu thiền định bằng thăng trí có nghĩa là tu tập sự nhất tâm (*citt-ek-aggatā*), nó tương ứng với định (*samādhi*).¹¹ Điều này phù hợp với điều mà Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi Magga*) gọi là tâm thanh tịnh (*citta-visuddhi*), và được giải thích là sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, và tứ thiền sắc giới, cũng như bốn bậc thiền vô sắc giới mà chúng ta còn gọi là tám thiền chứng (*aṭṭha samāpattiyo*). Chúng là tất cả các loại an chỉ định (*appanā-samādhi*). Tâm thanh tịnh cũng bao gồm luôn cả cận định (*upacāra-samādhi*), theo nghĩa là loại định thâm sâu tương tự như định ngay trước định bậc thiền.¹²

Chú giải 'Kinh Tăng Chi Bộ' (*Anguttara-Nikāya Āṭṭhakathā*) cũng giải nghĩa về pháp tu thiền minh sát là để phát triển các trí minh sát trên nhiều loại hành: điều đó có nghĩa là sự thấu rõ sắc tột cùng và danh tột cùng (chân đế) và các nhân của chúng bằng thăng trí của hành giả. Theo sau sự thấu rõ này, hành giả cần thấu rõ các pháp ấy theo các tướng trạng vô thường (*aniccā*), khổ (*dukkhā*) và vô ngã (*an-attā*).¹¹ Khi chúng tôi phân loại pháp hành theo cách tuần tự là bảy giai đoạn thanh tịnh. Thiền minh sát (*vipassanā*) chính là năm giai đoạn thanh tịnh theo sau giới thanh tịnh và tâm thanh tịnh: thiền minh sát khởi đầu ở giai đoạn kiến thanh tịnh (*ditṭhi-vissudhi*) và kết thúc ở giai đoạn tri kiến thanh tịnh (*ñāṇa-dassana-visuddhi*).¹²

Vì thế, chỉ bằng việc tham khảo các kinh văn có căn cứ, chúng ta mới có thể hiểu được khi nào, trong một bài kinh, Đức Phật nói về định, về các bậc thiền, về tu tập tâm tử, hoặc các biến xứ kasina như thế này thế kia, thực tế là Ngài đang nói đến thiền định (*samatha*). Theo cách như vậy, chúng ta mới có thể hiểu được khi nào trong một bài kinh theo cách này, cách khác, Đức Phật giảng về quán năm uẩn, sự tập khởi (sanh) và sự diệt của chúng; khi nào Ngài giảng về thăng trí và liễu tri năm uẩn; hoặc khi nào Ngài giảng về việc thấy rõ bản chất vô thường, khổ, và vô ngã của năm uẩn, v.v. thực tế là Ngài đang nói đến thiền minh sát (*vipassanā*).

THIỀN ĐỊNH (SAMATHA) – THIỀN MINH SÁT (VIPASSANĀ)

Tiếp theo, chẳng hạn, khi đọc 'Sāmañña-Phala-Sutta' (Kinh Sa-Môn Quả) của 'Dīgha-Nikāya' (Kinh Trường Bộ) nói về việc Đức Phật thuyết giảng cho vua A-xà-thế (*Ajātasattu*) về pháp hành của vị Tỳ-khưu, chúng ta có thể hiểu rằng, dù là Đức Phật không hề đề cập đến từ 'thiền định' (*samatha*) và 'thiền minh sát' (*vipassanā*), nhưng thực tế, Ngài đang mô tả pháp hành của vị Tỳ-khưu trên hai pháp ấy.

THIỀN ĐỊNH (ĐOẠN TRỪ NĂM TRIỀN CÁI)

Đầu tiên, Đức Phật giải thích cho nhà vua về việc vị Tỳ-khưu ngồi xuống tại một nơi thích hợp, **thiết lập niệm ở trước mặt** (*parimukhaṃ satim upatṭhapetvā*). Sau đó, Đức Phật thuyết giảng về cách mà vị Tỳ-khưu ấy đoạn trừ năm triền cái: ¹³

¹⁰ Cũng trong A.IV.V.vi.1 'Phẩm Thăng Trí' (*Abhiññā-Suttaṃ*), Đức Phật giảng thiền định/thiền minh sát cần phải tu tập bằng thăng trí. ^{AA} Minh sát chính là *minh sát trí về phân định (nắm rõ) các hành (saṅkhāra-pariggaha-vipassanā-ñāṇam)* = (phân định sắc/danh = phân định sắc tột cùng/danh tột cùng/các nhân của chúng): ^{AT} thấy các loại khía cạnh khác nhau (*vividhen-ākāreṇa*) là vô thường,... (*anicc-ādinā*) (+ khổ/vô ngã).

¹¹ Trong DhS.I.1 'Thiền Dục Giới' (*Kāṃ-Āvacara-Kusalaṃ*) liệt kê các tâm sở khác nhau đồng sanh thành cặp, Đức Phật bao gồm chúng trong cả thiền định và minh sát. DhSA.I.iii.1 '*Passaddh-Ādi-Yugala-Vaṇṇanā*' (Mô tả định,... , Cặp đôi) E.173 giải nghĩa: 'Thiền định là sự tịnh chỉ các pháp bất lợi (*paccanīka-dhammānaṃ*) là tham dục,... (*kāma-cchand-ādayo*)... Minh sát là sự thấy pháp ở các khía cạnh khác nhau (*vividhehi ākārehi*) như là vô thường,... (*anicc-ādi-vasena*). Nó có nghĩa là tuệ (*paññ-āv-esā atthato*)... Ở đây, chúng (thiền định/thiền minh sát) được buộc lại với nhau như cái ách (*yugan-addha-vasena*)'.

¹² VsM.xviii.662 '*Kiến Thanh Tịnh*' (*Ditṭhi-Visuddhi-Niddeso*). PP.xviii.1-2

¹³ D.I.2 (§217) 'Kinh Sa-môn Quả' (*Sāmañña-Phala-Suttaṃ*).

[1] **Vị ấy từ bỏ** (*pahāya*) **tham ái** (*abhijjha*) **ở thế gian** (*loke*), **sống với tâm thoát ly tham ái, gột rửa tâm hết tham ái.**

[2] **Từ bỏ sân hận** (*byāpāda-padosa*), **vị ấy sống với tâm không sân hận, lòng từ mẫn thương xót tất cả chúng hữu tình, gột rửa tâm hết sân hận.**

[3] **Từ bỏ hôn trầm, thụy miên** (*thina-middha*), **vị ấy sống thoát ly hôn trầm và thụy miên; với tâm tưởng hướng về ánh sáng** (*āloka-saññī*), **có niệm & tỉnh giác** (*sato-sampajāto*), **gột rửa tâm hết hôn trầm, thụy miên.**

[4] **Từ bỏ trạo cử hồi tiếc** (*uddhacca-kukkucca*), **vị ấy sống không trạo cử** (*anuddhato viharati*), **nội tâm trầm lặng** (*ajjhatam vūpasanta-citto*), **gột rửa tâm hết trạo cử, hồi tiếc.**

[5] **Từ bỏ nghi ngờ** (*vicikiccā*), **vị ấy sống thoát khỏi nghi ngờ, không phân vân lưỡng lự, gột rửa tâm hết nghi ngờ đối với thiện pháp.**

Trong nhiều bài kinh, Đức Phật giải thích rằng, năm triền cái gây chướng ngại cho định (*samādhi*) và tuệ (*paññā*). Đó là lý do vì sao chúng cần phải được đoạn trừ.^{14/B} Và chúng bị đoạn trừ bằng cận định hoặc an chỉ định (sơ thiền).

Đức Phật cũng mô tả cho vua *Ajātasattu*:^{15/C}

Khi vị ấy quán tự thân đã xả ly năm triền cái ấy, hân hoan sanh (*pāmojjaṃ jāyati*); **do hân hoan nên hỷ sanh** (*pīti jāyati*); **do tâm hoan hỷ, [danh] thân được khinh an** (*pīti-manassa kāyo passambhati*); **do thân khinh an** (*passaddha-kāyo*), **vị ấy cảm giác lạc thọ** (*sukhaṃ vedeti*); **do lạc thọ, tâm vị ấy được định tĩnh** (*cittaṃ samādhīyati*).

THIỆN ĐỊNH (ĐOẠN TRỪ THAM ƯU Ở THẾ GIAN).

Trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), Đức Phật mô tả việc đoạn trừ năm triền cái ở phần giảng mở đầu của bốn niệm xứ. Mặc dù, Ngài nói vị Tỳ-khưu khi đã đoạn trừ chỉ có tham và ưu (chỉ tham và sân hận), nhưng Ngài muốn nói vị Tỳ-khưu ấy sau khi đã đoạn trừ (having removed) tất cả năm triền cái:^{16/D/E}

[1] **Ở đây vị Tỳ-khưu sống quán thân trong thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã đoạn trừ** (having removed) **tham ưu ở thế gian;** (*vineyya lokeabhijjhā-domanassaṃ*);

[2] **sống quán thọ trong thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã đoạn trừ** (having removed) **tham ưu ở thế gian;**

[3] **sống quán tâm trong tâm, nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã đoạn trừ** (having removed) **tham ưu ở thế gian;**

[4] **sống quán pháp trong các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã đoạn trừ** (having removed) **tham ưu ở thế gian.**

¹⁴ <Xem tham khảo/trích dẫn ở chú giải ^B, tr.95>

¹⁵ SỰ XẢ LY=TẮNG THIỀN (*JHĀNA*): THÂN ĐƯỢC KHINH AN: DA điều này nói đến danh thân (*nāma-kāya*). VỊ ẤY CẢM GIÁC LẠC THỌ: DA điều này nói đến trên lạc thân (*kāyikam-pi*)/tâm (*cetāsikam-pi sukhaṃ*). TÂM ĐƯỢC ĐỊNH TĨNH: DA do bởi phi lạc của lạc xả ly (*nekkhamma-sukhena sukhitaṣṣa*) (ĐT nằm trong bậc sơ thiền (*paṭhama-jjhāna-pakkhikattā*)), tâm được định tĩnh bởi cận định (*upacāra*)/an chỉ định (*appanā-vasena-pi*). Sau đó, Đức Phật mô tả vị tỳ khưu tuân tự chứng đắc bốn bậc thiền. <Xem trình bày/trích dẫn ở chú giải ^C, tr.95>

¹⁶ D.II.9 (§373) '*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttaṃ*' (Kinh Đại Niệm Xứ). Trong M.III.iii.5 'Kinh Điều Ngự Địa' (*Danta-Bhūmi-Suttaṃ*) (M.3.174-175), Đức Phật cũng giảng giống như vậy về cách vị Tỳ-khưu loại trừ năm triền cái, và rồi thực hành bốn niệm xứ sau khi chúng và trú nhị thiền/tam thiền/tứ thiền (không thể chứng và trú từ nhị thiền trở lên mà thiếu đi sơ thiền, điều này có nghĩa là việc tu tập sơ thiền của vị Tỳ-khưu cũng được bao gồm trong sự mô tả pháp tu bốn niệm xứ của Đức Phật). <Đối với sự tu tập tròn đủ của vị Tỳ-khưu, trong 'Kinh Điều Ngự Địa', xem chú giải ^D, tr.95 > Như vậy, chú giải của 'Kinh Đại Niệm Xứ' giải thích rằng khi Đức Phật nói vị Tỳ-khưu 'loại trừ tham/ưu ở thế gian' nghĩa là liên hệ đến tất cả bốn niệm xứ, thế gian = năm uẩn <xem các trích dẫn liên quan ở chú giải ^E, tr.95>. DA giải thích rằng: Tham = dục triền cái (*kāma-cchanda*), và ưu = sân triền cái, và với sự liên hệ này, Đức Phật nói đến tất cả năm triền cái.

THIÊN ĐỊNH (QUÁN PHÁP - NĂM TRIỀN CÁI)

Tuy nhiên, trong phần 'Quán Pháp', Đức Phật lại mô tả việc đoạn trừ năm triền cái của vị Tỳ-khưu một cách chi tiết thực tiễn:¹⁷

Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến năm triền cái (*pañcasu nīvaraṇesu*),

[1.1] **Nội tâm có tham dục (*kāma-cchandam*), vị ấy rõ biết: 'Nội tâm tôi có tham dục';**

[1.2] **Nội tâm không có tham dục, vị ấy rõ biết: 'Nội tâm tôi không có tham dục';**

[1.3] **'Với tham dục chưa sanh nay sanh khởi', vị ấy rõ biết như vậy;**

[1.4] **'Với tham dục đã sanh khởi nay được đoạn diệt', vị ấy rõ biết như vậy;**

[1.5] **'Với tham dục đã bị đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa', vị ấy rõ biết như vậy.**

Và Đức Phật đã giảng, theo cách tương tự, rằng vị Tỳ-khưu rõ biết sân hận, hôn trầm-thụy miên, trạo cử-hối quá và hoài nghi theo năm cách này. (Ở đây, dĩ nhiên, triền cái đầu tiên là ngũ dục tương ứng với tham dục: chúng đều được quy vào tâm sở tham (*lobbha*)).

Năm triền cái không sanh khởi ở tương lai ám chỉ đến sự diệt tận của chúng bởi Đạo & Quả, nhưng ở giai đoạn trước thì ám chỉ đến việc đoạn trừ năm triền cái và tu tập thiền định của vị Tỳ-khưu như trong 'Kinh Sa môn Quả' (*Sāmañña-Phala Sutta*).

Do đó, chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) trình bày việc đoạn trừ các triền cái như sau, chẳng hạn, học Pháp, thiện bằng hữu, nói chuyện thích hợp, cũng như thực hành thiền định (*samatha*).

THIÊN ĐỊNH (QUÁN THÂN)

Để thực hành pháp tu thiền định (*samatha*), Đức Phật mô tả mười hai pháp quán thân trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*):

1) Quán niệm hơi thở vô, hơi thở ra (*ān-āpāna*), hành giả có thể đạt đến tứ thiền.

2) Quán niệm bản chất bất tịnh của ba mươi hai thể trược, hành giả có thể đạt đến sơ thiền.

3) Quán niệm tứ đại, hành giả có thể đạt được loại định ở gần và tương tự như cận định.

4-12) Quán niệm chín loại tử thi, hành giả có thể đạt đến sơ thiền.¹⁸

THIÊN ĐỊNH (MINH SÁT – NỀN TẢNG ĐỊNH BẬC THIỀN)

Pháp tu thiền định của vị Tỳ-khưu chính là sự tu tập định uẩn (*samādhī-kkhandha*).¹⁹ Mức định sâu tạo ra ánh sáng. Định bậc thiền tạo ra ánh sáng rực rỡ, sáng rực và chói sáng: là cái mà Đức Phật gọi là ánh sáng trí tuệ (*paññā-āloka*). Sử dụng ánh sáng đó, hành giả có thể rõ biết được sắc tột cùng (*paramattha-rūpa*),

¹⁷ D.II.9 (§382) 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), DA giải thích rằng: 'Vì những ai có thể giáo hóa (*veneyyānam*), vì những pháp cần phải đoạn trừ (*pahātabba-dhammesu*), năm triền cái được nhắc đến trước nhất, được ưu tiên ở đây (*vasen-ettha*). Cũng như đối với quán thân, thiền định mở đầu được dạy (*samatha-pubbaṅgamā desitā*), Cũng vậy với những lời dạy xa hơn (*uttarā desanā*) đối với các uẩn (*khandhesu*) và các xứ (*āyatanesu*) cần phải liễu tri (*pariññeyyesu*), các giác chi (*bojjhaṅgesu*) cần phải tu tập (*bhāvetabbesu*), các Sự Thật (*saccesu*) cần phải thông đạt (*pariññeyy-ādi-vibhāgesu*)..., thiền định (*samatha-bhāvanā-pi*) được tầm cầu (*icchitā*) duy nhất chỉ vì lợi ích của thiền minh sát (*yāvadeva vipassan-atthā*).'

¹⁸ Chú giải '*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*' (§404), giải thích rằng, theo Trưởng lão Māhasivā, Người tụng thuộc lòng các bài kinh trường bộ (*Dīgha-Bhāṇaka*), giảng rằng chín loại mộ địa mà Đức Phật thuyết trong *Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta* chỉ có thể sử dụng duy nhất như các đề mục minh sát, để quán niệm sự hiểm nguy (*ādīnav-ānupassanā*). Ngài nói điều này bởi trong bài kinh đó, Đức Phật chỉ dẫn một người quán cả nội thân và ngoại thân, nhưng ngược lại, khi người ấy quán sự bất tịnh như một đề mục thiền định thì Ngài không chỉ dẫn như thế. Lời giảng của Ngài được xác nhận trong VsM.viii.178 'Luận về Niệm Hơi Thở' (*Ān-Āpāna-Ssati-Kathā*), giải nghĩa rằng: 'Chín đề mục tử thi được nói tới chỉ liên quan đến các minh sát trí (*vipassanā-ñānesu-yeva*) bằng pháp quán sự hiểm nguy (*ādīnav-ānupassanā-vasena*).

¹⁹ Trong D.I.10 'Kinh Subha' (My-D.1.191-197), Tôn giả Ānanda giảng về Thánh định uẩn (*Ariyassa samādhī-kkhandhassa*) là sự được phòng hộ các căn, có được niệm và tỉnh giác, là tri túc, khi đã loại trừ năm triền cái và tu tập bốn bậc thiền nơi vị tỳ khưu.

danh tột cùng (*paramattha-nāma*) và các nhân của chúng. Chúng là đối tượng của thiền minh sát: là phạm vi thiền minh sát (*vipassanā-cāra*). Như vậy trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), Đức Phật đã dạy bậc thiền nền tảng của minh sát (*vipassanā-pādaka-jhāna*), tức là hành giả tu tập định bậc thiền để làm nền tảng cho việc thực hành thiền minh sát (*vipassanā*).²⁰

THIỀN MINH SÁT (THÂN VÀ TÂM)

Pháp hành này cũng được Đức Phật thuyết giảng cho vua *Ajātasattu* trong Kinh Sa-môn Quả (*Sāmañña-Phala-Sutta*) của 'Kinh Trường Bộ' (*Dīgha-Nikāya*). Trước tiên, vị Tỳ-khưu đạt đến tứ thiền:²¹

Lại nữa, này Đại vương, Tỳ-khưu, xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú vào thiền thứ tư' (*catuttham jhānam upasampajja viharati*), không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh.

Và sau đó, Đức Phật mô tả cách mà vị Tỳ-khưu xuất khỏi tứ thiền để thực hành minh sát (*vipassanā*).²²

Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, Tỳ-khưu dẫn tâm, hướng tâm đến chánh trí, chánh kiến (*ñāṇa-dassanāya*). Như vậy, vị ấy biết (*so evaṃ pajānāti*): Thân (*kāya*) này của ta là sắc pháp, do bốn đại hợp thành (*cātu-mahā-bhūṭiko*), do cha mẹ sanh, nhờ cơm cháo nuôi dưỡng, vô thường, biến hoại, phần toái, đoạn tuyệt, hoại diệt (*anicca-ucchādana-parimaddana-bhedana-viddhamṣana-dhammo*), trong thân ấy, thức (*viññāṇam*) ta lại nương tựa và bị trói buộc.

Ở đây, Đức Phật mô tả cách vị Tỳ-khưu biết và thấy sắc và danh tối hậu và các nhân của chúng bằng ánh sáng của tứ thiền. Đây chính là cách thức chuẩn mực đối với thiền minh sát được chính Đức Phật mô tả trong các bài kinh.

Do vậy, chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) giải thích lý do vì sao Đức Phật mở đầu phần 'Quán Pháp' bằng việc giảng về cách mà vị Tỳ-khưu đoạn trừ năm triền cái là bởi vì một hành giả cần phải tu tập định trước khi tu tập minh sát. Bốn pháp tu còn lại của 'Quán Pháp' đều là thiền minh sát: Quán pháp trong các pháp liên hệ đến năm uẩn và sáu xứ, nhờ đó phát triển bảy giác chi và thể nhập Bốn Thánh Đế.

HAI ĐỀ MỤC THIỀN

Năm uẩn và sáu xứ chính là hai cách phân loại được Đức Phật dùng để mô tả phạm vi của minh sát: phạm vi cần phải quán bằng minh sát trí trước khi người đó có thể như thật thể nhập Bốn Thánh Đế.

Mặc dù vậy, về cơ bản, phạm vi minh sát luôn giống nhau: sắc (*rūpa*) và danh (*nāma*).²³ Đức Phật cũng gọi chúng là sắc thân (*rūpa-kāya*) và danh thân (*nāma-kāya*).²⁴ Theo cách đó, minh sát không ít hơn, không nhiều hơn, luôn dựa trên hai đề mục thiền này:^{25/F}

²⁰ Trong A.VI.I.iii.9 'Kinh Udāyī' (*Udāyī Sutta*) (My-A.2.286), Tôn giả Ānanda trình bày với Đức Phật về lợi ích của việc tu tập tứ thiền: 'Bạch Thế Tôn, một vị tỳ khưu xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú vào thiền thứ tư' (*catuttham jhānam upasampajja viharati*), không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Pháp tùy niệm này (*anusatti-tthānam*), bạch Thế Tôn, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến sự thông đạt đa giới (*aneka-dhātu-paṭivedhāya samvattati*).^{AA} 'Thông đạt đa giới' là mười tám giới tức là nhãn giới/sắc cảnh giới/nhãn thức giới; nhĩ giới/thanh cảnh giới/nhĩ thức giới;... Sáu giới tức là địa giới/thủy giới/hỏa giới/phong giới/hư không giới/thức giới; và tam giới tức là dục giới/sắc giới/vô sắc giới (tất cả sự phân loại của Thánh Đế về Khổ).

²¹ D.I.2 (§232) '*Sāmañña-Phala-Suttaṃ*' (Kinh Sa Môn Quả).

²² D.I.2 (§234), 'Kinh Sa-Môn Quả' (*Sāmañña-Phala-Suttaṃ*). Trình bày đoạn này, VsM.xii.367-368. 'Luận về Thăng Trí' (*Abhiññā-Kāthā*) giải nghĩa điều đó một cách chính xác là bởi vì nó được 'bất động', 'bình thản' nghĩa là sự không lay chuyển (*acale*) và 'không có sự dao động' (*nir-iñjane*), với ngũ căn không bị dao động bởi pháp đối lập của chúng: Tín (*saddhā*) không bị dao động bởi Bất tín (*asaddhā*), Tấn (*virīya*) không bị dao động bởi Lười biếng (*kosajja*), niệm (*sati*) không bị dao động bởi phóng dật (*pamāda*); định (*samādhi*) không bị dao động do trạo cử (*uddhacca*); tuệ (*paññā*) không bị dao động do vô minh (*avijjā*): trở nên sáng chói (*obhāsa-gaṭam*), không bị dao động bởi bóng tối của phiền não (*kiles-andhakāra*). Tâm sở hữu tám chi pháp này có thể hướng đến việc chứng ngộ bằng thăng trí (*abhiññā saccikiriyāya*), những pháp ấy có thể được nhận thấy bằng thăng trí (*abhiññā saccikiriyāya dhammānaṃ*), vì nó (thăng trí) là nền tảng (*pādakam*), và là nhân gần (*padatthāna*) của chúng. Chú giải gọi đó là bậc thiền nền tảng của minh sát (*vipassanā-pādaka-jjhāna*). VsM.xi.362 'Luận về Lợi Ích của Định' (*Samādhi-Ānisamsa-Kathā*) giải rằng: 'Khi người tập sự hay người bình thường tu tập định, suy nghĩ rằng "Sau khi xuất định (*vuṭṭhāya*) với tâm định tĩnh (*samādhītena*), ta sẽ thực hành minh sát (*vipassissāmāti*)", việc tu tập an chỉ định (*appanā-samādhi-bhāvanā*), mang đến cho họ những lợi ích của minh sát (*vipassan-ānisamsa*) bằng việc là các nhân gần (*padatthānattā*) cho minh sát. Và cũng tương tự cho việc tu tập cận định (*upacāra-samādhi-bhāvanā*)'. Điều này được trích từ S.III.I.i.5 'Kinh Định' (*Samādhi Suttaṃ*).

1) Đề mục quán sắc (*rūpa-kamma-ttṭhāna*) hay còn gọi là phân định sắc (*rūpa-pariggaha*).

2) Đề mục quán danh (*nāma-kamma-ttṭhāna*) hay còn gọi là phân định vô sắc (*arūpa-pariggaha*)

Tuy nhiên, sự mô tả về thiền minh sát của Đức Phật trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) rất tóm lược. Bởi vì chúng rất tóm lược nên rất dễ gây hiểu nhầm. Nếu hành giả hiểu sai lời chỉ dạy về thiền minh sát của Đức Phật trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), pháp hành của vị ấy sẽ bị sai lạc. Nếu thực hành sai lạc, người ấy sẽ không chứng đạt Đạo và Quả.

Do vậy, và đây là mục đích chính của lời tựa, còn bây giờ, chúng tôi xin trình bày về thiền minh sát như Đức Phật đã giảng trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), bằng việc so sánh nó với lời giải thích của Ngài trong những bài kinh khác nhau.

MINH SÁT (NĂM UẨN, SỰ TẬP KHỞI / ĐOẠN DIỆT CỦA CHÚNG)

Trong 'Upanisa Sutta' của 'Tương Ưng Nhân Duyên' (*Nidāna Samyutta*), Đức Phật giải thích thiền minh sát là sự biết và thấy năm uẩn, sự tập khởi và đoạn diệt của chúng: ²⁶

Ta tuyên bố có sự đoạn diệt các lậu hoặc (*āsavaṇaṃ khayam*), này các Tỳ-khưu, đối với người biết (*jānato*), đối với người thấy (*passato*), không phải đối với người không biết (*no a-jānato*), không phải đối với người không thấy (*no a-ppasato*).

Và này các Tỳ-khưu, như thế nào là đối với người biết, đối với người thấy, các lậu hoặc được đoạn diệt?

[1] **Sắc là như vậy (*iti rūpaṃ*), sắc tập khởi là vậy (*iti rūpassa samudayo*), sắc đoạn diệt là vậy (*iti rūpassa atthaṅgamo*);**

[2] **Thọ là như vậy (*iti vedanā*), thọ tập khởi là vậy (*iti vedanāya samudayo*), thọ đoạn diệt là vậy (*iti vedanāya atthaṅgamo*);**

[3] **Tưởng là như vậy (*iti saññā*), tưởng tập khởi là vậy (*iti saññāya samudayo*), tưởng đoạn diệt là vậy (*iti saññāya atthaṅgamo*);**

[4] **Hành là như vậy (*iti saṅkhārā*), hành tập khởi là vậy (*iti saṅkhārānaṃ samudayo*), hành đoạn diệt là vậy (*iti saṅkhārānaṃ atthaṅgamo*);**

[5] **Thức là như vậy (*iti viññāṇaṃ*), thức tập khởi là vậy (*iti viññāṇassa samudayo*), thức đoạn diệt là vậy (*iti viññāṇassa atthaṅgamo*);**

Này các Tỳ-khưu, đối với người biết như vậy, đối với người thấy như vậy, các lậu hoặc được đoạn diệt.

Quán năm uẩn như vậy được Đức Phật gọi là **quán tánh sanh & diệt của năm uẩn** (*pañcasu upādāna-kkhandhesu udaya-bbay-ānupassī*). ^{27/6}

²³ Danh-sắc (*nāma-rūpa*) có thể giống về mặt mẫu tự, nhưng khác nhau về mặt ý nghĩa. Là một chi phần của pháp duyên khởi, danh-sắc thường được nói đến là do có duyên là sự đồng sanh của thức tái sanh (kiết sanh thức). Chẳng hạn, trong S.II.I.vi.9 'Kinh Thức' (*Viññāna Suttam*) (My-S.1.316-317), Đức Phật mô tả nghiệp tạo ra thức tái sanh của chúng sanh do bởi người đó sống thấy vị ngọt (vui thích) (*assāḍ-ānupassino*) trong các pháp kiết sử (*saṃyojanīyesu dhammesu*). Sau đó, Ngài giảng bởi chính do nghiệp này: 'Ở đó, có sự sanh (tập khởi) của thức' (*viññāṇassa avakkanti hotī*). Do duyên thức, danh-sắc sanh (*viññāṇā-paccayā nāma-rūpaṃ*), do duyên danh-sắc, lục nhập sanh,...' Trong trường hợp này danh chính là thọ/tưởng/hành uẩn. Nhưng giải thích chính xác giống tiến trình trên, chẳng hạn, trong 'Kinh Danh-Sắc' (*Nāma-Rūpa Suttam*) của S.II.I.vi.8. Đức Phật chỉ nói về 'sự sanh của danh-sắc (*nāma-rūpassa avakkanti*): 'Do duyên danh-sắc, lục nhập sanh...' mà không hề đề cập đến thức. Trong trường hợp đó, danh-sắc tương đương với tất cả năm uẩn được tạo ra do bởi thức nghiệp (kamma consciousness) ở một kiếp sống trước. Tương tự vậy, trong S.II.I.vii.4 'Kinh Có Tham' (*Atthi-Rāga-Suttam*) (My-S.1.324). Đức Phật giảng về thành quả của nghiệp như: 'Chỗ nào thức (*viññāṇaṃ*) được an trú (*patiṭṭhitam*), tăng trưởng (*virūlham*)'. Kế đến, Ngài giảng do bởi nghiệp như vậy nên có sự tái sanh, lại nữa, hành nghiệp: 'là nơi có sự sanh của danh-sắc (*atthi tattha nāma-rūpassa avakkanti*). Nơi nào có sự sanh của danh-sắc, nơi ấy có các hành tăng trưởng (*saṅkhārānaṃ vuddhi*). Nơi nào có các hành tăng trưởng, nơi ấy có hữu mới được tái sanh trong tương lai (*āyatim puna-bbhav-ābhiniḍḍanti*). Nơi nào có sự tái sanh trong tương lai, nơi ấy có sanh, già chết trong tương lai (*āyatim jāti-jarā-maraṇam*)'.

²⁴ <Xem trích dẫn từ 'Kinh Đại Duyên' (*Mahā-Nidāna Sutta*), chú thích 87, tr.50>

²⁵ VbA.vii.363 'Vedan-Ānupassanā-Niddesa-Vannanā' (Phân Tích Cách Quán Thọ) giải thích: Đối với đề mục thiền có hai phần: đề mục sắc và đề mục vô sắc (*rūpa-kammaṭṭhānaṃ arūpa-kammaṭṭhānaṃ*). Và điều này cũng được gọi là sự phân định sắc và sự phân định vô sắc (*rūpa-pariggaha arūpa-pariggaha*). <Các trích dẫn liên quan đến hai đề mục thiền, tham khảo ở mục **Chú Giải** tr.94>

²⁶ S.II.I.iii.3 'Upanisa-Suttam' (Kinh Duyên) (My—S.1.267)

CÁC UẨN LÀ NHƯ VẬY

Trước tiên, Đức Phật nói một người cần phải biết và thấy: **sắc là như vậy**. Đây chính là sự biết và thấy bốn đại chủng và hai mươi bốn loại sắc y đại sinh (sắc do bốn đại sanh), đây chính là đề mục quán sắc (*rūpa-kamma-tthāna*).

Kế tiếp, Đức Phật nói người ấy cần phải biết và thấy, **thọ là như vậy, tưởng là như vậy, hành là như vậy, thức là như vậy**. Đây chính là sự biết và thấy các loại thức phối hợp với các sở hữu tâm của chúng, đây chính là đề mục quán danh. (*nāma-kamma-tthāna*).^{28/H} Biết và thấy năm uẩn theo cách này tương ứng với biết và thấy cả sắc thân (*rūpa-kāya*) và danh thân (*nāma-kāya*); như thật thể nhập Bốn Thánh Đế.

Ở đây, chúng tôi cần phải lặp lại lời Đức Phật:

Ta tuyên bố có sự đoạn diệt các lậu hoặc (*āsavaṇaṃ khayam*), này các Tỳ-khưu, đối với người biết (*jānato*), đối với người thấy (*passato*), không phải đối với người không biết (*no a-jānato*), không phải đối với người không thấy (*no a-ppasato*).

Xin hãy nhớ rằng, **người biết** và **người thấy** có nghĩa là người đã biết và đã thấy bằng thẳng trí năm uẩn; năm uẩn; cả sắc thân lẫn danh thân; **người không biết** và **người không thấy** có nghĩa là người không biết và không thấy bằng thẳng trí năm uẩn; người không biết và không thấy bằng thẳng trí cả sắc thân lẫn danh thân.

SỰ SANH & DIỆT CỦA CÁC UẨN LÀ NHƯ VẬY

Sau khi giải thích rằng hành giả cần phải biết và thấy năm uẩn, tiếp theo, Đức Phật giảng vị ấy cần phải biết và thấy: **sắc tập khởi như vậy, sắc đoạn diệt như vậy, thọ tập khởi như vậy, thọ đoạn diệt như vậy**, vv... Đây chính là biết và thấy hai loại sanh & diệt (*udaya-bbaya*):^{29/I}

1a) Biết và thấy như thế nào mà danh pháp và sắc pháp khởi sanh liên tục bởi các nhân quá khứ và hiện tại chính là sự biết và thấy duyên sanh (*paccayato udaya-dassana*).

Biết và thấy các nhân quá khứ của danh pháp và sắc pháp chính là sự biết và thấy nghiệp quá khứ tạo ra chúng như thế nào. Điều này đòi hỏi hành giả biết và thấy được nghiệp (*kamma*) lúc nó được thực hiện trong kiếp quá khứ ấy.

Biết và thấy các nhân hiện tại của sắc pháp chính là sự biết và thấy như thế nào mà chúng được sanh ra bởi tâm, nhiệt, và dưỡng chất ở hiện tại. Biết và thấy các nhân hiện tại của thức chính là sự biết và thấy cách nó luôn đồng sanh với danh-sắc (danh ám chỉ các tâm sở luôn đồng sanh với thức, sắc ám chỉ căn mà thức nương sanh, cũng như cảnh trần được thức nhận biết). Biết và thấy các nhân hiện tại của thọ, tưởng, và hành chính là sự biết và thấy như thế nào mà chúng được sanh lên bởi xúc (một tâm sở được sanh do sự gặp gỡ giữa căn, cảnh và thức).³⁰

1b) Biết và thấy như thế nào mà danh pháp và sắc pháp ngừng sanh khởi khi các nhân ở quá khứ và hiện tại cho sự sanh lên của chúng bị chấm dứt chính là biết và thấy duyên diệt (*paccayato vaya-dassana*).

Đối với trường hợp các nhân quá khứ, trước hết, hành giả biết và thấy rằng vào lúc chứng ngộ phiền não Niết-bàn (*Kilesa Parinibbāna*) trong tương lai thì có sự diệt tận các nhân đưa đến sự phát sanh danh pháp và sắc pháp đời vị lai. Thứ nhì, đó là sự biết và thấy rằng tất cả các nhân quá khứ bị diệt vào lúc vị ấy chứng

²⁷ <Cho các tham khảo khác nhau, xem chú giải ⁶ tr.96>

²⁸ Trình bày của chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*) (§383) chỉ vẫn tắt, vì nó liên hệ đến những chi tiết đối với việc phân tích các uẩn trong 'Visuddhi Magga' (Thanh Tịnh Đạo) chương xiv, ở đó, sắc tột cùng và danh tột cùng được phân tích theo đặc tánh/phân sự/biểu hiện/nhân gần. Do vậy, Đại Trưởng Lão Thiên Sư muốn liên hệ đến chú giải của 'Kinh Đại Bản' (*Mahā-Padāna sutta*) (§63)/'Kinh Sư Tử' (*Sīha sutta*) (§78) <như được đề cập trong chú giải ⁶ tr.96>. <Để hiểu thêm chi tiết, xem chú giải ^H, tr.98>

²⁹ DUYÊN/SÁT-NA SANH&DIỆT: chú giải D.II.9 'Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttantī' (Kinh Đại Niệm Xứ) (§383) đề cập đến lời giảng của Tôn giả Xá Lợi Phất trong PsM.I.i.6 (§50) 'Udaya-Bbaya-Nāṇa-Niddeso' (Phân Tích Trí Sanh & Diệt) <xem chú giải ^I tr.98 >. Điều này có liên quan đến phần giải nghĩa chi tiết trong VsM.xx.724-731 'Udaya-Bbaya-Nāṇa-Kathā' (Luận về Trí Sanh & Diệt) <Xem cùng phần chú giải>.

³⁰ <XÚ/CẢNH/XÚC: Xem sự mô tả của Đức Phật về sáu thân xúc trong 'Cha-Chakka sutta' (Kinh Sáu Sáu), tr.29>

ngộ các uẩn Niết-bàn (*Parinibbāna*) xảy ra sau đó (phiền não Niết-bàn), đây là lý do vì sao các uẩn không còn sanh lên nữa. Điều này chính là sự biết và thấy sự diệt của khổ.³¹

Đối với trường hợp các nhân hiện tại, duyên diệt chính là sự biết và thấy sắc pháp và danh pháp do nhân hiện tại sanh ngừng sanh khởi khi nhân hiện tại diệt: chẳng hạn, biết và thấy một số dưỡng chất có thể tạo ra một số lượng có hạn các sắc do dưỡng chất sanh, sau khi nó bị cạn kiệt thì không còn tạo ra các sắc mới; hoặc biết và thấy nhãn thức khi vừa sanh lên liền diệt ngay sau đó, nhãn xúc cũng vậy, chúng diệt ngay khi vừa sanh lên, thọ do nhãn xúc sanh cũng thế.

2) Biết và thấy mỗi loại sắc pháp và danh pháp sau khi sanh lên liền diệt ngay tức khắc chính là biết và thấy sát-na sanh & diệt (*khaṇato udaya-bbaya-dassanā*). Đó chính là thấy đặc tánh vô thường (*anicca-lakkhaṇa*) của sắc pháp và danh pháp. Bằng cách thấy tánh vô thường của chúng, hành giả mới có thể thực hành minh sát đúng cách, (như chúng tôi đã đề cập) đây là pháp quán các đặc tánh vô thường, khổ, và vô ngã của sắc pháp và danh pháp.

Đó là lời mô tả của Đức Phật về thiền minh sát tức là **quán sự sanh & diệt của năm uẩn** (*pañcasu upādāna-kkhandhesu udaya-bbay-ānupassī*). Như chúng tôi đã giải thích trước đó, quán sự sanh & diệt của năm uẩn nghĩa là quán từng loại pháp trong quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần.

Sở dĩ được vậy là vì hành giả đã tu tập định trước đó, nên vị ấy mới có thể biết và thấy sự sanh và diệt của năm uẩn theo cách này.³²

Đức Phật giảng điều này rất rõ ràng trong 'Kinh Định' (*Samādhi Sutta*) của 'Tương Ưng Uẩn' (*Khandha-Samyutta*):³³

'Này các Tỳ-khưu, hãy tu tập định (*samādhim*, *bhikkhave*, *bhāvettha*). Tỳ-khưu có định, này các Tỳ-khưu, như thật rõ biết (*samāhito*, *bhikkhave*, *bhikkhu yathā-bhūtaṃ pajānāti*). Như thật rõ biết gì?

[1] **Sắc tập khởi (*samudaya*) và đoạn diệt (*atthaṅgama*);**

[2] **thọ tập khởi và đoạn diệt;**

[3] **tưởng tập khởi và đoạn diệt;**

[4] **các hành tập khởi và đoạn diệt;**

[5] **thức tập khởi và đoạn diệt.'**

³¹ SỰ DIỆT CỦA KHỔ: đây không phải sự đạt đến Niết Bàn thật sự (một loại chứng ngộ siêu thế); chỉ là thấy sự diệt tận của các phiền não và các uẩn trong tương lai (một loại chứng ngộ hiệp thế).

³² S.III.I.i.5 'Kinh Định' (*Samādhi-Suttaṃ*). Phần giảng cũng giống như trong A.IV.I.v.1 'Kinh Thiền Định' (*Samādhi-Bhāvanā-Suttaṃ*), Đức Phật giảng: 'Có định tu tập, này các Tỳ-khưu, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến đoạn tận các lậu hoặc (*āsavaṇaṃ khayāya saṃvattati*)'. S.IV.I.xvi.5 'Kinh Định tại vườn xoài của ông Jīvaka' (*Jīvaka-Amba-Vana-Samādhi-Suttaṃ*), Đức Phật tương tự giảng như sau: 'Này các Tỳ-khưu, hãy tu tập định. Này các Tỳ-khưu, với định, tỳ khưu như thật rõ biết (*samāhitassa*, *bhikkhave*, *bhikkhuno yathā-bhūtaṃ okkhāyati*). Và như thật rõ biết cái gì? Như thật rõ biết mắt là vô thường (*cakkhum aniccaṃ ti yathā-bhūtaṃ okkhāyati*), như thật rõ biết các sắc là vô thường, như thật rõ biết nhãn thức là vô thường, như thật rõ biết nhãn xúc là vô thường. Phàm duyên nhãn xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc, khổ, hay bất khổ bất lạc; như thật rõ biết cảm thọ ấy là vô thường'. Và Đức Phật cũng giảng như vậy với tai/mũi/lưỡi/thân/ý, với định có thể như thật rõ biết chúng là vô thường: cũng như các đối tượng tương ứng của chúng, theo từng loại thức, từng loại xúc và từng loại thọ do duyên xúc khởi lên.

Trong S.IV.I.x.6 'Kinh Định' (*Samādhi-Suttaṃ*), Đức Phật cũng giảng y như vậy trừ việc Ngài nói vị tỳ khưu như thật rõ biết các pháp (*yathā-bhūtaṃ pajānāti*). Sau đó, trong A.IV.I.v.1 'Kinh Thiền Định' (*Samādhi-Bhāvanā-Suttaṃ*), Đức Phật giảng: 'Và này các Tỳ-khưu, thế nào là định tu tập, do tu tập (*bhāvitā*), do làm cho sung mãn (*bahulī-katā*), đưa đến niệm và tỉnh giác (*sati-sampajaññāya saṃvattati*)? Ở đây, này các Tỳ-khưu, với vị Tỳ-khưu, thọ (*vedanā*) được rõ biết (*viditā*) khi chúng khởi lên (*upajjanti*)..., khi chúng an trú (*upatthanti*)..., khi chúng diệt (*abbathaṃ gacchanti*)...; tưởng (*saññā*) được rõ biết ...; tầm (*vitakkā*) ... khi chúng diệt.

Để giải nghĩa có niệm & tỉnh giác, AT liên hệ đến bảy nền tảng của niệm trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Parāṇāna-Suttaṃ*): 'Tỳ-khưu, khi bước tới, bước lui (*abhi-kkante paṭi-kkante*), rõ biết việc mình đang làm (*sampajāna-kāri hoti*)... AA 'rõ biết (*viditā*)'='sau khi trở nên rõ ràng/hiển nhiên (*pākaṭā hutvā*)'; 'rõ biết khi chúng sanh/trụ/diệt'='sự thấu đạt căn (*vatthum parigganhāti*) và thấu đạt đối tượng của căn (cảnh) (*ārammaṇaṃ parigganhāti*)', theo cách đó, vị ấy thấu đạt ba giai đoạn: 'Sanh là như vậy (*evaṃ uppajjitvā*), trụ là như vậy (*evaṃ thatvā*), diệt là như vậy (*evaṃ nirujjhanti*)'.

AT Ví như một con rắn bị bắt bởi một người đang đi tìm rắn và nhận ra (*vidite*) nó ở nơi trú ẩn, lúc ấy, người đó với tất cả tài nghệ, bắt được nó một cách dễ dàng (*gahaṇassa su-karattā*). Cũng vậy với sự bắt lấy cảm thọ được thực hiện dễ dàng khi hành giả nhận ra nơi trú ẩn của nó chính là căn/đối tượng của căn (cảnh), điều này dành cho người mới bắt đầu hoàn tất đối với đặc tánh riêng (*sa-lakkhaṇato*) và đặc tánh chung (*sāmaññā-lakkhaṇato*). Theo cách đó, ba giai đoạn mới bắt đầu được nhận ra và trở nên rõ ràng (*pākaṭā*). Với các hành còn lại cũng tương tự vậy.

³³ S.III.I.i.5 'Kinh Định' (*Samādhi-Suttaṃ*) (My-S.2.12). Được VsM đề cập đến để giải thích về một trong các lợi ích của định.

Lại nữa, ở đây, về việc tu tập định, Đức Phật muốn nói về cận định hoặc an chỉ định tức là thiền định (*samatha-bhāvanā*), định uẩn (*samādhi kkhanda*) của vị Tỳ-khưu. Một lần nữa, định (uẩn) là nền tảng định cho thiền minh sát, để biết và thấy sự tập khởi và diệt tận của năm uẩn.

Như Đức Phật đã giảng trong 'Kinh Upanisa' mà chúng tôi vừa trích dẫn, sự giác ngộ là không thể xảy ra trừ khi hành giả tu tập minh sát trí trên cả danh thân và sắc thân.

THIÊN MINH SÁT (QUÁN PHÁP - NĂM THỦ UẨN)

Như vậy, trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), Đức Phật mô tả thiền minh sát trong phần 'Quán Pháp':³⁴

Lại nữa, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến Năm Thủ uẩn (*pañcasu upādāna-kkhandhesu*).

Này các Tỳ-khưu, thế nào là Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến Năm Thủ uẩn?

Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu rõ biết:

'[1] **Sắc là vậy (*rūpaṃ*), sự tập khởi của sắc là vậy (*iti rūpassa samudayo*), sự đoạn diệt của sắc là vậy (*iti rūpassa atthaṅgamo*).**

'[2] **Thọ là vậy (*iti vedanā*), sự tập khởi của thọ là vậy (*iti vedanāya samudayo*), sự đoạn diệt của thọ là vậy (*iti vedanāya atthaṅgamo*).**

'[3] **Tưởng là vậy (*iti saññā*), sự tập khởi của tưởng là vậy (*iti saññāya samudayo*), sự đoạn diệt của tưởng là vậy (*iti saññāya atthaṅgamo*).**

'[4] **Hành là vậy (*iti saṅkhārā*), sự tập khởi của hành là vậy (*iti saṅkhārānaṃ samudayo*), sự đoạn diệt của hành là vậy (*iti saṅkhārānaṃ atthaṅgamo*).**

'[5] **Thức là vậy (*iti viññāṇa*), sự tập khởi của thức là vậy (*iti viññāṇassa samudayo*), sự đoạn diệt của thức là vậy (*iti viññāṇassa atthaṅgamo*)**”.

- Như vậy vị ấy sống quán pháp trong các nội pháp (*ajjattam*);
- hay sống quán pháp trong các ngoại pháp (*bahiddhā*);
- hay sống quán pháp trong các nội pháp, ngoại pháp (*ajjata-bahiddhā*);
- vị ấy sống quán tánh sanh khởi trong các pháp (*samudaya-dhammā*);
- hay sống quán tánh diệt tận trong các pháp (*vaya-dhammā*);
- hay sống quán tánh sanh diệt trong các pháp (*samudaya-vaya-dhammā*).
- Hay có niệm như vậy, 'có các pháp' được thiết lập vừa đủ hướng đến trí, vừa đủ hướng đến niệm.

Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên thế gian.

Này các Tỳ-khưu, như vậy Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến năm thủ uẩn’.

Quán pháp trong các **nội pháp** và **ngoại pháp** của vị Tỳ-khưu tương ứng với pháp quán năm uẩn ở quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần, mà điều này lại tương ứng với việc rõ biết **sắc là vậy, thọ là vậy, tưởng là vậy, hành là vậy, và thức là vậy**. Sự rõ biết như vậy tương ứng với sự thể nhập Khổ Thánh Đế.

Sau đó, khi Đức Phật nói vị Tỳ-khưu quán **sự tập khởi và đoạn diệt pháp trong các pháp**, lại nữa, điều này tương ứng với pháp quán **sự tập khởi** và **đoạn diệt** của năm uẩn.

THIÊN MINH SÁT (BA LOẠI ĐẠT TRI: NĂM UẨN)

Đức Phật còn chia minh sát trí trên năm uẩn làm ba loại đạt tri: Chẳng hạn, trong 'Kinh Thăng Tri' (*Abhijāna Sutta*) của 'Tương Ứng Uẩn' (*Khandha-Samyutta*), Ngài giải thích:³⁵

³⁴ D.II.9 (§383) 'Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam' (Kinh Đại Niệm Xứ)

³⁵ S.III.I.iii.3 'Abhijāna-Suttam' (Kinh Thăng Tri) (My—S. 2. 22).

[1] **Này các Tỳ-khưu, do không thắng tri sắc (*an-abhijānaṃ*), không liễu tri (*a-parijānaṃ*), không ly tham (*a-virājayam*), không từ bỏ (*a-ppajaham*), nên không thể đoạn tận khổ (*abhabbo dukkha-kkhaṃyāya*).**

[2] **Này các Tỳ-khưu, do không thắng tri thọ, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ.**

[3] **Này các Tỳ-khưu, do không thắng tri tưởng, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ.**

[4] **Này các Tỳ-khưu, do không thắng tri hành, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ.**

[5] **Này các Tỳ-khưu, do không thắng tri thức, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ.**

Ở đây, Đức Phật mô tả ba loại hướng thượng đạt tri (progressive full knowledge)

1) Thắng tri (sự nhận biết trực tiếp) (*abhijānaṃ*): đây là sự biết và thấy năm uẩn và các nhân của chúng bằng sự nhận biết trực tiếp trong thực hành: từng loại sắc riêng biệt trong quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần cùng với các nhân của chúng; từng loại thọ riêng biệt, tưởng riêng biệt, v.v. ở quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần cùng với các nhân của chúng. Đây là sự rõ biết phạm vi của minh sát (*vipassanā-cāra*).³⁶ Loại thắng tri này còn được gọi là **trí đạt tri (*ñāta-pariññā*)**. Nó tương ứng với sự biết và thấy năm uẩn và duyên sanh & diệt của chúng.

2) Liễu tri (sự nhận biết đầy đủ) (*pari-jānaṃ*): một khi hành giả đã nhận biết trực tiếp năm uẩn cùng với các nhân của chúng, vị ấy cần phải nhận biết đầy đủ bản chất vô thường (*anicca*), khổ (*dukkha*), và vô ngã (*an-attā*) của chúng. Chúng ta có thể gọi sự thâm sát này là minh sát đích thực. Trí này còn được gọi là **thẩm đạt tri (*tiraṇa-pariññā*)**. Nó tương ứng với sự biết và thấy sát-na sanh & diệt của năm uẩn.

3) Ly tham (*virājayam*), và từ bỏ (*ppajaham*): khi hành giả thâm sát năm uẩn nhiều lần như là vô thường, khổ, và vô ngã (nếu vị ấy thực hành đúng cách và nếu trí minh sát của vị ấy thâm sâu, và uyên áo, và nếu vị ấy có đủ ba-la-mật), sự ly tham đối với năm uẩn, cùng với sự từ bỏ tham ái và chấp thủ sẽ khởi lên tạm thời hay vĩnh viễn... Loại trí này còn được gọi là **trừ đạt tri (*pahāna-pariññā*)**.

Như vậy, hành giả cần phải tấn hóa qua ba loại đạt tri này: đầu tiên, hành giả cần phải tu tập minh sát trí trực tiếp đối với năm uẩn và các nhân của chúng, vốn chính là phạm vi minh sát. Sau đó, hành giả cần phải tu tập minh sát trí nhằm thâm sát bản chất thật sự của năm uẩn và các nhân của chúng. Điều này tương ứng với việc như thật rõ biết năm uẩn cũng như sự tập khởi và đoạn diệt của chúng. Sau khi thâm sát và như thật rõ biết năm uẩn theo cách này, hành giả cần phải từ bỏ tham ái và chấp thủ đối với chúng. Lại nữa, ba phương cách tu tập này chính là phương thức chuẩn mực cho việc đạt đến minh sát trí, cho sự tu tập tuệ (*paññā*).³⁷

THIÊN MINH SÁT (BA LOẠI ĐẠT TRI: SÁU NỘI XỨ / SÁU NGOẠI XỨ)

Do vậy, trong 'Kinh Liễu Tri Nội Xứ' (*Ajjhattik-Āyatana-Pari-Jānana-Suttaṃ*), cũng theo cách như vậy, Đức Phật giải thích rằng sáu loại nội xứ cần phải được rõ biết với ba loại đạt tri:³⁸

[1] **Mắt (*cakkhum*), này các Tỳ-khưu, do không thắng tri (*an-abhijānaṃ*), không liễu tri (*a-parijānaṃ*), không ly tham (*a-virājayam*), không từ bỏ (*a-ppajaham*), nên không thể đoạn tận khổ đau (*abhabbo dukkha-kkhaṃyāya*).**

³⁶ Chú giải cho S.III.I.v.6 'Kinh Uẩn' (*Khandha Suttaṃ*) đã giải thích năm uẩn này chính là phạm vi minh sát (*vipassanā-cāra*). Sắc uẩn thuộc dục giới (*kāma-āvacaro*), và vô sắc uẩn (danh uẩn) thuộc về cả tam giới (dục giới/sắc giới/và vô sắc giới). Đây chỉ là cách phân loại mà thôi, bởi vì trong cõi sắc giới cũng có sự sanh của sắc, nên chúng cũng cần phải biết bằng thắng trí/thông đạt trí. Cũng như một người ở cõi dục như cõi người hay cõi trời dục giới chứng đạt các bậc thiên mà các thiên ấy được Đức Phật chia làm thiên sắc giới/vô sắc giới, cũng vậy, các sắc tế sanh trong cõi sắc giới được Đức Phật phân loại là pháp dục giới.

³⁷ Vì vậy, trong M.I.v.3 'Đại Kinh Phương Quảng' (*Mahā-Vedalla-Suttaṃ*), Tôn giả Sāriputta giảng như sau: 'Này Hiền giả, trí tuệ là cho mục đích thắng tri (*Abhiññ-atthā*), liễu tri (*Pariññ-atthā*), từ bỏ (*Pahān-atthā*):

³⁸ S.IV.I.xi.8 'Ajjhattik-Āyatana-Pari-Jānana-Suttaṃ' (Kinh Liễu Tri Nội Xứ).

[2] **Tai** (*sotam*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[3] **Mũi** (*ghānam*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[4] **Lưỡi** (*jivham*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[5] **Thân** (*kāyam*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[6] **Ý** (*manam*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

Sau đó, trong 'Kinh Liễu Tri Ngoại Xứ' (*Bāhir-Āyatana-Pari-Jānana Sutta*), Đức Phật giảng rằng sáu loại ngoại xứ cần phải được rõ biết với ba loại đạt tri: ³⁹

[1] **Sắc** (*rūpe*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri (*an-abhijānam*), không liễu tri (*a-parijānam*), không ly tham (*a-virājayam*), không từ bỏ (*a-ppajaham*), nên không thể đoạn tận khổ đau (*abhabbo dukkha-kkhayāya*).

[2] **Thanh** (*sadde*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[3] **Mùi** (*gandhe*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[4] **Vị** (*rase*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[5] **Xúc** (*phoṭṭhabbe*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

[6] **Pháp** (*dhamme*), này các Tỳ-khưu, do không thẳng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không thể đoạn tận khổ đau.

THIÊN MINH SÁT (QUÁN PHÁP SÁU NỘI XỨ / SÁU NGOẠI XỨ)

Cũng vậy, trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), Đức Phật giảng trí về sáu nội xứ / sáu ngoại xứ dưới 'Quán Pháp': ⁴⁰

Lại nữa này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến sáu nội xứ và sáu ngoại xứ (*chasu ajjhattika-bāhiresu āyatanesu*)

'Này các Tỳ-khưu, thế nào là Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến sáu nội xứ và sáu ngoại xứ? Này các Tỳ-khưu, ở đây Tỳ-khưu:

[1.1] **rõ biết mắt** (*cakkhuñ-ca pajānāti*),

[1.2] **rõ biết các sắc** (*rūpe ca pajānāti*),

[1.3] **do duyên hai pháp này, kiết sử** (*saṃyojanam*) **sanh khởi, vị ấy rõ biết như vậy.**

[1.4] **và với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi** (*an-uppannassa saṃyojanassa uppādo hoti*), **vị ấy rõ biết như vậy;**

[1.5] **và với kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt** (*uppannassa saṃyojanassa pahānam hoti*), **vị ấy rõ biết như vậy;**

[1.6] **và với kiết sử đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa** (*pahīnassa saṃyojanassa āyatim an-uppādo hoti*), **vị ấy rõ biết như vậy.'**

Và Đức Phật giải thích theo cách tương tự rằng vị Tỳ-khưu rõ biết tai và cảnh thanh, mũi và cảnh mùi, lưỡi và cảnh vị, thân và cảnh xúc, ý và cảnh pháp theo sáu cách này. Sau đó Ngài kết luận cũng như trước:

³⁹ S.IV.I.xi.9 'Bāhir-Āyatana-Pari-Jānana-Suttam' (Kinh Liễu tri Ngoại Xứ).

⁴⁰ D.II.9 (§384) 'Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam' (Kinh Đại Niệm Xứ)

- Như vậy vị ấy sống quán pháp trong các nội pháp (*ajjattam*);
- hay sống quán pháp trong các ngoại pháp (*bahiddhā*);
- hay sống quán pháp trong các nội pháp, ngoại pháp (*ajjata-bahiddhā*);
- hay sống quán tánh sanh khởi trong các pháp (*samudaya-dhammā*);
- hay sống quán tánh diệt tận trong các pháp (*vaya-dhammā*);
- hay sống quán tánh sanh diệt trong các pháp (*samudaya-vaya-dhammā*).”
- Hay có niệm ‘có các pháp’, được thiết lập vừa đủ hướng đến trí, vừa đủ hướng đến niệm

Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên thế gian. Nay các Tỳ-khưu, như vậy, vị Tỳ-khưu sống quán pháp trong các pháp liên hệ đến sáu nội và ngoại xứ.

Ở đây, chúng ta cần phải nhớ lại những gì đã trình bày trước đó. Dù Đức Phật nói rằng hành giả cần phải quán pháp trong các pháp liên hệ đến năm thủ uẩn hay là liên hệ đến sáu xứ, nhưng đối tượng của pháp quán không nằm ngoài danh và sắc. Chúng chỉ là hai cách phân loại của cùng phạm vi minh sát. Do vậy nếu chúng ta phân tích sáu nội xứ và sáu ngoại xứ theo *Chân Thế Tuyệt Đối* như đã làm đối với năm thủ uẩn, chúng ta cũng sẽ có cùng một kết quả, đó chính là danh pháp và sắc pháp.⁴¹

Sự hiểu biết về kiết sử của vị Tỳ-khưu có thể sanh khởi, v.v. khi một nội xứ gặp gỡ một ngoại xứ tương ứng, lúc đó, vị ấy có thể biết được như thế nào mà các phiền não sanh lên bởi sự phi lý tác ý đến đối tượng; và chúng ngừng sanh khởi khi vị ấy như lý tác ý (khéo tác ý) đến đối tượng ấy, bằng thiền định hay thiền minh sát; và như thế nào mà một số phiền não chấm dứt sanh khởi vĩnh viễn khi vị ấy đạt đến Đạo và Quả. Như vậy, đây là pháp quán sự tập khởi và sự diệt tận của năm thủ uẩn, rõ biết chúng với ba loại đạt tri. Lại nữa, qua pháp quán này, vị Tỳ-khưu như thật thể nhập Bốn Thánh Đế.

THIÊN MINH SÁT (BA LOẠI ĐẠT TRI: BỐN NIỆM XỨ)

Trong Kinh Điển Pāli, Đức Phật nhiều lần mô tả ba phương thức này trong nhiều bài kinh, theo nhiều cách. Và để phù hợp với căn tánh của thính chúng, Ngài phân loại phạm vi minh sát theo nhiều cách khác nhau: chẳng hạn, năm uẩn (*khandha*), sáu nội và ngoại xứ (*āyatana*), hay thân (*kāya*) và thức (*viññāṇa*).

Trong ‘Kinh Liễu tri’ (*Pariññāta Sutta*) của ‘Tương Ưng Uẩn’ (*Khandha-Samyutta*), Ngài cũng mô tả bốn niệm xứ như là phạm vi minh sát mà qua đó, hành giả cũng phải tu tập ba loại đạt tri này:⁴²

[1] Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu trú, quán thân trong thân, nhiệt tâm, tinh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian. Do vị ấy trú, quán thân trong thân, thân được liễu tri (*kāyo pariññāto hoti*). Do liễu tri thân nên chứng ngộ được bất tử (*Amataṃ sacchikataṃ hoti*).

[2] Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu trú, quán thọ trong thọ, nhiệt tâm, tinh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian. Do vị ấy trú, quán thọ trong thọ, thọ được liễu tri (*vedanā pariññatā hoti*). Do liễu tri thọ nên chứng ngộ được bất tử.

[3] Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu trú, quán tâm trong tâm, nhiệt tâm, tinh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian. Do vị ấy trú, quán tâm trong tâm, tâm được liễu tri (*cittam pariññātaṃ hoti*). Do liễu tri tâm nên chứng ngộ được bất tử.

[4] Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu trú, quán pháp trong các pháp, nhiệt tâm, tinh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian. Do vị ấy trú, quán pháp trong các pháp, pháp được liễu tri (*dhammā pariññatā hoti*). Do liễu tri pháp nên chứng ngộ được bất tử.

Chứng ngộ được Bất tử tương ứng với sự đoạn tận khổ đau. Loại trừ tham ưu ở thế gian tương ứng với loại trừ năm triền cái bằng pháp tu định. Nhận biết đầy đủ (liễu tri) thân, thọ, tâm, và pháp chính là pháp hành bốn niệm xứ, điều này tương ứng với ba loại đạt tri về năm uẩn; tương ứng với biết và thấy năm uẩn cùng với sự tập khởi và diệt tận của chúng; tương ứng với sự rõ biết thân và thức và sự tập khởi của chúng.

⁴¹ <GIỐNG DANH/SẮC PHÁP: Xem các bảng trong ‘Phân Loại *Chân Thế Tuyệt Đối* (*Paramattha-Sacca*)’ tr. 89>

⁴² S.V.III.iv.8 ‘*Pariññāta-Suttam*’ (Kinh Liễu tri) (My—S. 3. 159)

THIÊN MINH SÁT (MỘT ĐỐI TƯỢNG TRONG MỘT THỜI ĐIỂM)

Ở điểm này, chúng tôi cần phải trình bày lời Đức Phật giảng khi Ngài mô tả pháp quán là bốn niệm xứ. Tại sao Ngài nói hai lần về 'thân', hai lần về 'thọ', hai lần về 'tâm', v.v.? Quán thân trong thân (*kāye kāyānupassī*)? Điều này là để xác định chính xác đối tượng của pháp quán, để nó không bị lẫn lộn và được thuần khiết (*asammissato*). Thân trong thân có nghĩa là để chỉ sắc thân mà thôi (*rūpa-kāya*); sắc riêng, tách biệt khỏi danh thân (*nāma-kāya*). Chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) giải nghĩa:

Không có sự quán thọ trong thân (*na kāye vedanānupassī*), hay quán tâm và quán pháp trong thân (*na kāye vedanānupassī vā citta-dhammānupassī vā*): nhưng đúng hơn là chỉ có sự quán thân trong thân (*kāye kāyānupassī y-eva*).

Cũng vậy, không có pháp quán thân trong thọ, quán tâm, hay quán pháp trong thọ; không có pháp quán thân trong tâm, quán thọ trong tâm v.v.

Điều này có ý nghĩa gì? Có thể lấy 'cái đau' làm ví dụ. Theo cách nói thông thường, chúng ta nói rằng: 'Tôi bị đau ở đầu gối'. Thế nhưng, theo Pháp thì, 'đau ở đầu gối' là gì? Nó là khổ thọ (*dukkha-vedanā*), trong trường hợp này, chính là khổ thân (*kāyika-dukkha*).

Trong nhiều nơi, Đức Phật giải thích về cách mà thọ thân sanh khởi, chẳng hạn, ở 'Cha-Chakka Sutta' của 'Kinh Trung Bộ' (*Majjhima Nikāya*):⁴³

'Do duyên thân và do duyên các xúc (*) (*kāyañca paṭicca phoṭṭhabe ca*), khởi lên thân thức (*uppajjati kāya-viññāṇam*). Sự gặp gỡ của ba pháp này là xúc () (*tinnaṃ saṅgati phasso*). Do duyên xúc, có thọ (*phassa-paccayā vedanā*).'**

Trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), khi Ngài thuyết Thánh Đế về Nguồn gốc của Khổ, Đức Phật mô tả xúc được phát sanh do sự gặp gỡ giữa thân, các xúc, và thân thức là thân xúc (*kāya-samphasso*), và thọ khởi lên sau đó, Ngài mô tả là **thọ do thân xúc sanh** (*kāya-samphassa-jā vedanā*). Như vậy, theo cách nói thông thường, khi ai đó nói rằng, chẳng hạn, họ đau ở đầu gối, điều này là bởi thọ khổ do thân xúc sanh.

Vậy thọ do thân xúc sanh là gì? Đó chính là một loại tâm sở (*cetasika*). Chúng cùng sanh với thân xúc vốn cũng là một loại tâm sở. Cả hai loại tâm sở đó đồng sanh cùng với thân thức. Thân thức, thân xúc, và thọ do thân xúc sanh, tất cả chúng còn được gọi là danh pháp (*nāma dhamma*). Như Đức Phật đã giải thích, chúng sanh lên do duyên thân và các xúc vốn chính là sắc pháp (*rūpa-dhamma*). Như vậy khi thọ thân xúc khởi, điều đó bao gồm danh pháp và sắc pháp.

Chúng tôi sẽ trình bày điều này khi nói về thiên tứ đại, loại **thân** mà ở đó, thân thức sanh lên chính là thân tịnh sắc (*kāya pasāda*): một loại sắc pháp riêng nằm trong thứ mà chúng ta gọi là thân thập sắc (*kāya-dasaka-kalāpa*). Chúng phân tán ở khắp thân, và đó là vì sao theo cách nói thông thường, chúng ta nói rằng, ở khắp thân, chúng ta có thể cảm giác được sự tiếp xúc từ các đối tượng xúc chạm.

Đối tượng xúc chạm chính là một trong ba loại sắc: địa đại (*pathavī-dhātu*), hỏa đại (*tejo-dhātu*), hay phong đại (*vāyo-dhātu*). Khi đối tượng xúc chạm tác động nhiều lần trên thân sáng trong của thân thập sắc ở thứ mà chúng ta gọi là đầu gối, sự xúc chạm chính do ba loại sắc này, nhưng thân thức chỉ nhận biết một loại có khuynh hướng thái quá trong chúng. Khi sự đau đớn về thân sanh lên, đó là do một sự mất quân bình: do đặc tánh cứng của địa đại thái quá; do tánh nóng và lạnh của hỏa đại thái quá; hoặc do tánh đẩy của phong đại thái quá. Nhưng trong cùng một lúc, chỉ có sự thái quá của một đại được thân thức nhận biết. Và như chúng tôi vừa trích lời giải thích của Đức Phật rằng, thân thức khởi sanh cùng với thân xúc và thọ do thân xúc sanh. Đó là những gì theo cách thường nói, chúng ta gọi là 'đau ở đầu gối'.

Chúng tôi đã giải thích cơn 'đau ở đầu gối' theo Chân Thể Tuyệt Đối. Nên giờ đây, chúng tôi xin hỏi hành giả một điều là, có phải cơn đau nằm trong đầu gối? . Câu trả lời là: Không, đó chỉ là cách nói mà thôi, cơn đau chính là thọ mà thọ là một loại tâm sở, là danh pháp (*nāma-dhamma*). Danh pháp không khởi sanh trong đầu gối của hành giả, không ở trong lưng, không ở trong đầu, v.v. Các tâm sở luôn sanh lên và chỉ phối hợp duy nhất cùng với thức; và ngược lại; thức sanh lên luôn phối hợp chỉ với các tâm sở. Tâm sở khổ thọ (thân đau) đồng sanh với thân thức mà thân thức khởi lên là do các tác động của đối tượng xúc chạm trên thân tịnh sắc mà theo cách nói thông thường chúng ta gọi là 'đầu gối'. Do vậy, ở đầu gối, hành giả có thể quán

⁴³ M.III.v.6 'Cha-Chakka-Suttam' (Kinh Sáu Sáu)

(*) các xúc (tangibles): các đối tượng (vật chất) có thể xúc chạm-ND

(**) xúc: tâm sở xúc-ND

niệm duy nhất hai loại sắc pháp: thân tịnh sắc và đối tượng xúc chạm.⁴⁴ Và để quán hai loại sắc pháp này, hành giả cần phải thực hành thiền tứ đại dưới pháp quán thân. Hành giả sẽ thấy rằng chẳng có đầu gối nào hết, chỉ là một khối các nhóm sắc được cấu thành từ nhiều loại sắc tốt cùng khác nhau sanh và diệt liên tục. Một trong các loại nhóm sắc đó là thân thập sắc vốn được hình thành từ mười loại sắc. Sắc thứ mười trong chúng chính là thân tịnh sắc. Kế tiếp, đó mới là 'Quán thân trong thân' (*kāye kāy-ānupassī*).

Nếu hành giả muốn quán thọ sanh lên do sự tác động của các đối tượng xúc chạm trên thân tịnh sắc ở đầu gối mình, hành giả cần phải quán sự sanh khởi của *thọ khổ* (*cơn đau*) *do thân xúc sanh* cùng lúc với thân xúc và thân thức. Điều đó có nghĩa là hành giả cần quán sự khởi sanh của thân thức phối hợp với các tâm sở đồng sanh trong tiến trình nhận thức các đối tượng xúc chạm, chúng là một loại tiến trình ngũ môn (*pañca-dvāra-vitthi*), được gọi là tiến trình thân môn (*kāya-dvāra-vitthi*). Theo sau tiến trình thân môn là vô sở tiến trình tâm khác (được gọi là tiến trình ý môn (*mano-dvāra-vitthi*)) sanh lên, nhận biết cùng một đối tượng: lại nữa, thức luôn đồng sanh với các tâm sở của nó; bao gồm xúc và thọ. Rõ ràng rằng, hành giả không thể quán *thọ do thân xúc sanh* trừ khi hành giả có thể quán được các nhân căn bản đối với sự sanh của chúng, cụ thể là sự tác động của đối tượng xúc chạm đến thân tịnh sắc. Đó là vì sao, để quán *thọ do thân xúc sanh*, trước hết, vị ấy cần phải thực hành thiền tứ đại. Như vậy hành giả có thể hiểu rằng 'Quán thọ trong thọ (*vedan-ānupassī*)' đòi hỏi vị ấy cũng cần quán được thân trong thân (thiền tứ đại), tâm trong tâm (thân thức), và pháp trong pháp (thân xúc và các tâm sở còn lại).

Tuy nhiên, nếu hành giả muốn quán sự thái quá của địa đại, hỏa đại, hay phong đại ở đầu gối của mình như khổ thọ (cơn đau), pháp hành đó chính là 'Quán thọ trong thân'. Không có Kinh Văn Pāli nào nói về pháp quán này bởi vì Đức Phật không có dạy loại pháp hành này. Tại sao? Bởi vì đó chính là pháp quán một danh pháp (*nāma-dhamma*) như là một sắc pháp (*rūpa-dhamma*). Theo Chân Thể Tuyệt Đối, điều này không thể xảy ra. Nó là một sự quán niệm lẫn lộn và không phải là một niệm xứ (*sati-paṭṭhāna*); không đúng với 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta*).

Tuy nhiên (như chúng tôi vừa mới trình bày), đúng theo Đức Phật, hành giả không thể đạt đến Niết-bàn qua việc quán chỉ thân trong thân, hay chỉ thọ trong thọ, hay chỉ tâm trong tâm, hay chỉ với các tâm sở thuộc pháp trong pháp: vị ấy cần phải quán tất cả bốn niệm xứ, tất cả năm uẩn, vốn tương ứng với danh và sắc.

MỘT CÁNH CỒNG

Để kết thúc phần trình bày tổng quát về thiền minh sát, chúng ta sẽ nói về *Uttiya-Sutta* trong 'Kinh Tăng Chi Bộ' (*Aṅguttara-Nikāya*). Ở đó, có một du sĩ ngoại đạo được gọi là Uttiya đến vấn Đức Phật về những gì Ngài đã tuyên bố (*byākatam*).

Đức Phật trả lời: ⁴⁵

'Với thẳng trí, này Uttiya, Ta thuyết Pháp cho các đệ tử: để họ được thanh tịnh, để sâu bi được vượt qua, để khổ ưu được chấm dứt, để chánh đạo được chứng đạt, để Niết-bàn được chứng ngộ.'

Đức Phật thuyết Pháp cho hàng đệ tử để họ có thể hưởng được bày lợi ích. Mỗi lợi ích đều cùng chung một ý nghĩa: là để chứng ngộ Niết-bàn. Điều đó tương ứng với sự chấm dứt khổ.

Sau khi nhận được câu trả lời này từ Đức Phật, Uttiya lại hỏi Đức Phật một câu hỏi khác:

'Nếu Tôn giả Gotama thuyết pháp cho các đệ tử (để họ được thanh tịnh, để sâu bi được vượt qua, để khổ ưu được chấm dứt, để chánh đạo được chứng đạt, để Niết-bàn được chứng ngộ), thời do vậy, cả thế gian này (*sabbo loko*) sẽ đi ra khỏi, hay chỉ có một nửa (*upaddho*), hay chỉ có một phần ba (*ti-bhāgo*)?'

Ở đây, Uttiya hỏi Đức Phật liệu có bởi sự chỉ dạy của Đức Phật mà tất cả chúng sanh chứng ngộ Niết-bàn hay là chỉ một số trong họ mà thôi. Và sau đó, câu trả lời của Đức Phật là như thế nào? Im lặng. Đức Phật không trả lời câu hỏi của Uttiya, bởi vì đó không phải là câu hỏi (*a-puccham*). Đó không phải là câu hỏi do nó phụ thuộc vào khái niệm chúng sanh (tục đế) trong khi lời giải thích của Đức Phật dựa trên thẳng trí của pháp chân đế. Do vậy, Đức Phật trả lời bằng sự im lặng.

⁴⁴ CHỈ HAI SẮC PHÁP ĐÓ: Tham khảo đến hai loại sắc pháp liên hệ trực tiếp đến sự sanh khởi của thọ, được đề cập trong lời mô tả của Đức Phật trích ở trên: 'Do duyên thân và do duyên các xúc (*kāyañca paṭicca phoṭṭhabe ca*)'. Liên quan đến sắc pháp cần được quán dưới thiền quán sắc, có thêm năm mươi một sắc pháp nữa cần phải quán, cả thảy là năm mươi ba <'Xem bảng Các Loại Sắc Căn Bản thuộc Thân' tr.57 >

⁴⁵ A.X.II.v.5 'Uttiya-Suttam' (Kinh Uttiya) (My—A.3.412-414)

Điều này làm Tôn giả Ānanda nghĩ rằng Uttiya có thể tưởng rằng Đức Phật không trả lời được. Uttiya có thể tưởng rằng câu hỏi này quá thâm sâu đối với Đức Phật. Điều này thật nguy hại khi suy nghĩ như vậy đối với Bậc Toàn Giác. Để ngăn lại sự hiểu lầm này, Tôn giả Ānanda nói với du sĩ Uttiya:

‘Vậy này Hiền giả Uttiya, Ta sẽ dùng một ví dụ (*upamaṃ*).

Chính nhờ ví dụ, ở đây một số người trí có thể hiểu được ý nghĩa của lời nói.’

Và sau đó Tôn giả Ānanda đưa ra ví dụ về một cái cổng cho Uttiya :

‘Ví như, này Hiền giả Uttiya, ngôi thành trì biên địa của vua với những nền móng vững chắc, với các thành lũy tháp canh vững chắc, và chỉ có một cổng vào (*eka-dvāraṃ*).

Tại đây, người giữ cổng là người sáng suốt, thông minh, có trí, ngăn chặn những người không quen biết, cho vào những người quen biết. Khi đi tuần trên con đường chạy vòng quanh thành trì ấy, người ấy không thể thấy một kẻ hở trong thành hay lỗ trống thành lớn cho đến một con mèo có thể chui qua.

Có thể sẽ không có loại tri kiến như: “Quá nhiều loài hữu tình đã đi vào hay đi ra thành này”, nhưng có tri kiến như: “Bất cứ loài hữu tình thô lớn nào đi vào hay đi ra thành này, tất cả chúng phải đi vào hay đi ra ngang qua cổng thành này”.’

Sau đó, Tôn giả Ānanda giải nghĩa ví dụ của mình:

‘Cũng vậy, này Hiền giả Uttiya, điều này thật không phải là sự bận tâm (*ussukkaṃ*) đối với Như Lai là có phải toàn thể giới do vậy được thoát ra khỏi hay nửa phần thể giới, hay là một phần ba

Nhưng đối với Như Lai thì chỉ có [sự quan tâm] như sau: ‘Những ai đã được thoát ra khỏi thể gian (*lok-amhā*), hay đang được thoát ra (*nīyanti*), hay sẽ thoát ra (*nīyissanti*), tất cả những vị ấy (*sabbe te*) [đã được thoát, đang được thoát, sẽ được thoát]

‘[1] khi đã đoạn tận năm triền cái (*pañca nīvaraṇe pahāya*), những pháp làm uế nhiễm tâm (*cetaso upakkilese*), làm yếu ớt trí tuệ (*paññāya dubbhā-karaṇe*)

‘[2] với tâm khéo an trú trên Bốn niệm xứ (*catūsu sati-paṭṭhānesu su-patitṭhita-cittā*); khi đã như thật tu tập Bảy giác chi (*satta bojjhaṅge yathā-bhūtaṃ bhāvetvā*),

‘Như vậy các vị ấy đã thoát khỏi, đang thoát khỏi, sẽ thoát khỏi thế giới’.

Người giữ cổng thành, bản thân anh ta không bận tâm có bao nhiêu loài hữu tình đi vào hay rời khỏi thành. Nhưng anh ta biết rằng bất cứ loài hữu tình thô lớn nào (con mèo, con người, con ngựa, và con voi, v.v.), có thể đi vào hay rời khỏi thành chỉ duy nhất bằng việc đi ngang qua cổng. Chỉ có cách này mà thôi, không có bất cứ cách nào khác. Cũng vậy, Đức Phật không bận tâm có bao nhiêu người đạt đến Niết-bàn. Nhưng Ngài biết rằng bất cứ ai (trong quá khứ, hiện tại, hay vị lai) có ba la mật to lớn, có thể đạt đến Niết-bàn (có thể chấm dứt khổ đau) chỉ duy nhất bằng việc đi ngang qua một cánh cổng duy nhất này, với hai bước:

1. Đoạn trừ năm triền cái: Như chúng tôi đã trình bày trước đây, chúng (năm triền cái) chỉ có thể được đoạn trừ bằng hoặc cận định hoặc an chỉ định (sơ thiền). Rõ ràng, Đức Phật nói về việc đoạn trừ chúng trong ‘Kinh Đại Niệm Xứ’ (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta*), trong phần ‘Quán Pháp’ liên hệ đến năm triền cái. Ngài hoàn toàn nói về việc đoạn trừ chúng bằng chỉ tịnh dưới ‘Quán Thân’, mục hơi thở vào & ra, ba mươi hai thể trước, quán tứ đại, và chín loại tử thi.
2. Tu tập bảy giác chi qua pháp hành bốn niệm xứ. Rõ ràng, Đức Phật nói về pháp tu này trong ‘Kinh Đại Niệm Xứ’ (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta*), dưới phần ‘Quán Pháp’ liên hệ đến bảy giác chi. Ngài hoàn toàn nói về pháp tu này dưới mỗi pháp quán.⁴⁶

Theo sự giải thích của Tôn Giả Ānanda, cánh cổng dẫn đến Niết-bàn chỉ có hai bước này. Chỉ có một cánh cổng, không có cổng nào khác.⁴⁷

⁴⁶ Trong S.II.i.6 ‘Kinh Kuṇḍaliya’ (*Kuṇḍaliya-Suttaṃ*), Đức Phật giảng: ‘Và này Kuṇḍaliya, thể nào là tu tập (*bhāvitā*) bốn niệm xứ (*cattāro sati-paṭṭhānā*), thực hành bao nhiêu để bảy giác chi được viên mãn (*satta bojjhaṅge paripūrenti*)? Ở đây, này Kuṇḍaliya, vị tỳ khuu sống quán thân trong thân (*kāye kāy-ānupassī*)... quán thọ trong thọ (*vedanāsu vedan-ānupassī*)... quán tâm trong tâm (*cittē citt-ānupassī*)... quán pháp trong các pháp (*dhammesu dhamm-ānupassī*), nhiệt tâm (*ātāpi*), tinh giác (*sampajāno*), và có niệm (*satimā*), khi đã loại trừ tham ưu ở thể gian (*vineyya loke abhijjhā-domanassam*). Và trong M.III.ii.8 ‘Kinh Niệm Hơi Thở’ (*Ān-Āpāna-Ssati-Suttaṃ*) (My–M.3.127-129) Đức Phật giảng một cách chi tiết cho sự tu tập này.

⁴⁷ Trong D.III.5 ‘Kinh Tự Minh Hoan Hỷ’ (*Sam-Pasādanīya-Suttaṃ*) (My–D.3.83) và trong S.V.III.ii.2 ‘Kinh Nālanda’ (*Nālanda Sutta*) (My – S. 3. 128), Tôn giả Sāriputta cho một ví dụ tương tự để giảng về tất cả các vị Phật trong quá khứ; và vị lai, cũng như Đức Phật

(Ở đây, xin hãy nhớ rằng, đây là một ví dụ (*upama*). Khi Tôn giả Ānanda nói về người gác cổng biết bất cứ loài hữu tình thô lớn nào, tất cả chúng phải đi vào hay đi ra ngang qua cổng thành này, điều đó không có nghĩa là chúng ta nên bàn về cách mà những con chim hay loài côn trùng đi vào và ra khỏi thành. Chúng có thể vào và ra khỏi thành theo những hướng khác, điều này là đúng. Nhưng Tôn giả Ānanda nói rằng ví dụ được đưa ra dành cho người trí (*viññū purisā*). Do vậy, chúng ta phải hiểu là ví dụ của ngài dành cho người trí: chúng ta không nên bẻ cong mục đích của nó. Tôn giả Ānanda không có ngụ ý với một vài chúng sanh có thể đạt đến Niết-bàn mà không đoạn trừ năm triền cái, không tu tập bảy giác chi qua pháp hành bốn niệm xứ).

Trong 'Kinh Uttiya' (*Uttiya sutta*), Đức Phật giảng rằng Ngài thuyết Pháp cho các hàng đệ tử để họ có thể hưởng được bảy lợi ích: tất cả đều có nghĩa là sự chứng đắc Niết-bàn; được thoát khỏi thế gian; được như thật thể nhập Bốn Thánh Đế.

Như chúng tôi đã trích dẫn lúc đầu trong 'Kinh Chuyển Pháp Luân' (*Dhamma-Cakka-Ppavattana Sutta*), Đức Phật giảng rằng để rõ biết Bốn Thánh Đế bằng thẳng trí, có bốn phạm sự cần phải hoàn thành: năm thủ uẩn cần phải được nhân biết đầy đủ, sự tập khởi của chúng cần phải được từ bỏ, sự diệt tận của chúng cần phải được chứng ngộ và con đường đưa đến sự đoạn diệt năm thủ uẩn cần phải được tu tập.

Lại nữa, trong 'Kinh Uttiya' (*Uttiya-Sutta*), Tôn giả Ānanda giảng rằng những ai đã hưởng bảy lợi ích trong quá khứ, được thoát khỏi thế gian, có nghĩa là họ đã thông hiểu được Bốn Thánh Đế qua bốn phạm sự, họ đã đi ngang qua cổng thành duy nhất (*eka-dvāra*). Và ngài giải thích y như vậy đối với những ai thực hành các pháp ấy trong hiện tại, và vị lai. Do vậy, theo lời giảng của Tôn giả Ānanda, bảy lợi ích, sự chứng ngộ Niết-bàn, như thật thể nhập Bốn Thánh Đế, chỉ có thể được hoàn thành bằng việc đoạn trừ năm triền cái, theo sau đó là sự thực hành bốn niệm xứ cho đến khi bảy giác chi được tu tập. Theo Tôn giả Ānanda, không có cánh cổng nào khác: chỉ duy nhất một cánh cổng.

BỐN NIỆM XỨ=NĂM UẨN, ... =TẤT CẢ.

Như vậy bốn niệm xứ là gì? Chúng chính là niệm được thiết lập trên bốn đối tượng của pháp quán (*anupassanā*):⁴⁸ thân (*kāya*), thọ (*vedanā*), tâm (*citta*), pháp (*dhamma*).

Chúng ta đã đề cập đến bốn niệm xứ tương ứng với phạm vi minh sát, tức là năm uẩn:⁴⁹

1. Quán Thân tương ứng với quán sắc uẩn
2. Quán Thọ tương ứng với quán thọ uẩn.
3. Quán Tâm tương ứng với quán thức uẩn.
4. Quán Pháp liên hệ đến năm triền cái và bảy giác chi tương ứng với quán tướng uẩn và hành uẩn; quán Pháp liên quan đến năm uẩn, mười hai xứ, và Bốn Thánh Đế, tương ứng với quán tất cả năm uẩn.

Gotama ở hiện tại đều đã trở thành bậc Vô Thượng Chánh Đẳng Giác (*Anuttaram Sammā-Sam-Bodhim abhisam-bujjhimsu*), khi đã đoạn trừ năm triền cái, những pháp làm uế nhiễm tâm, làm yếu ớt trí tuệ, khi đã khéo an trú tâm trên bốn niệm xứ, khi đã tu tập bảy giác chi. Đức Phật tán thán lời tuyên bố của ngài Sāriputta là: 'Sādhu, sādhu, Sāriputta!'

DA/SA Ở đây các niệm xứ chính là minh sát (*vipassanā*), các giác chi chính là Đạo (*Maggo*), Vô Thượng Chánh Đẳng Giác chính là A-lahán (*Arahattam*). Hoặc, các niệm xứ chính là minh sát, các giác chi chính là sự trợn lẩn: DT/ST trợn lẩn gồm định, minh sát và Đạo (*samattha-vipassanā-magga-vasena missakā*).

⁴⁸ Trong S.V.IV.ii.1. 'Kinh Chứng Được' (*Paṭilābha-Suttam*) (My-S.3.175), Đức Phật giảng: 'Này các Tỷ-khưu, khi thân nhận niệm (*satiṃ paṭiabhati*) bắt đầu với (*ārabhha*) bốn niệm xứ (*cattāro satipaṭṭhāne*); này các Tỷ-khưu, đây gọi là niệm căn (*sat-indriyam*): Và trong PsM.III.viii.35 'Luận về Niệm Xứ' (*Sati-Paṭṭhāna-Kathā*), Tôn giả Sāriputta giảng như sau, chẳng hạn, liên hệ đến niệm thân: 'thân là cơ sở (*kāyo upaṭṭhānam*), không phải là niệm (*no sati*); niệm là cơ sở cũng vừa là niệm (*sati upaṭṭhānañca-eva sati ca*). Với niệm ấy, với trí ấy (*ñāṇena*), vị ấy quán thân.'

⁴⁹ BỐN QUÁN ~ NĂM UẨN: chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Suttam*) (§382) giải thích Đức Phật thuyết về quán thân (*kāyānupassanā*) chỉ để thấu đạt sắc uẩn (*rūpa-kkhandha-pariggah-ova*); Ngài thuyết về quán thọ (*vedanānupassanā*) chỉ để thấu đạt thọ uẩn (*vedanā-kkhandha-pariggah-ova*); Ngài thuyết về quán tâm (*cittānupassanā*) chỉ để thấu đạt được thức uẩn (*viññāna-kkhandha-pariggah-ova*); cũng vậy, Vì vậy, để thấu đạt được tướng uẩn và hành uẩn (*saññā-saṅkhāra-kkhandha-pariggaham-pi*), Ngài thuyết về quán pháp (*dhammānupassanā*) (Hai uẩn đó được thuyết thuộc pháp quán liên quan đến các triền cái và các giác chi). Tuy nhiên, quán tất cả năm uẩn, Ngài thuyết trong pháp quán các uẩn/các xứ/và các Đế. Như vậy, chú giải (§382) cũng giải nghĩa về quán thân là phần quán thuần túy để thấu đạt sắc uẩn (*suddha-rūpa-pariggaho*), còn quán các thọ và quán tâm là phần quán thuần túy để thấu đạt vô sắc uẩn (*sudha-arūpa-pariggaho*), quán pháp là để thấu đạt cả sắc uẩn lẫn danh uẩn (*rūp-arūpa-missaka-pariggaham*).

Điều này không quá khó để hiểu rằng con đường độc nhất để liễu tri năm uẩn, để đoạn tận sự tập khởi của chúng, để chứng ngộ sự diệt tận của chúng, và để tu tập pháp hành đưa đến sự diệt tận của chúng chính là pháp hành bốn niệm xứ. Ngược lại, pháp hành bốn niệm xứ có nghĩa là để nhân biết đầy đủ năm uẩn, để đoạn tận sự tập khởi của chúng, để chứng ngộ sự diệt tận của chúng, và để tu tập pháp hành đưa đến sự diệt tận của chúng. Phạm vi minh sát chính là tất cả năm uẩn, tất cả mười hai xứ, cả thân và thức, và tất cả bốn niệm xứ.

Trong 'Kinh không liễu tri thứ nhất' (*Paṭhama A-Pari-Jānana-Sutta*) của 'Tương Ứng Sáu Xứ' (*Saḷ-Āyatana-Saṃyutta*), Đức Phật giảng rất rõ ràng rằng tất cả cần phải được nhân biết đầy đủ bằng ba loại đạt tri mà chúng ta vừa nói ở trên:⁵⁰

'Này các Tỳ-khưu, không thắng tri (*sabbaṃ an-abhijānaṃ*), không liễu tri (*a-pari-jānaṃ*), không ly tham (*a-virājayam*), không từ bỏ (*a-ppajahaṃ*) tất cả, thời không thể đoạn tận khổ đau (*abhabbo dukkha-kkhaṃyā*).'

Đức Phật giảng những gì cần phải được thắng tri, liễu tri, và từ bỏ? Ngài thuyết giảng như sau:⁵¹

- Sáu nội xứ (*ajjhattik-āyatana*): nhãn xứ, nhĩ xứ, tỷ xứ, thiệt xứ, thân xứ, và ý xứ.
- Sáu ngoại xứ (*bāhir-āyatana*): sắc xứ, thanh xứ, mùi xứ, vị xứ, xúc xứ, và pháp xứ.
- Sáu loại thức (*viññāṇa*) sanh lên do sự gặp gỡ các xứ tương ứng: nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức
- Sáu loại xúc (*phassa*) sanh lên cùng với sáu loại thức: nhãn-, nhĩ-, tỷ-, thiệt-, thân-, và ý xúc tương ứng.
- Các loại thọ (*vedanā*) sanh cùng với sáu loại xúc: thọ lạc, thọ khổ, thọ bất lạc bất khổ, sanh lên do nhãn xúc, nhĩ xúc, tỷ xúc, thiệt xúc, thân xúc, và ý xúc.

Nói cách khác, Đức Phật đã làm thật sáng tỏ sự việc là hành giả không thể đi qua cánh cổng một đến Niết-bàn bằng việc tu tập minh sát trí chỉ trên sắc xứ hay chỉ trên vô sắc xứ, hoặc chỉ trên sáu loại thức, hay chỉ trên một trong năm uẩn, hay chỉ với một trong bốn niệm xứ. Rất rõ ràng rằng, Ngài nói thiên minh sát đòi hỏi sự thắng tri và liễu tri đối với tất cả năm uẩn, tất cả mười hai xứ, tất cả bốn niệm xứ.

NÀY CÁC TỶ KHƯU, ĐÂY LÀ CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT

Sự việc sẽ dễ hiểu hơn khi chúng ta học lời mở đầu của Đức Phật trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta*). Ở đó, Ngài nói:

Này các Tỳ-khưu, đây là con đường độc nhất (*ek-āyano*), đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh đạo, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn niệm xứ (*cattāro sati-paṭṭhānā*). Thế nào là bốn:

[1] Ở đây vị Tỳ-khưu sống quán thân trong thân (*kāye kāyānupassī*), nhiệt tâm, tinh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian;

⁵⁰ S.IV.I.iii.4 'Kinh Không Liễu tri thứ nhất' (*Paṭhama A-Pari-Jānana-Suttaṃ*) (My-S.2.249-250). Ngoài ra, trong S.IV.I.v.5-8 'Phẩm Tất cả Là Vô Thường' (*Sabba-Anicca-Vaggo*) (My-S.2.257), Đức Phật giảng rằng tất cả cần phải liễu tri (*pariññeyya*), cần phải từ bỏ (*pahātabba*), cần phải chứng ngộ (*sacchi-kātabba*), và nó cần phải thông đạt cùng với thắng trí (*pariññā-pariññeyya*).

⁵¹ Trong kinh, Đức Phật giảng: 'Và gì, này các tỳ khưu, do không thắng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không có thể đoạn tận khổ. Mắt (*cakkhum*), này các tỳ khưu, do không thắng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không có thể đoạn tận khổ. Cảnh sắc (*rūpa*)... Nhãn thức (*cakkhu-viññānam*) ... Nhãn xúc (*cakkhu-samphassa*) ... Và bất cứ thọ nào sanh lên do nhãn xúc (*yam-p-idam cakkhu-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam*), lạc thọ (*sukham vā*), hay khổ thọ (*dukkham vā*), hay bất lạc bất khổ (*a-dukkham-a-sukham vā*), cũng vậy do không thắng tri, không liễu tri, không ly tham, không từ bỏ, nên không có thể đoạn tận khổ. Cũng theo cách như vậy, Đức Phật giảng về sự đoạn tận khổ là không thể xảy ra nếu không thắng tri/liễu tri, không có sự ly tham/từ bỏ tai/cảnh thanh/nhĩ thức/xúc/thọ do nhĩ xúc sanh, mũi/cảnh mùi/tỷ thức/xúc/thọ do tỷ thức sanh, thân/cảnh xúc/thân thức/xúc/thọ do thân xúc sanh, ý/cảnh pháp/ý thức/xúc/thọ do ý thức sanh.

Trong S.IV.I.iii.5 'Kinh Không Liễu tri thứ nhì' (*Dutiya A-Pari-Jānana-Suttaṃ*) (My - S. 2. 250), Đức Phật liệt kê chỉ sáu loại nội/ngoại xứ, sáu loại thức, và trong mỗi trường hợp, các cảnh có thể được nhận biết theo từng loại thức riêng biệt: chẳng hạn: những cảnh có thể được nhận biết theo nhãn thức (*cakkhu-viññāṇa-viññātabbā dhammā*).^{5A} Mặt khác, điều này nói đến riêng đối với cảnh sắc năm bất được (*gahita-rūpaṃ-eva*), hoặc đối với cảnh sắc riêng biệt nằm trong phạm vi (*āpātha-gatam*), không đối với những cảnh ngoài phạm vi (*a-āpātha-gatam*): 'Tuy nhiên, ở đây, nó đề cập đến ba uẩn phối hợp với nhãn thức (*idha panca cakkhu-viññāṇa-sampayuttā tayo khandhā*). Đó chính là các tâm sở phối hợp với nhãn thức được liễu tri, mà chúng (các tâm sở ấy) cũng cần phải được liễu tri = thọ uẩn/tướng uẩn/hành uẩn.

[2] **sống quán thọ trong thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác** (*vedanāsu vedanānupassī*), **có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian;**

[3] **sống quán tâm trong tâm** (*citte cittānupassī*), **nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian;**

[4] **sống quán pháp trong các pháp** (*dhammesu dhammānupassī*), **nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian.**

Những điều này giống như bảy lợi ích mà Đức Phật đã giảng cho Uttiya. Lại nữa, **khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian** tương ứng với những gì Tôn giả Ānanda đã giải thích cho Uttiya là **khi đã loại trừ năm triền cái**.⁵²

CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT = MỘT CÁNH CÔNG

Khi Đức Phật nói *ek-āyano*. Điều đó có nghĩa là: **con đường độc nhất**. Chúng ta cũng có thể gọi là **một con đường**. Tôn giả Ānanda nói: *eka-dvāraṃ*. Điều đó có nghĩa là: **một cánh cổng**. Chúng ta cũng có thể nói điều đó có nghĩa là **cánh cổng độc nhất**. Bất kể chúng ta nói là **một** hay **độc nhất**, *ek-āyano* và *eka-dvāraṃ* nghĩa là không có pháp hành nào thay cho pháp hành bốn niệm xứ.

Nói cách khác: Nếu ai nói, 'Không như thật quán thân, hay không như thật quán thọ, hay không như thật quán tâm, hay không như thật quán pháp, ta sẽ làm chấm dứt khổ đau', theo như lời Đức Phật và Tôn giả Ānanda, sự việc này không thể xảy ra.⁵³

Để kết thúc phần trình bày này, chúng ta hãy xem cách Đức Phật mô tả thiền minh sát như thế nào trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta*).

CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT (MINH SÁT – QUÁN THÂN)

Như chúng tôi đã đề cập, mười hai trong mười bốn pháp quán thân được dùng như là đề mục thiền định và thiền minh sát: Đó là, quán hơi thở vào & ra, quán ba mươi hai thể trước, quán các đại, và chín loại tử thi.⁵⁴ Hai pháp quán thân còn lại chỉ dành cho đề mục thiền minh sát: đó là quán các oai nghi đi, đứng, ngồi,... biết rõ khi đi tới, đi lui, nhìn tới, nhìn lui, v.v. Tuy nhiên, trong tất cả mười bốn pháp quán thân, Đức Phật giảng thiền minh sát theo cách giống nhau: đều qua bốn giai đoạn. Dưới phần quán thân, Ngài giảng:

1. **Như vậy, vị ấy sống quán thân trong nội thân** (*ajjhattam*), **hay vị ấy sống quán thân trong ngoại thân** (*bahidhā*), **hay vị ấy sống quán thân trong cả nội thân, ngoại thân** (*ajjhatta-bahiddhā*)
2. **Hay vị ấy sống quán pháp sanh khởi** (*samudaya-dhammā*) **trong thân; hay vị ấy sống quán pháp diệt tận trong thân** (*vaya-dhammā*); **hay vị ấy sống quán pháp sanh và diệt** (*samudaya-vaya-dhammā*) **trong thân.**
3. **Hay có niệm như vậy "Có thân đây** (*atthi kāyo'ti*"), **được thiết lập vừa đủ hướng đến trí** (*yāvad-eva ñāṇam-attāya*), **vừa đủ hướng đến niệm** (*paṭissati-mattāya*).

⁵² Vì vậy, chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Suttaṃ*) giải thích rằng tham/ưu tương ứng với năm triền cái Nivaraṇa <tham khảo phần trình bày/trích dẫn ở chú giải^b tr.95 >

⁵³ Đại Trưởng Lão Thiền Sư thường xuyên được nghe các tuyên bố rằng để thực hành thiền minh sát, hành giả không cần phải quán sắc. Tuy vậy, trong M.I.iv.3 'Đại Kinh Người Chấn Bờ' (*Mahā-Gopālaka-Suttaṃ*), Đức Phật giảng: "Này các Tỷ-khưu, thế nào là Tỷ-khưu không biết rõ các sắc (*na rūp-aññū*)? Ở đây, này các Tỷ-khưu, Tỷ-khưu đối với sắc pháp (*yaṃ kiñci rūpaṃ*), không như thật rõ biết (*yathā-bhūtaṃ na-ppajānāti*) tất cả loại sắc (*sabbam rūpaṃ*) thuộc bốn đại (*cattāri-mahā-bhūtāni*) và sắc do bốn đại hợp thành (*catunna-ñca mahā-bhūtānaṃ upādāya-rūpan'ti*). Như vậy, này các Tỷ-khưu, Tỷ-khưu không biết rõ các sắc'.

Trong trường hợp đó, Đức Phật giảng rằng, sự việc này là "Tỷ-khưu ấy không thể lớn mạnh, tăng thịnh, thành mãn trong Pháp và Luật này (*abhabbo imasmim Dhamma-Vinaye vuddhim virūhīm vepullam āpajjitum*) [_{MA} người đó không thể tăng trưởng, tấn hóa... về giới, định, tuệ, Đạo, Quả, và Niết Bàn (*sīla-samādhi-vipassanā-Magga-Phala-Nibbānehi*)]. "Và trong S.II.III.iv.10 'Kinh Samôn & Bà-la môn thứ ba' (*Tāṭiya-Samaṇa-Brāhmaṇa-Suttaṃ*), Đức Phật giảng rằng: "Này các Tỷ-khưu, các Sa-môn, Bà-la-môn nào không biết rõ (*na-ppajānanti*) địa đại (*pathavi-dhātuṃ*), không biết rõ địa đại tập khởi (*patthavi-dhātu-samudayaṃ*), không biết rõ địa đại đoạn diệt (*patthavi-dhātu-nirodhaṃ*), và không biết pháp hành đưa đến địa đại đoạn diệt (*patthavi-dhātu-nirodha-gāminim paṭipadaṃ*)... không biết rõ thủy đại..., hỏa đại..., phong đại... tập khởi... đoạn diệt... pháp hành đưa đến phong đại đoạn diệt, các Sa-môn hay Bà-la-môn ấy không được Ta chấp nhận là Sa-môn giữa các Sa-môn, hay là Bà-la-môn giữa các Bà-la-môn. Và những bậc Tôn giả ấy, ngay trong đời sống hiện tại cũng không có thể với thẳng trí tự mình chứng ngộ, chứng đạt và an trú mục đích Sa-môn hạnh và mục đích Bà-la-môn hạnh."

⁵⁴ <Xem trình bày THIỀN ĐỊNH phần QUÁN THÂN tr.9 .>

4. Và vị ấy sống không nương tựa (*a-nissito*), không chấp trước một vật gì trên thế gian (*na ca kiñci loke upādiyati*).

Như chúng tôi sẽ giải thích sau, đối với hai giai đoạn đầu, Đức Phật đang mô tả sự chứng đạt trí minh sát căn bản của vị Tỳ-khưu; đối với hai giai đoạn cuối chính là các trí minh sát cao hơn và chấm dứt với quả vị A-la-hán.

Trong phần quán thọ, quán tâm, năm pháp quán pháp, Đức Phật giảng về minh sát qua bốn giai đoạn giống nhau này. Như vậy, đối với tất cả hai mươi một pháp quán, Đức Phật đều giảng về minh sát theo cách giống nhau, và tất cả đều chấm dứt ở quả vị A-la-hán. Nhưng lời dạy của Ngài rất vắn tắt, thật vậy, rất vắn tắt. Để hiểu đúng đắn lời dạy vắn tắt này, hành giả cần phải am tường trên toàn bộ lời dạy của Đức Phật, nếu không vị ấy rất dễ hiểu sai lời dạy vắn tắt của Ngài. Đó là lý do tại sao chúng tôi mở đầu lời tựa qua việc trích dẫn những lời giảng của Đức Phật về thiền định và thiền minh sát thông qua các bài kinh khác nhau.

Lại nữa, theo những trích dẫn và trình bày trên, Đức Phật giảng rằng để chân chánh đoạn tận khổ đau (*sammā dukkhass-antam*), hành giả cần phải thể nhập từng Thánh Đế một trong Bốn Thánh Đế bằng với thẳng trí của mình, trí thực hành trực tiếp (không phải trí suy luận các điều học). Đó là:

1) Hành giả cần nhận biết đầy đủ và thể nhập sắc, thọ, tưởng, hành, và thức ở quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần. Điều này cũng giống như nói rằng vị ấy cần phải rõ biết và thể nhập được sắc tốt cùng và danh tốt cùng.

2) Hành giả cần thể nhập và đoạn tận sự tập khởi của sắc, thọ, tưởng, hành, và thức ở quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần. Điều này cũng giống như nói rằng vị ấy cần phải thể nhập và đoạn tận pháp duyên khởi chiều thuận.

3) Hành giả cần thể nhập và chứng ngộ sự đoạn diệt của sắc, thọ, tưởng, hành, và thức trong quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần. Điều này cũng giống như nói rằng vị ấy cần phải thể nhập và chứng ngộ pháp duyên khởi chiều nghịch.

4) Hành giả cần tu tập và thể nhập pháp hành đưa đến sự đoạn diệt của sắc, thọ, tưởng, hành, và thức ở quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần. Cũng vậy, khi nói rằng vị ấy cần phải tu tập và thể nhập thiền định và thiền minh sát.

Cũng vậy, dựa trên những trích dẫn và trình bày trên, Đức Phật muốn nói rằng sự diệt tận khổ (*dukkha-kkhaya*) là điều không thể xảy ra trừ khi hành giả nhận biết trực tiếp, nhận biết đầy đủ và từ bỏ năm uẩn; trừ khi hành giả nhận biết trực tiếp, nhận biết đầy đủ và từ bỏ sáu nội và ngoại xứ; trừ khi hành giả nhận biết trực tiếp, nhận biết đầy đủ và từ bỏ tất cả. Và Ngài nói rằng sự tận diệt các lậu hoặc (*āsavānaṃ khayam*) đòi hỏi hành giả biết và thấy tất cả năm uẩn cùng với sự tập khởi và sự diệt tận của chúng. Qua mở rộng, theo những trích dẫn và trình bày đó, điều này có nghĩa là sự Bất Tử được chứng ngộ (*Amataṃ sacchikatam hoti*) chỉ khi vị ấy quán niệm tất cả bốn niệm xứ.

Trong trường hợp đó, thật sự là không cần thiết cho chúng tôi phải giải thích lại rằng trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta*), khi Đức Phật giảng về thiền minh sát, Ngài giảng rõ ràng rằng thiền minh sát thì liên hệ đến tất cả năm uẩn, cả danh và sắc.

QUÁN THÂN TRONG THÂN

Đó là lý do tại sao, khi Đức Phật giảng về thiền minh sát dưới phần quán thân trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), mặc dù Ngài giảng **quán thân trong thân** (*kāye kāy-ānupassī*), và mặc dù chúng tôi đã giải thích rằng thân trong thân có nghĩa chỉ là sắc thân (*rūpa-kāya*), điều này không có nghĩa là chỉ có sắc thân là cần phải quán: hành giả cũng cần phải quán cả danh thân (*nāma-kāya*). Và hành giả cũng cần phải hoàn tất pháp quán thọ (*vedan-ānupassanā*), quán tâm (*citt-ānupassanā*), và quán pháp (*dhamm-ānupassanā*). Như chúng tôi đã trình bày, hành giả cần phải phân biệt một cách thật rõ ràng từng pháp quán một. Đó là cách mà trong mọi trường hợp, khi hành giả thực hành minh sát, vị ấy cần phải thật sự thực hành quán pháp trong mỗi liên hệ đến tất cả năm uẩn. Đó là lý do vì sao, trong 'Phân Tích Đạo' (*Paṭisambhidā Magga*), Tôn giả Xá Lợi Phất giảng về 'thân (*kāya*)' ám chỉ đến cả sắc thân (*rūpa-kāya*) và danh thân (*nāma-kāya*).⁵⁵

⁵⁵ <SẮC THÂN/DANH THÂN: xem trích dẫn ở chú thích 87 tr.50>.

QUÁN THÂN TRONG THÂN (BÊN TRONG VÀ BÊN NGOÀI)

Đức Phật cũng giảng rằng, hành giả cần phải quán thân **bên trong** (*ajjhattam*) và **bên ngoài** (*bahiddhā*). Đây là hai trong mười một loại của uẩn. Xin nhớ đoạn trích dẫn lời giảng của Đức Phật rằng, sự tận diệt khổ đau là điều không thể xảy ra trừ khi vị ấy nhân biết đầy đủ năm uẩn quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần.⁵⁶ Như vậy, không quá khó để hiểu rằng, khi Đức Phật nói một người cần phải quán thân bên trong và bên ngoài, tức Ngài muốn nói rằng vị ấy cần quán thân trong quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần.^{57/3}

QUÁN THÂN TRONG THÂN (PHÁP TẬP KHỞI VÀ PHÁP ĐOẠN DIỆT)

Đức Phật cũng giảng rằng hành giả cần phải quán **pháp tập khởi** (*samudaya-dhammā*) **trong thân**, và **pháp đoạn diệt** (*vaya-dhammā*) **trong thân**. Chúng tôi đã trình bày ý nghĩa của điều này theo 'Kinh Upanisa'.⁵⁸ Điều này có nghĩa là quán pháp tập khởi do các nhân ở quá khứ và hiện tại.

QUÁN THÂN TRONG THÂN (NHÂN HIỆN TẠI)

Như chúng tôi đã trình bày, các nhân hiện tại đối với sắc gồm có ba: tâm hiện tại, nhiệt hiện tại, và dưỡng chất hiện tại. Chỉ có nhiệt hiện tại và dưỡng chất hiện tại thì tự bản thân chúng là sắc, thế nên để quán sự sanh của sắc do tâm hiện tại, hành giả cần quán sự sanh của tâm hiện tại tạo ra sắc do tâm sanh.

Để giải thích điều này như thế nào, chúng ta hãy quay lại đoạn các oai nghi (*iriyāpathā*) dưới phần 'Quán Thân' (*kāyānupassanā*): Ở đó, Đức Phật chỉ giảng về minh sát. Ngài giảng rằng:

Lại nữa, nài các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu

[1] **đang đi, rõ biết: "Tôi đang đi"** (*gacchanto vā 'gacchāmi'ti pajānāti*);

[2] **hay đang đứng, rõ biết: "Tôi đang đứng"** (*thito vā 'thiomhī'ti pajānāti*);

[3] **hay đang ngồi, rõ biết: "Tôi đang ngồi"** (*nisinno vā 'nisinnomhī'ti pajānāti*);

[4] **hay đang nằm, rõ biết: "Tôi đang nằm"** (*sayāno vā 'sayānomhī'ti pajānāti*).

[5] **thân như thế nào, vị ấy rõ biết thân như thế ấy** (*yathā yathā vā panassa kāyo pañihito hoti, tathā tathā nam pajānāti*).

Thế nào là vị Tỳ-khưu rõ biết thân mình trong oai nghi của nó? Khi chúng ta đi, tất cả chúng ta đều biết mình đang đi, thậm chí đến con thú cũng biết là chúng đang đi.⁵⁹ Sự hay biết bản chân của mình đỡ, bước

⁵⁶ M.II.iii.10 'Kinh Vekhanasa' (*Vekhanasa Sutta*), Đức Phật giảng rằng: Đây Kaccana, những Sa-môn, Bà-la-môn nào không biết về quá khứ (*a-jānantā pubbantam*), không thấy được vị lai (*a-passantā aparantam*), nhưng tự cho mình là: "Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, không còn trở lui lại đời này nữa". Những lời như vậy, theo Pháp, chúng phải bị bác bỏ (*tesam soyeva saha-dhammiko niggaho hoti*).

⁵⁷ DhSA.I.iii.350 'Lokuttara-Kusalam Pakiṇṇaka-Kathā' (Luận về Biệt Cảnh Siêu Thế) và VsM.xxi.784-786 'Hành Xả Trí' (*Sankhā-Upekkhā-Nānam*) giải thích: Người mới thấy được chỉ năm nội uẩn (*āditi-ova ajjhattam pañcasu khandesu abhinivāsati*), quán sát chúng như là vô thường, khổ, và vô ngã,... Nhưng do bởi chỉ thuần túy thấy bên trong (*suddha-ajjhatta-dassanamatten-eva*), Đạo lộ không khởi sanh (*Magga-vuttthānam*), vì vậy năm ngoại uẩn cũng cần phải thấy (*bahiddhā-pi datṭhabbameva*): Cũng vậy với các uẩn khác (*parassa khandhe-pi*), cũng như không còn bị chấp thủ vào các hành (*anupādinna-saṅkhāre-pi*) (những đối tượng vô tri giác), hành giả thấy được 'Vô thường, khổ, và vô ngã'. Vào lúc hành giả thấu đạt bên trong (*kālena ajjhattam sammāsati*), thấu đạt cả bên ngoài (*kālena bahiddhāti*). Thấu đạt theo cách này, khi sự thấu đạt bên trong, minh sát của hành giả liên kết với Đạo (*vipassanā Maggena saddhim ghatiyati*). Cũng vậy đối với khi thấu đạt bên ngoài. Theo cách tương tự, hành giả quán sát sắc (*rūpe abhinivāsati*), xác định sắc thuộc các đại chủng (*bhūta-rūpañ-ca*), sắc y đại sanh (*upāda-rūpañ-ca*), quán sát chúng là vô thường,..., nhưng bởi chỉ thuần túy thấy sắc nên Đạo không hiện khởi, vì vậy, vô sắc cũng cần phải thấy (*ārūpaṃ-pi datṭhabbam-eva*): Do đó, sau khi xác định: 'Đây là vô sắc (*idaṃ arūpanti*), là thọ (*vedanam*), là tướng (*saññam*), là hành (*saṅkhāre*), và là thức (*viññāṇaṇca*) sanh khởi (*uppannam*) lấy sắc làm đối tượng (*tam rūpaṃ ārammaṇam katvā*), hành giả thấy chúng đều là vô thường,... Vào lúc hành giả thấu rõ sắc, vào lúc thấu rõ vô sắc, và lại nữa, Đạo có thể sẽ hiển lộ trong lúc hành giả đang thấu đạt một trong hai loại. Và khi đã thấu đạt như vậy: 'Phàm pháp nào có tập khởi, tất cả pháp ấy đều có diệt (*yam-kiñci samudaya-dhammam sabbam tam nirodhā dhamman'ti*). <Xem phần chú giải 3, tr.100 >. Theo cách như vậy, tại lúc hiển lộ (Đạo), năm uẩn cũng đồng thời hiển lộ (*eka-ppahārena pañcahi kkhandehi vuttthāti*). VsM.ibid.787 cũng nói về việc hành giả cần phải thấu đạt các hành không những là vô thường mà còn là khổ và vô ngã dù rằng Đạo có thể hiển lộ vào lúc thấu đạt một trong ba tướng.

⁵⁸ <Xem trong 'THIÊN MINH SÁT (NĂM UẨN, SỰ TẬP KHỞI/ĐOẠN DIỆT CỦA CHÚNGY', tr.11>

và đạp..., có phải là trí minh sát (*vipassanā-ñāṇa*)? hay đó là quán **pháp tập khởi** và **pháp đoạn diệt trong thân**? Lúc ấy, hành giả chỉ biết sự chuyển động của bàn chân mình, hay chuyển động của thân thể mình mà thôi. Một lần nữa, không có trí minh sát nào ở đây, bởi vì vị ấy đang quán những khái niệm. Để quán pháp sanh và pháp diệt của thân ở các oai nghi bằng minh sát trí, hành giả cần phải quán các Chân Thể Tuyệt Đối. Như vậy, hành giả cần phải hành thiên tứ đại. Chỉ khi ấy, hành giả mới biết rằng sắc tột cùng sanh lên và ngay tức khắc nó diệt mất tại cùng một chỗ. Theo Chân Thể Tuyệt Đối, không có đi, không có đứng, hay ngồi,... ; không có bàn chân, không có đỡ hay đạp, v.v. Các chuyển động thì không là gì cả ngoại trừ là sự sanh lên và diệt đi của sắc tột cùng ở những chỗ khác nhau.

Nhưng chỉ rõ biết như vậy thì không đủ, bởi vì hành giả cũng cần biết được điều gì khiến cho sắc sanh lên tại những chỗ khác nhau; hành giả cần phải biết sự tập khởi của 'sắc đi'. Hành giả phải biết với minh sát trí về ý muốn đi (ý hướng đến chân của họ) tạo ra sắc diễn đạt thuộc thân (thân biểu tri) (*kāya-viññatti-rūpa*).⁶⁰ Như vậy, để rõ biết oai nghi này, hành giả cần phải biết được sự sanh và diệt của ý muốn di chuyển thân: biết ý muốn di chuyển là một pháp thuộc quán tâm (*citt-ānupassanā*); tâm sở khiến tâm muốn đi chính là tư (*cetanā*), là một pháp thuộc quán pháp (*dhamm-ānupassanā*). Nhưng hành giả không thể nào hoàn toàn biết được tâm muốn di chuyển trừ khi người ấy quán tất cả các tâm sở đồng sanh: do vậy, hành giả cũng cần quán thọ và các tâm sở còn lại khởi sanh cùng với ý muốn di chuyển thân: đây chính là quán thọ (*vedan-ānupassanā*) và lại nữa, quán pháp (*dhamm-ānupassanā*). Khi hành giả ngưng ý muốn bước đi, ý dừng tạo ra sắc 'đi'; thay vào đó, nó tạo ra sắc 'đứng' hay sắc 'ngồi', v.v.... Cũng vậy, hành giả cần phải rõ biết điều này bằng trí minh sát của mình, bằng không vị ấy sẽ hiểu biết sai lệch pháp sanh và pháp diệt ở thân liên hệ đến các oai nghi. Chỉ duy nhất với cách ấy, hành giả mới có thể quán và tăng trưởng minh sát trí về sự di chuyển của thân bởi ý muốn làm việc bất thiện và ý muốn làm việc thiện nào đó: do bởi tâm sở tư bất thiện hay tư thiện.

Để hoàn toàn rõ biết các oai nghi, hành giả cần quán tất cả bốn niệm xứ bằng minh sát trí: chúng được hợp thành bởi cái gì, chúng tập khởi và tại sao chúng tập khởi, chúng diệt và tại sao chúng diệt. Chỉ khi ấy hành giả mới nhận biết đầy đủ các oai nghi, chỉ khi ấy hành giả mới có thể thực hành minh sát trên các oai nghi. Cũng vậy đối với sự rõ biết các hoạt động khác của thân như đi tới, đi lui, ngó tới, ngó lui, v.v.... Đó mới là ý nghĩa của sự tỉnh giác (*sampajañña*) trong trường hợp minh sát.

Kế tiếp là về hơi thở vào-ra . Nó tập khởi ra sao? Nó tập khởi do duyên tâm muốn thở và ở sắc thân vốn được Đức Phật gọi là thân nghiệp sanh. Lại nữa, để quán hơi thở vào – ra nhằm mục đích minh sát, cả bốn niệm xứ cần phải được quán; cả sắc và danh. Bằng không, trong mọi trường hợp, hành giả sẽ không thể nhập năm thủ uẩn, Thánh Đế về Khổ.

QUÁN THÂN TRONG THÂN (CÁC NHÂN QUÁ KHỨ)

Chúng tôi mới chỉ trình bày sự tập khởi và sự đoạn diệt của sắc do các nhân hiện tại sanh. Nhưng cũng có các sắc do các nhân quá khứ sanh, chúng diệt khi các nhân quá khứ diệt. Đây là minh sát trí của pháp duyên khởi theo chiều thuận và theo chiều nghịch.

Các nhân quá khứ cho sắc tập khởi là gì? Đó không phải là sắc. Sắc quá khứ không phải là nhân cho sắc hiện tại sanh. Đó chính là nghiệp lực của nghiệp quá khứ tạo ra sắc hiện tại: nghiệp trong một kiếp sống tạo ra sắc do nghiệp sanh ở một kiếp sống khác sau đó. Chẳng hạn, sự thụ thai của một con người chính là sự đồng sanh của kiết sanh thức cùng với một số loại sắc do nghiệp sanh. Hành giả cần phải thấy rõ sự sanh của sắc do nghiệp sanh là như vậy, nghĩa là hành giả cần phải quán pháp duyên khởi chiều thuận. Sau này, chúng tôi sẽ trình bày pháp quán duyên khởi, ở đây, chúng tôi sẽ chỉ có thể nói về pháp sanh và pháp diệt ở thân đã được sanh lên do các nhân quá khứ, lại nữa, bao gồm luôn cả cách quán: do các phiền não (*kilesa*) ở kiếp quá khứ (vô minh (*avijjā*), ái (*taṇhā*), và thủ (*upādāna*)), bởi tư (*cetanā*), người đó tác thành nghiệp nhất định, do nghiệp lực của nghiệp ấy nên khiến danh và sắc ở kiếp vị lai được tạo ra. Lại nữa, để quán

⁵⁹ Chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam*) (§375) giải thích rằng những con chó, chó rừng,... biết rằng chúng đang chuyển động, nhưng: 'Hiểu rõ như vậy không xua tan được ngã chấp (*satt-ūpaladdhiṃ na pajahati*), không loại bỏ được ngã tướng (*atta-saññam na ugghāṭeti*), và điều đó cũng không phải là một đề mục thiền hay sự tu tập niệm xứ (*kamma-tṭhānam vā, satipaṭṭhāna-bhāvanā vā na hoti*)'. Điều này là bởi vì những con chó, chó rừng,... không thể thấy sự đi được tạo ra bởi sắc do tâm sanh, với phong đại thanh u.

⁶⁰ Sắc diễn đạt (expression materiality): từ này cũng được Sayadaw dịch là 'sắc biểu tri' (intimation materiality), mặc dù đây vốn là sự chuyển dịch chính xác nhất nhưng bị tránh dùng ở đây, bởi vì 'biểu tri' theo ý nghĩa là 'làm cho được biết' thì người đọc phần lớn là không hiểu.

được tiến trình này, hành giả cần phải quán thức quá khứ, thọ quá khứ, và pháp quá khứ. Và sau đó, để quán sự diệt tận không còn dư sót các phiền não ở tương lai (lúc đăc A-la-hán), và sự diệt tận không còn dư sót năm uẩn ở tương lai (lúc Niết-bàn (*Parinibbāna*)), thì hành giả cần phải quán không những sắc tương lai, mà còn thức tương lai, thọ tương lai, và pháp tương lai.

QUÁN THÂN TRONG THÂN (KẾT LUẬN)

Chỉ bằng sự thực hành như vậy mà hành giả mới quán được pháp sanh & diệt (*samudaya-vaya-dhammā*) trong thân. Chỉ bằng sự thực hành như vậy, hành giả mới biết và thấy năm uẩn, sự tập khởi và đoạn diệt của chúng; chỉ bằng sự thực hành như vậy, hành giả mới đạt được Đạo & Quả. Theo phần trích dẫn mà chúng tôi đã nêu ra lúc trước, Đức Phật giảng rằng không có gì ít hơn (mà hành giả) sẽ phải làm. (nothing less will do).

CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT (MINH SÁT – QUÁN THỌ)

Chúng tôi xin lấy một ví dụ về quán thọ (*vedanānupassanā*). Trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), Đức Phật giảng:

Ở đây, này các Tỳ-khưu,

[1] **khi cảm giác lạc thọ** (*sukhaṃ vā vedanaṃ*), **vị ấy rõ biết: "Tôi cảm giác lạc thọ** (*sukhaṃ vedanaṃ vedayāmi'ti pajānāmi*);"

[2] **khi cảm giác khổ thọ** (*dukkhaṃ vā vedanaṃ*), **vị ấy rõ biết: "Tôi cảm giác khổ thọ** (*dukkhaṃ vedanaṃ vedayāmi'ti pajānāmi*);"

[3] **khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ** (*a-dukkham-a-sukhaṃ vā vedanaṃ*), **vị ấy rõ biết: "Tôi cảm giác bất khổ bất lạc thọ** (*a-dukkham-a-sukhaṃ vedanaṃ vedayāmi'ti pajānāmi*);"

Khi vị Tỳ-khưu cảm giác lạc về thân hay tâm, vị ấy rõ biết: 'Tôi cảm giác lạc thọ'. Nhưng thậm chí, một đứa bé sơ sinh khi bú vú mẹ còn biết nó cảm giác lạc thọ. Và nó cũng cảm giác được khổ thọ, đó là lý do tại sao đứa bé khóc. Nhưng sự rõ biết của vị Tỳ-khưu đang thực hành quán thọ có giống sự hiểu biết đơn thuần mà đứa bé cảm giác thể này hay thể kia hay không?⁶¹

Chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) có giải nghĩa:

Sự hiểu biết như vậy không xua tan được ngã chấp (*satt-ūpaladdhiṃ na pajahati*), **không loại bỏ được ngã tưởng** (*atta-saññaṃ na ugghāṭeti*), **và cũng không phải là một đề mục thiền hay sự tu tập niệm xứ** (*kamma-tṭhānaṃ vā, satipaṭṭhāna-bhāvanā vā na hoti*).

Vậy việc tu tập thọ niệm xứ thật sự là gì? Đó chính là khi hành giả thể nhập từng loại thọ khác biệt, vào sự tập khởi, sự đoạn diệt, và con đường đưa đến sự diệt của chúng.

Lúc đó, sự tập khởi của thọ là như thế nào? Đức Phật đã giảng nhiều lần, ví dụ, trong 'Kinh Bảy Luận Điểm' (*Satta-Tṭhāna Sutta*) của 'Tương Ứng Uẩn' (*Khandha-Saṃyutta*), Ngài giảng: ⁶²

Và này các Tỳ-khưu, thế nào là thọ (*vedanā*)? **Này các Tỳ-khưu, có sáu thọ thân** (*vedanā-kāyā*):

[i] **thọ do nhãn xúc sanh** (*cakkhu-samphassa-jā vedanā*),

[ii] **thọ do nhĩ xúc sanh** (*sota-samphassa-jā vedanā*),

[iii] **thọ do tỷ thức xúc sanh** (*ghāna-samphassa-jā vedanā*)

[iv] **thọ do thiệt xúc sanh** (*jivhā-samphassa-jā vedanā*),

⁶¹ Chú giải kinh 'Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*) (§380) giải thích trường hợp về cái biết của một người đang cảm giác một lạc thọ, thậm chí những đứa bé sơ sinh còn đang nằm ngửa, khi chúng bú sữa mẹ.... Chúng cảm giác được lạc thọ và biết rằng: 'Tôi cảm giác lạc thọ'.

⁶² Trong S.III.I.vi.5. 'Kinh Bảy Luận Điểm' (*Satta-Tṭhāna Sutta*) và trong S.III.I.vi.4 'Kinh Trọn Tiến Trình Chấp Thủ' (*Upādāna-Pari-Pavatta-Suttam*), Đức Phật đề cập đến sáu thọ thân này, cũng vậy trong kinh 'Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*), trong phần 'Thánh Đế về Nguồn Gốc của Khổ', 'Quán Pháp'. Trong S.IV.II.ii.6 'Phẩm Nhiều thứ nhất' (*Pathama-Sambhula-Suttam*). Đức Phật cũng giảng tương tự như vậy: 'Này các Tỳ-khưu, có ba thọ này: thọ lạc (*sukhā vedanā*), thọ khổ (*dukkhā vedanā*), thọ bất khổ bất lạc (*a-dukkham-a-sukhā-vedanā*). Này các Tỳ-khưu, đây gọi là các thọ. Do xúc tập khởi nên thọ tập khởi (*phassa-samudayā vedanā-samudayo*). Do xúc đoạn diệt nên thọ đoạn diệt (*phassa-nirodhā-vedanā-nirodho*).

[v] **thọ do thân xúc sanh** (*kāya-samphassa-jā vedanā*),

[vi] **thọ do ý xúc sanh** (*mano-samphassa-jā vedanā*)

Này các Tỳ-khưu, đây được gọi là các thọ (*vedanā*).

Do xúc tập khởi nên thọ tập khởi (*phassa-samudayā vedanā-samudayo*). **Do xúc diệt nên thọ diệt** (*phassa-nirodhā-vedanā-nirodho*).

Do xúc tập khởi nên thọ tập khởi. Vậy xúc là gì? Lại nữa, Đức Phật đã nhiều lần giảng điều này. Chẳng hạn, trong kinh 'Sáu sáu' (*Cha-Chakka*) mà chúng tôi đã trích dẫn từ trước, Ngài giảng về sáu thân xúc cần phải được rõ biết (*cha phassa-kāyā veditabbā*) bằng minh sát trí. Sau đó, Ngài giảng:⁶³

Khi được nói đến: "Sáu thân xúc cần phải được biết", do duyên gì được nói đến như vậy?

[1] Do duyên mắt (*cakkhuñ-ca paṭicca*) **và do duyên các sắc** (*rūpe ca*), **khởi lên nhãn thức** (*uppajjati-cakkhuñ-viññāṇam*). **Với sự gặp gỡ của ba pháp này, có xúc.** (*tiṇṇam saṅgati, phasso*).

[2] Do duyên tai (*sotañ-ca paṭicca*) **và do duyên các tiếng** (*sadde ca*), **khởi lên nhĩ thức** (*uppajjati-sota-viññāṇam*). **Với sự gặp gỡ của ba pháp này, có xúc.**

[3] Do duyên mũi (*ghāṇañ-ca paṭicca*) **và do duyên các mùi** (*gandhe ca*), **khởi lên tỷ thức** (*uppajjati-ghāṇa-viññāṇam*). **Với sự gặp gỡ của ba pháp này, có xúc.**

[4] Do duyên lưỡi (*jivhañ-ca paṭicca*) **và do duyên các vị** (*rase ca*), **khởi lên thiệt thức** (*uppajjati-jivhā-viññāṇam*). **Với sự gặp gỡ của ba pháp này, có xúc.**

[5] Do duyên thân (*kāyañ-ca paṭicca*) **và do duyên các xúc** (*phoṭṭhabbe ca*), **khởi lên thân thức** (*uppajjati-kāya-viññāṇam*). **Với sự gặp gỡ của ba pháp này, có xúc.**

[6] Do duyên ý (*manañ-ca paṭicca*) **và do duyên các pháp** (*dhamme ca*), **khởi lên ý thức** (*uppajjati-mano-viññāṇam*). **Với sự gặp gỡ của ba pháp này, có xúc.**

Như vậy, trong bài kinh đó, Đức Phật giảng về sáu loại thọ sanh lên do duyên sáu loại xúc. Trong bài kinh khác, Đức Phật giảng về sáu loại xúc sanh lên do sự gặp gỡ giữa sáu nội xứ (mắt, tai, mũi, v.v.) với sáu ngoại xứ tương ứng (cảnh sắc, cảnh thanh, cảnh mùi,...) và sáu loại thức tương ứng (nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức,...).

Chúng tôi đã trình bày điều thiết yếu cho việc quán là chỉ một loại hiện tượng trong một thời điểm, chẳng hạn, chúng tôi trình bày pháp quán thọ khổ thuộc thân. Như chúng tôi đã giải thích, để quán loại thọ này, hành giả cần quán toàn bộ tiến trình của nó: **Do duyên thân** (*kāyañ-ca paṭicca*) **và các xúc** (*phoṭṭhabbe ca*), **thân thức khởi sanh** (*uppajjati kāya-viññāṇam*): **Với sự gặp gỡ của ba pháp này, có xúc. Với xúc tập khởi, thọ tập khởi** (*phassa-samudayā vedanā-samudayo*); **với xúc đoạn diệt, thọ đoạn diệt** (*phassa-nirodhā vedanā-nirodho*).

Thật sự không cần thiết để chúng tôi lặp lại sự giải thích của mình về quán thọ, chúng tôi chỉ có thể nói ở đây rằng để quán các thọ như một niệm xứ, hành giả cần phải quán tất cả sáu nội xứ và sáu ngoại xứ. Trong mọi trường hợp, hành giả đều phải bắt đầu bằng thiền tứ đại, tức là pháp quán thứ năm trong mười bốn pháp quán thân.⁶⁴ Bằng không, chúng ta không thể quán được thọ khởi sanh nương vào sáu nội / ngoại xứ. Thậm chí việc quán ý xứ và những đối tượng khác cần thông qua thiền tứ đại, bởi vì (chúng tôi xin giải thích sau) mặc dù ý xứ chính là danh, nhưng nó nương vào ý căn (sắc ý vật) (*hadaya-vatthu*) ở trái tim chính là sắc.⁶⁵ Theo cách tương tự, hành giả cần quán thọ khởi sanh cùng với thức. Đó chính là pháp quán nhãn

⁶³ M.III.V.6, 'Kinh Sáu Sáu' (*Cha-Chakka-Sutta*): được trích trong 'THIÊN MINH SÁT (MỘT ĐỐI TƯỢNG TRONG MỘT THỜI ĐIỂM)', tr. .

⁶⁴ Chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*) đề cập đến chú giải một kinh trước đó, D.ii.8 'Để Thích Sở Vấn' (*Sakka-Paiñhā-Sutta*), trong kinh đó, vua trời Đế Thích hỏi Đức Phật những câu hỏi khác nhau về pháp hành của vị tỳ khưu, một trong số đó là trí biết về thọ. Chú giải sau đó giải thích: 'Trong đề mục thiền vô sắc (*arūpa-kamma-tthāne*), có ba cách để nhận thấy (*abhiniveso*): qua ngũ xúc (*phassa-vasena*), qua ngũ thọ (*vedanā-vasena*), qua ngũ tâm (*citta-vasena*). Như thế nào? Với ai đã nắm rõ đề mục thiền sắc (*pariggahite rūpa-kam matthāne*) theo cách tóm tắt (*saṅkhittena*) hay chi tiết (*vitthārena*), ở lần đầu gặp gỡ (*patham-abhinipāto*) giữa đối tượng (*ārammaṇe*) [vật chất] và tâm và các tâm sở (*citta-cetasikānaṃ*), sự khởi lên (*uppajjamāno*) như thể xúc chạm với đối tượng (*ārammaṇam phusanto*), xúc trở nên rõ ràng (*pākaṭo hoti*).^{DA} Đối với một người khác, việc thường thức (*anubhavanti*) đối tượng của thọ thì rõ ràng, và đối với một người khác nữa thì việc nắm bắt đối tượng (*ārammaṇam pariggahetvā*) và nhận biết (*tam vijānantaṃ*) đối tượng của tâm thì rõ ràng. (Trong bản chú giải 'Trung Bộ Kinh' (*Majjhima-Nikāya*) của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*) (§113), phần giải thích này được trình bày trực tiếp ở phần luận về quán thọ).

⁶⁵ <Ý XỨ NƯƠNG VÀO TÂM CĂN (SẮC TRÁI TIM): Xem trong 'ẤN TƯỚNG (NIMITTA) tr.38 , và chú thích của bảng 'Các loại sắc căn bản thuộc trái tim' tr.58>

thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức trong phần quán tâm. Và chỉ duy nhất qua cách quán sự gặp gỡ của các nội xứ, với các ngoại xứ tương ứng của nó, và từng loại thức tương ứng với nó, hành giả mới có thể quán được sự sanh của xúc, do duyên xúc nên thọ sanh. Nhưng, như chúng tôi đã giải thích, hành giả không thể chỉ quán xúc và thọ mà thôi; mà vị ấy cần phải quán luôn các tâm sở còn lại sanh cùng với sáu loại thức: bằng không, hành giả sẽ không quán được tất cả năm uẩn; hành giả sẽ không quán được *tất cả*. Xin hãy nhớ lời Đức Phật giảng: ⁶⁶

Tất cả, này các Tỳ-khưu, do không thắng tri (sabbam-an-abhijānaṃ), do không liễu tri (a-pari-jānaṃ), không ly tham (a-virā-jayaṃ), và không từ bỏ (a-ppajahaṃ), nên không thể đoạn tận khổ đau (abhabbo dukkha-kkhaṃyāya).

KẾT LUẬN

Đây chỉ là lời mở đầu, vì thế có lẽ chúng tôi cũng không cần giải thích làm thế nào mà thiền minh sát trong phần quán tâm và quán pháp lại cũng đòi hỏi hành giả phải quán tất cả năm uẩn, sự tập khởi và đoạn diệt của chúng (pháp duyên khởi theo chiều thuận và chiều nghịch). Đức Phật giảng về thiền minh sát theo cách giống nhau trong từng pháp quán và ý nghĩa cũng hoàn toàn như nhau: pháp hành minh sát thì luôn luôn giống nhau cũng như đối tượng của thiền minh sát. Đến đây, chúng tôi đã giải thích điều này theo một số cách, y theo một số trích dẫn từ Kinh Điển Pāli.

Trong mỗi phần của bài kinh 'Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna*), lời chỉ dẫn rất tóm tắt của Đức Phật đối với thiền minh sát là không có gì ít hơn là hành giả cần phải *quán tất cả năm uẩn* (tất cả bốn niệm xứ) như là vô thường, khổ và vô ngã. Để được vậy, trước tiên hành giả cần phải xác định và phân biệt từng loại pháp: thân trong thân, thọ trong thọ, tâm trong tâm và pháp trong pháp. Như chúng tôi đã trình bày, trước đó, hành giả cần phải tu tập đầy đủ định. Và đó là vì sao trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna*), Đức Phật dạy thiền định dưới bốn phần của pháp quán thân và phần đầu của quán pháp.

Mặc dù các lời giảng của Đức Phật về bốn niệm xứ (*sati-paṭṭhāna*) khác nhau về mặt từ ngữ, nhưng về ý nghĩa thì chúng đều tuyệt đối như nhau. Như vậy, khi chúng ta nói về phần hơi thở vào & ra của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*), xin hãy nhớ những gì chúng tôi đã giải thích ở lời tựa này.

Xin hãy ghi nhớ lời của Đức Phật trong phần mở đầu của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*):

'Này các Tỳ-khưu, đây là con đường độc nhất (ek-āyano ayaṃ, bhikkhave, maggo), đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh đạo, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn niệm xứ (cattāro sati-paṭṭhānā).'

Qua đây, Đức Phật muốn nói rằng pháp quán ở tất cả bốn niệm xứ đều có sự tu tập định đi trước. Đây cũng là những gì mà Tôn giả Ānanda muốn nói qua ví dụ 'một cánh cổng (eka-dvāraṃ)'.⁶⁶

Cầu chúc cho quý vị thực hành 'con đường độc nhất' và đi qua 'một cánh cổng' đến Niết-bàn!

Pa-Auk Tawya Sayadaw

⁶⁶ <Được trích dẫn và trình bày dưới phần 'BỐN NIỆM XỨ= NĂM UẨN,... = TẤT CẢ', tr.22>

KINH ĐẠI NIỆM XỨ (MỤC HƠI THỞ VÀO & RA)

LỜI GIỚI THIỆU⁶⁷

Này các Tỳ-khưu, đây là con đường độc nhất, đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh đạo, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn niệm xứ (*cattāro sati-paṭṭhānā*). Thế nào là bốn? Này các Tỳ-khưu, ở đây, vị Tỳ-khưu,

[1] sống quán thân trong thân (*kāye kāyānupassī*), nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian;

[2] sống quán thọ trong thọ (*vedanāsu vedanānupassī*), nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian;

[3] sống quán tâm trong tâm (*citte cittānupassī*), nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian;

[4] sống quán pháp trong các pháp (*dhammesu dhammānupassī*), nhiệt tâm, tỉnh giác, có niệm, khi đã loại trừ tham ưu ở thế gian.

THIÊN ĐỊNH⁶⁸

"Và này các Tỳ-khưu, thế nào là Tỳ-khưu sống quán thân trong thân (*kāye kāyānupassī viharati*)?"

Này các Tỳ-khưu, ở đây, Tỳ-khưu đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến một nơi vắng vẻ, ngồi bắt chéo chân, lưng thẳng và thiết lập niệm ở trước mặt (*parimukhaṃ satim upaṭṭhapetvā*).

Tỉnh giác, vị ấy thở vô (*sat-ova assasati*); tỉnh giác, vị ấy thở ra (*sat-ova passasati*).

[1] Khi thở vô dài, vị ấy rõ biết: "Tôi thở vô dài (*dīghaṃ assasāmi*);"

Khi thở ra dài, vị ấy rõ biết: "Tôi thở ra dài (*dīghaṃ passasāmi*)."

[2] Khi thở vô ngắn, vị ấy rõ biết: "Tôi thở vô ngắn (*rassaṃ assasāmi*);"

Khi thở ra ngắn, vị ấy rõ biết: "Tôi thở ra ngắn (*rassaṃ passasāmi*)."

[3] "Cảm giác toàn thân (*sabba-kāya-paṭisaṃvedī*), Tôi sẽ thở vào (*assasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.

"Cảm giác toàn thân (*sabba-kāya-paṭisaṃvedī*), Tôi sẽ thở ra (*passasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.

[4] "An tịnh toàn thân hành (*passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ*), Tôi sẽ thở vào (*assasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.

"An tịnh toàn thân hành (*passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ*), Tôi sẽ thở ra (*passasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.

Này các Tỳ-khưu, như người thợ quay hay học trò người thợ quay thiện xảo khi quay dài, rõ biết: "Tôi quay dài" hay khi quay ngắn, rõ biết: "Tôi quay ngắn".

Cũng vậy, này các Tỳ-khưu,

[1]thở vô dài, rõ biết: "Tôi thở vô dài (*dīghaṃ assasāmi*);"

thở ra dài, rõ biết: "Tôi thở ra dài (*dīghaṃ passasāmi*);"

thở ra ngắn, rõ biết: "Tôi thở ra ngắn (*rassaṃ passasāmi*);"

[2] thở vô ngắn, rõ biết: "Tôi thở vô ngắn (*rassaṃ assasāmi*)."

[3] "Cảm giác toàn thân (*sabba-kāya-paṭisaṃvedī*), Tôi sẽ thở vào (*assasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.

"Cảm giác toàn thân (*sabba-kāya-paṭisaṃvedī*), Tôi sẽ thở ra (*passasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.

[4] "An tịnh toàn thân hành (*passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ*), Tôi sẽ thở vào (*assasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.

⁶⁷ D.II.9 (§373)/M.I.10 (§106) `Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttaṃ (Kinh Đại Niệm Xứ) (My-D.2.231/M.1.70)

⁶⁸ D.II.9 (§374)/M.I.10 (§107) `Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttaṃ (Kinh Đại Niệm Xứ) (My—D.2.231-232/M.1.70-71).

“An tịnh toàn thân hành (*passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ*), Tôi sẽ thờ ra (*passasissāmi*)”: **Vị ấy tập như vậy.**

THIÊN MINH SÁT⁶⁹

THIÊN MINH SÁT: BƯỚC ĐẦU

- [1. 1] Như vậy, vị ấy sống, quán thân trên nội thân (*ajjhatam*),
- [1. 2] hay sống quán thân trên ngoại thân (*bahiddhā*);
- [1. 3] hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân (*ajjhata-bahiddhā*);

THIÊN MINH SÁT: BƯỚC HAI

- [2.1] hay vị ấy sống quán pháp sanh khởi (*samudaya-dhammā*) trong thân;
- [2.2] hay sống quán tánh diệt tận (*vaya-dhammā*) trong thân;
- [2.3] hay sống quán tánh sanh diệt (*samudaya-vaya-dhammā*) trong thân.

THIÊN MINH SÁT: BƯỚC BA

- [3] hay vị ấy có niệm như vậy “Có thân đây” (*atthi kāyo'ti*) được thiết lập vừa đủ hướng đến trí (*yāvad-eva ñāṇam-attāya*), vừa đủ hướng đến niệm (*paṭissati-mattāya*).

THIÊN MINH SÁT: BƯỚC BỐN

- [4] Và vị ấy sống không nương tựa (*a-nissito*), không chấp trước vật gì ở trên thế gian (*na ca kiñci loke upādiyati*).

KẾT LUẬN

Này các Tỳ-khưu, như vậy Tỳ-khưu sống quán thân trong thân (*kāye kāy-ānupassī viharati*).

⁶⁹ D.II.9 (§374)/M.I.i.10 (§107) `Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttaṃ' (Kinh Đại Niệm Xứ) (My—D.2.232/M.1.71)

LỜI GIỚI THIỆU

Bây giờ chúng tôi xin tóm tắt ý nghĩa cùng với phương cách thực hành từng giai đoạn một theo Mục Niệm Hơi Thở của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*).

Trong lời tựa, chúng ta đã nói về bốn phận sự mà hành giả cần phải hoàn thành theo như lời Đức Phật để chứng ngộ Niết-bàn.⁷⁰

1. Thánh Đế về Khổ cần phải được như thật thể nhập: điều này muốn nói năm thủ uẩn cần phải được nhân biết đầy đủ.
2. Thánh Đế về Nguồn Gốc của Khổ cần phải được như thật thể nhập: điều này muốn nói pháp duyên khởi chiều thuận cần phải được như thật thông suốt.
3. Thánh Đế về Khổ Diệt cần phải được như thật thể nhập: điều này muốn nói pháp duyên khởi chiều nghịch cần phải được như thật thông suốt.
4. Thánh Đế về Con Đường đưa đến Khổ Diệt cần phải được như thật thể nhập: điều này muốn nói thiền định và thiền minh sát cần phải được tu tập.

Như chúng tôi đã nói ở lời tựa, theo Đức Phật, chỉ có một con đường độc nhất để thành tựu bốn phận sự. Ngài giảng điều này ở lời mở đầu của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) như sau:

Này các Tỳ-khưu, đây là con đường độc nhất, đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh đạo, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn Niệm Xứ (*cattāro sati-paṭṭhānā*).

Như chúng tôi đã trình bày ở lời tựa, trong 'Kinh Uttiya' (*Uttiya sutta*) của 'Kinh Tăng Chi Bộ' (*Anguttara-Nikāya*), Tôn giả Ānanda giải nghĩa về 'chỉ một cánh cổng (*eka-dvāra*) đến Niết-bàn chính là bốn pháp quán:⁷¹

Bốn niệm xứ chính là bốn pháp quán:

- 1) Quán thân (*kāy-ānupassanā*)
- 2) Quán thọ (*vedanā-ānupassanā*)
- 3) Quán tâm (*citt-ānupassanā*)
- 4) Quán pháp (*dhamm-ānupassanā*)

Theo như Đức Phật, bốn pháp quán này gộp chung lại chính là con đường độc nhất để thông đạt năm uẩn, con đường độc nhất để diệt trừ duyên sanh năm thủ uẩn, con đường độc nhất để chứng ngộ sự diệt tận năm thủ uẩn, đó chính là thiền định (*samatha*) và thiền minh sát (*vipassanā*).

Theo chú giải '*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*'⁷², bốn pháp quán này chính là đạo lộ mở đầu của bốn niệm xứ (*pubba-bhāga-sati-paṭṭhāna-maggo*): mở đầu sự khởi sanh của Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế.

Điều này có nghĩa là gì? Đó chính là pháp hành của bốn niệm xứ (pháp hành thiền định và thiền minh sát), là sự tu tập tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành. Khi thực hành thiền định, tám chi phần này lấy đề mục thiền định của hành giả làm đối tượng, chẳng hạn, hơi thở. Đó chính là định hiệp thể.

Sau khi tu tập thiền định đến mức cận định hay an chỉ định, kể đến, hành giả cần sử dụng định lực đó để khai triển thiền minh sát. Khi tu tập minh sát, tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành lấy đề mục thiền minh sát làm đối tượng: trong giai đoạn đầu tiên này chính là năm thủ uẩn và các nhân của chúng, hoặc là sắc pháp hoặc là danh pháp; trong giai đoạn thứ hai và thứ ba chính là một trong ba tướng trạng hoặc vô thường, hoặc khổ, hoặc là vô ngã của sắc pháp hay danh pháp. Lại nữa, đó là minh sát hiệp thể.

Nếu trí minh sát hiệp thể của hành giả trở nên chín mùi, Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế (Định siêu thế và minh sát siêu thế) sẽ khởi sanh. Nó bắt Niết-bàn làm đối tượng. Đó là cách mà bốn niệm xứ là con đường độc nhất làm khởi sanh Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế.

⁷⁰ <Xem trong 'BỐN PHẬN SỰ CẦN PHẢI HOÀN THÀNH' tr.1.>

⁷¹ <Xem trong 'MỘT CÁNH CỒNG', tr.20 .>

⁷² DA.II.9 (§373) '*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta-Vaṇṇanā*' (Chú giải Kinh Đại Niệm Xứ) (My—DA.II.336-337)

Bây giờ chúng tôi sẽ nói tóm lược ý nghĩa và cách thực hành theo 'Mục Niệm Hơi Thở' của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) từng giai đoạn một, theo chú giải, Thanh Tịnh Đạo và Sớ Giải *Mahā-Tikā* của nó, và những văn bản khác trong Tam Tạng Kinh (*Ti-Piṭaka*): đầu tiên là mục thiền định và sau đó là mục thiền minh sát.

THIỀN ĐỊNH

(Trích 'Mục Hơi Thở Vô & Ra' Của '*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*')⁷³

TỈNH GIÁC VỊ ẤY THỞ VÀO, TỈNH GIÁC VỊ ẤY THỞ RA

Trong mục 'Niệm Hơi Thở' của *Kinh Đại Niệm Xứ (Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta)*, Đức Phật mở đầu bài kinh bằng trú xứ tu thiền của vị Tỳ-khưu, và cách vị ấy ngồi xuống để hành thiền:

Và thế nào, này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu sống quán thân trong thân (*kāye kāyānupassī viharati*)? Này các Tỳ-khưu, ở đây, Tỳ-khưu đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến một nơi vắng vẻ và ngồi bắt chéo chân, lưng thẳng và thiết lập niệm [trên hơi thở] ở trước mặt (*parimukhaṃ satim upaṭṭhapetvā*).

Tỉnh giác vị ấy thở vô (*sat-ova assasati*); tỉnh giác vị ấy thở ra (*sat-ova passasati*).

Đây chính là *ān-āpāna-ssati* (niệm hơi thở): pháp thiền lấy hơi thở vào và ra (*ān-āpāna*) làm đối tượng cho sự tu tập bậc thiền (*jhāna*).

Đề bắt đầu hành thiền, hành giả nên ngồi ở một tư thế thật thoải mái, và cố gắng rõ biết hơi thở khi nó đi vào và đi ra khỏi thân qua hai lỗ mũi. Chỉ rõ biết hơi thở tại nơi rõ ràng nhất, ở đó hơi thở phớt chạm tại vùng môi trên hay tại một nơi nào đó xung quanh hai lỗ mũi. Chúng ta gọi nơi đó là điểm xúc chạm (*phutth-okāsa*): là điểm mà hành giả cảm nhận hơi thở đi ra hay vào hai lỗ mũi. Chỉ rõ biết hơi thở ở điểm xúc chạm.

Định tâm trên hơi thở theo cách này, không nghĩ đến bất cứ điều gì khác: chỉ hơi thở mà thôi. Nếu hành giả thường xuyên bị phóng tâm, hành giả có thể giữ tâm trên hơi thở bằng cách ghi nhận: khi biết hơi thở vào - ra, ghi nhận nó là: 'đang thở vào - đang thở ra', 'đang thở vào - đang thở ra',... hoặc, 'vào - ra', 'vào - ra',...

BỐN KHÓ KHĂN ĐIỂN HÌNH

Thực hành theo cách này, một vài hành giả gặp phải một số khó khăn. Có bốn khó khăn điển hình là:

1. Tập trung vào hơi thở bằng mắt: không nên dùng mắt để nhìn hơi thở. Nếu hành giả làm vậy, mắt của hành giả sẽ bị mệt, và bị căng gồng ở xung quanh mắt, xung quanh mặt và đầu. Do vậy, xin luôn tập trung trên hơi thở chỉ với tâm mà thôi.
2. Đi theo hơi thở vào bên trong lỗ mũi: khi định cải thiện, hơi thở sẽ trở nên vi tế. Đây là điều tự nhiên. Và vào lúc ấy, hơi thở sẽ trở nên rõ ràng hơn ở bên trong lỗ mũi. Nhưng cái thật sự trở nên rõ ràng hơn bên trong mũi chỉ là đặc tánh đẩy của phong đại. Nếu hành giả đi theo hơi thở vào bên trong mũi, và chú tâm đến đặc tánh đẩy của phong đại lâu, như vậy thì đặc tánh cứng của địa đại, và đặc tánh kết dính của thủy đại cũng sẽ trở nên rõ ràng hơn. Thay vì định tâm trên hơi thở, hành giả lại chú tâm đến ba đặc tánh: đẩy, cứng, và kết dính của tứ đại. Trong trường hợp như vậy, hành giả không còn hành thiền niệm hơi thở (*ān-āpāna-ssati*) nữa, mà lại là thiền tứ đại. Nếu hành giả hành thiền tứ đại theo cách đó, toàn bộ mặt hay đầu của hành giả dần dần trở nên ngày càng căng cứng hơn. Sau đó, bất cứ khi nào hành giả nhắm mắt lại để hành thiền, thì hành giả lại đối mặt với nhiều sự căng cứng. Do vậy, khi hơi thở trở nên vi tế, hành giả không nên đi theo hơi thở vào bên trong mũi chỉ bởi hơi thở rõ ràng hơn ở trong đó. Xin hãy chờ hơi thở ở lỗ mũi hay vùng môi trên trở lại rõ ràng.
3. Tập trung quá nhiều trên da: không nên tập trung quá nhiều vào vùng da ở hai lỗ mũi hay môi trên. Tại sao không nên? Bởi vì qua việc tập trung quá nhiều trên da thì hành giả sẽ lại tập trung vào các đặc tánh tứ đại của da thay vì là hơi thở. Lại nữa, pháp thiền của hành giả sẽ chuyển thành thiền tứ đại, trệch khỏi *ān-āpāna-ssati* (niệm hơi thở).

⁷³ D.II.9 (§374)/M.I.i.10 (§107) '*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttaṃ*' (Kinh Đại Niệm Xứ) (My—D.2.231-232/M.1.70-71).

4. **Nghiến răng:** Trong lúc định tâm sâu trên hơi thở, hành giả có thể vô ý nghiến răng lại. Nếu vậy thì hành giả sẽ lại gặp phải nhiều sự căng gồng trên mặt. Do vậy, xin hãy giữ hai hàm có chút ít khoảng cách.

Nếu hành giả chắc chắn rằng mình không bị vướng phải bốn khó khăn này, và chỉ tập trung một cách định tĩnh trên hơi thở vào - ra, không để tâm đi lang thang, được vậy, hành giả sẽ có thể phát triển và hoàn thiện định của mình.

Đó chính là ý nghĩa trong lời dẫn nhập của Đức Phật:

Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu (đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến một nơi vắng vẻ), ngồi bắt chéo chân, lưng thẳng và thiết lập niệm [trên hơi thở vào&ra] ở trước mặt.

Tinh giác vị ấy thở vào (*sat-ova assasati*); **tinh giác vị ấy thở ra** (*sat-ova passasati*).

Sau khi định tâm trên hơi thở theo cách này trong vòng ít nhất nửa tiếng, hành giả nên tiếp tục bước đầu tiên và bước thứ hai của thiền tập: rõ biết hơi thở dài hay ngắn.

THỞ VÀO DÀI, THỞ VÀO NGẮN

[1] **thở vô dài, rõ biết:** "Tôi thở vô dài (*dīgham assasāmi*);
thở ra dài, rõ biết: "Tôi thở ra dài (*dīgham passasāmi*);"

[2] **thở vô ngắn, rõ biết:** "Tôi thở vô ngắn (*rassam assasāmi*);"
thở ra ngắn, rõ biết: "Tôi thở ra ngắn (*rassam passasāmi*);"

Ở đây, thở vào dài và thở vào ngắn không ám chỉ đến chiều dài bằng feet hay bằng inches, mà đó là chiều dài thời gian: khoảng thời gian của hơi thở: chừng mực (lâu/mau) của hơi thở (*addhāna*), hành giả cần phải hiểu như vậy.⁷⁴ Lại nữa, chỉ được rõ biết hơi thở ở nơi điểm xúc chạm.⁷⁵

Hành giả nên tự mình quyết định khoảng thời gian thế nào thì mình sẽ gọi là 'dài' hay 'ngắn'. Hành giả sẽ nhận thấy rằng khoảng thời gian của hơi thở thì đôi khi dài, đôi khi ngắn. Tất cả những gì hành giả phải làm trong giai đoạn này là chỉ hay biết mà thôi. Xin đừng chú ý như vậy, 'Vô-ra-dài, vô-ra-ngắn': chỉ biết là: 'Vô-ra', và tinh giác trên hơi thở bất kể nó dài hay ngắn, đôi khi hơi thở có thể là dài trong suốt thời ngồi, và đôi khi ngắn, nhưng hành giả không được cố ý làm hơi thở dài ra hay ngắn lại.

NGƯỜI THỢ QUAY THIÊN XẢO HAY HỌC TRÒ NGƯỜI THỢ QUAY

Để diễn tả sự rõ biết về hơi thở dài và ngắn của vị Tỳ-khưu, Đức Phật dùng ví dụ về người thợ quay (*bhama-kāro*):

Này các Tỳ-khưu, như người thợ quay hay học trò người thợ quay thiên xảo khi quay dài, rõ biết: "Tôi quay dài" hay khi quay ngắn, rõ biết: "Tôi quay ngắn". Cũng vậy, này các Tỳ-khưu,

[1] **thở vô dài, rõ biết:** "Tôi thở vô dài (*dīgham assasāmi*);"
thở ra dài, rõ biết: "Tôi thở ra dài (*dīgham passasāmi*);"

[2] **thở vô ngắn, rõ biết:** "Tôi thở vô ngắn (*rassam assasāmi*);"
thở ra ngắn, rõ biết: "Tôi thở ra ngắn (*rassam passasāmi*);"

ẨN TƯỚNG (NIMITTA)

Khi hành giả hành thiền trên hơi thở dài và hơi thở ngắn theo cách này, nimitta có thể sanh khởi. Nimitta là gì? Để biết nimitta là gì, đầu tiên hành giả cần phải hiểu đôi chút về sắc và danh: vật chất và ý thức. Vật chất được hình thành từ các hạt hạ nguyên tử mà kinh điển Pāli gọi đó là rūpa-kalāpa hoặc nói ngắn gọn là kalāpa. Rūpa nghĩa là sắc, và kalāpa nghĩa là nhóm (hay bọn/hay tổng hợp), vì nó là một nhóm của các sắc tột cùng. Ví dụ, một nhóm tám sắc chính là một nhóm gồm tám loại sắc: địa đại, thủy đại, hỏa đại, phong đại, màu, mùi, vị, và dưỡng chất. Danh khởi sanh cũng theo cách tương tự, chúng là các chuỗi tiến trình tâm

⁷⁴ VsM.viii.219 'Luận về Niệm Hơi Thở' (*Ān-Āpāna-Ssati-Kathā*) (My-1.263) giải thích độ dài của hơi thở có thể hoặc thuộc về không gian hoặc biểu thị cho thời gian. VsMT.ibid. (My-1.320) giải thích điều đó chỉ được xem như chừng mực thời gian.

⁷⁵ <CHỈ ĐIỂM XÚC CHẠM: Xem trích dẫn từ Thanh Tịnh Đạo trong 'Cảm Giác Toàn Thân Hơi Thở' tr. 40.>

được hình thành từ các loại tâm khác nhau với các tâm sở của chúng. Và (như chúng tôi đã trình bày ở lời tựa), trong thế giới loài người, danh nương vào sắc mà sanh lên: ⁷⁶

- 1) Nhãn thức khởi sanh nương vào mắt và các cảnh sắc.
- 2) Nhĩ thức khởi sanh nương vào tai và các cảnh thanh.
- 3) Tỷ thức khởi sanh nương vào mũi và các cảnh mùi.
- 4) Thiệt thức khởi sanh nương vào lưỡi và các cảnh vị.
- 5) Thân thức khởi sanh nương vào thân và các cảnh xúc.
- 6) Ý thức khởi sanh nương vào một loại sắc trong trái tim, mà chúng ta còn gọi là tâm cơ (sắc ý vật). Vào lúc khởi sanh hầu hết các loại tâm nương vào sắc ý vật thì có sự sản sanh ra vô số các nhóm sắc do tâm sanh.

Khi niệm hơi thở (*ān-āpāna-ssati*) được tu tập, định sẽ trở nên thâm sâu, tâm định sẽ tạo ra vô số các thể hệ nhóm sắc do tâm sanh lan tỏa khắp thân. Và do bởi định, tất cả những nhóm sắc do tâm sanh đó rực rỡ và chói sáng: đó chính là màu của chúng. Lại nữa, hòa đại (*tejo-dhātu*) của các nhóm sắc do tâm sanh này cũng tạo ra vô số các nhóm sắc do nhiệt sanh. Chúng lan tỏa khắp nơi không những bên trong mà còn bên ngoài thân. Chúng cũng rực rỡ và chói sáng.

Sự rực rỡ và chói sáng của vô số các kalāpa do tâm sanh và vô số các kalāpa do nhiệt sanh tạo ra ánh sáng của trí tuệ và ấn tượng của hơi thở (*ān-āpāna nimitta*). Tướng hơi thở (*ān-āpāna nimitta*) chính là đối tượng của bậc thiền hơi thở, và nó cũng xuất hiện trước khi hành giả chứng đạt bậc thiền. Và nó cũng là ánh sáng giải thích cho màu da và các căn của hành giả tu tập định sâu cho đến bậc thiền trở nên sáng sủa và rạng rỡ.

Khi tu tập thiền tứ đại, hành giả sẽ có thể thấy rằng nimitta không là gì khác ngoài một khối các nhóm sắc do tâm sanh và do thời tiết sanh rực rỡ và chói sáng.

CÁC LOẠI NIMITTA KHÁC NHAU

Nimitta xuất hiện khác nhau với những người khác nhau là do tướng khác biệt trong đề mục niệm hơi thở (*ān-āpāna-ssati*). Đó là lý do vì sao những hành giả khác nhau có thể có những hình dáng và màu sắc của nimitta khác nhau. Đối với một số người nimitta trong sạch và thuần khiết như bông gòn hoặc sợi bông được kéo dài ra, hay như gió chuyển động hoặc gió lùa, cũng có thể là một thứ ánh sáng rực rỡ như sao mai, một viên ngọc hay hồng ngọc chói sáng, hoặc một viên ngọc trai chói sáng. Đối với những người khác thì nó lại giống như thân cây bông, hoặc một cốc gỗ nhọn. Đối với những người khác nữa, nó giống như một sợi dây hay dải băng dài, một vòng hoa, một luồng khói, một mạng nhện, một màn sương mù, một đóa sen, một bánh xe, một mặt trăng hay mặt trời,...

Trong hầu hết các trường hợp, một làn khói xám là *parikamma-nimitta* (chuẩn bị tướng). Khi nó trở nên trắng như bông gòn thì đó là *uggaha-nimitta* (học tướng). Hai loại tướng này thường đục hay mờ. Tuy nhiên, khi định phát triển, chúng trở nên sáng chói, lấp lánh và trong sạch như sao mai: đó chính là *paṭibhāga-nimitta* (tợ tướng). Tợ tướng này là đối tượng của bậc thiền và mức định thâm sâu đi trước bậc thiền. Nhưng âm thanh *không phải* là tướng của bậc thiền hơi thở. Chỉ duy nhất tợ tướng (*paṭibhāga-nimitta*) mới là tướng của bậc thiền hơi thở (*ān-āpāna jhāna*).

Loại tướng này có thể xuất hiện khi hành giả định tâm trên hơi thở dài và hơi thở ngắn, và định được cái thiện. Nhưng nếu hành giả có thể tập trung một cách định tĩnh trên hơi thở dài và hơi thở ngắn khoảng một tiếng, mà nimitta không xuất hiện, hành giả nên chuyển sang bước ba: cảm giác toàn thân hơi thở.

CẢM GIÁC TOÀN THÂN HƠI THỞ

[3] "**Cảm giác toàn thân** (*sabba-kāya-paṭisaṃvedī*), **Tôi sẽ thở vào** (*assasissāmi*)." **Vị ấy tập như vậy.**

"**Cảm giác toàn thân** (*sabba-kāya-paṭisaṃvedī*), **Tôi sẽ thở ra** (*passasissāmi*)." **Vị ấy tập như vậy.**

⁷⁶ <DANH KHỞI SANH NƯƠNG VÀO SẮC: Xem trích dẫn từ 'Cha-Chakka sutta' (Kinh Sáu Sáu), tr.18 , và chú thích của bảng 'Các loại sắc căn bản thuộc trái tim' tr.58 .>

Ở đây, **toàn thân** ám chỉ toàn thân của hơi thở, không phải toàn thân người từ đầu tới chân.⁷⁷ **Cảm giác toàn thân** có nghĩa là hành giả hiểu biết toàn bộ hơi thở vào và hơi thở ra từ khởi đầu, đến đoạn giữa, và đến đoạn cuối. Và hành giả chỉ hay biết hơi thở ở điểm xúc chạm: ở lỗ mũi hay ở môi trên mà thôi.

Hơi thở không là gì khác ngoài một khối các nhóm sắc do tâm sanh gồm chín loại sắc (*rūpa*): Địa đại, thủy đại, hỏa đại, phong đại, màu, mùi, vị, dưỡng chất, và âm thanh của hơi thở. Những nhóm sắc đó luôn luôn khởi sanh như là một thân, đó là lý do vì sao chúng được gọi là 'thân (*kāya*)'.⁷⁸

Như vậy, thật quan trọng để không hiểu sai lời dạy này của Đức Phật. Mặc dù Đức Phật giảng hành giả nên cảm giác toàn thân, điều này có nghĩa là hành giả nên cảm giác toàn thân hơi thở chỉ ở điểm xúc chạm. Thanh Tịnh Đạo nói như sau:⁷⁹

Phuṭṭha-phuṭṭh-okāse pana satim thapetvā bhāventass-eva bhāvanā sampajjati.

Nhưng thiền tập của vị ấy thành tựu (*bhāvanā sampajjati*) chỉ khi sự tu tập (hơi thở) của vị ấy được cố định với niệm (*satim thapetvā*) trên sự xúc chạm (*phuṭṭha*) ngay tại điểm xúc chạm (*phuṭṭh-okāse*).

Hành giả phải đặt niệm trên hơi thở vào & ra lúc hành giả cảm giác nó chỉ ở tại điểm xúc chạm: không ở đâu khác: chỉ ở tại lỗ mũi hay vùng môi trên. Đó là cách duy nhất mà hành giả có thể tu thiền đạt đến bậc thiền.

Nếu hành giả rõ biết một cách định tĩnh trên hơi thở vào & ra ở điểm xúc chạm, từ lúc bắt đầu đến khi kết thúc, được khoảng một tiếng đồng hồ, nhưng nimitta không xuất hiện, hành giả nên chuyển sang giai đoạn bốn của sự tu tập: an tịnh thân hành hơi thở.

AN TỊNH THÂN HÀNH HƠI THỞ

[4] "**An tịnh toàn thân hành (*passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ*), Tôi sẽ thở vào (*assasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.**

"**An tịnh toàn thân hành (*passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ*), Tôi sẽ thở ra (*passasissāmi*): Vị ấy tập như vậy.**

Lại nữa, thân hành (*kāya-saṅkhāraṃ*) ám chỉ sự tác thành của hơi thở: thân hơi thở vào & ra. Và để an tịnh hơi thở, tất cả những gì hành giả nên làm là quyết định làm an tịnh hơi thở: không có gì khác. Hành giả nên quyết định làm an tịnh hơi thở nhưng chỉ tiếp tục hay biết toàn thân hơi thở vào và hơi thở ra từ khởi đầu, đến đoạn giữa, và đến đoạn cuối. Nếu hành giả làm bất cứ điều gì khác, định của hành giả sẽ bị phá vỡ và thối thất.

Khi quyết định làm an tịnh hơi thở, hành giả sẽ thấy rằng hơi thở sẽ trở nên an tịnh hơn, định sẽ cải thiện, và sau đó nimitta có thể xuất hiện.

Khi hơi thở trở nên an tịnh, nhiều hành giả gặp phải các khó khăn. Hành giả không thể thấy được hơi thở một cách rõ ràng vì nó trở nên rất vi tế: hành giả có thể nghĩ rằng hơi thở đã dừng lại.

Chỉ có bảy loại người không có hơi thở là: người chết, thai nhi trong bào thai, người chìm dưới nước, người bất tỉnh, người đang nhập tứ thiền, người đang nhập thiền diệt (*nirodha samāpatti*), và một vị Phạm thiên. Suy xét theo thực tế đó thì hành giả không phải là một trong bảy loại người này, mà hành giả thực sự đang thở, mà chỉ vì niệm của hành giả không đủ mạnh để thấy hơi thở rất vi tế đó mà thôi. Như vậy, hành giả nên giữ sự chú tâm của mình ở nơi mà hành giả thấy nó lần cuối, và đợi nó xuất hiện.

Khi hơi thở trở nên vi tế, hành giả không được cố ý làm cho nó hiện rõ hơn. Sự cố gắng như vậy sẽ gây ra trạo cử, và định sẽ không phát triển. Hành giả cần phải liên tục biết hơi thở như nó đang là. Nếu nó không rõ, đơn giản chỉ là đợi nó tại nơi mà lần cuối hành giả ghi nhận nó. Hành giả sẽ thấy rằng khi áp dụng niệm và tuệ theo cách này, hơi thở sẽ xuất hiện trở lại.

⁷⁷ Trong M.III.ii.9 'Kinh Niệm Hơi Thở' (*Ān-Āpāna-Ssati-Suttaṃ*), Đức Phật giảng rằng **thân** ở đây là nói đến hơi thở vô & ra: 'Khi nào, này các tỳ khưu, vị tỳ khưu... tu tập như vậy: "Cảm giác cả toàn thân... an tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô..." khi ấy vị tỳ khưu tùy quán thân trong thân.... Này các tỳ khưu, đối với các thân, Ta nói đây là một, tức là hơi thở vô & ra (*Kāyesu kāy-aññatar-āhaṃ, bhikkhave, evaṃ vadāmi yadidaṃ, assāsa-passāsā*)'. Và việc giảng về sự chứng diệt (*nirodha-samāpatti*) trong M.I.v.4 'Tiểu Kinh Phương quang' (*Cūḷa-Vedalla-Suttaṃ*), vị A-la-hán Dhammadinnā giảng rằng thở vô & ra thuộc thân, vì lẽ chúng nương vào thân (Trong S.IV.vii.6 'Kinh Kāmaḥhū thứ hai' (*Dutiya Kāmaḥhū-Suttaṃ*) cũng giảng như vậy).

⁷⁸ VsM/VsMT.viii.220 'Luận về Niệm Hơi Thở' (*Ān-Āpāna-Ssati-Kathā*) (My-VsM.1.266/VsMT.1.322) <xem mục 7 của "TÁM LOẠI NHÓM SẮC DO TÂM SANH", tr.61>

⁷⁹ VsM.viii.223, 'Luận về Niệm Hơi Thở' (*Ān-Āpāna-Ssati-Kathā*) (My-1.271)

Xin hãy nhớ rằng, để thành công trong niệm hơi thở (*ān-āpāna-ssati*) thì niệm (*sati*) vững chắc và mạnh mẽ cùng với tỉnh giác (*sampajāna*) là thiết yếu. Đó là lý do tại sao Đức Phật không bao giờ dạy *ān-āpāna-ssati* cho những ai không có đủ niệm và tỉnh giác.

Khi hành giả áp dụng niệm và tỉnh giác vững chắc và mạnh mẽ trên đối tượng hơi thở, hành giả có thể thấy được hơi thở vi tế từ đoạn đầu đến đoạn giữa và đoạn cuối. Khi hành giả tiếp tục như vậy, cuối cùng thì có thể nimitta sẽ xuất hiện. Nếu nimitta xuất hiện, xin đừng chuyển tâm sang tưởng liền, mà phải trú trong hơi thở.

Đối với một số hành giả, ánh sáng trí tuệ có thể xuất hiện trước, sau đó nimitta mới xuất hiện. Nhưng đối với một số khác thì nimitta có thể xuất hiện trực tiếp. Nhưng ánh sáng trí tuệ và nimitta là hai thứ khác nhau như ánh sáng của mặt trời và mặt trời vậy.

Nguồn gốc của ánh sáng trí tuệ thì giống như nguồn gốc của nimitta. Cả hai đều được tạo ra bởi tâm có định: bởi định bậc thiền, cũng như định rất gần với bậc thiền, tức là chuẩn bị định và cận định. Mặc dù cho ánh sáng trí tuệ và nimitta đều được tạo ra bởi tâm có định, nhưng chúng lại xuất hiện khác nhau.

Ánh sáng trí tuệ xuất hiện ở một số nơi xung quanh mặt hay xung quanh thân thể, nó tách biệt với hơi thở. Nhưng tướng hơi thở (*ān-āpāna nimitta*) chỉ xuất hiện cùng với hơi thở, ở điểm xúc chạm. Đó là lý do vì sao, khi định ngày càng sâu hơn, khi nó trở nên vững chắc và ổn định, cuối cùng, hơi thở và nimitta sẽ trở thành một. Điều này đã được Tôn giả Sāriputta giải thích trong 'Phân Tích Đạo' (*Paṭisambhidā-Magga*) của Ngài.

SỰ HAY BIẾT BA PHÁP

Ở mục niệm hơi thở trong 'Phân Tích Đạo' (*Paṭisambhidā-Magga*), ngài giảng: ⁸⁰

Nimittam assāsa-passāsā, an-ārammaṇam-eka-cittassa;

a-jānato ca tayo dhamme, bhāvanā n-upalabbhati.

Tướng, hơi thở vào, hơi thở ra, không phải là đối tượng của một tâm;

Người không biết ba pháp này, pháp tu không tiến đạt.

Ở đây, nimitta chính là vị trí tại lỗ mũi hay môi trên: tức là vùng xúc chạm, một chuẩn bị tướng (*parikamma-nimitta*) rất sơ khởi. Tướng đó cùng với hơi thở vào và hơi thở ra là ba pháp, và theo Phân Tích Đạo (*Paṭisambhidā-Magga*), chúng không phải là đối tượng của một tâm. Vì sao?

Một tâm biết tướng ở vùng xúc chạm, một tâm khác biết hơi thở vào, và một tâm khác nữa biết hơi thở ra. Như vậy, một tâm chỉ biết được một đối tượng mà thôi: nimitta, hơi thở vào, hoặc hơi thở ra. Nhưng để thành công, hành giả cần phải nhận biết cả ba cùng một lúc: nimitta cũng như hơi thở vô cũng như hơi thở ra, tất cả chúng đều cùng một lúc. ⁸¹ Đó là tại sao 'Phân Tích Đạo' (*Paṭisambhidā-Magga*) nói rằng:

Nimittam assāsa-passāsā, an-ārammaṇam-eka-cittassa;

jānato ca tayo dhamme, bhāvanā upalabbhantīti.

Tướng, hơi thở vào, hơi thở ra, không phải là đối tượng của một tâm ;

Người biết rõ ba pháp này, pháp tu tiến đạt.

Như chúng tôi đã trình bày trước đó, khi định càng trở nên thâm sâu, chuẩn bị tướng (*parikamma-nimitta*) sẽ trở thành học tướng (*uggaha-nimitta*), và sau cùng nó sẽ trở thành tợ tướng (*paṭipabhāga-nimitta*), trong sạch và chói sáng như sao mai. Tợ tướng này sẽ xuất hiện cùng với hơi thở tại lỗ mũi hay vùng môi trên. Và như chúng tôi vừa giải thích, vào lúc đó, tâm định sẽ tự động chìm vào nimitta mà không phải là hơi thở.

Xin hãy tham khảo Sớ Giải Thanh Tịnh Đạo: ⁸²

'Vi tướng nương vào hơi thở vào và ra, nên tướng được sanh lên cũng có thể được gọi là hơi thở vào và ra'. *Assāsa-passāse nissāya uppanna-nimittam-p-ettha assāsa-passāsasam-aññam-eva vuttam.*

⁸⁰ PsM.i.4 (§159) 'Luận về Trí Thanh Tịnh' (*Vodāna-Nāna-Niddeso*) (My-169): được VsM.viii.227/231 'Luận về Niệm Hơi Thở' (*Ān-Āpāna-Ssati Kathā*) (My-273/276) trích dẫn.

⁸¹ VsM.viii.231 "Luận về Niệm Hơi Thở" (*Ān-Āpāna-Ssati Kathā*) (My-1.276) giải thích: "Và ở đây, chỉ một tâm biết hơi thở vô (*aññam-eva assās-ārammaṇam*), một tâm khác biết hơi thở ra (*aññam-passās-ārammaṇam*), một tâm khác nữa biết tướng (*aññam-nimitt-ārammaṇam*). Thật vậy, đối với ai, không có ba pháp này (*tayo dhammā n-atthi*) thì đối với người đó, để mục thiền (*kamma-tthānam*) an chỉ định (*neva appaṇam*) hay cận định (*na upacāraṇam*) đều không đạt đến (*pāpuṇāti*). Nhưng đối với ai có ba pháp này, thì đối với người đó, để mục thiền cả cận định (*upacārañ-ca*) và an chỉ định (*appaṇañ-ca*) đều đạt đến."

⁸² VsMṬ.viii.219. 'Luận về Niệm Hơi Thở' (*Ān-Āpāna-Ssati Kathā*) (M-1.391)

Như vậy, khi định trên hơi thở sâu lắng và ổn định, hơi thở vào, hơi thở ra, và tướng sẽ trở thành một: tâm hành giả biết được ba đối tượng cùng một lúc. Và khi hành giả phát triển định tâm cao hơn, sau cùng hành giả có thể chứng đạt bậc thiền. Tại thời điểm chứng đạt bậc thiền hơi thở (*ān-āpāna jhāna*) (vào sát-na của an chỉ định), mỗi tâm thiền đều biết cả ba đối tượng:

- 1) tâm thiền biết *ān-āpāna paṭibhāga-nimitta* (tợ tướng của hơi thở vào & ra).
- 2) Cũng tâm thiền này đồng biết hơi thở vào mà nay cũng được gọi là tợ tướng hơi thở (*ān-āpāna paṭibhāga-nimitta*).
- 3) Cũng tâm thiền này đồng biết hơi thở ra mà nay cũng được gọi là tợ tướng hơi thở (*ān-āpāna paṭibhāga-nimitta*).

Vào lúc chứng đạt bậc thiền (vào sát-na an chỉ định), cả ba pháp này là đối tượng cho mỗi tâm thiền. Cả ba hợp thành một đối tượng duy nhất: tợ tướng hơi thở (*ān-āpāna paṭibhāga-nimitta*). Đó là ý nghĩa của **Người biết rõ ba pháp này, pháp thiền tiến đạt**.

Bây giờ chúng ta sẽ nói về cách hành giả tiến triển tu tập trong thiền định (*samatha*).

RƠI VÀO TÂM HỘ KIẾP (HỮU PHẦN) (BHAVAṄGA)

Như chúng tôi đã đề cập trước đây, danh sanh khởi như những chuỗi tiến trình tâm, được hình thành từ nhiều loại tâm khác nhau. Có tiến trình nhận thức một đối tượng được thấy qua mắt, có tiến trình nhận thức một đối tượng được nghe qua tai,... và có các tiến trình nhận thức một đối tượng được tâm bắt lấy. Đó là cách mà luôn có sự nhận thức qua sáu căn. Nhưng ở giữa các tiến trình tâm đó có vô số tâm hộ kiếp (*bhavaṅga*) sanh lên. Bây giờ không phải là lúc giải thích tâm hộ kiếp (*bhavaṅga*), ngoại trừ rằng khi nó sanh lên thì không có sự nhận thức về bất cứ đối tượng nào ở hiện tại. Chỉ khi nào quán pháp duyên khởi, hành giả mới có thể biết được đối tượng của tâm hộ kiếp.

Khi đang tu tập định, hành giả có thể 'rơi vào tâm hộ kiếp'. Điều này xảy ra là bởi vì, mặc dù tâm định không tác ý đến bất cứ đối tượng nào ở hiện tại như cảnh sắc, cảnh thanh,.. nhưng tâm lại rời khỏi đề mục thiền, và khi ấy chỉ có các tâm hộ kiếp sanh khởi, bởi thế mà hành giả không hay biết gì cả. Hành giả có thể nghĩ rằng đây là sự chứng đắc Niết-bàn. Nhưng chứng đắc Niết-bàn không phải là 'sự không biết gì'; chứng đắc Niết-bàn chính là sự thấy biết Niết-bàn. Tất cả điều này xảy ra là vì hành giả 'rơi vào tâm hộ kiếp'. Rơi vào tâm hộ kiếp xảy ra do định tâm của hành giả trên đề mục thiền không đủ sâu lắng và ổn định.

NGŨ CĂN

Để phát triển định tâm cao hơn, hành giả cần phải tránh rơi vào tâm hộ kiếp. Và điều này được làm với sự trợ giúp của ngũ căn (*pañc-īndriyā*). Chúng giúp đẩy và gắn tâm vào tợ tướng hơi thở (*paṭibhāga-nimitta*). Ngũ căn gồm:

- 1) Tín căn (*saddh-īndriya*): niềm tin nơi thiền tập và quyết định đạt đến tợ tướng hơi thở.
- 2) Tấn căn (*vīriy-īndriya*): thúc đẩy các căn khác làm phận sự của chúng trên tợ tướng hơi thở (*ān-āpāna paṭibhāga-nimitta*).
- 3) Niệm căn (*sat-īndriya*): đặt tâm trên tợ tướng hơi thở.
- 4) Định căn (*samādh-īndriya*): định tâm trên tợ tướng hơi thở.
- 5) Tuệ căn (*paññ-īndriya*): thể nhập tợ tướng hơi thở.

Ngũ căn giúp kiểm soát tâm, giữ tâm khỏi thang thang ra ngoài con đường thiền định và thiền minh sát, và không bị trệch khỏi con đường dẫn đến Niết-bàn. Để thành công trong thiền, hành giả cần phải chắc chắn rằng ngũ căn được quân bình: không quá yếu và không bị thái quá.

NIỆM CĂN

Đức Phật nói: ^{83/K}

Satiñ-ca khvāhaṃ, bhikkhave, sabb-atthikaṃ vadāmi.

Nhưng niệm, này các Tỳ-khưu, là cần thiết trong mọi thời, Ta tuyên bố như vậy.

⁸³ Trong S.V.II.vi.3 'Kinh Lửa' (*Aggi-Suttaṃ*), Đức Phật giảng về sự hợp thời và phi thời khi tu tập một số giác chi. Tuy nhiên, với niệm, Ngài giảng là cần thiết cho mọi thời. <Xem trích dẫn mở rộng của Kinh ở chú giải ^K, tr.100>

Niệm căn luôn cần thiết như muối cần trong tất cả các món cà ri, như người tế tướng đối với tất cả công việc của nhà vua. Tại sao? Bởi niệm là nơi nương tựa và bảo vệ cho tâm thiền. Niệm là nơi nương tựa vì nó giúp tâm đạt đến những trạng thái đặc biệt và cao cả mà tâm chưa từng đạt đến hay biết đến trước đây. Thiếu niệm, tâm không đủ năng lực đạt đến bất kỳ trạng thái đặc biệt và phi thường nào. Niệm bảo vệ tâm, và gìn giữ đối tượng thiền không bị lạc mất. Khi hành giả phân tích tâm sở niệm bằng minh sát trí, niệm luôn xuất hiện như để bảo vệ đối tượng thiền, cũng như tâm của hành giả. Niệm luôn cần thiết trong mọi lúc bởi nó giúp quân bình bốn căn còn lại. Thiếu niệm, hành giả không thể khơi dậy cũng như chế ngự các căn khác. Thiếu niệm, hành giả không thể rõ biết đề mục thiền của mình, điều này có nghĩa là hành giả không thể nhớ được đề mục thiền của mình, tức là trong mỗi thời ngồi, vị ấy cần phải bắt đầu lại từ đầu. Đó là lý do vì sao nhân gần cho niệm mạnh mẽ chính là tướng vững chắc (*thira-saññā*). Với tướng vững chắc về tướng hơi thở, niệm trở nên mạnh mẽ, hành giả có thể nhớ tốt đề mục thiền của mình và các căn trở nên quân bình: tín với tuệ, định với tinh tấn, và định với tuệ.

TÍN CĂN VÀ TUỆ CĂN

Để tu tập thành công thiền niệm hơi thở, hành giả cần có niềm tin hoàn toàn vào thiền niệm hơi thở cũng như niềm tin trọn vẹn vào lời dạy của Đức Phật. Hành giả cần phải có niềm tin trọn vẹn rằng: qua việc thực hành theo lời dạy của Đức Phật, ta sẽ chứng đạt bậc thiền. Nếu hành giả nghĩ rằng: "Liệu ta có thể đắc thiền chỉ qua việc theo dõi hơi thở vào, hơi thở ra hay không?" hay "Có thực rằng học tướng (*uggaha nimitta*) giống như bông gòn trắng, còn tợ tướng (*paṭibhaga nimitta*) thì trong sạch và chói sáng như sao mai hay không?" Nếu để những ý nghĩ như vậy được duy trì, hành giả có thể kết luận: "Thời buổi hiện đại này không thể đắc thiền được". Và thế là niềm tin nơi chánh pháp sẽ thối thất, và tất nhiên là hành giả sẽ không thể ngăn mình từ bỏ tu tập thiền niệm hơi thở này.

Đó là vì sao hành giả cần có một niềm tin trọn vẹn vào pháp hành. Hành giả phải tu tập niệm hơi thở không chút hoài nghi. Phải nghĩ rằng 'Nếu ta theo đúng những chỉ dẫn có hệ thống của Đức Phật Toàn Giác, ta có thể thành tựu thiền.'

Mặc dù tín phải được mạnh mẽ nhưng hành giả không nên để tín thái quá. Hành giả phải dùng niệm để quân bình tín với tuệ. Với tín thái quá, hành giả có thể phát triển niềm tin vào các đối tượng vô ích và không thực tế. Ví dụ, niềm tin vào tập quán trái với Chánh Pháp (*Sa-Ddhamma*), như thần linh hoặc chư thiên bảo hộ.

Tín thái quá còn quấy nhiễu tâm thiền vì có hỷ (*pīti*) vượt trội, hỷ kích động. Khi có sự kích động như vậy, tuệ căn sẽ không thể rõ biết tợ tướng hơi thở (*paṭibhāga-nimitta*). Khi tín thái quá quyết định vào đối tượng, tuệ căn sẽ không được rõ ràng và ổn định, không thể thể nhập tợ tướng hơi thở. Và các căn còn lại, tấn, niệm và định cũng bị yếu đi: tấn không thể thúc đẩy các tâm hành đến với tợ tướng và giữ chúng ở đó; niệm không thể thiết lập sự nhận biết về tợ tướng; định không thể ngăn tâm bắt qua một đối tượng khác. Như vậy tín thái quá thật sự dẫn đến sự suy yếu của niềm tin. Hành giả cần phải dùng niệm chế ngự tín và quân bình nó với tuệ.

Lại nữa, hành giả cần phải quân bình tuệ với tín. Tuệ thái quá sẽ dẫn hành giả lệch khỏi pháp hành chân chánh bởi sự xảo trá. Thay vì hành thiền, hành giả lại dùng thời gian vào việc chỉ trích và phàn nàn. Đối trị với điều này thì cũng khó như trị một căn bệnh do dùng thuốc quá liều gây ra.

Tuy nhiên, nếu tín và tuệ được quân bình, hành giả sẽ có niềm tin vào các đối tượng nên đặt niềm tin: Đức Phật, Đức Pháp, Đức Tăng, và sự vận hành của nghiệp. Vào lúc đó, hành giả sẽ tin rằng nếu họ hành thiền đúng theo những chỉ dạy của Đức Phật, họ sẽ có thể chứng đạt tợ tướng và đắc thiền.

TẤN CĂN VÀ ĐỊNH CĂN

Lười biếng không đưa đến thành công. Đó là vì sao tấn lại cần thiết. Lại nữa, nếu tấn căn thái quá, tâm sẽ trở nên dao động, và những căn khác sẽ không thể thực thi phận sự của chúng: tín căn không thể quyết định trên tợ tướng hơi thở; niệm không thể an trú chính nó trên tợ tướng hơi thở; định không thể ngăn chặn được sự xao lãng; và tuệ không thể thể nhập được tợ tướng hơi thở. Như vậy khi tấn thái quá, tâm không định tĩnh tập trung trên tợ tướng. Ở đây, hành giả phải chú ý: quá tinh tấn đưa đến quá nhiều hoạt động, quá ít tinh tấn đưa đến quá ít hoạt động. Hành giả cần dùng niệm để chế ngự tinh tấn, quân bình tấn với định.

Lại nữa, định không được quân bình với tinh tấn sẽ dẫn đến biếng nhác. Chẳng hạn, khi định cải thiện, lúc đó, hành giả có thể thiền trên tợ tướng hơi thở với tâm lơ lửng, không thể nhập tợ tướng bằng tuệ. Trong trường hợp đó, hành giả sẽ không thể duy trì mức định cao, và tâm sẽ rất thường hay 'rơi vào tâm hộ kiếp', không hay biết gì cả.

Nếu hành giả dùng niệm để chế ngự tinh tấn và khơi dậy định tâm, chúng sẽ được quân bình và hành giả sẽ không bị dao động hay giải đãi, nhưng sẽ đều đặn tiến thẳng đến bậc thiền.

TÍN DÀNH CHO ĐỊNH, TUỆ DÀNH CHO MINH SÁT

Ở đây, chúng tôi cần phải nói rằng, đối với pháp tu định, tín chiếm ưu thế thì sẽ tốt hơn, và đối với pháp tu minh sát, tuệ chiếm ưu thế thì sẽ tốt hơn.

Nếu hành giả nghĩ như sau: 'Nếu ta tu tập định tâm trên tợ tướng hơi thở, ta sẽ chắc chắn đạt đến bậc thiền', sau đó, do bởi căn của tín cùng với căn của định, hành giả dứt khoát sẽ thành tựu bậc thiền. Điều này là do bởi bậc thiền dựa chủ yếu trên định. Dù vậy, để chứng đạt bậc thiền hiệp thể (*lokiya-jjhāna*) thì định cần phải quân bình với tuệ.

Tuệ trội sẽ tốt hơn đối với pháp tu minh sát bởi vì khi tuệ mạnh mẽ, hành giả sẽ có thể biết và thấy rõ ràng các loại danh pháp và sắc pháp khác nhau, xác định rõ chúng, và kể đến là biết và thấy rõ những đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã của chúng. Tuy vậy, để chứng đạt Đạo (*Magga*) - một bậc thiền siêu thế (*lokuttara-jjhāna*) bắt Niết-bàn làm đối tượng - thì tất cả năm căn cần phải được quân bình.

SƠ THIỀN

Khi hành giả phát triển ngũ căn, định sẽ tăng trưởng, dần dần hành giả sẽ biết được tợ tướng hơi thở mà không bị gián đoạn. Lúc ấy định của hành giả sẽ dần áp sát định của bậc thiền: gọi là cận định (*upacāra-samādhī*). Sau đó, khi ngũ căn được tu tập đầy đủ và quân bình. Định sẽ vượt qua mức cận định và tiến tới bậc thiền, tức an chỉ định (*appanā-samādhī*). Khi hành giả đạt đến bậc thiền, tâm hành giả sẽ biết được tợ tướng hơi thở liên tục trong vài giờ mà không bị gián đoạn, thậm chí suốt cả đêm hay cả ngày.

Một khi hành giả đã có thể định tâm trên tợ tướng hơi thở trong hai tiếng hoặc hơn nữa trong vài ngày, hành giả nên thử phân biệt năm chi thiền. Chúng là:

1. Tầm (*vitakka*): hướng và gắn tâm trên tợ tướng hơi thở (*ān-āpāna paṭibhāga-nimitta*).
2. Tứ (*vicāra*): giữ và duy trì tâm trên tợ tướng hơi thở.
3. Hỷ (*pīti*): thích thú, say mê với tợ tướng hơi thở.
4. Lạc (*sukha*): an vui và sung sướng với tợ tướng hơi thở.
5. Nhất tâm (*ek-aggatā*): tập trung tâm trên tợ tướng.

Các chi thiền này chính là năm tâm sở đồng sanh với tâm sơ thiền. Trên thực tế, có đến hai mươi tám tâm sở khác đồng sanh với tâm sơ thiền, bao gồm tuệ căn. Nhưng Đức Phật mô tả sơ thiền bằng năm tâm sở này bởi vì chúng nổi trội nhất. Cùng nhau, chúng tạo thành bậc thiền.

Hành giả phân biệt năm chi thiền như thế nào? Sau khi giữ tâm tập trung trên tợ tướng trong một hoặc hai giờ hoặc hơn nữa, đầu tiên, hành giả cần phải phân biệt ý môn (*mano-dvāra*). Ý môn là gì? Như chúng tôi đã đề cập trước đây, ở cõi người, nương vào loại sắc nhất định nằm trong trái tim mà danh sanh khởi, sắc ấy được gọi là ý căn (sắc ý vật). Và chúng tôi cũng đã đề cập rằng, ở giữa các tiến trình tâm nhận thức cảnh sắc, cảnh thanh,... có vô số tâm hộ kiếp sanh khởi. Khi những tâm hộ kiếp này sanh khởi, ý không bắt cảnh hiện tại. Vào lúc đó, sự sanh khởi của các tâm hộ kiếp đóng vai trò là ý môn (*mano-dvāra*): chúng tôi gọi đó là hộ kiếp ý môn. Do định thâm sâu, tâm hộ kiếp xuất hiện như là một tấm gương rục rỏ và chói sáng bên trong trái tim. Sự chói sáng như tấm gương ấy chính là sắc được tạo ra bởi tâm hộ kiếp. Nhưng bản thân sắc ấy lại không phải là tâm hộ kiếp bởi vì tâm hộ kiếp là danh. Danh không có màu sắc.

Để phân biệt năm chi thiền, hành giả cần phân biệt hộ kiếp ý môn, và hành giả cần phải phân biệt tợ tướng hơi thở khi nó xuất hiện trong hộ kiếp ý môn. Khi thấy được tướng (*nimitta*) xuất hiện trong hộ kiếp ý môn, lúc đó, hành giả phân biệt năm chi thiền nằm trong tướng ấy.

NĂM PHÁP THUẦN THỰC

Khi mới bắt đầu thực hành bậc thiền, hành giả không nên dành quá nhiều thời gian phân biệt năm chi thiền, hành giả nên tập trung nhập thiền trong khoảng thời gian dài. Nhưng một khi có thể nhập thiền trong khoảng thời gian dài, hành giả cần phải tu tập năm pháp thuần thực (*vasī*):

- 1) Tác ý thuần thực (*āvajjana-vasī*) (ở tâm hướng ý môn): có thể dễ dàng tác ý đến các chi thiền ở bất kỳ nơi nào và khi nào mà mình muốn.
- 2) Nhập thiền thuần thực (*samāpajjana-vasī*): có thể dễ dàng nhập thiền ở bất kỳ nơi nào và khi nào mà mình muốn.

3) Quyết định thuần thực (*adhittāna-vasī*): có thể dễ dàng duy trì bậc thiền ở bất kỳ nơi nào và khi nào theo khoảng thời gian lâu như mong muốn: một, hai, hoặc ba tiếng,... tùy theo khoảng thời gian đã ấn định trước.

4) Xuất thiền thuần thực (*vuttāna-vasī*): có thể dễ dàng xuất thiền ở bất kỳ nơi nào và khi nào mà mình muốn.

5) Quán xét thuần thực (*paccavekkhanā-vasī*) (*ở tâm tốc hành*): có thể dễ dàng xét lại các chi thiền ở bất kỳ nơi nào và khi nào mà mình muốn. Trong thực hành, pháp này giống như pháp thuần thực đầu tiên: Tác ý thuần thực. Cả hai pháp thuần thực này xảy ra ở cùng một tiến trình ý môn.

Trong 'Kinh Pabbateyya-Gāvī' của *Ariguttara-Nikāya* (Kinh Tăng Chi Bộ), Đức Phật giảng rằng, hành giả không nên cố chuyển sang nhị thiền trước khi thuần thực sơ thiền theo năm pháp này. Ngài giải thích rằng nếu hành giả chưa hoàn toàn thuần thực sơ thiền mà cố đạt đến bậc thiền cao hơn, vị ấy sẽ mất cả sơ thiền cũng như không thể đạt đến những bậc thiền khác. Hành giả sẽ mất tất cả các bậc thiền.⁸⁴

NHỊ THIỀN

Khi hành giả đã thuần thực sơ thiền, hành giả có thể tiến đến nhị thiền. Hành giả cần phải nhập vào sơ thiền mà giờ đây đã quen thuộc, xuất khỏi thiền ấy, suy xét hai khuyết điểm của sơ thiền và một lợi ích của nhị thiền. Đó là:

1) Khuyết điểm đầu tiên của sơ thiền đó là nó ở gần kẻ thù là năm triền cái:

- i) tham dục (*kāma-cchanda*)
- ii) sân hận (*byāpāda*)
- iii) hôn trầm & thụy miên (*tthina-middha*)
- iv) trạo cử & hồi quá (*uddhacca-kukkucca*)
- v) hoài nghi (*vicī-kicchā*)

Năm triền cái được đoạn trừ trước tiên bởi sơ thiền; đó là lý do tại sao sơ thiền thì ở gần với năm triền cái.

2) Khuyết điểm thứ nhì của sơ thiền đó là nó có các chi thiền thô là tầm và tứ khiến nó kém an tịnh hơn nhị thiền, không có tầm và tứ. Do bởi hai chi thiền thô là tầm và tứ này khiến cho sơ thiền rất yếu và có thể dễ dàng mất đi.

3) Lợi ích của nhị thiền đó là không có tầm và tứ, khiến nó an tịnh hơn sơ thiền.

Sau khi quán xét theo cách này, giờ đây, hành giả không mong muốn các chi thiền thô là tầm và tứ đó nữa; mà chỉ mong muốn các chi thiền là hỷ, lạc, nhất tâm, hành giả nên lại định tâm trên tợ tướng. Nhưng ở đây, chúng tôi cần đề cập rằng, giờ đây, khi hành giả tập trung trên hơi thở, hành giả không được lẩm nhảm: 'đang thở vào, đang thở ra'... Tại sao không được? Bởi vì lẩm nhảm như vậy là khẩu diễn đạt (*vacī-viññatti*) được tạo ra bởi hai chi thiền thô là tầm và tứ... Khi có sự mong muốn loại trừ hai chi thiền này, hành giả không được khơi dậy chúng bằng sự lẩm nhảm. Điều này áp dụng cho tất cả các bậc thiền cao hơn.

Như vậy, hành giả lại định tâm trên hơi thở mà không có sự lẩm nhảm nào cho đến khi an chỉ định xuất hiện một lần nữa. Nếu trước đây, hành giả chưa bao giờ kinh nghiệm được nhị thiền thì an chỉ định này sẽ vẫn chỉ là sơ thiền mà thôi. Như vậy, hành giả sẽ hiểu rằng vẫn còn hai chi thiền thô là tầm và tứ. Hành giả nên ở trong sơ thiền chỉ một vài phút. Khi xuất khỏi sơ thiền, suy xét lại các chi thiền, hai chi thiền là tầm và tứ sẽ xuất hiện với vẻ thô thiển đối với hành giả, trong khi hỷ, lạc và nhất tâm sẽ xuất hiện với vẻ an tịnh. Do đó, để từ bỏ hai chi thiền thô và có được các chi thiền an tịnh ấy, hành giả nên lại tập trung vào tợ tướng. Rất nhanh, an chỉ định sẽ xuất hiện, nhị thiền. Sau đó, hành giả nên tu tập năm pháp thuần thực của nhị thiền.

TAM THIỀN

Khi hành giả đã thành công, và muốn tu tập tam thiền, hành giả nên xuất khỏi nhị thiền mà giờ đây đã quen thuộc, quán xét đến hai khuyết điểm của nó, và một lợi ích của tam thiền. Đó là:

1) Khuyết điểm đầu tiên của nhị thiền là nó ở gần sơ thiền có các chi thiền thô là tầm và tứ. Vì lý do ấy, hành giả có thể dễ dàng rơi xuống sơ thiền.

2) Khuyết điểm thứ nhì của nhị thiền là tự thân nó có chi thiền thô là hỷ. Điều này khiến nó kém an tịnh hơn so với tam thiền vốn không có hỷ.

⁸⁴ A.IX.I.iv.4 'Gāvī-Upamā-Suttam' (Kinh Ví Dụ Con Bò Cái) (My—3.215-219)

3) Lợi ích của tam thiên là chỉ có hai chi thiên là lạc và nhất tâm, khiến nó an tịnh hơn so với nhị thiên.

Sau khi quán xét theo cách này, giờ đây, hành giả không mong muốn chi thiên thô là hỷ nữa; mà chỉ mong muốn các chi thiên an tịnh là lạc và nhất tâm, hành giả nên lại tập trung vào tợ tướng hơi thở. Cho đến khi có lại an chỉ định. Nếu hành giả chưa bao giờ kinh nghiệm tam thiên từ trước thì an chỉ định này sẽ chỉ là nhị thiên mà thôi. Như vậy, hành giả sẽ hiểu rằng vẫn còn chi thiên hỷ. Hành giả nên ở trong nhị thiên chỉ một vài phút. Khi xuất khỏi nhị thiên, và duyệt lại các chi thiên, chi thiên hỷ sẽ xuất hiện với vẻ thô thiển với hành giả, trong khi lạc và nhất tâm sẽ xuất hiện với vẻ an tịnh. Do đó, để từ bỏ chi thiên thô và được các chi thiên an tịnh, hành giả nên lại định tâm trên tợ tướng. Rất nhanh, an chỉ định sẽ xuất hiện, tam thiên. Sau đó, hành giả nên tu tập năm pháp thuận thực của tam thiên.

TỨ THIÊN

Khi hành giả đã thành công, và muốn tu tập tứ thiên, hành giả nên xuất khỏi tam thiên mà giờ đây đã quen thuộc, suy xét đến hai khuyết điểm của tam thiên, và một lợi ích của tứ thiên. Đó là:

1) Khuyết điểm đầu tiên của tam thiên là nó ở gần nhị thiên, có chi thiên thô là hỷ. Vì lí do ấy, hành giả có thể dễ dàng rơi xuống nhị thiên.

2) Khuyết điểm thứ nhì của tam thiên là tự thân nó có chi thiên thô là lạc, khiến cho nó kém an tịnh hơn tứ thiên vốn không có lạc.

3) Lợi ích của tứ thiên là nó chỉ có xả và nhất tâm, làm nó an tịnh hơn tam thiên.

Sau khi quán xét theo cách này, giờ đây, hành giả không mong muốn chi thiên thô là lạc nữa; mà mong muốn các chi thiên xả và nhất tâm, hành giả nên lại định tâm trên tợ tướng. Cho đến khi an chỉ định xuất hiện. Nếu hành giả chưa bao giờ kinh nghiệm tứ thiên từ trước, an chỉ định này sẽ chỉ là tam thiên mà thôi. Như vậy, hành giả sẽ hiểu rằng vẫn còn chi thiên lạc. Hành giả nên ở trong tam thiên chỉ một vài phút. Khi hành giả xuất khỏi tam thiên và duyệt lại các chi thiên một lần nữa, chi thiên lạc sẽ xuất hiện có vẻ thô thiển đối với hành giả, trong khi xả và nhất tâm sẽ xuất hiện với vẻ an tịnh. Như vậy, để từ bỏ chi thiên thô và được chi thiên an tịnh, hành giả nên lại định tâm trên tợ tướng. Rất nhanh, an chỉ định sẽ xuất hiện, tứ thiên. Sau đó, hành giả nên tu tập năm pháp thuận thực của tứ thiên.

BẬC THIÊN VÀ HƠI THỞ

Trong sơ thiên, thân hành hơi thở trở nên rất vi tế; trong nhị thiên nó trở nên vi tế hơn; trong tam thiên nó lại càng trở nên vi tế hơn nữa; và trong tứ thiên, nó hoàn toàn dừng lại. Hơi thở trong tứ thiên không phải đơn thuần chỉ là trở nên vi tế không thể nhận biết: trong tứ thiên, thân hành hơi thở dừng lại hoàn toàn. Với sự chứng đạt tứ thiên, hơi thở hoàn toàn dừng lại.

Nhiều người không tin rằng hơi thở dừng lại ở tứ thiên. Nhưng xin hãy lắng nghe lời dạy của Đức Phật trong *Raho-Gata-Sutta* của 'Tương Ứng Thọ' (*Vedanā-Saṃyutta*):⁸⁵

Với ai đã chứng được tứ thiên, hơi thở vào và hơi thở ra đoạn diệt (*assāsa-passāsā niruddhā honti*).

Với ai đã chứng được tứ thiên, hơi thở vào và hơi thở ra tịnh chỉ (*vūpasantā honti*). .

Với ai đã chứng được tứ thiên, hơi thở vào và hơi thở ra an tịnh (*paṭippassaddhā honti*) ...

Đó là cách mà tứ thiên hoàn tất giai đoạn thứ tư của tu tập niệm hơi thở (*ān-āpānā-ssati*):

[4] **"An tịnh toàn thân hành, Tôi sẽ thở vào": Vị ấy tập như vậy.**

"An tịnh toàn thân hành, Tôi sẽ thở ra": Vị ấy tập như vậy.

THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA THIÊN ĐỊNH

Như chúng tôi đã đề cập trước đây, trong lúc tu tập thiên định, hành giả đang tu tập Thánh Đạo Tám Ngành. Bất cứ khi nào hành giả hay biết đối tượng hơi thở mà không có bất kì đối tượng nào khác, chúng ta có thể nói rằng, tám chi phần đã sanh khởi. Đối tượng của chúng hoặc là chuẩn bị tướng (*parikamma-nimitta*), hoặc là học tướng (*uggaha-nimitta*), hoặc là tợ tướng (*paṭibhāga-nimitta*).

Chẳng hạn, ngay lúc chứng đạt sơ thiên hơi thở, tám chi phần bắt tợ tướng hơi thở làm đối tượng. Mặc dù thực ra, ba chi phần về giới là Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp và Chánh Mạng không bắt tợ tướng hơi thở làm đối

⁸⁵ S.IV.ii.1 'Raho-Gata-Suttaṃ' (Kinh Độc Cư) (My—2.418)

tượng, nhưng chúng tôi bao gồm luôn cả chúng, bởi trước lúc tu tập thiền định, hành giả đã thọ trì tám giới, chín giới hoặc mười giới, hoặc hai trăm hai mươi bảy giới của Tỳ-khưu,... Do vậy, chúng ta có tám chi phần:

- 1) Chánh Kiến (*Sammā-Ditṭhi*): thể nhập tự tướng hơi thở bằng tuệ (rõ biết tự tướng).
- 2) Chánh Tư Duy (*Sammā-Saṅkappa*): tương ứng với chi thiền tâm (*vitakka*), nó gắn tâm lên tự tướng hơi thở.
- 3) Chánh Ngữ (*Sammā-Vācā*): chi phần này đã được thọ trì trước đó, như giới không nói dối...
- 4) Chánh Nghiệp (*Sammā-Kammanta*): chi phần này đã được thọ trì trước đó, như giới không sát sanh, vv. .
- 5) Chánh Mạng (*Sammā-Ājīva*): chi phần này đã được thọ trì trước đó, như cùng các học giới.
- 6) Chánh Tinh Tấn (*Sammā-Vāyāma*): nỗ lực để thể nhập tự tướng hơi thở, nỗ lực để gắn tâm lên nó, nỗ lực để niệm trú trên nó, và nỗ lực để định trên nó.
- 7) Chánh Niệm (*Sammā-Sati*): nhớ tới tự tướng hơi thở và không để các chi phần khác rời khỏi tự tướng hơi thở.
- 8) Chánh Định (*sammā samādhi*): định tâm trên tự tướng hơi thở.

Đó là cách mà tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành khởi sanh vào lúc chúng đạt sơ thiền. Cũng tương tự đối với sự chứng đạt nhị thiền, tam thiền, và tứ thiền ngoại trừ Chánh Tư Duy (*Sammā-Saṅkappa*) là không sanh khởi, vì nó tương ứng với chi thiền tâm vốn vắng mặt trong các bậc thiền ấy.

KẾT LUẬN

Bốn bậc thiền này còn được gọi là bậc thiền sắc giới (*rūp-āvacara-jhāna*), bởi vì chúng đưa đến sự tái sanh trong các cõi sắc giới. Nhưng Đức Phật không khuyến khích chúng ta tu tập bậc thiền vì lý do ấy. Ngài khuyến khích chúng ta tu tập bậc thiền để làm nền tảng căn bản cho việc tu tập thiền minh sát, là bậc thiền nền tảng của minh sát (*vipassanā-pāḍaka-jjhāna*).

Trước khi thực hành minh sát, hành giả nên tu tập định xa hơn nữa, chẳng hạn, mười kasīna,... và bốn bậc thiền vô sắc để làm cho định vững mạnh. Nhưng bây giờ, chúng tôi sẽ trình bày cách thực hành thiền minh sát dựa trên tứ thiền niệm hơi thở.

THIÊN MINH SÁT

(Từ 'Mục Hơi Thở Vào Và Ra' của 'Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Sutta')⁸⁶

Như chúng tôi đã trình bày trong lời giới thiệu, có hai loại minh sát: minh sát hiệp thể và minh sát siêu thể. Minh sát hiệp thể đầu tiên lấy năm uẩn và các nhân của chúng làm đối tượng, sau đó là các đặc tánh vô thường, khổ, và vô ngã của năm uẩn và các nhân của chúng. Minh sát siêu thể bắt Niết-bàn làm đối tượng. Để đạt đến minh sát siêu thể, trước tiên, hành giả cần tu tập định hiệp thể và sau đó là minh sát hiệp thể. Chúng tôi đã trình bày về định hiệp thể. Bây giờ, chúng tôi sẽ trình bày về minh sát hiệp thể.

Trong các phần trích dẫn khác nhau mà chúng tôi đã đưa ra ở lời tựa, Đức Phật mô tả thiên minh sát là sự biết và thấy năm uẩn. Ngài cũng mô tả thiên minh sát là sự nhận biết trực tiếp, nhận biết đầy đủ, ly tham, và từ bỏ năm uẩn, là sự nhận biết trực tiếp, nhận biết đầy đủ, ly tham, và từ bỏ sáu nội xứ và sáu ngoại xứ, và là nhận biết trực tiếp, nhận biết đầy đủ, ly tham, và từ bỏ tất cả.

Có gì khác biệt giữa những lời giảng khác nhau này? Về ý nghĩa thì không có sự khác biệt nào. Đức Phật chỉ giảng về cùng một điều nhưng theo các sự phân loại khác nhau để phù hợp với căn tánh của thính chúng. Theo ý nghĩa tột cùng, đối tượng của minh sát là luôn luôn giống nhau: sắc chân đế, danh chân đế, và các nhân của chúng.

BA LOẠI ĐẠT TRI

Lại nữa, như chúng tôi đã giải thích ở lời tựa, theo Đức Phật, để thực hành minh sát, hành giả cần phải biết và thấy sắc, thọ, tưởng, hành, thức trong quá khứ, vị lai, và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần cùng với thắng trí. Năm tập hợp đó được Đức Phật gọi là năm thủ uẩn. Chúng là Thánh Đế về Khổ. Để thực hành minh sát, hành giả cũng cần biết và thấy sự tập khởi và sự đoạn diệt của chúng, được gọi là pháp duyên khởi chiều thuận và chiều nghịch. Đó cũng là những gì Đức Phật muốn nói về sự nhận biết trực tiếp năm uẩn, sáu nội xứ và sáu ngoại xứ, tất cả, danh và sắc, các đối tượng của bốn niệm xứ. Chúng ta gọi trí này là trí đạt tri (*ñāta-pariññā*).

Một khi hành giả đã nhận biết trực tiếp mười một khía cạnh của ngũ uẩn, kể đến, hành giả cần phải thẩm sát bản chất vô thường (*anicca*), khổ (*dukkha*), và vô ngã (*an-attā*) của chúng. Đây là những gì Đức Phật muốn nói về sự nhận biết đầy đủ năm uẩn, sáu nội xứ và sáu ngoại xứ, tất cả, danh và sắc, các đối tượng của bốn niệm xứ. Chúng ta gọi trí này là thẩm đạt tri (*tīraṇa-pariññā*).

Mục đích của việc thẩm sát nhiều lần năm uẩn như là vô thường, khổ, và vô ngã chính là để từ bỏ sự chấp thủ đối với chúng. Và khi hành giả thẩm sát chúng hết lần này đến lần khác, thật vậy (nếu thực hành đúng, nếu minh sát trí của hành giả trở nên thâm sâu và uyên áo, và nếu vị ấy có đủ ba-la-mật), sẽ khởi sanh sự ly tham đối với năm uẩn, và hành giả sẽ từ bỏ sự chấp thủ đối với chúng. Đây là những gì Đức Phật muốn nói về sự ly tham và sự từ bỏ năm uẩn, sáu nội xứ và sáu ngoại xứ, tất cả, danh và sắc, các đối tượng của bốn niệm xứ. Chúng ta gọi trí này là trừ đạt tri (*pahāna-pariññā*).

THIÊN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN ĐẦU

Trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), Đức Phật mô tả ba loại trí này giống với bốn giai đoạn minh quán. Giai đoạn đầu, Ngài mô tả trí đạt tri (*ñāta-pariññā*) trong quán thân (*kāya*):

[1.1] **Như vậy, vị ấy sống quán thân trong thân** (*kāye kāy-ānupassī*) **bên trong**,

[1.2] **hay vị ấy sống quán thân trong thân bên ngoài** (*bahiddhā*),

[1.3] **hay vị ấy sống quán thân trong thân cả bên trong lẫn bên ngoài** (*ajjhatta-bahiddhā*)

BA THÂN

Thế nào là thân (*kāya*)? Trong 'Kinh Đại Duyên' (*Mahā-Nidāna Sutta*) của 'Kinh Trường Bộ' (*Dīgha Nikāya*), Đức Phật nói về hai loại thân: danh thân (*nāma-kāya*) và sắc thân (*rūpa-kāya*). Như vậy, trong phần giải nghĩa 'niệm hơi thở' của 'Phân Tích Đạo', Tôn giả Sāriputta giải thích về loại thân được quán trong niệm hơi

⁸⁶ D.II.9 (S374)/M.I.10 (S107) 'Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam' (Kinh Đại Niệm Xứ) (My—D.2.232/M.1.71)

thở chính là hai loại thân này.⁸⁷ Tuy nhiên, ở kinh 'Nhập Tức Xuất Tức Niệm' (*Ān-Āpāna-Ssati Sutta*), Đức Phật cũng nói về hơi thở vào và ra như là một thân (*kāya*): chúng tôi đã đề cập điều này trước đây.⁸⁸ Thân hơi thở vào và ra ấy được bao gồm trong sắc thân. Với sắc thân, Đức Phật còn gọi là *thân được lập thành* (*karaja-kāya*), điều này bao gồm luôn cả thân hơi thở vô & ra.

Tại sao chúng được gọi là thân? Bởi chúng sanh khởi như là các thân. Chúng tôi đã đề cập điều này trước đây: danh khởi sanh như là một thân gồm tâm cùng với các tâm sở đồng sanh. Sắc khởi sanh như là một thân gồm các loại sắc khác nhau, là các nhóm sắc (*rūpa kalāpa*) được sanh do nghiệp, do tâm, do nhiệt, do dưỡng chất.

Vipassāna chính là thiền quán trên hai loại thân đó. Trong khi thiền định có bốn mươi đề mục thì thiền minh sát chỉ có hai loại: thiền quán sắc (*rūpa-kammaṭṭhāna*), và thiền quán danh (*nāma-kammaṭṭhāna*) hay còn gọi là sự phân định sắc (*rūpa-pariggaha*) và phân định danh (*nāma-pariggaha*). Theo chú giải của 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Parṭṭhāna Sutta*), vị Tỳ-khưu sau khi tu tập tứ thiền niệm hơi thở thì có thể tu tập minh sát bắt đầu bằng thiền quán sắc hay thiền quán danh. Nhưng nếu hành giả tu tập một đề mục thiền định khác đạt đến tứ thiền, ví dụ, một trong mười đề mục biến xứ (*kasina*), tất nhiên hành giả cũng có thể dùng thiền ấy thay cho thiền niệm hơi thở. Nếu hành giả muốn bắt đầu hành minh sát bằng thiền quán danh trước thay vì quán sắc, hành giả nên phân biệt danh trong các bậc thiền của mình: chúng là danh thuộc sắc giới hoặc danh thuộc vô sắc giới. Tuy nhiên, để phân biệt danh thuộc dục giới, hành giả cần hoàn tất thiền quán sắc, bởi vì trong trường hợp đó, hành giả cần phân biệt sắc nội xứ và sắc ngoại xứ.

Nếu hành giả là người theo cỗ xe thuần quán (*suddha-vipassanā-yānika*), theo Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi Magga*), hành giả không có sự chọn lựa: trước tiên, hành giả cần phải thực hành thiền quán sắc, tức là thiền tứ đại. Như chúng tôi sẽ giải thích bây giờ, khi hành giả tu tập thiền tứ đại, hành giả sẽ đạt đến loại định tương tự như cận định (*upacāra-samādhī*). Sử dụng định ấy cho minh sát, lúc đó, hành giả theo cỗ xe thuần quán có thể tu tập thiền quán danh, vì không có bậc thiền, hành giả sẽ không thể phân biệt danh thuộc sắc giới và danh thuộc vô sắc giới.

Một số hành giả khởi đầu là người theo cỗ xe thuần quán qua việc thực hành thiền tứ đại. Nhưng một khi họ hoàn tất thiền tứ đại, và đạt được mức định vững chắc và mạnh mẽ tương tự như cận định. Lúc đó, họ dùng định ấy để tu tập bậc thiền và thực hành như người theo cỗ xe tịnh chỉ (*samatha-yānika*).

Bây giờ, chúng tôi sẽ mô tả thiền minh sát, bắt đầu bằng đề mục quán sắc (*rūpa-kammaṭṭhāna*).

⁸⁷ Trong D.II.2, 'Kinh Đại Duyên' (*Mahā-Nidāna-Suttaṃ*), Đức Phật có giảng rằng: 'Này Ananda, những hình (*ākārehi*) nào, những sắc (*līṅgehi*) nào, những tướng (*nimittehi*) nào, những mạo (*uddesehi*) nào nhờ đó mà danh thân (*nāma-kāyassa*) và sắc thân (*rūpa-kāyassa*) được biết đến (*pāññatti hoti*), nếu những hình, những sắc, những tướng, những mạo ấy không có (*a-sati*) thời định danh xúc * (*adhivacana-samphasso*) hay hữu đối xúc ** (*paṭigha-samphasso*) có được biết đến không (*pāññāyetha*)?' (Thưa không, bạch Thế Tôn)." Sau đó, trong PsM.I.iii.5 (§170) 'Luận về trí hành niệm' (*Sato-Kāri-Nāṇa-Niddeso*) và trong PD.iii.240, Tôn giả Sāriputta giảng 'Thân' (*kāya*) là hai loại thân: danh thân (*nāma-kāya*), sắc thân (*rūpa-kāya*).

* Định danh Xúc: (designative contact): là xúc do sự đặt tên/chỉ định (xúc với danh ở ý môn) – ND.

** Hữu đối Xúc: (impingement contact): là xúc do sự tiếp chạm/đối chiếu (xúc với cảnh ở ngũ môn) – ND.

⁸⁸ Đại Trưởng Lão thiền sư đã đề cập về thân hơi thở vô&ra trong mối liên hệ với Thiền Định (*Samatha*) <Xem mục 'AN TỊNH THÂN HÀNH HOI THỞ' tr.39 + đoạn trích liên quan trong bài kinh 'Niệm Hơi Thở', chú thích 76, tr.39>

THIÊN QUÁN SẮC

THIÊN TỨ ĐẠI TÓM LƯỢC

Đức Phật dạy thiên quán sắc theo hai cách, theo cách tóm tắt hay theo cách chi tiết: Trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Patṭhāna Sutta*), Ngài dạy theo cách tóm tắt:

Lại nữa này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu quán sát thân này về vị trí các giới và sự sắp đặt các giới: "Trong thân này có địa đại (*pathavī-dhātu*), thủy đại (*āpo-dhātu*), hỏa đại (*tejo-dhātu*) và phong đại (*vāyo-dhātūti*)."

Thiên quán sắc hay còn gọi là thiên tứ đại, bốn đại chủng này được nhận biết qua các đặc tánh của chúng. Trong 'Pháp Tụ' (*Dhamma-Sarigaṇī*), Đức Phật mô tả sắc theo mười hai đặc tánh:⁸⁹

Đất		Nước	Lửa	Gió
1) Cứng	4) Mềm	7) Chảy	9) Nóng	11) Hỗ trợ
2) Tho	5) Mịn	8) Kết dính	10) Lạnh	12) Đẩy
3) Nặng	6) Nhẹ			

DÙNG BẬC THIÊN NỀN TẢNG CỦA MINH SÁT

Giống như có giai đoạn định và giai đoạn minh sát trong thiên niệm hơi thở, cũng vậy, đối với thiên tứ đại cũng có các giai đoạn thiên định và giai đoạn thiên minh sát. Nhưng ở đây, chúng tôi nói về những hành giả đã tu tập bậc thiên niệm hơi thở nhằm mục đích sử dụng nó làm bậc thiên nền tảng của minh sát (*vipassanā-pāḍaka-jjhāna*), hành giả nên thiết lập lại tứ thiên niệm hơi thở trong mỗi thời ngồi. Sau đó, khi ánh sáng trí tuệ của vị ấy sáng rực, rực rỡ, và chói sáng, hành giả xuất khỏi tứ thiên và tu tập thiên tứ đại. Hành giả nên làm như vậy trong mỗi thời ngồi. Với sức mạnh và ánh sáng của tứ thiên niệm hơi thở, hành giả sẽ có thể hoàn tất thiên tứ đại một cách nhanh chóng.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ PHÂN BIỆT MƯỜI HAI ĐẶC TÍNH VÀ BỐN ĐẠI CHỦNG

Hành giả phải học cách phân biệt mỗi trong mười hai đặc tánh này, mỗi lần một đặc tánh. Thông thường, người mới bắt đầu được dạy những đặc tánh để phân biệt hơn trước, sau đó mới đến các đặc tánh khó phân biệt hơn; thông thường là theo thứ tự này: đẩy, cứng, thô, nặng, hỗ trợ, mềm, trơn mịn, nhẹ, nóng, lạnh, kết dính, chảy.

Mỗi đặc tánh trước hết phải được phân biệt ở một nơi nào đó nằm trên thân, và rồi sau đó ở khắp toàn thân. Cuối cùng, hành giả cần phải phân biệt tất cả mười hai đặc tánh.

Khi hành giả có thể phân biệt từng đặc tánh một trong mười hai đặc tánh khắp toàn thân một cách cực kỳ mau lẹ, hành giả nên phân biệt chúng theo thứ tự mà Đức Phật đã dạy: đất, nước, lửa và gió. Nói cách khác: cứng, thô, nặng, mềm, trơn mịn, nhẹ, chảy, kết dính, nóng, lạnh, hỗ trợ và đẩy. Khi hành giả có thể phân biệt trên thân từng đặc tánh một theo thứ tự này một cách cực kỳ mau lẹ, hành giả sẽ thấy được nhiều hoặc tất cả các đặc tánh cùng một lúc. Kế đến, tốt hơn phân biệt một cách tổng thể như thể hành giả đang nhìn từ đằng sau vai hoặc từ bên trên đầu nhìn xuống.

Thực hành theo cách này, hành giả có thể gặp phải sự căng cứng do các đại mất quân bình. Trong trường hợp đó, hành giả nên quân bình chúng bằng các đặc tánh đối lập. Ví dụ, khi tánh cứng trở nên rất mạnh mẽ, hành giả nên nhấn mạnh vào tánh mềm,... Có sáu cặp đối lập.

Cứng	Tho	Nặng	Chảy	Nóng	Hỗ trợ
⇕	⇕	⇕	⇕	⇕	⇕
Mềm	Mịn	Nhẹ	Kết dính	Lạnh	Đẩy
Địa			Thủy	Hỏa	Phong

⁸⁹ DhS.II.647-651 'Upāḍā-Bhājanīyam' (Phân Loại Sắc Y Đại Sinh) (My—170-171)

ĐẤT NƯỚC LỬA GIÓ

Khi hành giả có thể thấy được tất cả mười hai đặc tánh gần như cùng một lúc, hành giả có thể tiếp tục phân biệt chúng theo bốn nhóm: đất, nước, lửa và gió. Nhưng hành giả cần phải chắc chắn rằng mình có thể thấy rõ từng đặc tánh một, từng đại một trong bốn đại. Sau đó, lấy các đặc tánh này làm đối tượng, hành giả tu tập định trên bốn đại ở trong thân.

Khi hành giả tu tập định dựa trên bốn đại ở trong thân, hành giả sẽ tiến tới cận định (*upacāra-samādhi*). Định này không thật sự là cận định, bởi cận định thật sự là định mà hành giả đạt được trước khi chứng đắc bậc thiền, và với thiền tứ đại, hành giả không thể chứng đắc bậc thiền. Nhưng hành giả có thể tu tập được mức định vững chắc và mạnh mẽ gần giống như cận định.

Khi hành giả định tâm trên tứ đại, hành giả sẽ thấy các loại ánh sáng khác nhau. Thông thường, nó có màu xám khói như khi hành giả tu tập niệm hơi thở. Tuy nhiên, ở đây, hành giả nên tập trung vào tứ đại trong ánh sáng màu xám khói đó. Kế tiếp, nó sẽ trở nên trắng như bông gòn, rồi trắng sáng như mây, rồi sau đó toàn thân hành giả sẽ xuất hiện như một hình thể có màu trắng. Khi hành giả tiếp tục định tâm vào tứ đại trong hình thể có màu trắng đó, nó sẽ trở nên sáng trong như một khối nước đá hay khối thủy tinh.

Tại sao nó trở nên sáng trong? Bởi do các nhóm sắc (*rūpa kalāpa*) sáng trong. Xin hãy nhớ lại điều chúng tôi đã giải thích trước đây về cách mà sắc sanh lên trong các hạt hạ nguyên tử được gọi là kalāpa (nhóm hay tổng hợp). Chúng (*rūpa kalāpa*) được cấu thành từ các loại sắc khác nhau. Có năm loại nhóm sắc chứa các tịnh sắc (sắc sáng trong) (*pasāda-rūpa*): nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân tịnh sắc. Thân tịnh sắc được tìm thấy ở khắp thân cũng như trong tất cả sáu căn. Đó là lý do tại sao giờ đây, toàn thân hành giả hiện ra sáng trong. Lý do vì sao mà hành giả thấy khối sáng trong, mà thực chất đó là vô số các kalāpa, là do hành giả chưa phá vỡ được thứ mà chúng tôi gọi là sự ảo tưởng về khối (*ghana*): ảo tưởng rằng sắc là một khối đặc, trong khi thực ra chúng không phải là thứ như vậy.

BA ẢO TƯỚNG VỀ KHỐI

Có ba ảo tưởng về khối:

- 1) Tưởng rằng vật chất là một khối liên tục tồn tại không thay đổi: đây là ảo tưởng về khối liên tục (*santati ghana*).
- 2) Tưởng rằng vật chất là một hợp thể khối do nghĩ rằng các nhóm sắc chính là vật chất tột cùng: đây là ảo tưởng về khối tập hợp (*samūha-ghana*).
- 3) Tưởng rằng sắc phụ thuộc vào một cái ngã nào đó, cái ngã ấy có thể sai khiến sắc: đây là ảo tưởng về khối chức năng (*kicca-ghana*).

Hành giả hành thiền quán sắc để vượt qua ba ảo tưởng về khối này. Đầu tiên, hành giả cần phải vượt qua ảo tưởng về khối liên tục bằng việc thấy rõ các nhóm sắc (*rūpa-kalāpa*).

LÀM THẾ NÀO ĐỂ THẤY VÀ PHÂN BIỆT CÁC NHÓM SẮC

Một khi thân của hành giả hiện ra như một khối sáng trong, hành giả vẫn nên tiếp tục chỉ phân biệt tứ đại như trước. Và sau cùng, khối sáng trong ấy lấp lánh và phát sáng. Khi hành giả có thể định trên tứ đại ở khối lấp lánh, sáng trong đó liên tục trong ít nhất nửa giờ, hành giả đạt được mức định tương tự như cận định (*upacāra-samādhi*). Và đến đây là kết thúc giai đoạn thiền định của thiền tứ đại.

Giờ đây, hành giả bắt đầu giai đoạn minh sát của thiền tứ đại. Với ánh sáng ở mức cận định ấy, lúc đó, hành giả nên tìm những chỗ trống nhỏ ở khối sáng trong đó để phân biệt hư không giới (*ākāsa-dhātu*). Hư không giới tạo ra ranh giới giữa các nhóm sắc. Một khi hành giả đã phân biệt được hư không giới, khối sáng trong đó sẽ vỡ ra thành các phần tử nhỏ: chúng chính là các nhóm sắc (*rūpa-kalāpa*) mà chúng ta đã nhiều lần đề cập. Giờ đây, hành giả đã hiểu thấu được ảo tưởng về khối liên tục. Sau đó hành giả cần phải vượt qua ảo tưởng về khối tập hợp. Hành giả cần phân biệt tứ đại trong từng từng nhóm sắc. Trong mỗi nhóm sắc, có ít nhất tám loại đặc tánh:

Đất	Nước	Lửa	Gió
1) Cứng hoặc mềm	4) Chảy và	6) Nóng hay Lạnh	7) Hỗ trợ và
2) Thô hoặc mịn	5) Kết dính		8) Đẩy
3) Nặng hoặc nhẹ			

hành giả có thể thấy được các nhóm sắc. Sau đó phân tích mỗi trong sáu căn như được trình bày trong sơ đồ. Đây là con đường độc nhất mà hành giả có thể nhận biết đầy đủ sắc bằng thẳng trí của mình.

Các loại sắc căn bản thuộc mắt

(3 loại nhóm mười sắc [3x10=30] + 1 nhóm chín sắc [9] + 3 loại nhóm tám sắc [3x8=24]=63)

Loại	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC MẮT	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC THÂN*	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC GIỚI TÍNH*	NHÓM CHÍN SẮC THUỘC MẠNG CĂN*	NHÓM TÁM SẮC*		
					Mờ	Mờ	Mờ
Tính chất	Sáng trong	Sáng trong	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ
Nguồn gốc	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Tâm	Nhiệt	Dưỡng chất
Phận sự	căn/môn cho cảnh sắc	môn đối với các xúc (đất/lửa/gió)	Quyết định giới tính				
1	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất
2	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước
3	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa
4	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió
5	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu
6	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi
7	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị
8	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất
9	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn			
10	Nhãn tịnh sắc	Thân tịnh sắc	Sắc giới tính				

Các loại sắc căn bản thuộc tai

(3 loại nhóm mười sắc [3x10=30] + 1 nhóm chín sắc [9] + 3 loại nhóm tám sắc [3x8=24]=63)

Loại	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC TAI	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC THÂN*	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC GIỚI TÍNH*	NHÓM CHÍN SẮC THUỘC MẠNG CĂN*	NHÓM TÁM SẮC*		
					Mờ	Mờ	Mờ
Tính chất	Sáng trong	Sáng trong	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ
Nguồn gốc	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Tâm	Nhiệt	Dưỡng chất
Phận sự	căn/môn cho cảnh thanh	môn đối với các xúc (đất/lửa/gió)	Quyết định giới tính				
1	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất
2	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước
3	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa
4	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió
5	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu
6	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi
7	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị
8	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất
9	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn			
10	Nhĩ tịnh sắc	Thân tịnh sắc	Sắc giới tính				

* Nhóm mười sắc thuộc thân, nhóm mười sắc thuộc giới tính, nhóm chín sắc có mạng căn, và các nhóm tám sắc đều ở khắp sáu căn.

Các loại sắc căn bản thuộc mũi

(3 loại nhóm mười sắc [3x10=30] + 1 nhóm chín sắc [9] + 3 loại nhóm tám sắc [3x8=24]=63)

Loại	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC MŨI	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC THÂN*	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC GIỚI TÍNH*	NHÓM CHÍN SẮC THUỘC MẠNG CĂN*	NHÓM TÁM SẮC *		
Tính chất	Sáng trong	Sáng trong	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ
Nguồn gốc	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Tâm	Nhiệt	Dưỡng chất
Phận sự	căn/môn cho cảnh mùi	môn đối với các xúc (đất/lửa/gió)	Quyết định giới tính				
1	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất
2	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước
3	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa
4	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió
5	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu
6	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi
7	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị
8	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất
9	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn			
10	Tỷ tịnh sắc	Thân tịnh sắc	Sắc giới tính				

Các loại sắc căn bản thuộc lưỡi

(3 loại nhóm mười sắc [3x10=30] + 1 nhóm chín sắc [9] + 3 loại nhóm tám sắc [3x8=24]=63)

Loại	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC LƯỠI	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC THÂN*	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC GIỚI TÍNH*	NHÓM CHÍN SẮC THUỘC MẠNG CĂN*	NHÓM TÁM SẮC *		
Tính chất	Sáng trong	Sáng trong	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ
Nguồn gốc	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Tâm	Nhiệt	Dưỡng chất
Phận sự	căn/môn cho cảnh vị	môn đối với các xúc (đất/lửa/gió)	Quyết định giới tính				
1	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất
2	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước
3	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa
4	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió
5	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu
6	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi
7	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị
8	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất
9	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn			
10	Thiệt tịnh sắc	Thân tịnh sắc	Sắc giới tính				

* Nhóm mười sắc thuộc thân, nhóm mười sắc thuộc giới tính, nhóm chín sắc có mạng căn, và các nhóm tám sắc đều ở khắp sáu căn.

Các loại sắc căn bản thuộc thân

(2 loại nhóm mười sắc [2x10=20] + 1 nhóm chín sắc [9] + 3 loại nhóm tám sắc [3x8=24]=53)

Loại	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC THÂN*	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC GIỚI TÍNH*	NHÓM CHÍN SẮC THUỘC MẠNG CĂN*	NHÓM TÁM SẮC *		
				Mờ	Mờ	Mờ
Tính chất	Sáng trong	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ
Nguồn gốc	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Tâm	Nhiệt	Dưỡng chất
Phận sự	căn/môn đối với các xúc (đất/lửa/gió)	Quyết định giới tính				
1	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất
2	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước
3	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa
4	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió
5	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu
6	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi
7	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị
8	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất	Dưỡng chất
9	Mạng căn	Mạng căn	Mạng căn			
10	Thân tịnh sắc	Sắc giới tính				

* Bốn loại nhóm sắc này đều ở khắp sáu căn.

Các loại sắc căn bản thuộc trái tim

(3 loại nhóm mười sắc [3x10=30] + 1 nhóm chín sắc [9] + 3 loại nhóm tám sắc [3x8=24]=63)

Loại	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC TRÁI TIM	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC THÂN*	NHÓM MƯỜI SẮC THUỘC GIỚI TÍNH*	NHÓM CHÍN SẮC THUỘC MẠNG CĂN*	NHÓM TÁM SẮC *		
					Mờ	Mờ	Mờ
Tính chất	Mờ	Sáng trong	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ	Mờ
Nguồn gốc	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Nghiệp	Tâm	Nhiệt	Dưỡng chất
Phận sự	căn cho ý giới và ý thức giới#	căn/môn đối với các xúc (đất/lửa/gió)	Quyết định giới tính				
1	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất	Đất
2	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước	Nước
3	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa	Lửa
4	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió	Gió
5	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu	Màu
6	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi	Mùi
7	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị	Vị
8	Dưỡng chất Mạng căn	Dưỡng chất Mạng căn	Dưỡng chất Mạng căn	Dưỡng chất Mạng căn	Dưỡng chất chất	Dưỡng chất chất	Dưỡng chất chất
9							
10	Sắc ý vật	Thân tịnh sắc	Sắc giới tính				

Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, và thân thức sanh lên nương vào tịnh sắc vốn là sắc thứ mười (môn) của nhóm mười sắc tương ứng: nhãn thập sắc, nhĩ thập sắc, tỷ thập sắc, thiệt thập sắc, và thân thập sắc. Nhưng, tất cả các tâm (thức) khác (bao gồm ý giới và ý thức giới) sanh lên nương vào sắc ý vật (ý căn) của nhóm ý thập sắc.

‡ Ý giới (*mano-dhātu*): Tâm quán (hướng) ngũ môn và tâm tiếp thu quả thiện và tâm tiếp thu quả bất thiện; Ý thức giới (*mano-viññāna-dhātu*): tâm quan sát, tâm đồng lực, tâm đăng ký (tâm đồng sở duyên – tâm thập di – tâm na cảnh), tâm hộ kiếp.

* Thân thập sắc (nhóm mười sắc thuộc thân), tánh thập sắc, nhóm chín sắc có mạng căn, và các nhóm tám sắc đều ở khắp sáu căn.

THIỆN TỨ ĐẠI THEO CÁCH CHI TIẾT

Trong 'Đại Kinh Giáo Giới Rāhula' (*Mahā-Rāhul-Ovāda Sutta*) và 'Kinh Phân Biệt Giới' (*Dhātu-Vibhaṅga Sutta*), đều ở 'Kinh Trung Bộ' (*Majjhima-Nikāya*), Đức Phật còn mô tả thiện tứ đại theo bốn mươi hai thân phần. Điều này cũng được Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi-Magga*) đề cập. Giờ đây, để thực sự hoàn tất phần trình bày về thiện sắc, chúng ta sẽ bàn về điều này.

HAI MƯƠI PHẦN ĐỊA ĐẠI

Đức Phật mô tả hai mươi thân phần có địa đại thành ưu:

1) Tóc (<i>kesā</i>)	6) Thịt (<i>mamsam</i>)	11) Tim (<i>hadayam</i>)	16) Ruột (<i>antam</i>)
2) Lông (<i>lomā</i>)	7) Gân (<i>nahāru</i>)	12) Gan (<i>yakanam</i>)	17) Màng treo ruột (<i>antagunam</i>)
3) Móng (<i>nakhā</i>)	8) Xương (<i>aṭṭhi</i>)	13) Hoàn cách mô (<i>kilomakam</i>)	18) Vật thực chưa tiêu hóa (<i>udariyam</i>)
4) Răng (<i>dantā</i>)	9) Tủy (<i>aṭṭhi-miñjam</i>)	14) Lá lách (<i>pihakam</i>)	19) Phân (<i>karisam</i>)
5) Da (<i>Taco</i>)	10) Thận (<i>vakkam</i>)	15) Phổi (<i>papphasam</i>)	20) Não (<i>mattha-luṅgam</i>)

Trong tất cả hai mươi thân phần này ngoại trừ vật thực chưa tiêu hóa và phân, tất cả chúng được cấu thành từ năm mươi ba loại sắc: Thân thập sắc, tánh thập sắc, nhóm chín sắc thuộc mạng căn, nhóm tám sắc do tâm sanh, do thời tiết sanh và do dưỡng chất sanh: tất cả có năm mươi ba loại sắc [tham khảo sơ đồ về thân]. Vật thực chưa tiêu hóa và phân chỉ được cấu thành từ các nhóm tám sắc do thời tiết sanh.

Tóc ở bên ngoài da có rất ít lượng thân thập sắc, khiến rất khó khăn để phân biệt được chúng. Vì vậy, cơ bản là tìm năm mươi ba loại sắc này ở vùng chân tóc bên trong da. Điều này cũng áp dụng cho phần móng: hành giả có thể quán sát năm mươi ba loại sắc ở phần chân móng, sát phần thịt của tay và chân.

MƯỜI HAI PHẦN THỦY ĐẠI

Có mười hai thân phần trong cơ thể có thủy đại thành ưu:

1) Mật (<i>pittam</i>)	4) Máu (<i>lohitam</i>)	7) Nước mắt (<i>assu</i>)	10) Chất nhầy (<i>siṅghāṇikā</i>)
2) Đàm (<i>semham</i>)	5) Mồ hôi (<i>sedo</i>)	8) Mỡ nước (<i>vasā</i>)	11) Hoạt dịch (<i>lasikā</i>)
3) Mủ (<i>pubbo</i>)	6) Mỡ (<i>medo</i>)	9) Nước miếng (<i>kheḷo</i>)	12) Nước tiểu (<i>muttan'ti</i>)

Mủ và nước tiểu là các nhóm tám sắc do thời tiết sanh: chỉ có tám loại sắc. Mồ hôi, nước mắt, nước miếng và chất nhầy là các nhóm tám sắc do tâm sanh hay các nhóm tám sắc do thời tiết sanh: tất cả là mười sáu loại sắc. Sáu thân phần còn lại có cấu tạo từ năm mươi ba loại sắc như trong thân [tham khảo sơ đồ về thân].

BỐN PHẦN HỎA ĐẠI

Có bốn thân phần của cơ thể có hỏa đại thành ưu:

- 1) Nhiệt làm ấm (*santappana-tejo*): đây là loại hỏa đại làm ấm thân, bởi thân bị quấy nhiễu (*kuppite*), bởi sốt từng cơn...
- 2) Nhiệt lão hóa (*jīrana-tejo*): đây là loại hỏa đại gây ra sự lớn lên và già nua.
- 3) Nhiệt nóng bỏng (*ḍaha-tejo*): đây là loại hỏa đại gây ra sốt cao.
- 4) Nhiệt tiêu hóa (*pācaka-tejo*): đây là loại hỏa đại làm tiêu hóa các thức ăn và thức uống,...

Bốn thân phần này được cấu thành chỉ từ các nhóm sắc có hỏa đại thành ưu. Chúng không có bất kỳ hình dạng nào như các thân phần có địa đại hay thủy đại thành ưu. Vì thế, để thấy được các phần này trong thân, hành giả phải tìm những nhóm sắc có yếu tố hỏa đại thành ưu trong thân. Nếu chúng không rõ ràng, thử quán chúng vào lúc hành giả vừa mới ăn, hoặc lúc hành giả bị sốt.

SÁU PHẦN PHONG ĐẠI

Sáu thân phần vốn có phong đại thanh ưu:

- | | |
|--|--|
| 1) Gió hướng lên (<i>uddhaṅ-gamā vātā</i>) | 4) Gió trong ruột (<i>koṭṭhāsaya vātā</i>) |
| 2) Gió hướng xuống (<i>adho-gamā vātā</i>) | 5) Gió đẩy các chi (<i>aṅgam-aṅg-ānusārino vātā</i>) |
| 3) Gió trong bụng (<i>kucchisaya vātā</i>) | 6) Và hơi thở vào và ra (<i>assāso passāso</i>) |

Hơi thở vào và ra được cấu thành từ các nhóm chín sắc do tâm sanh: đất, nước, gió, lửa, màu, mùi, vị, dưỡng chất và âm thanh của hơi thở. Năm phần phong đại còn lại được cấu thành từ các nhóm chín sắc có mạng căn, và các nhóm tám sắc do tâm, do thời tiết và do dưỡng chất sanh: có tất cả là ba mươi ba loại sắc.

Để thấy hơi thở là do tâm sanh, hành giả cần phải thấy được các tâm tạo ra hơi thở: hành giả thấy được các tâm đó qua sự phân biệt chúng ở ý môn như đã làm khi phân biệt năm chi thiên. Và hành giả cần thấy rằng, các tâm ấy khởi sanh nương vào sắc ý vật ở nơi trái tim. Đây là phương thức để xác định và phân tích tất cả các loại sắc do tâm sanh. Khi hành giả thấy hơi thở được sanh ra bởi các tâm này, phân biệt tứ đại trong nó, và hành giả sẽ thấy rằng hơi thở được tạo thành từ các nhóm chín sắc có âm thanh là yếu tố thứ chín. Hành giả nên thực hành đến khi thấy được chúng.

Để phân tích năm phần phong đại còn lại, trước tiên, phân biệt từng loại phần phong đại, sau đó phân biệt tứ đại trong nó, hành giả thấy rằng nó được cấu thành bởi bốn loại nhóm sắc, cả thảy là ba mươi ba loại sắc.

Sau khi phân biệt và phân tích những loại nhóm sắc khác nhau ở sáu căn và bốn mươi hai thân phần, giờ đây, hành giả cần phân tích các loại nhóm sắc khác nhau theo nguồn gốc: do nghiệp sanh, do tâm sanh, do thời tiết sanh, và do dưỡng chất sanh.

CHÍN LOẠI NHÓM SẮC DO NGHIỆP SANH

Khi đã phân tích sắc của sáu căn-môn và bốn mươi hai thân phần, hành giả sẽ thấy rằng có chín loại nhóm sắc do nghiệp sanh (*kamma-ja-kalāpa*):

- 1) Nhóm mười sắc thuộc mắt (*cakkhu-dasaka-kalāpa*)
- 2) Nhóm mười sắc thuộc tai (*sota-dasaka-kalāpa*)
- 3) Nhóm mười sắc thuộc mũi (*ghāna-dasaka-kalāpa*)
- 4) Nhóm mười sắc thuộc lưỡi (*jivhā-dasaka-kalāpa*)
- 5) Nhóm mười sắc thuộc thân (*kāya-dasaka-kalāpa*)
- 6) Nhóm mười sắc thuộc trái tim (*hadāya-dasaka-kalāpa*)
- 7) Nhóm mười sắc có sắc giới tính nam (*purisa bhāva-dasaka-kalāpa*)
- 8) Nhóm mười sắc có sắc giới tính nữ (*itthi bhāva-dasaka-kalāpa*)
- 9) Nhóm chín sắc có sắc mạng căn (*jīvita-navaka-kalāpa*)

Chín loại nhóm sắc do nghiệp sanh này có mặt trong hiện tại do bởi hành nghiệp trong kiếp quá khứ hay trong một kiếp trước đó. Sắc do nghiệp sanh có mặt trong kiếp quá khứ được tạo ra bởi hành nghiệp trong kiếp trước kiếp quá khứ đó, hay một kiếp trước kiếp trước đó. Sắc do nghiệp sanh có mặt trong tương lai sẽ được tạo ra bởi các hành nghiệp trong kiếp này, hay một kiếp sống trước kiếp này.

- Nhóm mười sắc thuộc nhãn,... nhĩ,... tỳ,... thiệt,... thân đều sáng trong bởi vì sắc thứ mười của chúng là loại tịnh sắc tương ứng: nhãn tịnh sắc, nhĩ tịnh sắc,... Nó hoạt động như sắc căn cho sự khởi sanh của nhãn thức khi thấy cảnh sắc, sự khởi sanh của nhĩ thức khi nghe cảnh thanh,...

- Sắc trái tim của nhóm mười sắc thuộc tim hoạt động như sắc căn cho ý: Chúng tôi đã trình bày điều này trước đây trong phần liên quan đến nimitta.

- Sắc tính nam thuộc nhóm mười sắc có sắc tính nam chịu trách nhiệm cho tướng mạo đàn ông, cách di chuyển,... được tìm thấy ở toàn thân người nam. Tương tự đối với sắc tính nữ thuộc nhóm mười sắc có sắc tính nữ chịu trách nhiệm cho tướng mạo đàn bà, cách di chuyển,... được tìm thấy ở toàn thân người nữ.

- Nhóm chín sắc có mạng căn cũng được tìm thấy ở toàn thân. Chúng có yếu tố hòa đại hoạt động như nhiệt tiêu hóa.

- Khi hành giả được sanh làm người trong kiếp này, nghiệp tạo ra sắc do nghiệp sanh sẽ là thiện (*kusala*) như bố thí (*dāna*), trì giới (*sīla*), tham thiền (*bhāvanā*). Để biết đó là loại nghiệp nào, hành giả cần phải có khả năng phân biệt danh và sắc trong quá khứ. Chỉ khi ấy, hành giả mới biết rõ nguồn gốc sắc do nghiệp sanh của chính mình. Hành giả chỉ có thể đạt loại trí này từ giai đoạn trí phân biệt nhân duyên (*paccaya-pariggaha-ñāṇa*) mà thôi. Bây giờ, hành giả chỉ phải chấp nhận niềm tin là chín loại sắc này được tạo ra do nghiệp quá khứ.

TÁM LOẠI NHÓM SẮC DO TÂM SANH

1) Nhóm tám sắc do tâm sanh (*citta-ja-suddh-aṭṭhaka-kalāpa*): Được cấu thành từ tám loại sắc cụ thể cơ bản (*nipphanna-rūpa*): đất, nước, lửa, gió, màu, mùi, vị, với yếu tố dưỡng chất là thứ tám. Chúng cần phải được quán bằng minh sát trí (*vipassanā-ñāṇa*). Loại nhóm sắc này được tìm thấy ở tất cả sáu căn, và hầu hết ở bốn mươi hai thân phần.⁹¹

2) Nhóm chín sắc có sắc thân diễn đạt (*kāya-viññatti-navaka-kalāpa*): Là loại nhóm sắc tạo ra sự chuyển động của thân. Nó được tạo thành bởi:

- tám loại sắc cụ thể cơ bản (cần phải quán bằng minh sát trí)

+ thân diễn đạt (*kāya-viññatti*) (là loại sắc không cụ thể (*anipphanna-rūpa*) cần được phân tích nhưng không quán bằng minh sát trí).

Lại nữa, ở đây hành giả cần phải thấy được các tâm sanh ra nó. Hành giả thấy những tâm đó bằng cách phân biệt chúng ở ý môn, như cách hành giả đã làm khi phân biệt hơi thở vào và ra. Sau đó hành giả ngo nguậy ngón tay của mình, và thấy có vô số các nhóm sắc được sanh ra bởi ý định ấy. Phân tích chúng, hành giả sẽ thấy rằng chúng được cấu thành bởi tám loại sắc căn bản cộng với thân diễn đạt là sắc thứ chín.

3) Nhóm mười một sắc có sắc khinh (*lahut-ādi-ekā-dasaka-kalāpa*): được cấu thành từ:

- tám loại sắc cụ thể căn bản (cần được phân tích bằng minh sát trí)

+ sắc khinh (*lahutā*) + sắc nhu (*mudutā*) + sắc thích nghiệp (*kammaññatā*) (là loại sắc không cụ thể cần được phân tích nhưng không quán bằng minh sát trí).

Loại nhóm sắc này sanh lên khi thân cảm thấy thoải mái và nhẹ nhàng, do bởi sự an lạc, định tâm, khỏe khoắn, sức mạnh, thoải mái,...

4) Nhóm mười hai sắc có sắc thân diễn đạt và sắc khinh,... (*kāya-viññatti-lahut-ādi-dvā-dasaka-kalāpa*) được cấu thành từ:

- Tám loại sắc cụ thể căn bản (vẫn cần được phân tích bằng minh sát trí) + sắc thân diễn đạt (*kāya-viññatti*) lại nữa

+ sắc khinh (*lahutā*) + sắc nhu (*mudutā*) + sắc thích nghiệp (*kammaññatā*) (là loại sắc không cụ thể cần được phân tích nhưng không quán bằng minh sát trí).

Loại nhóm sắc này sanh lên do bởi tuổi trẻ, khỏe mạnh, sức mạnh,... khi chuyển động của thân là nhu nhuyễn, nhẹ nhàng và dễ dàng.

5) Nhóm mười sắc có sắc khẩu diễn đạt (*vacī-viññatti-dasaka-kalāpa*): khẩu diễn đạt là lời nói hay những âm thanh khác được cơ quan phát âm tạo ra để diễn đạt ý định đến người khác, để giao tiếp với người khác, như là la hét, khóc lóc... Loại âm thanh này chỉ được tạo ra bởi các sắc linh hoạt ở các chúng sanh. Âm thanh phát sanh bởi yếu tố địa đại trong các nhóm sắc do tâm sanh xuất phát từ ý định nói đập vào yếu tố địa đại của cơ quan phát âm do nghiệp sanh. Loại nhóm sắc này được cấu thành từ:

- Tám loại sắc cụ thể căn bản + âm thanh (là loại sắc cụ thể nên cần được quán với minh sát trí)

+ khẩu diễn đạt (là loại sắc không cụ thể cần được phân tích nhưng không quán bằng minh sát trí).

Hành giả đọc lớn các chữ "a, b, c". Sau đó nhìn các tâm tạo ra lời nói đó ở ý môn. Hành giả lại đọc lớn các chữ "a, b, c" một lần nữa, và thấy có vô số các nhóm sắc được tạo ra do ý định nói lan tỏa đến cổ

⁹¹ Hầu hết trong bốn mươi hai thân phần: Vật thực chưa tiêu hóa, phân, mù, nước tiểu, và lửa tiêu hóa không thể do tâm sanh.

họng, các dây thanh quản và các phần khác khiến cùng phối hợp tạo ra âm thanh. Để có thể rõ biết tiến trình khẩu diễn đạt, hành giả cũng cần phải phân biệt yếu tố địa đại trong các nhóm sắc do tâm sanh đập vào yếu tố địa đại của các nhóm sắc do nghiệp sanh.

6) Nhóm mười ba sắc có sắc khẩu diễn đạt và sắc âm thanh và sắc khinh... (*vaci-viññatti-sadda-lahut-ādi-terasaka-kalāpa*) được cấu thành từ:

- Tám loại sắc cụ thể căn bản + âm thanh (là loại sắc cụ thể nên tất cả cần được quán bằng minh sát trí)
+ khẩu diễn đạt + sắc khinh + sắc nhu + sắc thích nghiệp (là loại sắc không cụ thể cần được phân tích nhưng không quán bằng minh sát trí).

Loại nhóm sắc này sanh do bởi sự an vui, trẻ trung, khỏe khoắn, sức mạnh... làm lời người nói êm ái và dễ nghe. Và nó cũng có thể phát sanh do các chủ đề cao đẹp hay vi diệu, như việc thuyết giảng Pháp thâm sâu.

7) Nhóm chín sắc của hơi thở vào và ra do tâm sanh (*assāsa-passāsa-citta-ja-sadda-navaka-kalāpa*) được cấu thành từ: Tám loại sắc cụ thể căn bản + âm thanh của hơi thở, cũng là loại sắc cụ thể nên tất cả cần được quán bằng minh sát trí. Chúng tôi đã nói về điều này trước đây, khi trình bày lời dạy của Đức Phật về toàn thân hơi thở.⁹²

8) Nhóm mười hai sắc của hơi thở vào và ra có âm thanh và sắc khinh do tâm tạo (*assāsa-passāsa-citta-ja-sadda-lahut-ādi-dvā dasaka-kalāpa*): được cấu thành từ:

- Tám loại sắc cụ thể căn bản + âm thanh của hơi thở (là sắc cụ thể nên tất cả phải được quán bằng minh sát trí)
+ sắc khinh + sắc nhu + sắc thích nghiệp (là loại sắc không cụ thể nên cần được phân tích nhưng không quán bằng minh sát trí).

Loại nhóm sắc này sanh do bởi sự an vui, khỏe khoắn, sức mạnh, và thoải mái,... hơi thở trở nên êm dịu và dễ dàng: ví dụ, khi một người tu tập định niệm hơi thở, hơi thở trở nên nhẹ nhàng và vi tế.

Ở đây, chúng tôi cần nhắc lại là, dù rằng các loại sắc không cụ thể cần được phân biệt để thông đạt sắc uẩn, nhưng chỉ có sắc cụ thể mới là đối tượng của minh sát trí.

BỐN LOẠI NHÓM SẮC DO NHIỆT SANH

1) Nhóm tám sắc do nhiệt sanh (*utu-ja-suddh-atthaka-kalāpa*): được cấu thành từ tám loại sắc cụ thể căn bản (*nippahanna-rūpa*), loại sắc thứ tám có yếu tố dưỡng chất do nhiệt sanh (*utu-ja oja*). Chúng cần được quán bằng minh sát trí. Loại nhóm sắc này được tìm thấy ở khắp sáu căn và hầu hết trong bốn mươi hai thân phần. Chúng được tìm thấy ở trong và ngoài thân.

Vật thực trong ruột, vật thực trong thực quản (vật thực trong miệng, vật thực mới ăn chưa được tiêu hóa trong dạ dày, vật thực đã được tiêu hóa một phần và toàn phần nằm trong ruột và phần), mủ và nước tiểu, tất cả đều là nhóm tám sắc có yếu tố dưỡng chất do nhiệt sanh.

2) Nhóm chín sắc có sắc âm thanh do nhiệt sanh (*utu-ja-sadda-navaka-kalāpa*): được cấu thành từ tám loại sắc cụ thể căn bản + âm thanh (là loại sắc cụ thể nên tất cả phải được quán bằng minh sát trí). Âm thanh ở đây được tạo ra từ các vật vô tri vô giác, ví dụ, âm thanh được tạo bởi gió trong dạ dày hay trong ruột, tiếng xương gãy, tiếng nhạc hoặc từ một vật bị bể. Nó gồm tất cả các nhóm sắc có sắc âm thanh ngoại trừ nhóm sắc có sắc âm thanh do tâm sanh thuộc khẩu diễn đạt hay hơi thở mà chúng tôi vừa giải thích. Nó là loại sắc cụ thể, và lại nữa, âm thanh phát sanh bởi sự va chạm của các yếu tố địa đại trong các nhóm sắc khác nhau.

3) Nhóm mười một sắc có sắc khinh (*lahut-ād-ekā-dasaka-kalāpa*) được cấu thành từ:

- Tám loại sắc cụ thể căn bản (cần được quán bằng minh sát trí)
+ sắc khinh + sắc nhu + sắc thích nghiệp (là loại sắc không cụ thể (*anippahanna-rūpa*) nên cần được phân tích nhưng không được quán bằng minh sát trí).

Loại nhóm sắc này sanh khi thân cảm thấy thoải mái và nhẹ nhàng, do thời tiết tốt, quần áo dễ chịu,... Và nó được tìm thấy duy nhất ở phía trong và phía ngoài thân các chúng sanh.

⁹² <TOÀN THÂN HƠI THỞ: Xem 'CÁM GIÁC TOÀN THÂN HƠI THỞ', tr. 73.>

4) Nhóm mười hai sắc có sắc âm thanh và sắc khinh (*sadda-lahut-ādi-dvā-dasaka-kalāpa*) được cấu thành từ:

- Tám loại sắc cụ thể căn bản + âm thanh (là sắc cụ thể nên tất cả cần được quán bằng minh sát trí)
+ sắc khinh + sắc nhu + sắc thích nghiệp (là loại sắc không cụ thể nên cần được phân biệt nhưng không quán bằng minh sát trí).

Loại nhóm sắc này được tìm thấy duy nhất ở phía trong và phía ngoài thân các chúng sanh.

HAI LOẠI NHÓM SẮC DO DƯỠNG CHẤT SANH

Nhóm sắc do dưỡng chất sanh được tạo ra khi hành giả tiêu hóa thức ăn và thức uống. Khi hành giả phân tích quá trình tiêu hóa, hành giả sẽ thấy rằng trong lúc ăn và uống, thân của hành giả được duy trì bởi các thể hệ nhóm sắc do dưỡng chất sanh.

1) Nhóm tám sắc thuần tịnh do dưỡng chất sanh (*āhāra-ja-suddh-aṭṭhaka-kalāpa*): được cấu thành từ tám loại sắc cụ thể (*nipphanna-rūpa*) có yếu tố thứ tám là dưỡng chất được sanh do chất dinh dưỡng (*āhāra-ja-ojā*). Chúng cần được quán bằng minh sát trí (*vipassanā-ñāṇa*).

2) Nhóm mười một sắc có sắc khinh (*lahut-ād-ekā-dasaka-kalāpa*): được cấu thành từ:

- Tám loại sắc cụ thể căn bản (cần được quán bằng minh sát trí)
+ sắc khinh + sắc nhu + sắc thích nghiệp (tất cả đều là sắc không cụ thể (*anipphanna-rūpa*) nên cần được phân tích nhưng không quán bằng minh sát trí).

Loại nhóm sắc này sanh khi thân cảm thấy thoải mái và khinh an, chẳng hạn, nếu sự tiêu hóa của hành giả là rất tốt thì những nhóm sắc có yếu tố dưỡng chất được sanh do chất dinh dưỡng sẽ lan tỏa rất dễ dàng. Điều này cũng có thể xảy ra nếu vật thực lành mạnh và ngon.

Hai loại nhóm sắc này được tìm thấy khắp trong sáu căn, và hầu hết trong bốn mươi hai thân phần. Cả hai loại sắc này chỉ sanh ở trong thân của các chúng sanh mà thôi.

BỐN LOẠI SẮC TƯỚNG

Đến đây chúng tôi đã trình bày việc phân biệt hai mươi bốn trong hai mươi tám loại sắc. Bốn loại sắc sau cuối cũng cần được phân biệt, song chúng lại là sắc không cụ thể.

1) Sắc sanh (*upacaya*): Đây là thể hệ sắc có mặt trong thời điểm thụ thai và thai nghén trong dạ người mẹ. Vì vậy, hành giả có thể thấy được loại sắc này chỉ khi hành giả có khả năng phân biệt sự thụ thai và thai nghén của chính hành giả trong dạ người mẹ của mình. Hành giả sẽ phân biệt nó khi quán pháp duyên khởi (*paṭicca-samuppāda*).

2-3-4) Sắc tiến (*santati*), sắc dị (*jaratā*), sắc diệt (*aniccatā*): chúng chỉ là sự sanh, trụ, và diệt của các loại sắc cụ thể khác nhau. Để phân biệt chúng, trước tiên, hành giả cần phân biệt các loại nhóm sắc cụ thể khác biệt trong sáu căn và bốn mươi hai thân phần: đầu là nhóm tám sắc hay chín sắc, hay mười sắc cụ thể. Sau đó, cố gắng thấy tất cả các loại sắc trong chỉ một nhóm sắc trong một lần nhìn, khi chúng sanh, trụ và diệt. Và kể đến, cố gắng thấy cả ba giai đoạn này trong tất cả các loại sắc cụ thể ở khắp sáu căn trong một lần nhìn, và tất cả bốn mươi hai thân phần trong một lần nhìn. Dĩ nhiên, hành giả sẽ thấy các nhóm sắc đó không đồng loạt cùng sanh, trụ và diệt tại một thời điểm: Vì chúng không cùng một giai đoạn.

QUÁN 'SẮC'

Mục đích của việc phân biệt hai mươi tám loại sắc trong sáu căn và bốn mươi hai thân phần là để làm gì? Nó nhằm để rõ biết thân không là gì khác ngoài sự sanh, trụ và diệt của các loại sắc này: chẳng có linh hồn, hay tự ngã,... Đó là lý do vì sao giờ đây hành giả cần phải quán tất cả chúng chỉ là sắc (*rūpa*) mà thôi.

Trước hết, hành giả phân biệt sáu mươi ba hay năm mươi ba loại sắc cụ thể trong sáu căn, như chúng tôi đã trình bày từ trước. Sau đó cố gắng phân biệt các loại sắc không cụ thể nhiều như hành giả có thể. Kể đến, phân biệt tất cả các loại sắc ở từng căn và xác định chúng theo đặc tánh *luôn bị biến đổi* (*ruppana*) bởi: lạnh, nóng, đói, khát, bị côn trùng cắn,...

Đặc tánh cứng của địa đại không thay đổi, đặc tánh chảy của thủy đại không thay đổi, đặc tánh nóng của hỏa đại không thay đổi, và đặc tánh hỗ trợ của phong đại cũng không thay đổi, nhưng chúng thay đổi cường độ. Các loại sắc khác nhau thay đổi cường độ liên tục: lúc thì nóng, lúc thì lạnh, sau đó thì lại nóng. Lúc cứng, sau đó mềm, rồi lại cứng... Lúc thì nhám sau thì trơn mịn... Khi chúng nóng, cường độ nóng của sắc ở thân có thể đạt đến mức không thể chịu nổi, và khi chúng lạnh, cường độ lạnh có thể đạt đến mức không thể chịu nổi. Đó là một sự không ngừng biến đổi cường độ của các loại sắc khác nhau trong một nhóm sắc, một sự không ngừng biến đổi, bên trong và bên ngoài.

Hành giả nên phân biệt tất cả các loại sắc trong mỗi môn và xác định chúng theo các đặc tánh *luôn bị biến đổi (ruppāna)* của sắc. Phân biệt tất cả các loại sắc của từng căn trong từng lần một, và quán chúng là 'sắc, sắc (*rūpa, rūpa*)', hay 'sắc pháp, sắc pháp (*rūpa-dhamma, rūpa-dhamma*)'. Xin hãy làm vậy với từng thân phần một trong bốn mươi hai thân phần.

KẾT LUẬN

Đây là những mô tả tóm tắt của đề mục thiền quán sắc (*rūpa-kammaṭṭhāna*). Chúng tôi vẫn còn bỏ qua nhiều chi tiết, chẳng hạn, trên thực tế, hành giả cần phân tích từng loại sắc theo đặc tánh, phạm sự, biểu hiện và nhân gần của chúng. Chúng tôi chỉ cố gắng đưa cho hành giả một ý niệm về thể nào là "con đường độc nhất" mà việc hành thiền quán liên quan đến:

- 1) Đầu tiên, hành giả cần tu tập tứ thiền niệm hơi thở (*ān-āpāna jhāna*), đến khi ánh sáng trí tuệ sáng rực, rực rỡ và sáng chói. Sau đó, hành giả thực hành phân biệt tứ đại khắp toàn thân: các đại chủng đất, nước, lửa, gió. Thực hành như vậy cho đến khi hành giả thấy toàn thân mình sáng trong và lấp lánh như khối nước đá hay khối thủy tinh. Định tâm trên thể khối đó cho đến khi hành giả đạt đến mức định tương tự cận định (*upacāra-samādhi*).
- 2) Định tâm trên yếu tố hư không trong thể khối đó cho đến khi hành giả thấy được các nhóm sắc, và sau đó hành giả phân tích chúng để thấy tất cả các loại sắc trong mỗi nhóm sắc. Ví dụ: Địa đại, hỏa đại, thủy đại, phong đại, màu, mùi, vị, dưỡng chất, mạng căn và nhãn tịnh sắc. Phân biệt các loại nhóm sắc khác nhau ở sáu căn và bốn mươi hai thân phần.
- 3) Phân biệt tất cả các loại sắc ở mỗi căn, ở từng thân phần, trong tất cả sáu căn, và trong tất cả bốn mươi hai thân phần. Và thấy rằng, tất cả chúng đều có tánh biến đổi. Sau đó, quán chúng là 'sắc, sắc (*rūpa, rūpa*)', hoặc 'sắc pháp, sắc pháp (*rūpa-dhamma, rūpa dhamma*)'.

Kế tiếp, chúng tôi sẽ mô tả về "con đường độc nhất" cho thiền quán danh (*nāma-kammaṭṭhāna*).

THIỆN QUÁN DANH

Để hành giả có thể hiểu về thiện quán danh, trước tiên hành giả cần hiểu danh thật sự là gì

Trong Vi Diệu Pháp, Đức Phật giảng về ý gồm 1 tâm (thức – citta) biết đối tượng (cảnh), cùng với nó là các tâm sở (sở hữu tâm – cetasika). Có tất cả năm mươi hai loại tâm sở:

NĂM MƯƠI HAI TÂM SỞ (CETASIKA):

52 TÂM SỞ (CETASIKA)	
7 Tâm Sở Biến Hành (chung) (<i>sabba-citta-sādhāraṇa</i>)	6 Tâm Sở Biệt Cảnh (<i>pakinnaka</i>)
1) xúc (<i>phassa</i>)	5) nhất hành (<i>ek-aggatā</i>)
2) thọ (<i>vedanā</i>)	6) mạng quyền (<i>jīvit-indriya</i>)
3) tưởng (<i>saññā</i>)	7) tác ý (<i>manasikāra</i>)
4) tư (<i>cetanā</i>)	
	1) tầm (<i>vitakka</i>)
	2) tứ (<i>vicāra</i>)
	3) thắng giải (<i>adhimokkha</i>)
	4) cần (<i>virīya</i>)
	5) hỷ (<i>pīti</i>)
	6) dục (<i>chanda</i>)

14 Tâm Sở Bất Thiện (<i>akusala-cetasika</i>)			
1) si ⁹³ (<i>moha</i>)	5) tham (<i>lobha</i>)	8) sân (<i>dosa</i>)	12) hôn trầm (<i>thina</i>)
2) vô tâm (<i>ahiri</i>)	6) tà kiến (<i>ditthi</i>)	9) tật (<i>issā</i>)	13) thuy miên (<i>middha</i>)
3) vô quý (<i>anottappa</i>)	7) mạn (<i>māna</i>)	10) lặn (<i>macchariya</i>)	14) hoài nghi (<i>vicikicchā</i>)
4) phóng dật (<i>uddhacca</i>)		11) hối (<i>kukkucca</i>)	

25 Tâm Sở Tịnh Hào (<i>sobhana-cetasika</i>)	
19 Biến Hành Tịnh Hào (<i>sobhana-sādhāraṇa</i>)	
1) tín (<i>saddhā</i>)	10) khinh thân (<i>kāya-lahutā</i>)
2) niệm (<i>sati</i>)	11) khinh tâm (<i>citta-lahutā</i>)
3) tầm (<i>hiri</i>)	12) nhu thân (<i>kāya-mudutā</i>)
4) quý (<i>ottapa</i>)	13) nhu tâm (<i>citta-mudutā</i>)
5) vô tham (<i>a-lobha</i>)	14) thích thân (<i>kāya-kammaññatā</i>)
6) vô sân (<i>a-dosa</i>)	15) thích tâm (<i>citta-kammaññatā</i>)
7) hành xả (<i>tatra-majjhataṭṭā</i>)	16) thuần thân (<i>kāya-pāguññatā</i>)
8) tịnh thân (<i>kāya-passaddhi</i>)	17) thuần tâm (<i>citta-pāguññatā</i>)
9) tịnh tâm (<i>citta-passaddhi</i>)	18) chánh thân (<i>kāy-ujukatā</i>)
	19) chánh tâm (<i>citt-ujukatā</i>)
3 Tiết Chế (Giới Phần) (<i>viratī</i>)	
1) Chánh Ngữ (<i>Sammā-Vācā</i>)	
2) Chánh Nghiệp (<i>Sammā-Kammanta</i>)	
3) Chánh Mạng (<i>Sammā-Ājīva</i>)	
2 Vô Lượng Phần (<i>appamaññā</i>)	
1) bi (<i>karuṇā</i>)	
2) hỷ (<i>muditā</i>)	
1 Vô Si (<i>a-moha</i>)	
1) tuệ quyền (<i>paññ-indriya</i>)	

(7 + 6 + 14 + 19 + 3 + 2 + 1 = 52 tâm sở)

Một tâm sở tự nó không sanh khởi một mình. Nó luôn đồng sanh cùng với tâm và một số các tâm sở nhất định khác. Ví dụ, nhãn thức chỉ có bảy tâm sở đồng sanh với nó. Đối với tâm siêu thế hợp sơ thiền thì có ba mươi sáu tâm sở được đồng sanh lên.

⁹³ Bốn tâm sở có gạch chân dợn sóng luôn đồng sanh với mọi tâm bất thiện.

Có tất cả là tám mươi chín loại tâm, chúng có thể được phân loại là thiện, bất thiện hoặc vô ký. Chúng cũng được phân loại là dục giới (*kām-āvacara*), sắc giới (*rūp-āvacara*), hay vô sắc giới (*arūp-āvacara*). Sau cùng, chúng có thể được phân loại là hiệp thế (*lokiya*) hay siêu thế (*lokuttarā*). Tuy nhiên, mỗi loại tâm đều *chỉ nhận biết đối tượng* của chính nó mà thôi: đó chính là đặc tánh của tâm. Như vậy, thực ra, riêng một mình tâm thì nó chỉ là một loại. Nhưng theo các cách phân loại khác nhau đó cũng như theo các tâm sở phối hợp, thì có tám mươi chín loại tâm.

TÁM MƯƠI CHÍN LOẠI TÂM (CITTA)

HIỆP THỂ (81)					SIÊU THỂ (8) #
Bất Thiện (12)	Vô Nhân (18)	Tịnh Hảo Dục Giới (24) ‡	Sắc Giới (15)	Vô Sắc Giới (12)	
Căn Tham (lobha·mūla) 1) +hỷ +kiến vô trợ 2) +hỷ +kiến hữu trợ 3) +hỷ -kiến vô trợ 4) +hỷ -kiến hữu trợ 5) +xả +kiến vô trợ 6) +xả +kiến hữu trợ 7) +xả -kiến vô trợ 8) +xả -kiến hữu trợ Căn Sân (dosa·mūla) 1) +ưu +phẫn vô trợ 2) +ưu +phẫn hữu trợ Căn Si (moha·mūla) 1) +xả +hoài nghi 2) +xả +phóng dật	Quả Bất Thiện (akusala·vipāka) 1) +xả mắt 2) +xả Tai 3) +xả mũi 4) +xả lưỡi 5) +khổ thân 6) +xả tiếp thân 7) +xả quan sát Quả Thiện (kusala·vipāka) 1) +xả mắt 2) +xả tai 3) +xả mũi 4) +xả lưỡi 5) +lạc thân 6) +xả tiếp thân 7) +hỷ quan sát 8) +xả quan sát Duy Tác (kriyā) 1) +hỷ ̣ Vi tiểu 2) +xả Hướng ngũ môn 3) +xả Hướng ý môn	(Đại) Thiện (Mahā·) (kusala) 1) +hỷ +trí vô trợ 2) +hỷ +trí hữu trợ 3) +hỷ -trí vô trợ 4) +hỷ -trí hữu trợ 5) +xả +trí vô trợ 6) +xả +trí hữu trợ 7) +xả -trí vô trợ 8) +xả -trí hữu trợ (Đại) Quả (Mahā·) (vipāka) 1) +hỷ +trí vô trợ 2) +hỷ +trí hữu trợ 3) +hỷ -trí vô trợ 4) +hỷ -trí hữu trợ 5) +xả +trí vô trợ 6) +xả +trí hữu trợ 7) +xả -trí vô trợ 8) +xả -trí hữu trợ (Đại) Duy Tác ̣ (Mahā·) (kriyā) 1) +hỷ +trí vô trợ 2) +hỷ +trí hữu trợ 3) +hỷ -trí vô trợ 4) +hỷ -trí hữu trợ 5) +xả +trí vô trợ 6) +xả +trí hữu trợ 7) +xả -trí vô trợ 8) +xả -trí hữu trợ	Thiện (kusala) 1) sơ thiền 2) nhị thiền 3) tam thiền 4) tứ thiền 5) ngũ thiền Quả (vipāka) 1) sơ thiền 2) nhị thiền 3) tam thiền 4) tứ thiền 5) ngũ thiền Duy Tác ̣ (kriyā) 1) sơ thiền 2) nhị thiền 3) tam thiền 4) tứ thiền 5) ngũ thiền	Thiện (kusala) 1) Hư không vô biên xứ 2) Thức vô biên xứ 3) Vô sở hữu xứ 4) Phi tưởng phi phi tưởng xứ Quả (vipāka) 1) Hư không vô biên xứ 2) Thức vô biên xứ 3) Vô sở hữu xứ 4) Phi tưởng phi phi tưởng xứ Duy Tác ̣ (kriyā) 1) Hư không vô biên xứ 2) Thức vô biên xứ 3) Vô sở hữu xứ 4) Phi tưởng phi phi tưởng xứ	Thiện (kusala) 1) Sơ Đạo 2) Nhất Lai Đạo 3) Bất Lai Đạo 4) Arahant Đạo Quả (vipāka) 1) Sơ Quả 2) Nhất Lai Quả 3) Bất Lai Quả 4) Arahant Đạo # Các loại tâm siêu thể (tô màu xám) không phải là đối tượng của vipassanā ̣ Các loại tâm duy tác này sanh lên và là đối tượng vipassanā chỉ cho bậc Arahant ‡ Những tâm này cũng còn được gọi là tâm đại thiện (<i>mahā·kusala</i>), đại quả (<i>mahā·vipāka</i>),...
TÓM TẮT: Bất thiện 12 Thiện 21 Quả 36 Duy tác 20 89 Thiện và Bất Thiện là các tốc hành tâm trong các tiến trình tâm của người chưa phải là Arahant.					

Trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*), Đức Phật mô tả thiền quán danh trên (tâm sở) thọ dưới quán thọ (*vedan-ānupassanā*) và thiền quán trên các tâm sở còn lại, Ngài mô tả dưới quán pháp (*dhamm-ānupassanā*): chẳng hạn, quán các tâm sở bất thiện dưới mục năm triền cái (*nīvaraṇa*), và các tâm sở thiện dưới mục bảy giác chi (*bojjh-aṅga*). Cũng vậy, dưới phần quán các uẩn, Đức Phật mô tả pháp quán thọ uẩn (*vedanā-kkhandha*), tưởng uẩn (*saññā-kkhandha*), hành (chính là năm mươi tâm sở còn lại) uẩn (*saṅkhāra-kkhandha*).

Thiền quán danh trên tâm, Đức Phật mô tả dưới phần quán tâm (*citt-ānupassanā*). Ở đó, Ngài nói, chẳng hạn, tâm có tham rõ biết tâm có tham (*sa-rāgaṃ cittaṃ*); hay tâm không có tham rõ biết tâm không tham (*vīta-rāgaṃ cittaṃ*). Đó là pháp quán tâm hợp với tham, kể đến là pháp quán các loại tâm thiện, tâm quả và tâm duy tác, chẳng hạn, tâm quảng đại, rõ biết tâm quảng đại (*mahaggataṃ cittaṃ*), tâm không quảng đại, rõ biết tâm không quảng đại (*a-mahaggataṃ cittaṃ*). Đó là pháp quán về các tâm thiện sắc giới và vô sắc giới. Và sau đó là pháp quán các loại tâm dục giới. Theo cách đó, Đức Phật đã mô tả tất cả tám mươi một tâm hiệp thể theo tám đôi. Tuy nhiên, tám tâm siêu thể còn lại không phải là đối tượng của thiền minh sát.

Một số tâm sanh khởi nằm trong một tiến trình tâm (*citta-vīthi*) là các tâm thuộc tiến trình nhận thức (*vīthi-citta*). Một số tâm sanh khởi ngoài một tiến trình tâm, là tâm sanh khởi giữa sự phân chia tiến trình nhận thức hay tâm tách khỏi tiến trình nhận thức (*vīthi-mutta*). Chúng tôi đã đề cập điều này trước đây, khi nói về việc rơi vào tâm hộ kiếp (*bhavaṅga*).

Có sáu loại tiến trình tâm (lộ trình tâm). Năm loại đầu là các tiến trình tâm thuộc nhãn môn, nhĩ môn, tỷ môn, thiệt môn, và thân môn, mà các đối tượng tương ứng của chúng lần lượt là các sắc, thanh, mùi, vị, và xúc. Chúng được gọi chung là 'Tiến Trình Nhận Thức Ngũ Môn' hay 'Lộ Ngũ Môn' (*pañca-dvāra-vīthi*). Loại tiến trình nhận thức thứ sáu bắt tất cả các pháp làm đối tượng của nó (bao gồm cả Niết-bàn), được gọi là tiến trình nhận thức ý môn (*mano-dvāra-vīthi*). Giữa sáu loại tiến trình này, có sự sanh khởi loại tâm phi tiến trình. Trong một kiếp sống, nó luôn lấy cùng một đối tượng thuộc tiến trình tâm cuối cùng ở kiếp trước. Nó là loại tâm đầu tiên sanh khởi trong một kiếp sống, là tâm tục (tái) sanh (kiết sanh thức). Trong suốt kiếp sống ấy, nó sanh lên giữa hai tiến trình nhận thức như là tâm hộ kiếp (*bhavaṅga*) mà chúng tôi đã đề cập trước đây. Và nó cũng là loại tâm cuối cùng sanh khởi trong một kiếp sống, là tử tâm.

Mỗi tiến trình nhận thức được cấu thành từ một chuỗi các loại tâm khác nhau. Chúng sanh khởi theo quy luật tự nhiên của tâm (*cittaniyāma*). Và để quán danh, hành giả cần phải thấy chúng sanh khởi theo trật tự của quy luật tự nhiên ấy. Để làm được điều này, hành giả cần phát triển định vững chắc và mạnh mẽ, với một đề mục thiền tịnh chỉ hoặc tứ đại. Ở đây, chúng tôi sẽ nói về những hành giả đã tu tập đến tứ thiền niệm hơi thở và sử dụng định ấy làm 'bậc thiền nền tảng của minh sát' (*vipassanā-pādaka-jjhāna*).

PHÂN BIỆT TIẾN TRÌNH TÂM ĐẶC THIỀN

Nếu hành giả chứng đạt bậc thiền, chẳng hạn, tứ thiền niệm hơi thở (*ān-āpāna-sati*), khởi điểm tốt nhất để thực hành thiền quán danh chính là phân biệt các chi thiền, sau đó là tâm thiền và các tâm sở còn lại: điều này chính là phân biệt pháp thiền (*jhāna-dhamma*).

Tại sao hành giả lại bắt đầu theo cách này? Trước tiên, do khi tu tập bậc thiền, hành giả đã phân biệt năm chi thiền, như vậy có nghĩa là hành giả đã có một số kinh nghiệm để phân biệt các tâm sở này. Thứ nhì, tâm thiền của một tiến trình tâm đặc thiền (các tốc hành tâm thiền (*jhāna-javana*)) sanh khởi hàng nghìn triệu lần liên tiếp nhau. Do vậy, chúng nổi bật và dễ dàng phân biệt. Điều này ngược lại trong một tiến trình tâm dục giới (*kām-āvacara-vīthi*), ở đó các tốc hành tâm chỉ sanh khởi bảy lần liên tiếp nhau.

Để phân biệt danh của thiền, hành giả bắt đầu bằng việc lập lại sơ thiền, chẳng hạn sơ thiền niệm hơi thở, cho đến khi ánh sáng trí tuệ sáng rực, rực rỡ và chói sáng. Xuất khỏi thiền ấy và phân biệt năm chi thiền như khi hành giả đã làm trước đây, lúc tu tập pháp thuần thực của sơ thiền.⁹⁴ Năm chi thiền đó là:

- 1) Tầm (*vitakka*)
- 2) Tứ (*vicāra*)
- 3) Hỷ (*pīti*)
- 4) Lạc (*sukha*)
- 5) Nhất tâm (*ek-aggatā*)

⁹⁴ <Xem 'NĂM PHÁP THUẦN THỰC' tr.44>

Hành giả cần phải thực hành cho đến khi vị ấy có thể phân biệt tất cả năm chi thiền cùng một lúc, cũng như phân biệt càng nhiều càng tốt các tốc hành tâm sơ thiền giữa nhiều nghìn triệu tâm thiền sanh khởi trong một tiến trình tâm đặc thiền.

Có ba mươi bốn tâm hành vào lúc sanh khởi một tâm bậc thiền (tâm an chỉ): Một tâm sơ thiền, và ba mươi ba tâm sở thiền, bao gồm cả năm chi thiền. Và hành giả cũng cần phải phân biệt tất cả ba mươi bốn tâm hành đó. Một khi hành giả trở nên thiện xảo trong việc phân biệt năm chi thiền, kể đến hành giả sẽ bắt đầu bằng: thức (*viññāṇa*), tâm sở xúc (*phassa*), tâm sở thọ (*vedanā*): hành giả chọn pháp nào dễ thấy nhất.

Nếu hành giả muốn bắt đầu bằng thức (*viññāṇa*). Hành giả lập lại sơ thiền niệm hơi thở, xuất khỏi thiền ấy, và phân biệt các tâm thiền khi chúng đang sanh khởi nhiều triệu lần liên tục. Sau đó, lập lại sơ thiền, xuất khỏi thiền ấy, hành giả liền phân biệt thức + xúc. Hành theo phương thức này để phân biệt tất cả ba mươi bốn tâm hành trong mỗi tốc hành tâm sơ thiền: Đầu tiên là một tâm hành, sau đó hành giả thêm vào một tâm hành nữa, như vậy hành giả phân biệt được hai tâm hành; thêm một tâm hành nữa, hành giả phân biệt được ba tâm hành, thêm một tâm hành nữa, hành giả phân biệt được bốn tâm hành...vv. . cho đến ba mươi bốn tâm hành. Mỗi lần như vậy, hành giả cần lập lại sơ thiền của mình, xuất khỏi thiền ấy, thêm vào một tâm hành đến khi đủ ba mươi bốn tâm hành. Đây chính là 'minh sát bất đoạn pháp' (*anupada-dhamma-vipassanā*) được Đức Phật mô tả trong 'Kinh Bất Đoạn' (*Anupada Sutta*) của 'Kinh Trung Bộ' (*Majjhima-Nikāya*).

Sau khi phân biệt ba mươi bốn tâm hành của sơ thiền, hành giả phân biệt tất cả các loại tâm hành khác nhau trong trình tự sáu loại tâm tạo nên một tiến trình ý môn (*mano-dvāra-vīthi*) của sơ thiền. Và khi hành giả đã hoàn tất việc phân tích tất cả các danh của sơ thiền, theo cách giống vậy, hành giả cần phân biệt và phân tích danh của nhị thiền, tam thiền, và tứ thiền niệm hơi thở và bất kỳ bậc thiền nào khác mà hành giả đã chứng đắc.

TIẾN TRÌNH TÂM ĐẮC THIỀN (*Jhāna-Samāpatti-Vīthi*) (Bốn thiền sắc giới / Bốn thiền vô sắc giới)*

Sát-na tâm <i>Citta-Kkhaṇa</i>	(Trước tiến trình tâm)								(Sau tiến trình tâm)
	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒	⇒⇒⇒...⇒⇒⇒	⇒⇒⇒...⇒⇒⇒	
Đối tượng (cảnh) <i>Ārammaṇa</i>	Đối tượng cận tử của kiếp sống trước	Đối tượng thiền <i>Jhān-Ārammaṇa</i>						Đối tượng cận tử của kiếp sống trước	
Tâm <i>Citta</i>	Hộ Kiếp <i>Bhavaṅga</i>	Hướng Ý môn <i>Mano-Dvār-Āvajjana</i>	Tâm Tốc hành 1 <i>Javana</i>	Tâm Tốc hành 2 <i>Javana</i>	Tâm Tốc hành 3 <i>Javana</i>	Tâm Tốc hành 4 <i>Javana</i>	Vô số triệu Tâm Tốc hành <i>Javana</i>	Hộ Kiếp <i>Bhavaṅga</i>	
	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓↑ ↓...↑ ↓↑ ↓	↑ ↓	
	Quả <i>Vipāka</i>	Duy tác <i>Kiriya</i>	Chuẩn bị <i>Parikamma</i>	Cận hành <i>Upacāra</i>	Thuận Thứ <i>Anuloma</i>	Chuyển Tộc <i>Gotrabhu</i>	An chỉ <i>Appanā</i>	Quả <i>Vipāka</i>	
			Nghiệp <i>Kamma</i>						
Cõi <i>Āvacara</i>	Dục / Sắc / Vô Sắc <i>Kāma/Rūpa/Arūpa</i>	Dục <i>Kāma</i>				Sắc / Vô Sắc <i>Rūpa/Arūpa</i>		Dục / Sắc / Vô Sắc <i>Kāma/Rūpa/Arūpa</i>	
Căn <i>Vatthu</i>	Trái Tim (Hadaya)								

* Tiến trình tâm đặc thiền có thể diễn ra ở bất kỳ 1 trong 3 cõi: dục, sắc, vô sắc giới. Tất cả các chi tiết nêu ra ở đây được dựa vào VsM. iv. 69 `Paṭhama-Jjhāna-Kathā' ('Luận về sơ thiền') PP. iv. 74-78.

Ở đây, 3 tốc hành tâm chuẩn bị của sơ, nhị và tam thiên có tất cả 34 tâm hành trong khi tốc hành tâm chuẩn bị của tứ thiên chỉ có 33 tâm hành: không có hỷ (*pīti*).

Danh Pháp lúc Phát Sanh Tâm Thiên (*jhāna-citta*)⁹⁵

Danh Pháp (<i>Nāma-dhamma</i>)	Tâm (<i>citta</i>)	Hướng Ý Môn	Bốn Tốc Hành Tâm Chuẩn Bị	Tốc Hành Tâm Thiên			Bốn Tốc Hành Tâm Chuẩn Bị	Tốc Hành Tâm Thiên
				Sơ	Nhị	Tam		
Tâm (<i>Citta</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
Tâm Sở (<i>Cetasika</i>)								
Biến Hành (<i>sabba-citta-sādhāraṇa</i>)								
1. Xúc (<i>phassa</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	x x x x	x
2. Thọ (<i>vedanā</i>)	Xà- upekkhā	Lạc – <i>sukha</i>	Lạc - <i>sukha</i>	Xà- upekkhā	Xà- upekkhā	Xà- upekkhā	Xà- upekkhā	Xà- upekkhā
3. Tưởng (<i>saññā</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
4. Tư (<i>cetana</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
5. Nhất Hành (<i>ek-aggatā</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
6. Mạng Quyền (<i>jīvit-indriya</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
7. Tác Ý (<i>manasikāra</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
Biệt Cảnh (<i>pakiṇṇaka</i>)								
1. Tầm (<i>vitakka</i>)	X	X	X X X X	X			X X X X	
2. Tư (<i>vicāra</i>)	X	X	X X X X	X			X X X X	
3. Thăng Giải (<i>adhimokkha</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
4. Cần (<i>vīriya</i>)	X	X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
5. Hỷ (<i>pīti</i>)		X	X X X X	X	X			
6. Dục (<i>chanda</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
Biến Hành Tịnh Hào (<i>sobhana-sādhāraṇa</i>)								
1. Tín (<i>saddhā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
2. Niệm (<i>sati</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
3. Tàm (<i>hirika</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
4. Quý (<i>ottapa</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
5. Vô Tham (<i>a-lobha</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
6. Vô Sân (<i>a-dosa</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
7. Hành Xả (<i>tatra-majjhataṭṭā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
8. Tịnh Thân (<i>kāya-passaddhi</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
9. Tịnh Tâm (<i>citta-passaddhi</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
10. Khinh Thân (<i>kāya-lahutā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
11. Khinh Tâm (<i>citta-lahutā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
12. Nhu Thân (<i>kāya-mudutā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
13. Nhu Tâm (<i>citta-mudutā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
14. Thích Thân (<i>kāya-kammaññatā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
15. Thích Tâm (<i>citta-kammaññatā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
16. Thuần Thân (<i>kāya-pāguññatā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
17. Thuần Tâm (<i>citta-pāguññatā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
18. Chánh Thân (<i>kāya-ujukatā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
19. Chánh Tâm (<i>citt-ujukatā</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
Vô Si (<i>a-moha</i>)								
1. Tuệ Quyền (<i>paññ-indriya</i>)		X	X X X X	X	X	X	X X X X	X
Tổng số tâm hành	12		34	34	32	31	33	31

⁹⁵ Các tâm sở được gạch chân dợn sóng là năm chi thiên <xem 'SO THIÊN' tr. 82 và phần trình bày ở ngay trước>

Danh Pháp của Tâm Thiền (*jhāna-citta*)

Tâm <i>Citta</i>	Hướng Ý Môn <i>Mano-Dvār-Āvajjana</i>	Chuẩn bị <i>Parikamma</i>	Cận Hành <i>Upacāra</i>	Thuận Thứ <i>Anuloma</i>	Chuyển tộc <i>Gotrabhu</i>	Rất nhiều ngàn triệu tốc hành tâm An Chỉ <i>Appanā-Javana</i>
Sơ thiền	12	34	34	34	34	34
Nhị thiền	12	34	34	34	34	32 (tâm/tứ)
Tam thiền	12	34	34	34	34	31 (hỷ)
Tứ thiền	12	33	33	33	33	31 (lạc ⇔ xả)
Căn <i>Vatthu</i>	63	63	63	63	63	63

Một khi hành giả đã phân biệt và phân tích được tất cả các tâm hành của tứ thiền hơi thở, hành giả cũng cần phải phân biệt và phân tích bất kỳ bậc thiền nào của những đề mục thiền khác mà hành giả đã chứng đắc. Nếu hành giả đắc được bậc thiền vô sắc, vị ấy cũng thực hành y như vậy.

Khi đã trở nên thiện xảo trong việc phân biệt nhiều loại danh ấy, kể đến, hành giả cần phải phân biệt các tâm hành thuộc các tiến trình ngũ môn và các tiến trình ý môn theo sau chúng: bắt cảnh sắc, cảnh thanh, cảnh mùi, cảnh vị, và cảnh xúc làm đối tượng.

Theo cách đó, hành giả có thể phân biệt và xác định tất cả các loại tâm trong khả năng của mình. Có loại tâm nào ngoài tầm nhận định của hành giả? Có mười tám loại tâm phận sự sanh khởi trong một vị Thánh A-la-hán, như vậy tới khi nào hành giả là một vị thánh A-la-hán, mười tám loại tâm này sẽ được hiển lộ trong phạm vi minh sát của vị ấy. Sau đó là tám loại tâm siêu thế (như chúng tôi đã đề cập trước đây), vốn không phải là đối tượng của thiền minh sát. Tám mươi chín loại tâm trừ mười tám, trừ tám còn lại sáu mươi ba loại tâm mà hành giả cần phải phân biệt và xác định trong giai đoạn này.⁹⁶

⁹⁶ SÁU MƯƠI BA: Đây là một sự trình bày chung, bởi lẽ năm loại tâm thiền thiện sắc giới và bốn loại tâm thiền thiện vô sắc giới nằm ngoài tầm quán của người không có bậc thiền, và các loại tâm quả (kiết sanh) tương ứng của chúng nằm ngoài tầm quán đối với các hành giả không thể phân biệt sự sanh khởi của loại tâm này ở một kiếp quá khứ như kiếp phạm thiên sắc giới hay phạm thiên vô sắc giới.

Tiến Trình Tâm ở Ngũ Môn (*pañca-dvāra-vīthi*) (tiến trình nhãn/nhĩ/tỷ/thiệt/thân môn: ví dụ là tiến trình nhãn môn (*cakkhu-dvāra-vīthi*).

Sát-na tâm <i>Citta-Kkhaṇa</i>	(Trước tiến trình tâm)																	(Sau tiến trình tâm)
	1⇒	2⇒	3⇒	4⇒	5⇒	6⇒	7⇒	8⇒	9⇒	10⇒	11⇒	12⇒	13⇒	14⇒	15⇒	16⇒	17⇒	⇒... ⇒
Đối tượng (cảnh) <i>Ārammaṇa</i>	Đối tượng cận tử của kiếp sống trước			Đối tượng màu (sắc) <i>Rūp-Ārammaṇa</i>													Đối tượng cận tử của kiếp sống trước	
Tâm <i>Citta</i>	Hộ Kiếp <i>Bhavaṅga</i>			Hướng ngũ môn <i>Pañca-Dvār-Āvajjana</i>	Nhãn Thức <i>Cakkhu-Viññāṇa</i>	Tiếp thu <i>Sampaticchana</i>	Quan sát <i>Santīraṇa</i>	Đoán định <i>Voṭṭhapana</i>	Tốc hành <i>Javana</i>							Đăng ký <i>Tadārammaṇa</i>		Hộ Kiếp <i>Bhavaṅga</i>
	Quá khứ <i>Atīta</i>	Rúng động <i>Calana</i>	Dứt dòng <i>Upaccheda</i>						1	2	3	4	5	6	7	1	2	
	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓	↑ ↓
	Quả <i>Vipāka</i>			Duy tác <i>Kiriya</i>	Quả <i>Vipāka</i>		Duy tác <i>Kiriya</i>	Nghiệp <i>Kamma</i>							Quả <i>Vipāka</i>	Quả <i>Vipāka</i>		
Căn <i>Vatthu</i>	Trái Tim <i>Hadaya</i>				Mắt <i>Cakkhu</i>	Trái Tim <i>Hadaya</i>												

QUÁN NIỆM 'DANH'

Lại nữa, mục đích của việc phân biệt và xác định các loại tâm hành khác nhau trong các tiến trình tâm sắc giới và dục giới là để hiểu rằng tâm chẳng có gì khác ngoài sự sanh, trụ và diệt của những loại danh ấy: chẳng có linh hồn, hay tự ngã,... Đó là lý do tại sao hành giả cần phải quán tất cả chúng chỉ là danh (*nāma*).

Phân biệt lại tất cả các tâm hành của tiến trình tâm sơ thiền, tiến trình tâm nhị thiền,... Phân biệt tất cả các loại danh (*nāma*) ấy cho mỗi loại tiến trình, và xác định chúng theo đặc tánh nghiêng về và bám dính chặt vào đối tượng (*namana*) của chúng.

QUÁN 'DANH - SẮC'

Giờ đây, khi đã phân biệt và xác định được danh, hành giả cần phải phân biệt và phân tích sắc mà danh nương sanh. Hành giả sử dụng kỹ năng trong thiền tứ đại để phân biệt và xác định nhóm mười sắc thuộc trái tim, là nơi nương sanh của các tiến trình ý môn dục giới và tiến trình tâm bậc thiền. Và hành giả phân biệt và phân tích con mắt (nội xứ) là nơi thấy cảnh sắc, và cảnh sắc (ngoại xứ) được thấy, tai và cảnh thanh...

Sau đó, hành giả phân biệt và xác định cả danh lẫn sắc như: 'danh-sắc (*nāma-rūpa*)', 'danh-sắc (*nāma-rūpa*)',...

TÓM TẮT VÀ KẾT LUẬN

Chúng ta hãy tóm lại những gì hành giả đã làm được. Hành giả đã làm được ba điều:

- 1) Hành giả đã phân biệt được danh bên trong và xác định nó là 'danh'.
- 2) Hành giả đã phân biệt được sắc bên trong và xác định nó là 'sắc'.
- 3) Hành giả đã phân biệt được cả danh và sắc bên trong và xác định chúng là 'danh-sắc'.

Nhưng chỉ phân biệt và xác định 'danh-sắc' bên trong thôi thì vẫn chưa đủ. Hành giả cũng cần phải phân biệt và xác định danh và sắc bên ngoài. Điều đó nghĩa là hành giả cũng cần phải phân biệt và xác định danh và sắc của những chúng sanh khác.

Khi thấy danh và sắc cả bên trong lẫn bên ngoài, hành giả cần phải quán chúng là: 'Không có đàn ông, không có đàn bà, không có chư thiên, không có phạm thiên, không có tự ngã: chỉ có danh và sắc'.

Như vậy, hành giả đã hoàn tất giai đoạn đầu của minh sát như được mô tả trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' ở phần quán danh thân và sắc thân cả bên trong và bên ngoài:

[1.1] **Như vậy, vị ấy sống quán thân trong thân (*kāye kāy-ānupassī*) bên trong,**

[1.2] **hay vị ấy sống quán thân trong thân bên ngoài (*bahiddhā*),**

[1.3] **hay vị ấy sống quán thân trong thân cả bên trong lẫn bên ngoài (*ajjhatta-bahiddhā*)**

Minh sát trí này được gọi là Trí Phân Định Danh-Sắc (*nāma-rūpa-pariccheda-ñāṇa*).

THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA MINH SÁT: GIAI ĐOẠN ĐẦU

Như chúng tôi đã đề cập trước đây, trong thiền minh sát hiệp thế, hành giả đang tu tập Thánh Đạo Tám Ngành hiệp thế. Vào bất cứ lúc nào hành giả biết được sắc chân đế hay danh chân đế, chúng ta có thể nói rằng tám chi phần đã sanh khởi. Đối tượng của chúng lúc đó hoặc là một danh pháp hoặc là một sắc pháp.

Ví dụ, khi hành giả phân biệt và xác định các tâm hành của bậc sơ thiền, tám chi phần bắt các pháp thiền (*jhāna-dhamma*) làm đối tượng. Lại nữa, mặc dù ba chi phần về giới Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, và Chánh Mạng thực ra không bắt pháp thiền làm đối tượng, song chúng tôi vẫn tính gộp chúng, bởi vì trước khi hành giả thọ trì thiền minh sát, hành giả đã thọ trì năm giới, tám giới, chín hay mười giới hoặc hai trăm hai mươi bảy giới của Tỳ-khưu,... Như vậy, hành giả có được tám chi phần:

- 1) Chánh kiến (*Sammā-Ditṭhi*): thể nhập pháp thiền bằng trí tuệ.
- 2) Chánh tư duy (*Sammā-Sarikkappa*): tương ứng với tâm sở tầm (*vitakka*) gắn tâm vào pháp thiền.
- 3) Chánh ngữ (*Sammā-Vācā*): được thọ trì trước đó, như giữ giới không nói dối,...
- 4) Chánh nghiệp (*Sammā-Kammanta*): được thọ trì trước đó, như giữ giới không sát sanh,...

5) Chánh mạng (*Sammā-Ājīva*): được thọ trì trước đó, như việc giữ các giới.

6) Chánh tinh tấn (*Sammā-Vāyāma*): nỗ lực để thể nhập pháp thiền, nỗ lực để gắn tâm vào nó, nỗ lực để niệm trú trên nó và nỗ lực để định trên nó.

7) Chánh niệm (*Sammā-Sati*): nhớ tới pháp thiền, và không để các chi phần khác rời bỏ pháp thiền.

8) Chánh định (*Sammā-Samādhi*): định tâm trên pháp thiền.

Đó là cách mà tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành khởi sanh trong khi thực hành thiền minh sát ở giai đoạn đầu.

THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN HAI

Sau đây là thiền minh sát giai đoạn hai:

[2.1] **vị ấy sống quán pháp sanh khởi** (*samudaya-dhammā*) **trong thân**;

[2.2] **hay vị ấy sống quán pháp diệt tận trong thân** (*vaya-dhammā*);

[2.3] **hay vị ấy sống quán pháp sanh khởi và diệt tận** (*samudaya-vaya-dhammā*) **trong thân**.

HAI LOẠI SANH DIỆT

Theo Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhimagga*) và Phân Tích Đạo (*Paṭisambhidāmagga*), có hai loại sanh & diệt:⁹⁷

1) Duyên sanh & diệt (*paccayato udaya-bbaya*):

i) Khi hành giả nhận thấy rằng do bởi vô minh làm duyên, hành sanh, và do bởi hành sanh, thức sanh,... đó là thẳng trí về duyên sanh của các uẩn: pháp duyên khởi chiều thuận (*anuloma*).

ii) Khi hành giả thấy rằng với sự diệt của vô minh, hành diệt, do bởi hành diệt, thức diệt,... đó chính là thẳng trí về duyên diệt của các uẩn: pháp duyên khởi chiều nghịch (*paṭiloma*).

2) Sự sanh & diệt tức thời (*paccayato udaya-bbaya*): điều này muốn nói về sự sanh, diệt theo từng sát-na của các uẩn: đặc tánh vô thường của chúng.

Thấy được hai loại sanh & diệt này tạo thành giai đoạn thứ hai của thực hành minh sát.

Duyên sanh & diệt cần phải được phân biệt để thoát khỏi tà kiến (*micchā-diṭṭhi*) về một tự ngã thường hằng hay linh hồn, và cũng để thoát khỏi tà kiến đoạn diệt sau khi chết. Hành giả cần phải thấy bằng thẳng trí sự sanh ra và chết đi đó xảy ra do các nhân, và sự diệt không còn dư sót của sự sanh ra và chết đi xảy ra khi các nhân đó diệt. Đó chính là pháp duyên khởi chiều thuận (*anuloma-paṭicca-samuppāda*), và pháp duyên khởi chiều nghịch (*paṭiloma-paṭicca-samuppāda*). Chúng tôi đã trình bày điều này ở lời tựa.⁹⁸

PHÁP DUYÊN KHỞI CHIỀU THUẬN

Và thế nào, này các Tỳ-khưu, là Thánh Đế về Nguồn Gốc của Khổ?

[1] Do duyên vô minh (*avijjā paccayā*), **hành sanh** (*saṅkhārā*);

[2] Do duyên hành (*saṅkhāra paccayā*), **thức sanh** (*viññāṇaṃ*);

[3] Do duyên thức, danh-sắc sanh (*viññāṇa-paccayā nāma-rūpaṃ*);

[4] Do duyên danh-sắc, lục nhập sanh (*nāma-rūpa-paccayā saḷ-āyatanaṃ*);

[5] Do duyên lục nhập, xúc sanh (*saḷ-āyatana-paccayā phasso*);

⁹⁷ Toàn bộ phần trình bày về sau bắt nguồn từ VsM.xx.724-731 'Luận về Trí Sanh & Diệt' (*Udaya-Bbaya-Nāṇa-Kathā*) (và VsMT) vốn có liên quan đến phần 'Phân Tích Trí Sanh & Diệt' (*Udaya-Bbaya-Nāṇa-Niddeso*) trong bộ PsM.I.i.6 (§.50), cả hai phần luận này đều được nhắc lại trong chú giải 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna sutta*) (§383).

⁹⁸ Được trích từ mục '

[6] Do duyên xúc, thọ sanh (*phassa-paccayā vedanā*);

[7] Do duyên thọ, ái sanh (*vedanā-paccayā taṇhā*);

[8] Do duyên ái, thủ sanh (*taṇhā-paccayā upādānaṃ*);

[9] Do duyên thủ, hữu sanh (*upādāna-paccayā bhava*);

[10] Do duyên hữu, sanh sanh (*bhava-paccayā jāti*);

[11] Do duyên sanh, (jāti-paccayā),

[12] già, chết (*jarā-maraṇa*), sầu (*soka*), bi (*parideva*), khổ (*dukkha*), ưu (*domanasa*), não (*upāyāsa*)
sanh.

Đây là nguồn gốc (*samudayo*) của toàn bộ khổ uẩn này.

Như vậy, này các Tỳ-khưu, được gọi là Thánh Đế về Nguồn gốc của Khổ (*Dukkha-Samudayaṃ Ariya-Saccaṃ*).

PHÁP DUYÊN KHỞI CHIỀU NGHỊCH

Và này các Tỳ-khưu, thế nào là Thánh Đế về Khổ Diệt? (*Dukkha-Nirodhaṃ Ariya-Saccaṃ*)

[1] Do vô minh diệt (*avijjāya tveva asesavirāga nirodhā*), các hành diệt (*sankhāra nirodho*);

[2] Do hành diệt, thức diệt (*sankhāra-irodhā, viññāṇa-irodho*);

[3] Do thức diệt, danh-sắc diệt (*viññāṇa-irodhā, nāma-rūpa-irodho*);

[4] Do danh-sắc diệt, lục nhập diệt (*nāma-rūpa-irodhā, saḷ-āyatana-irodho*);

[5] Do lục nhập diệt, xúc diệt (*saḷ-āyatana-irodhā, phassa-irodho*);

[6] Do xúc diệt, thọ diệt (*phassa-irodhā, vedanā-irodho*);

[7] Do thọ diệt, ái diệt (*vedanā-irodhā, taṇhā-irodho*);

[8] Do ái diệt, thủ diệt (*taṇhā-irodhā, upādāna-irodho*);

[9] Do thủ diệt, hữu diệt (*upādāna-irodhā, bhava-irodho*);

[10] Do hữu diệt, sanh diệt (*bhava-irodhā, jāti-irodho*);

[11] Do sanh diệt (*jāti-irodhā*);

[12] già, chết (*jarā-maraṇa*), sầu (*soka*), bi (*parideva*), khổ (*dukkha*), ưu (*domanasa*), não (*upāyāsa*)
diệt (*nirujjhanti*).

Đây là sự diệt (*nirodho*) của toàn bộ (*kevalasa*) khổ uẩn (*dukkha-kkhandhassa*) này.

Như vậy, này các Tỳ-khưu, được gọi là Thánh Đế về Khổ Diệt.

PHÂN BIỆT PHÁP DUYÊN KHỞI CHIỀU THUẬN

Tuy nhiên, chỉ để có niềm tin rằng sanh và chết xảy ra do nhân duyên, và sự diệt của sanh và chết không còn dư sót khi nhân duyên đoạn diệt thôi thì không đủ. Minh sát trí luôn đòi hỏi thẳng trí ở mọi lúc: loại trí tuệ thực hành trực tiếp. Bằng không, Thánh Đế về Nguồn Gốc của Khổ không thể được đoạn tận và Thánh Đế về Khổ Diệt không thể được chứng ngộ.

Làm thế nào hành giả có thể phân biệt pháp duyên khởi theo chiều thuận và chiều nghịch? Chúng tôi đã trình bày về cách phân biệt danh (*nāma*) và sắc (*rūpa*). Nếu hành giả có thể phân biệt danh và sắc theo cách mà chúng tôi đã mô tả, hành giả cũng sẽ có thể phân biệt được các nhân của chúng. Phân biệt danh và sắc và các nhân của chúng được gọi chung là phân biệt pháp duyên khởi (*paṭicca-samuppāda*).

Đức Phật dạy bốn phương pháp phân biệt duyên khởi tùy theo căn tánh của người nghe. Và phương pháp thứ năm được dạy bởi Tôn giả Sāriputta, được ghi lại trong 'Phân Tích Đạo' (*Paṭisambhidā-Magga*). Để giải thích các phương pháp này một cách chi tiết thì cần nhiều thời gian, do vậy chúng tôi chỉ nói hai phương pháp mà chúng tôi thường dạy tại các trung tâm thiền Pa-Auk. Chúng được gọi là phương pháp thứ năm của Tôn giả Sāriputta và phương pháp thứ nhất, được Đức Phật dạy trong, chẳng hạn 'Kinh Đại Duyên'

(*Mahā-Nidāna Sutta*) của 'Kinh Trường Bộ' (*Dīgha-Nikāya*), và trong '*Nidāna-Vagga*' của Kinh Tương Ưng Bộ (*Samyutta-Nikāya*).

Cả hai phương pháp đòi hỏi sự phân biệt năm uẩn (*pañca-kkhandha*) trong quá khứ, hiện tại, và vị lai, cách mà nhân và quả vận hành trong ba thời kì ấy: ba kiếp sống. Hành giả phân biệt đâu là nhân, đâu là quả. Khi hành giả có thể làm được như vậy, hành giả cũng có thể học phân biệt pháp duyên khởi theo các phương pháp khác được dạy trong các kinh và chú giải.

PHƯƠNG PHÁP THỨ NĂM

TAM LUÂN (BA VÒNG)

Theo phương pháp thứ năm, pháp duyên khởi được mô tả là ba vòng (luân) (*vaṭṭa*): hai luân thuộc về nhân (có cả thầy là năm), một luân thuộc về quả (có cả thầy là năm):

- 1) Phiền não luân (*kilesa-vaṭṭam*): đó là sự lặp lại các tâm sở bất thiện là vô minh (*avijjā*), tham ái (*taṇhā*), và chấp thủ (*upādāna*). Tham ái và chấp thủ là sự biểu hiện của tâm sở tham (*lobha*).
- 2) Nghiệp luân (*kamma-vaṭṭam*): đó là sự lặp lại các hành nghiệp (*saṅkhāra*) và hữu (*bhava*), ở đây là nghiệp hữu (*kamma-bhava*). Những hành nghiệp mà hành giả đã làm khiến tạo ra một tiềm lực của nghiệp tồn tại trong dòng tương tục danh-sắc của vị ấy. Nó được gọi là nghiệp lực (*kamma-satti*). Nghiệp luân bao gồm nghiệp lực của các nghiệp đã làm từ hàng ngàn đại kiếp về trước, và chỉ mới năm phút vừa qua.
- 3) Quả luân (*vipāka-vaṭṭam*): đó là sự lặp lại thức (*viññāṇa*), danh-sắc (*nāma-rūpa*), lục nhập (*saḷ-āyatana*), xúc (*phassa*), và thọ (*vedanā*). Đó chính là các quả của nghiệp quá khứ. Nói theo cách khác, đó là sự lặp lại của sanh (*jāti*), già & chết (*jarā-maraṇa*), sầu (*soka*), bi (*parideva*), khổ (*dukkha*), ưu (*domanassa*), và não (*upāyāsa*).

Do bởi sự sanh khởi của phiền não luân, nghiệp luân sanh. Và do bởi sự sanh khởi của nghiệp luân, quả luân sanh. Đó chính là cách mười hai chi phần của pháp duyên khởi theo chiều thuận có thể được xem là tam luân tạo thành năm nhân và năm quả.

NĂM NHÂN	NĂM QUẢ
1) Vô minh (<i>avijjā</i>)	1) Thức quả (<i>viññāṇa</i>)
2) Ái (<i>taṇhā</i>)	2) Danh – Sắc (<i>nāma-rūpa</i>)
3) Thủ (<i>upādāna</i>)	3) Lục Nhập (<i>saḷ-āyatana</i>)
4) Hành Nghiệp (<i>saṅkhāra</i>)	4) Xúc (<i>phassa</i>)
5) Nghiệp Hữu (<i>kamma-bhava</i>) (<i>ngiệp lực</i>)	5) Thọ (<i>vedanā</i>)

Năm nhân chính là sự tích lũy các thiện nghiệp và bất thiện nghiệp từ kiếp này sang kiếp khác. Nghiệp lực của chúng tạo ra năm quả, tức những quả của nghiệp trong các kiếp vị lai. Sự sanh ra và kiếp sống không là gì khác ngoài sự sanh khởi của năm quả do bởi năm nhân quá khứ: chẳng có tự ngã, chẳng có linh hồn, chẳng có sự hiện hữu thường hằng, và chẳng có sự hủy diệt nào sau khi chết. Vào lúc chết, năm quả của một kiếp sống dừng lại, và năm quả mới sanh lên do bởi năm nhân khác ở quá khứ, tạo ra sự tái sanh và kiếp sống mới.

Năm nhân được tích lũy trong các kiếp quá khứ tạo ra năm quả trong kiếp hiện tại. Năm nhân khác được tích lũy trong kiếp hiện tại, cùng với năm nhân trong các kiếp sống quá khứ sẽ tạo ra năm quả ở những kiếp vị lai. Nếu năm nhân là thiện nghiệp, năm quả sẽ cho ra một kiếp sống an vui. Nếu năm nhân là bất thiện nghiệp, năm quả sẽ cho ra một kiếp sống khổ đau. Sự vận hành của năm nhân và năm quả này đã vận hành trong vô số kiếp quá khứ, và sẽ tiếp tục vận hành trong tương lai, chừng nào vị ấy còn chưa chứng đắc A-la-hán.

Sự quán pháp duyên khởi liên hệ đến việc thấy chuỗi năm nhân và năm quả này, chúng vận hành như hai luân nhân và một luân quả. Hành giả bắt đầu bằng sự quán quá khứ.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ PHÂN BIỆT DUYÊN SANH

Để quán quá khứ, hành giả bắt đầu bằng việc cúng dường đèn, hoa hoặc nhang đến một ngôi bảo tháp hoặc một hình tượng Phật. Hành giả nên làm một ước nguyện tái sanh theo ý muốn như trở thành một vị Tỳ-khưu, một tu nữ, một người nam, một người nữ hay một vị chư thiên chẳng hạn. Nếu hành giả muốn tái sanh là một vị Phạm thiên, hành giả nên lập lại bậc thiên hơi thở mà hành giả ưa thích sau đó phát nguyện tái sanh là một vị Phạm Thiên.

Sau đó, hành giả đi ngồi thiền, nhập vào tứ thiền cho đến khi ánh sáng trí tuệ sáng rực, rực rỡ và chói sáng. Kế đến, hành giả phân biệt danh-sắc (*nāma-rūpa*) bên trong lẫn bên ngoài lặp đi lặp lại nhiều lần. Điều này là cần thiết bởi vì việc phân biệt danh-sắc quá khứ tương tự như việc phân biệt danh-sắc bên ngoài. Do vậy, nếu hành giả không thể phân biệt danh-sắc bên ngoài thì việc phân biệt danh-sắc quá khứ là cực kỳ khó khăn đối với hành giả.

Sau đó, hành giả phân biệt danh-sắc đã xuất hiện khi hành giả cúng dường tại ngôi bảo tháp hay hình tượng Phật hoặc lúc hành giả nhập vào bậc thiên hơi thở: hành giả phân biệt chúng như các đối tượng bên ngoài. Sau đó, hình ảnh của việc cúng dường hay nhập thiền sẽ xuất hiện: lúc đó, hành giả phải phân biệt tứ đại trong hình ảnh đó.

Khi hình ảnh đó bị vỡ thành những nhóm sắc (*rūpa kalāpas*), hành giả phân biệt tất cả các loại sắc ở sáu môn, đặc biệt là sáu mươi ba loại sắc ở tâm cơ. Điều đó sẽ cho phép hành giả phân biệt những chuỗi dài các tâm hộ kiếp (*bhavaṅga*) sanh khởi nối tiếp nhau giữa sự sanh khởi của các tiến trình ý môn. Tiếp theo, hành giả đi ngược lại và xuôi theo các chuỗi tiến trình ý môn, để tìm năm nhân. Đầu tiên là phiền não luân, kế đến là nghiệp luân.

1) Phiền não luân (*kilesa-vatṭa*): ở đây, nó chính là các tiến trình ý môn có các tố hành tâm bất thiện có căn tham là ước muốn trở thành một vị Tỳ-khưu, tu nữ, người nam, người nữ hay chư thiên hoặc Phạm thiên. Hành giả đi ngược và xuôi theo các chuỗi tiến trình tâm ý môn cho đến khi hành giả tìm ra chúng. Chúng sẽ có hai mươi tâm hành nếu có hỷ; mười chín tâm hành nếu không có hỷ. Các tâm hành này sẽ bao gồm các phiền não vô minh, tham ái và chấp thủ.

2) Nghiệp luân (*kamma-vatṭa*): ở đây, nó chính là các tiến trình ý môn có các tố hành tâm thiện của việc cúng dường đến ngôi bảo tháp hay hình tượng Phật. Chúng sẽ có ba mươi bốn tâm hành nếu có hỷ; ba mươi ba tâm hành nếu không có hỷ.

Tại sao ước muốn trở thành một vị Tỳ-khưu chẳng hạn, lại là bất thiện? Bởi vì, như chúng tôi đã giải thích khi trình bày về thiền minh sát, theo ý nghĩa tột cùng thì không có đàn ông, không có đàn bà, không có chư thiên và không có Phạm thiên, chỉ có danh và sắc. Ước muốn trở thành vị Tỳ-khưu sanh khởi do bởi ba phiền não là vô minh, tham ái và chấp thủ:

- 1) Vô minh là ảo tưởng cho rằng 'một vị Tỳ-khưu' thật sự hiện hữu.
- 2) Tham ái là sự mong muốn và ước ao đời sống của một vị Tỳ-khưu.
- 3) Chấp thủ là sự dính mắc với đời sống là một vị Tỳ-khưu.

Ba chi phần, vô minh, tham ái, và chấp thủ phối hợp với tất cả các tâm khiến tạo nên phiền não luân (*kilesa-vatṭa*).

Kế tiếp, giả sử hành giả nguyện trở thành một người nữ:

- 1) Vô minh là ảo tưởng cho rằng 'một người nữ' thật sự hiện hữu.
- 2) Tham ái là sự mong muốn và ước ao đời sống làm một người nữ.
- 3) Chấp thủ là sự dính mắc với đời sống là người nữ ấy.

Lại nữa, thay vào đó, nếu hành giả nguyện trở thành một vị Phạm thiên:

- 1) Vô minh là ảo tưởng cho rằng 'một vị Phạm Thiên' thật sự hiện hữu.
- 2) Tham ái là sự mong muốn và ước ao đời sống làm một vị Phạm thiên.
- 3) Chấp thủ là sự dính mắc với kiếp sống là một vị Phạm thiên.

Trong các ví dụ, hành nghiệp (*sarikhāra*) là tư thiện (*kusala-cetanā*) của việc cúng dường hay nhập vào bậc thiền, và nghiệp chính là nghiệp lực của chúng. Cả hai được tìm thấy trong các tâm tạo nên nghiệp luân (*kamma-vaṭṭa*).

Mặc dù, ước muốn mà hành giả làm là bất thiện nghiệp, song chúng không phải là nghiệp luân bởi nó được thực hiện vì việc cúng dường đến bảo tháp hay hình tượng Phật: Do bởi sự sanh khởi của phiền não luân nên mới sanh khởi nghiệp luân.

Khi hành giả có thể phân biệt danh-sắc của phiền não luân và nghiệp luân ở quá khứ gần, hành giả phải đi ngược về quá khứ xa hơn, đến một thời điểm nào đó trước lúc cúng dường hay trước lúc nhập thiền, và phân biệt danh-sắc theo cách tương tự. Sau đó lại tiếp tục đi xa hơn chút nữa và cứ lặp lại tiến trình.

Theo cách này, hành giả phân biệt danh-sắc một ngày trước, một tuần trước, một tháng trước, một năm trước, hai năm trước, ba năm trước,... Cuối cùng, hành giả sẽ có thể phân biệt danh-sắc hợp với thức đầu tiên ở ngay chính kiếp sống hiện tại của mình: kiết sanh thức (*paṭisandhi citta*). Danh-sắc ấy chính là sự thụ thai ở kiếp sống hiện tại.

Khi đi tìm các nhân của sự thụ thai, hành giả phải đi ngược xa hơn nữa, đến kiếp sống trước. Sau đó, hành giả sẽ thấy hoặc là danh và sắc ở thời điểm cận tử của mình ở kiếp trước, hoặc là đối tượng của tiến trình cận tử (*marāṇ-asanna-vīthi*) ở kiếp trước. Đó chính là tiến trình tâm cuối cùng của hành giả ở kiếp quá khứ, trước khi tâm tử sanh khởi.

Có ba đối tượng có thể xảy ra cho tiến trình cận tử. Vì hành giả được tái sanh làm người, những đối tượng này sẽ chỉ phối hợp với thiện:

1) Nghiệp: những tư hành của một thiện nghiệp đã làm trước đó trong cùng kiếp sống hoặc một kiếp sống trước. Chẳng hạn, hành giả hồi tưởng sự hoan hỷ hợp với việc cúng dường vật thực đến các vị Tỷ-khưu hoặc những người thọ nhận khác, hoặc sự an lạc và tĩnh lặng hợp với thiền.

2) Nghiệp tướng (*kamma nimitta*): Một đối tượng hợp với một thiện nghiệp đã làm trước đó trong cùng một kiếp sống hay một kiếp sống trước. Nếu hành giả là một vị bác sĩ trong kiếp trước, hành giả sẽ thấy những bệnh nhân; nếu hành giả từng là một Phật tử, hành giả có thể thấy một vị Tỷ-khưu, một hình tượng Phật hay nghe tụng kinh Pāli; nếu hành giả là một thiện sinh, hành giả có thể thấy tợ tướng (*paṭibhāga-nimitta*) của đê mục thiền quá khứ của mình.

3) Thú tướng (*gati nimitta*): một cảnh tượng về nơi đến của hành giả, nơi mà vị ấy sắp tái sanh. Đối với việc sanh lại làm người, nó chính là dạ của người mẹ hiện tại của hành giả; như một tấm thảm đỏ.

Ở đây, đối tượng của tiến trình tâm cận tử trong kiếp quá khứ cũng chính là đối tượng của tâm đầu tiên ở kiếp sống hiện tại: Tâm tục sanh (*paṭisandhi-citta*). Đối tượng xuất hiện do bởi nghiệp lực sắp sửa chín mùi ở lúc kết thúc kiếp sống quá khứ ấy. Quả của nó là tâm tục sanh của hành giả. Và đối tượng của tâm tục sanh cũng là đối tượng của tâm hộ kiếp (*bhavariga*) hiện tại, và sẽ là đối tượng của tâm tử trong kiếp sống này. Chúng tôi đã trình bày điều này trước đây, khi nói về tâm hộ kiếp (*bhavariga*). (Đó là bởi vì tâm hộ kiếp bắt đối tượng quá khứ nên hành giả không hay biết gì khi 'rơi vào tâm hộ kiếp')

Khi hành giả đã phân biệt đối tượng của tiến trình cận tử của kiếp sống quá khứ, hành giả cũng sẽ có thể phân biệt nghiệp luân đã tạo ra quả uẩn (*vipāka-kkhandha*) của kiếp sống này. Tư thiện và những tâm hành khác, cũng như nghiệp lực của chúng đã tạo ra sắc do nghiệp sanh (*kamma-ja-rūpa*) và danh quả (*vipāka-nāma*). Kế tiếp, hành giả cũng sẽ có thể phân biệt phiền não luân có trước đó: vô minh, ái và thủ, cũng như những tâm hành khác.

Đó là cách mà hành giả bằng thẳng trí của chính mình thấy được rằng do bởi năm nhân mà năm quả sanh ở lúc thụ thai hành giả: Do vô minh, ái, thủ, các hành nghiệp, và nghiệp hữu (tiềm lực của nghiệp), nên thức, danh-sắc, lục nhập, xúc và thọ sanh khởi vào lúc thụ thai ở kiếp sống hiện tại. Nhưng nó vẫn chưa phải là sáu xứ (lục nhập). Vào lúc thụ thai của một chúng sanh con người, chỉ có hai xứ: ý xứ và thân xứ. Nhãn-, nhĩ-, tỷ-, và thiệt xứ xuất hiện trong thời kỳ thai nghén vị ấy xảy ra sau đó.

Đó là cách mà hành giả thấy pháp duyên khởi của năm uẩn, danh và sắc. Như chúng tôi đã đề cập trước đây, điều này còn được gọi là phân biệt duyên sanh (*paccayato udaya*).

LÀM THẾ NÀO PHÂN BIỆT DUYÊN DIỆT

Pháp duyên khởi chiều nghịch (*paṭiloma*) là sự phủ định tất cả mười hai chi phần của pháp duyên khởi. Các duyên bị phủ định cùng với sự chứng đắc A-la-hán. Do bởi năng lực của A-la-hán Đạo, phiền não luân bị diệt

tận không còn dư sót: vô minh, ái, và thủ đều bị diệt tận. Điều này được gọi là phiền não Niết-bàn (*kilesa-Parinibbāna*). Và do bởi phiền não Niết-bàn, nghiệp luân bị diệt: hành nghiệp và nghiệp lực của nó cũng bị diệt. Do bởi năm nhân này bị diệt, các thiện nghiệp và bất thiện nghiệp mà vị A-la-hán đã tích lũy trước khi chứng đắc A-la-hán không còn khả năng tạo ra một sanh hữu tương lai sau khi chết. Tuy vậy, năm quả của quả luân vẫn tiếp tục hoạt động cho đến khi vị A-la-hán chết. Cái chết của vị A-la-hán chính là sự chết Bất-Niết-bàn (*Parinibbāna-cuti*), còn gọi là các uẩn Niết-bàn (*khandha-Parinibbāna*). Điều đó nghĩa là quả luân bị diệt hoàn toàn không còn dư sót: không còn năm quả nữa.

Giờ đây, nếu hành giả thực hành minh sát thuần thực, và có ba-la-mật quá khứ đủ mạnh mẽ, minh sát trí của hành giả có thể trở nên chín mùi, và hành giả có thể trở thành một vị A-la-hán trong kiếp sống này. Hành giả cũng có thể trở thành một vị A-la-hán trong một kiếp vị lai.

Miễn là hành giả hành thiền chăm chỉ, lúc ấy hành giả sẽ có thể thấy sự chứng ngộ A-la-hán trong tương lai của mình. Nhưng nếu hành giả ngừng hành thiền, và chỉ lo thọ hưởng dục lạc, tương lai ấy sẽ thay đổi.

Phân biệt duyên khởi chiều nghịch là để thấy rõ quả vị A-la-hán trong tương lai, hoặc ở trong kiếp này hoặc một kiếp sống vị lai. Đó là quán sự diệt tận hoàn toàn trong tương lai của năm nhân và năm quả như chúng tôi vừa giải thích.

Khi hành giả có thể biết và thấy pháp duyên khởi theo cả chiều thuận và chiều nghịch bằng thẳng trí của chính mình, loại thẳng trí đó sẽ bùng tận gốc rễ các loại tà kiến khác nhau: thường kiến và đoạn kiến. Chừng nào hành giả còn chưa thể biết và thấy pháp duyên khởi trong cả hai chiều thuận và nghịch bằng thẳng trí của chính mình, hành giả không thể bùng tận gốc rễ các loại tà kiến khác nhau đó. Kể đến, đó là sự phân biệt duyên sanh & duyên diệt (*paccayato udaya-bbaya*). Loại minh sát trí này còn được gọi là trí nắm bắt nhân duyên (*paccaya-pariggaha-ñāṇa*). Và trong giai đoạn này, hành giả sẽ hoàn tất loại trí đầu tiên trong ba loại đạt tri mà chúng tôi đã đề cập trước đây: trí đạt tri (*ñāta-pariññā*).

LÀM SAO ĐỂ QUÁN SỰ SANH & DIỆT THEO SÁT-NA

Kế tiếp, đó là quán sự sanh & diệt theo sát-na (*khaṇato udaya-bbaya*). Điều này nói đến sự sanh, diệt và biến dị theo từng sát-na của các uẩn:

- 1) Ngay khi chúng vừa sanh lên, các uẩn diệt đi tức thì, đây chính là đặc tánh vô thường của chúng (*anicca-lakkhaṇa*).
- 2) Chúng luôn luôn bị đàn áp bởi tánh sanh và diệt liên tục, đây chính là đặc tánh khổ của chúng (*dukkha-lakkhaṇa*).
- 3) Do phải chịu vô thường và khổ theo cách này, Đức Phật giảng, chúng không có một thực thể vĩnh cửu, không có một tự ngã thường hằng, đây chính là đặc tánh vô ngã của chúng (*an-atta-lakkhaṇa*).

Đó chính là ba đặc tánh (tam tướng) (*ti-lakkhaṇa*) mà hành giả cần phải quán trong minh sát. Hành giả cần phải quán ba đặc tánh của năm uẩn ở quá khứ, vị lai và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần. Cũng vậy, hành giả cần phải quán ba đặc tánh của *tất cả* (*sabbam*) mà chúng tôi đã đề cập trước đây: nhãn xứ, sắc xứ, nhãn thức, nhãn xúc, và các thọ sanh khởi bởi nhãn xúc, tưởng, tư, ái, tầm,... đối với nhĩ, tỷ, thiệt, thân và ý,... bao gồm tất cả các hành của các thiện chứng mà hành giả đã đắc, và mười hai chi phần của pháp duyên khởi. Loại minh sát trí này còn được gọi là trí thẩm sát tam tướng (*sammasana-ñāṇa*). Và vì nó biết ba đặc tánh của tất cả các nhóm pháp này, nên nó còn được gọi là thẩm sát nhóm (*kalāpa-sammasana*).

Trong giai đoạn này, chúng tôi thường dạy thiền sinh những cách thức khác nhau để củng cố sự thẩm sát ba đặc tánh ở các nhóm khác nhau của mười một loại năm uẩn. Và khi thiền sinh có thể thấy chúng rõ ràng theo từng sát-na một, minh sát trí này được gọi là trí quán sự sanh & diệt (*udaya-bbay-ānupassanā-ñāṇa*).

Vào giai đoạn tu tập thiền minh sát trước đó, chúng tôi gọi trí minh sát của hành giả là trí minh sát yếu (*taruṇa-vipassanā-ñāṇa*). Và trong giai đoạn này, hành giả có thể kinh nghiệm loại ánh sáng mà hành giả chưa từng biết đến trước đây; trí về danh-sắc có thể trở nên sắc bén mà vị ấy chưa từng kinh nghiệm qua, và hành giả cũng sẽ kinh nghiệm hỷ, an tịnh không mệt mỏi, rất thuần lạc, niềm tin rất mạnh mẽ và kiên quyết, nỗ lực miên mật và quân bình tốt, niệm được an trú tốt, và xả, đó là những gì mà hành giả chưa bao giờ kinh nghiệm qua. Và do sự thiếu kinh nghiệm, hành giả rất dễ có thể nghĩ rằng những pháp này đồng nghĩa với chứng đắc Đạo và Quả: Và hành giả có thể trở nên dính mắc với chúng, phát triển tà kiến và ngã mạn. Đó là cách mà những pháp ấy có thể trở thành điều mà chúng tôi gọi là ô nhiễm của minh sát (*vipassan-upakkilesa*). Chúng rất nguy hiểm vì chúng dẫn dắt hành giả từ chánh đạo lệch qua tà đạo. Nhưng

nếu hành giả có được một vị thầy có đủ thiện xảo, hành giả có thể biết và thấy các pháp ấy chỉ là vô thường, khổ và vô ngã. Theo cách ấy, hành giả lại có thể ngăn chặn được những ô nhiễm này, trở lại đạo lộ và tu tập những gì mà chúng tôi gọi là minh sát trí vững chắc (*balava-vipassanā-ñāṇa*).

Kế tiếp, hành giả sẽ hoàn tất giai đoạn thứ hai của thiền minh sát:

- [2.1] **Hay vị ấy sống quán pháp sanh khởi (*samudaya-dhammā*) trong thân;**
- [2.2] **hay vị ấy sống quán pháp diệt tận trong thân (*vaya-dhammā*);**
- [2.3] **hay vị ấy sống quán [cả hai] pháp sanh và diệt (*samudaya-vaya-dhammā*) trong thân.**

THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN THỨ HAI

Lại nữa, khi hành giả tu tập thiền minh sát giai đoạn thứ hai, hành giả tiếp tục phát triển Thánh Đạo Tám Ngành. Vào bất cứ lúc nào hành giả biết một trong ba đặc tánh của, hoặc là sắc tột cùng, hoặc danh tột cùng, hoặc các nhân của chúng, chúng tôi có thể nói rằng tám chi phần đã sanh khởi. Đối tượng của tám chi phần lúc đó là, hoặc đặc tánh vô thường, hoặc đặc tánh khổ, hoặc đặc tánh vô ngã của một sắc pháp, một danh pháp, hay một chi phần của pháp duyên khởi.

Chẳng hạn, khi hành giả quán sự vô thường của sắc tột cùng, tám chi phần lấy sự vô thường của *sắc pháp* (*rūpa-dhamma*) làm đối tượng. Ở đây, lại nữa, mặc dù trên thực tế, ba chi phần về giới Chánh ngữ, Chánh Nghiệp, và Chánh mạng không lấy sự vô thường của bất kì pháp nào làm đối tượng, nhưng chúng tôi bao gồm luôn cả chúng, bởi vì trước khi hành giả thọ trì thiền minh sát, hành giả đã thọ trì hoặc năm giới, tám giới, chín hay mười giới, hoặc hai trăm hai mươi bảy giới của Tỳ-khưu,... Như vậy, chúng ta có tám chi phần:

- 1) Chánh kiến (*Sammā-Ditṭhi*): thể nhập sự vô thường của sắc pháp bằng trí tuệ.
- 2) Chánh tư duy (*Sammā-Saṅkappa*): tương ứng với tâm sở tầm (*vitakka*), để gắn tâm vào sự vô thường của sắc pháp.
- 3) Chánh ngữ (*Sammā-Vācā*): đã được thọ trì trước đó, như là giới không nói dối,...
- 4) Chánh nghiệp (*Sammā-Kammanta*): đã được thọ trì trước đó, như giới không sát sanh,...
- 5) Chánh mạng (*Sammā-Ājīva*): đã được thọ trì trước đó, giống như các giới học.
- 6) Chánh tinh tấn (*Sammā-Vāyāma*): nỗ lực để thể nhập sự vô thường của sắc pháp, nỗ lực để gắn tâm vào nó, nỗ lực để niệm trú trên nó, và nỗ lực để định trên nó.
- 7) Chánh Niệm (*Sammā-Sati*): nhớ tới sự vô thường của các sắc pháp, không để cho các chi phần khác rời khỏi sự vô thường của sắc pháp.
- 8) Chánh định (*Sammā-Samādhi*): định tâm trên sự vô thường của sắc pháp.

Đó là cách tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành sanh khởi trong suốt giai đoạn thứ hai của pháp hành minh sát.

THIỀN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN BA

Cùng một nguyên tắc, hành giả có thể rõ biết cách mà tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành sanh khởi trong suốt giai đoạn thứ ba của pháp hành minh sát, như Đức Phật đã giảng trong mục 'Niệm Hơi Thở' của 'Kinh Đại Niệm Xứ':

[3] **Hay có niệm như vậy "Có thân đây (*atthi kāyo'ti*)", được thiết lập vừa đủ hướng đến trí (*yāvad-eva ñāṇam-attāya*), vừa đủ hướng đến niệm (*paṭissati-mattāya*).**

Ở đây, Đức Phật đang nói đến sự tấn hóa của hành giả qua các trí minh sát ngày một cao hơn.

MƯỜI BA TRÍ MINH SÁT ĐẦU TIÊN

Có tất cả là mười sáu trí minh sát. Chúng tôi đã trình bày bốn trí đầu tiên. Loại trí thứ nhất tạo thành giai đoạn đầu tiên của minh sát:

1) *Trí Phân Định Danh-Sắc (Nāma-Rūpa-Pariccheda-Ñāṇa)*: ở đây, hành giả đã phân biệt và phân tích năm uẩn: sắc tột cùng và danh tột cùng trong quá khứ, vị lai và hiện tại, bên trong và bên ngoài, thô và tế, hạ liệt và cao thượng, xa và gần.

Ba trí minh sát tiếp theo tạo thành giai đoạn thứ hai của minh sát.

2) *Trí Năm Bắt Nhân Duyên (Paccaya-Pariggaha-Ñāṇa)*: ở đây, hành giả đã quán pháp duyên khởi của năm uẩn theo chiều thuận và chiều nghịch.

3) *Trí Thẩm Sát Tam Tướng (Sammāsana-Ñāṇa)*: ở đây, hành giả quán các đặc tánh (tướng trạng) vô thường, khổ và vô ngã của các uẩn.

4) *Trí Quán Tánh Sanh & Diệt (Udaya-Bbay-Ānupassanā-Ñāṇa)*: ở đây, hành giả quán sự sanh và diệt của các uẩn, để trí về các đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã của chúng được mạnh mẽ hơn.

Giai đoạn thứ ba của minh sát mà chúng tôi sắp trình bày là chín trí minh sát tiếp theo:

5) *Trí Quán Sự Hoại Diệt (Bhaṅg-Ānupassanā-Ñāṇa)*: Ở đây, hành giả chỉ đặc biệt quán về sự hoại diệt của năm uẩn, để trí về các đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã của chúng được mạnh mẽ hơn.

6) *Trí Kinh Úy (Bhayat-Upatthāna-Ñāṇa)*: ở đây, hành giả quán sự kinh hãi về tánh diệt liên tục của năm uẩn để trí về các đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã của chúng được mạnh mẽ hơn.

7) *Trí Quán Sự Hiểm Nguy (Ādīnav-Ānupassanā-Ñāṇa)*: ở đây, hành giả quán sự nguy hiểm của tánh diệt liên tục của năm uẩn để trí về các đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã của chúng được mạnh mẽ hơn.

8) *Trí Yếm Ly (Nibbid-Ānupassanā-Ñāṇa)*: ở đây, hành giả quán trên sự thật rằng chẳng có gì đáng đam mê đối với tánh diệt liên tục của năm uẩn. Với cách quán này, hành giả sẽ trở nên nhàm chán với năm uẩn. Trong giai đoạn này, tâm của hành giả nghiêng hướng đến Niết-bàn, pháp vô sanh, tịch tịnh.

9) *Trí Dục Thoát (Muñcitu-Kamyatā-Ñāṇa)*: trong giai đoạn này (do bởi sự tích lũy các trí minh sát vững chắc và mạnh mẽ trước đó), sự nhàm chán đối với năm uẩn mạnh đến nỗi hành giả mong mỏi được giải thoát khỏi năm uẩn.

10) *Trí Giản Trạch hay Trí Suy Xét hay Trí Quyết Ly (Paṭisaṅkh-Ānupassanā-Ñāṇa)*: Ở đây, hành giả suy xét lại cách mà năm uẩn vô thường khổ và vô ngã, bằng cách ấy mà khiến trí minh sát ngày càng sâu sắc và mạnh mẽ hơn bao giờ hết.

11) *Trí Hành Xả (Saṅkhā-Upekkhā-Ñāṇa)*: ở đây, cuối cùng thì hành giả sẽ phát triển sự trung lập đối với năm uẩn. Tưởng về các uẩn sẽ thay đổi: đúng hơn là hành giả không còn thấy thích thú hay sợ hãi đối với chúng, giờ đây, hành giả nhìn chúng bằng một tâm trung lập.

Loại trí này chính là đỉnh điểm của trí minh sát hiệp thể.

12) *Trí Thuận Thứ (Anuloma-Ñāṇa)*: đây là một loại trí chuẩn bị, chuẩn bị chuyển hướng từ trí minh sát trên năm uẩn sang trí minh sát đối với Niết-bàn. Một khi trí này sanh khởi, chẵn chẵn hành giả sẽ đạt đến bốn loại trí cuối cùng.

13) *Trí Chuyển Tộc (Gotrabhu-Ñāṇa)*: Loại trí này bắt Niết-bàn làm đối tượng. Mặc dù vậy, nó vẫn thuộc hiệp thể bởi vì nó chỉ đánh dấu sự chuyển đổi từ phàm nhân (*puthu-jjana*) sang Thánh nhân (*Ariya*).

Chín trí minh sát này (từ trí thứ năm đến trí thứ mười ba) tạo thành giai đoạn thứ ba của minh sát. Ba trí cuối cùng tạo thành giai đoạn thứ tư của minh sát: Hai trí đầu là siêu thế, song, trí cuối cùng lại là hiệp thể.

THIÊN MINH SÁT: GIAI ĐOẠN BỐN

BA TUỆ MINH SÁT CUỐI CÙNG

14) *Trí Đạo (Magga-Ñāṇa)*: trí này chính là trí minh sát siêu thế đầu tiên, và nó lấy Niết-bàn làm đối tượng. Tất cả các trí minh sát hiệp thể chỉ đàn áp các ô nhiễm, nhưng với Trí Đạo, nó hủy diệt các phiền não theo từng giai đoạn, Nhập Lưu Đạo Trí hủy diệt một số phiền não, Nhất Lai Đạo Trí làm yếu đi một số các phiền não, Bất Lai Đạo Trí hủy diệt một số các phiền não, và với A-la-hán Đạo Trí, tất cả các phiền não còn lại bị hủy diệt không còn dư sót.

15) *Trí Quả (Phala-Ñāṇa)*: loại trí này chính là quả của Trí Đạo, và theo sau nó. Nó cũng thuộc Siêu Thế, bắt Niết-bàn làm đối tượng.

16) *Trí Phán Khán (Duyệt) (Paccavekkhaṇa-Nāna)*: Có năm trí xét duyệt, tất cả đều là hiệp thể. Chúng sanh sau các Đạo-Quả Trí. Chúng xét duyệt Đạo Trí, Quả Trí, Niết-bàn, các phiền não đã bị hủy diệt, và các phiền não còn lại. Với sự sanh khởi A-la-hán Đạo Trí, không còn các phiền não còn lại.

Ba trí cuối cùng là những gì Đức Phật muốn nói trong mô tả về giai đoạn thứ tư và cũng là giai đoạn cuối cùng của thiền minh sát:

[4] Và vị ấy sống không nương tựa (*a-nissito*), không chấp trước một vật gì trên đời (*na ca kiñci loke upādiyati*).

THÁNH ĐẠO TÁM NGÀNH CỦA THIỀN MINH SÁT

Khi Đạo Trí và Quả Trí sanh khởi, Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế và minh sát siêu thế sanh khởi. Với minh sát hiệp thể, tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành lấy một đối tượng hiệp thể làm đối tượng: một sắc pháp, một danh pháp, một chi phần của duyên khởi, hoặc đặc tánh vô thường, đặc tánh khổ hoặc đặc tánh vô ngã. Tuy nhiên, với minh sát siêu thế, tám chi phần lấy pháp Niết-bàn (*Nibbāna-dhamma*) thuộc siêu thế làm đối tượng. Và khi pháp Niết-bàn là đối tượng, ba chi phần về giới là Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, và Chánh Mạng cũng sanh khởi. Tất cả tám chi phần sanh khởi cùng lúc với định siêu thế và minh sát siêu thế:

- 1) *Chánh Kiến (Sammā-Ditthi)*: thể nhập pháp Niết-bàn bằng trí tuệ.
- 2) *Chánh Tư Duy (Sammā-Saṅkappa)*: tương ứng với tâm sở tâm (*vitakka*), để gắn tâm vào pháp Niết-bàn.
- 3) *Chánh Ngữ (Sammā-Vācā)*: với sự rõ biết pháp Niết-bàn, các phiền não chịu trách nhiệm cho tà ngữ bị hủy diệt. Đó là cách mà Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế bao gồm chi phần Chánh Ngữ.
- 4) *Chánh Nghiệp (Sammā-Kammanta)*: Lại nữa, các phiền não chịu trách nhiệm cho tà nghiệp bị hủy diệt, điều này có nghĩa là chi phần Chánh Nghiệp cũng sanh khởi.
- 5) *Chánh Mạng (Sammā-Ājīva)*: khi các phiền não chịu trách nhiệm cho tà ngữ, tà nghiệp bị hủy diệt, điều này có nghĩa là chi phần Chánh Mạng cũng sanh khởi.
- 6) *Chánh Tinh Tấn (Sammā-Vāyāma)*: nỗ lực để thể nhập pháp Niết-bàn, nỗ lực để gắn tâm vào nó, nỗ lực để niệm trú trên nó, và nỗ lực để định trên nó.
- 7) *Chánh Niệm (Sammā-Sati)*: nhớ tới pháp Niết-bàn, và không cho các chi phần khác rời khỏi pháp Niết-bàn.
- 8) *Chánh Định (Sammā-Samādhi)*: định tâm trên pháp Niết-bàn.

Đó là cách mà tám chi phần của Thánh Đạo Tám Ngành sanh khởi ở giai đoạn thứ tư của minh sát.

BA LOẠI THÔNG ĐẠT TRÍ

Sự sanh khởi của Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế tương ứng với giai đoạn cuối cùng của 'trừ đạt trí' (*pahāna-pariññā*), loại trí thứ ba trong ba loại thông đạt trí (*pariññā*).

- 1) Hai trí minh sát đầu tiên (trí phân định danh-sắc cùng với trí nắm bắt nhân duyên) cùng tạo thành trí đầu tiên trong ba loại thông đạt trí: *trí đạt trí (ñāta-pariññā)*.
- 2) Hai trí minh sát tiếp theo (trí thẩm sát tam tướng và trí quán sanh-diệt) cùng tạo thành *thẩm đạt trí (tīraṇa-pariññā)*.
- 3) Mười hai trí minh sát hiệp thể và siêu thế còn lại tạo thành trí thứ ba trong ba loại thông đạt trí, *trừ đạt trí (pahāna-pariññā)*. Phần lớn loại trí này được hình thành từ bảy loại quán tưởng. Tôn giả Sāriputta giảng về chúng trong 'Phân Tích Đạo' (*Paṭisambhidā-Magga*):⁹⁹
 - 3.1) Quán năm uẩn là vô thường, hành giả từ bỏ được *thường tưởng (nicca-saññā)* đối với năm uẩn.
 - 3.2) Quán năm uẩn là khổ, hành giả từ bỏ *lạc tưởng (sukha-saññā)* đối với năm uẩn.
 - 3.3) Quán năm uẩn là vô ngã, hành giả từ bỏ *ngã tưởng (atta-saññā)* đối với năm uẩn.

⁹⁹ PsM.I.vii.52 'Bhāriḅ-Ānupassanā-Nāna-Niddesd' (Phân Tích Trí Quán Sự Hoại Diệt) (My.1.55)

3.4) Quán năm uẩn như vậy, hành giả thấy được *sự tan vỡ ảo tưởng (nibbindato)* về năm uẩn, và theo cách ấy, từ bỏ *ham thích (nandi)* đối với năm uẩn.

3.5) Quán năm uẩn là sự tan vỡ ảo tưởng, hành giả thấy chúng với *sự ly ái (virajjanto)*, do đó từ bỏ *tham ái (rāga)* đối với năm uẩn.

3.6) Quán năm uẩn với sự ly ái, hành giả thấy chúng như chỉ là *sự diệt (nirodhento)*, và bằng cách ấy, từ bỏ *sự tập khởi (samudaya)* của năm uẩn. Điều này cũng giống như nói rằng hành giả từ bỏ các chi phần chính yếu của pháp duyên khởi: vô minh và tham ái.

3.7) Quán năm uẩn như là sự diệt, hành giả từ bỏ *sự nắm chặt (ādāna)* đối với năm uẩn. Điều này cũng như nói rằng vị ấy từ bỏ *sự chấp thủ (upādāna)* đối với năm uẩn, vị ấy thành tựu được vậy với sự sanh khởi của Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế. Do vậy, Đức Phật giảng rằng: **"vị ấy sống không nương tựa (a-nissito), không chấp trước một vật gì trên đời (na ca kiñci loke upādiyati)."**

Và sau đó, Đức Phật kết thúc lời dạy đối với vị Tỳ-khưu tu tập 'Niệm Hơi Thở' (*ān-āpāna-ssati*).

Này các Tỳ-khưu, như vậy Tỳ-khưu sống quán thân trong thân (*kāye kāy-ānupassī viharati*).

Cầu mong tất cả quý vị chuyên cần thực hành Bốn Niệm Xứ, con đường độc nhất để đạt đến Thánh Đạo Tám Ngành siêu thế, để chứng ngộ Niết-bàn, *Vô Vi giới (Asañkhata-dhātu)*: Thánh Đế về Khổ Diệt.

↑ Bát-Niết-bàn Uẩn (Khandha-Parinibbāna)				
Tuệ Uẩn (Paññā-Kkhandha) (VsM.xiv-xxiii)	7) Tri Kiến Thanh Tịnh (Ñāna-Dassana-Visuddhi) (không tính Tuệ Chuyển Tộc)	<p>↑ Arahant Đạo & Quả (Arahatta-Magga-Phala) (Phiền nảo Bát-Niết-bàn (Kilesa-Parinibbāna))</p> <p>↑ Bất Lai Đạo & Quả (An-Āgāmi-Magga-Phala)</p> <p>↑ Nhất Lai Đạo & Quả (Sakad-Āgāmi-Magga-Phala)</p> <p>↑ Thất Lai Đạo và Quả (Sot-Āpatti-Magga-Phala)</p> <p>Đạo & Quả (Magga-Phala)</p>	<p>(16) Trí Phán Kháng (Paccavekkhaṇa-Ñāna)</p> <p>(15) Trí Quả (Phala-Ñāna)</p> <p>(14) Trí Đạo (Magga-Ñāna)</p> <p>(13) Trí Chuyển Tộc (Gotrabhu-Ñāna)</p> <p>(12) Trí Thuần Thứ (Anuloma-Ñāna)</p> <p>(11) Trí Hành Xả (Sankhārupekkhā-Ñāna)</p> <p>(10) Trí Suy Xét (Paṭisaṅkhā-Ñāna)</p> <p>(9) Trí Dục Thoát (Muñcitu-kamyatā-Ñāna)</p> <p>(8) Trí Yếm Ly (Nibbidā-Ñāna)</p> <p>(7) Trí Hiềm Ngụy (Ādinava-Ñāna)</p> <p>(6) Trí Kinh Úy (Bhaya-Ñāna)</p> <p>(5) Trí Hoại Diệt (Bhaṅga-Ñāna)</p>	<p>3) Trừ đạt tri (Pahāna-pariññā)</p> <p>2) Thảm Đạt Tri (Tirana-pariññā)</p> <p>1) Trí Đạt Tri (Ñāta-pariññā)</p> <p>Mười Sáu Trí (Ñāna) ↑</p> <p>Ba Đạt Tri (Pariññā) ↑</p>
	6) Đạo hành Tri Kiến Thanh Tịnh (Paṭipadā-Ñāna-Dassana-Visuddhi)	<p>Duyên Khởi (Paṭicca-samuppāda)</p> <p>5 nhân ⇒ 5 quả từ kiếp này sang kiếp sau:</p> <p>Quá khứ - Hiện tại - Vị lai ⇒ Niết-bàn Uẩn</p> <p>Danh tốt cùng (paramattha-nāma)</p> <p>63 loại tâm (citta) + 52 loại tâm sở (cetasika)</p> <p>1-3) quá khứ (atīta) – vị lai (ānāgata) – hiện tại (paccuppanna)</p> <p>4-5) nội (ajjhatta) – ngoại (bahiddhā)</p> <p>6-7) thô (olārika) – tế (sukhuma)</p> <p>8-9) cao thượng (pañīta) – hạ liệt (hīna)</p> <p>10-11) xa (dūre) – gần (santike)</p> <p>(Tâm Jhāna chỉ cho 1 loại với bậc thiền jhāna)</p> <p>Sắc Tốt Cùng (paramattha-rūpa)</p> <p>18 loại sắc cụ thể (nipphanna-rūpa)</p> <p>1-3) quá khứ (atīta) – vị lai (ānāgata) – hiện tại (paccuppanna)</p> <p>4-5) nội (ajjhatta) – ngoại (bahiddhā)</p> <p>6-7) thô (olārika) – tế (sukhuma)</p> <p>8-9) cao thượng (pañīta) – hạ liệt (hīna)</p> <p>10-11) xa (dūre) – gần (santike)</p>	<p>(4B) Trí Sanh Diệt (mạnh) (Udaya-Bbaya-Ñāna)</p> <p>(4A) Trí Sanh Diệt (yếu) (Udaya-Bbaya-Ñāna)</p> <p>(3) Trí Thảm Sát Tam Tướng (Sammāsana-Ñāna)</p>	
	5) Đạo và Phi Đạo Tri Kiến Thanh Tịnh (Magga-Āmagga-Ñāna-Dassana-Visuddhi)	<p>Phân biệt đặc tính vô thường (anicca-lakkhaṇa), đặc tính khổ (dukkha-lakkhaṇa) và đặc tính vô ngã (an-atta lakkhaṇa) của danh – sắc tốt cùng và các nhân của chúng (duyên khởi (paṭicca-samuppāda))</p> <p>↑ Thiền Minh Sát (vipassanā-bhāvanā)</p>		
	4) Đoạn Nghi Thanh Tịnh (Kaṅkhā-Vitarāṇa-Visuddhi)	<p>Phân biệt duyên khởi (paṭicca - samuppāda) (phương pháp 1 và 5): phân biệt đặc tính (lakkhaṇa), phân sự (rasa), biểu hiện (paccupaṭṭhāna), nhân gần (padaṭṭhāna) của mỗi nhân và mỗi quả của các kiếp quá khứ, hiện tại và các kiếp vị lai.</p> <p>↑ Trí Bất Động với Pháp (Dhamma-Tṭhiti-Ñāna)</p>	<p>(2) Trí Năm Bất Nhân Duyên (Paccaya-Pariggaha-Ñāna)</p>	
	3) Kiến Thanh Tịnh (Diṭṭhi-Visuddhi)	<p>↑ Phân tích danh-sắc (Nāmarūpa-vavatthāna): Phân tích rằng ngoài danh-sắc (nāma-rūpa) ra thì không có chúng sanh (satta), đời sống (jīva), tự ngã (atta), đàn ông, đàn bà, thiên nhân, phạm thiên...</p> <p>↑ Phân biệt cả danh và sắc (Rūpārūpa-pariggaha): phân biệt đặc tính (lakkhaṇa), phân sự (rasa), biểu hiện (paccupaṭṭhāna) và nhân gần (padaṭṭhāna) của mỗi loại sắc và danh pháp cùng nhau.</p> <p>↑ Phân biệt danh (Arūpa-pariggaha): phân biệt từng tâm sở (cetasika) và tâm (citta) trong mỗi sát-na tâm ở 6 loại tiến trình tâm (citta-vīthi) (ngũ môn/ý môn & cõi dục/sắc/vô sắc giới)</p> <p>↑ Phân biệt sắc (Rūpa-pariggaha) (Thiền Tứ Đại): phân biệt các loại nhóm sắc (kalāpa) ở mỗi trong 6 môn/42 thân phần. Phân biệt các loại sắc tốt cùng trong mỗi loại kalāpa.</p> <p>Xác Định các Hành (Saṅkhāra-Pariccheda)</p>	<p>(1) Trí Phân Tích Danh-Sắc (Nāma-Rūpa-Pariccheda-Ñāna)</p>	
Định Uẩn (Samādhī-Kkhandha) VsM.iii-xxiii)	2) Tâm Thanh Tịnh (Citta-Visuddhi)	<p>↑ Thiền Phân Tích Tứ Đại (Catu-dhātu-vavatthāna) cận định</p> <p>↑ Niệm Sự Chết (Marāṇ-ānussati) cận định</p> <p>↑ Quán Bất Tịnh (Asubha-bhāvanā) sơ thiền</p> <p>↑ Niệm Ân Đức Phật (Buddh-ānussati) cận định</p> <p>↑ Xả (upekkhā) tứ thiền</p> <p>↑ Từ (mettā), Bi (karuṇā), Hỷ (muditā) ⇒ sơ, nhị, tam thiền</p> <p>↑ Bốn Vô Sắc (cattāro āruppā) (thiền vô sắc (arūpa-jjhāna)) dựa vào việc loại bỏ sắc của kasiṇa (trừ kasiṇa hư không)</p> <p>↑ Kasiṇa trắng (odāta)/ xanh-đen (nīla)/ vàng (pīta)/ đỏ (lohita)/ đất (pathavī)/ nước (āpo)/lửa (tejo)/gió (vāyo)/ ánh sáng (āloka)/ hư không (ākāsa) sơ, nhị, tam, tứ thiền</p> <p>↑ Tác ý về bất tịnh (paṭikkūla-manasikāra) (xương) sơ thiền</p> <p>↑ Quán 32 thân phần (dva-ttims-ākārā) (phân biệt chúng bằng ánh sáng của định bậc thiền)</p> <p>↑ Niệm Hơi Thở (ān-āpāna-ssati) (Hành Giả Dùng Cổ Xe Định (SAMATHA-YĀNIKA)) sơ, nhị, tam, tứ thiền</p>	<p>↑ Thiền Phân Tích Tứ Đại (Catu-dhātu-vavatthāna)</p> <p>↑ Niệm Sự Chết (Marāṇ-ānussati)</p> <p>↑ Niệm Ân Đức Phật (Buddh-ānussati)</p> <p>↑ Quán Bất Tịnh (Asubha-bhāvanā)</p> <p>↑ Từ (mettā), Bi (karuṇā), Hỷ (muditā), Xả (upekkhā)</p> <p>↑ Thiền Phân Tích Tứ Đại (Catu-dhātu-vavatthāna) Cận định</p> <p>(Hành Giả Dùng Cổ Xe Thuần Quán (SUDDHA-VIPASSANĀ YĀNIKA))</p>	<p>Vì đó là các đề mục thiền bảo hộ, hành giả tu tập các đề mục này đơn thuần là tốt nhất đến mức có thể.</p> <p>Hành giả có thể dùng cận định để tu tập định bậc thiền: trước tiên là quán 32 thân phần rồi sau đó là kasiṇa... (Xem cột kế trước)</p>
		1) Giới Thanh Tịnh (Sīla-Visuddhi)	<p>Tỳ-khưu: 4 giới thanh tịnh: (catu-parisuddhi-sīla)</p> <p>Tu nữ: 10 giới (dasa-sīla)</p> <p>1) Giới chế ngự Pātimokkha (Pāṭimokkha-saṃvara-sīla)</p> <p>2) Giới thu thúc lục căn (Indriya-saṃvara-sīla)</p> <p>3) Giới nuôi mạng thanh tịnh (Ājīva-pārisuddhi-sīla)</p> <p>4) Giới quán tưởng 4 món vật dụng (Paccaya-saṃmissita-sīla)</p>	

		Cư sĩ: 5 (<i>pañca</i>), 8 (<i>aṭṭha</i>), 9 (<i>nava</i>), 10 (<i>dasa-sīla</i>) giới
Ba Uẩn (<i>Khandha</i>) ↑	Bảy Thanh Tịnh (<i>Visuddhi</i>)	Này Các Tỷ-khưu, Đây Là Con Đường Độc Nhất. ↑ (<i>Ek-Āyano ayaṃ, Bhikkhave, Maggo</i>) ↑

Chân Thể Tuyệt Đối

Phân Loại *Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha-Sacca)*

PHÂN LOẠI	DANH – SẮC (<i>nāma-rūpa</i>)	NĂM UẨN (<i>pañca-kkhandha</i>)	MƯỜI HAI XỨ (<i>dvadas-āyatana</i>)		MƯỜI TÁM GIỚI (<i>aṭṭhārasa-dhātu</i>)	BỐN ĐẾ (<i>catu-sacca</i>)
I) Sắc (<i>rūpa</i>) (x28)	Sắc	Sắc uẩn	Nội Nhãn xứ Nhĩ xứ Tỷ xứ Thiệt xứ Thân xứ	Ngoại Sắc xứ Thanh xứ Mùi xứ Vị xứ Xúc xứ Pháp xứ#	Nhãn giới Sắc giới Nhĩ giới Thanh giới Tỷ giới Mùi giới Thiệt giới Vị giới Thân giới Xúc giới Pháp giới#	Khổ đế
II) Tâm (<i>citta</i>) (x89)	Danh	Thức Uẩn	Ý xứ	X	Nhãn thức giới Nhĩ thức giới Tỷ thức giới Thiệt thức giới Thân thức giới Ý thức giới Ý giới	Khổ Đế Đạo Đế
III) Tâm sở (<i>cetasika</i>) (x52)	Danh	Thọ Uẩn Tưởng Uẩn Hành Uẩn	X	Pháp xứ#	Pháp giới#	Khổ Đế Khổ Tập Đế Đạo Đế
IV) Niết-bàn (<i>Nibbāna</i>) (x1)	X	X	X	Pháp xứ#	Pháp giới#	Diệt Đế

Trong Thanh Tịnh Đạo (VsM.xviii.663-667), 'Luận về Phân Định Danh-sắc' (*Nāma-Rūpa-Pariggaha-Kathā*), thiền minh sát (*vipassanā*) được giảng dựa trên danh-sắc (§663), danh-sắc (§664), mười tám giới (§665), mười hai xứ (§666), năm uẩn (§667); trong 'Sớ Giải Thanh Tịnh Đạo' (*Visuddhi-Magga-Mahā-Ṭīkā*), thiền minh sát (*vipassanā*) được giảng dựa trên Bốn Sự Thật.

PHÁP GIỚI (*dhamma-dhātu*) | PHÁP XỨ (*dhamm-āyatana*): chính là mười sáu loại sắc tế (chỉ được nhận thức bằng tiến trình ý môn) + năm mươi hai tâm sở + Niết-bàn (*Nibbāna*).

Vì các khái niệm không phải là Chân Thể Tuyệt Đối, nên chúng không được nêu trong bảng phân loại này.

Phân Loại Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha-Sacca) theo Năm Uẩn (Pañca-Kkhandha) *

4 x sắc đại hiển (<i>mahā-bhūta</i>)	}	1) Sắc uẩn (<i>rūpa-kkhandha</i>)		
24 x sắc do tứ đại sinh (<i>upādāya-rūpa</i>)		⇒ 2) Thọ uẩn (<i>vedanā-kkhandha</i>)		
1 x tâm sở thọ † (<i>vedanā</i>)		⇒ 3) Tưởng uẩn (<i>saññā-kkhandha</i>)		
1 x tâm sở tưởng ‡ (<i>saññā</i>)	}	4) Hành uẩn (<i>saṅkhāra-kkhandha</i>)		
1 x tâm sở xúc ‡ (<i>phassa</i>)				
1 x tâm sở tư ‡ (<i>cetanā</i>)				
1 x tâm sở nhất tâm ‡ (<i>ek-aggatā</i>)				
1 x tâm sở mạng quyền ‡ (<i>jīvit-indriya</i>)				
1 x tâm sở tác ý ‡ (<i>manasikāra</i>)				
6 x tâm sở biệt cảnh (<i>pakinnaka</i>)				
14 x tâm sở bất thiện (<i>akusala-cetasika</i>)				
19 x tịnh hảo biến hành (<i>sobhana-cetasika</i>)				
3 x tâm sở tiết chế (giới phần) (<i>viratī</i>)				
2 x tâm sở vô lượng phần (<i>appamaññā</i>)				
1 x tâm sở tuệ quyền (<i>a-moha</i>)				
8 x tâm căn tham (<i>lobha-mūla-citta</i>)			}	5) Thức uẩn (<i>viññāṇa-kkhandha</i>)
2 x tâm căn sân (<i>dosa-mūla-citta</i>)				
2 x tâm căn si (<i>moha-mūla-citta</i>)				
7 x tâm quả bất thiện (<i>akusala-vipāka-citta</i>)				
8 x tâm quả thiện vô nhân ^Δ (<i>kusala-vipāka-citta</i>)				
1 x tâm hướng ngũ môn (<i>pañca-dvār-āvajjana-citta</i>)				
1 x tâm hướng ý môn (<i>mano-dvār-āvajjana-citta</i>)				
1 x tâm ứng cúng sanh tiểu [#] (<i>hasit-uppāda-citta</i>)				
8 x tâm đại thiện dục giới (<i>kām-āvacara kusala-citta</i>)				
8 x tâm đại quả dục giới (<i>kām-āvacara vipāka-citta</i>)				
8 x tâm duy tác dục giới [#] (<i>kām-āvacara kiriyā-citta</i>)				
5 x tâm thiện sắc giới (<i>rūp-āvacara kusala-citta</i>)				
5 x tâm quả sắc giới (<i>rūp-āvacara vipāka-citta</i>)				
5 x tâm duy tác sắc giới [#] (<i>rūp-āvacara kiriyā-citta</i>)				
4 x tâm thiện vô sắc giới (<i>arūp-āvacara kusala-citta</i>)				
4 x tâm quả vô sắc giới (<i>arūp-āvacara vipāka-citta</i>)				
4 x tâm duy tác vô sắc giới [#] (<i>arūp-āvacara kiriyā-citta</i>)				
4 x tâm thiện siêu thế [*] (<i>lokuttara-kusala-citta</i>)	}	(Không tính)		
4 x tâm quả siêu thế [*] (<i>lokuttara-vipāka-citta</i>)				
1 x NIẾT-BÀN (NIBBĀNA)				

* Chân Thể Tuyệt Đối có bốn pháp (*dhamma*):

1) Tám mươi chín loại tâm (*citta*) (tô màu xám đậm), xem tr.68.

2) Năm mươi hai tâm sở (*cetasika*) (tô màu xám nhạt), xem tr.66.

3) Sắc (*rūpa*) (không tô) là bốn sắc đại chủng (*mahā-bhūta*) và hai mươi bốn sắc y đại sinh (*upādāya-rūpa*), xem tr.53.

4) Niết-bàn là ngoại uẩn nên loại trừ khỏi sự phân loại các uẩn, loại trừ khỏi phạm vi của minh sát. Sự phân loại này được làm theo phân tích của Đức Phật ở *Vb.i.32-149 'Khandha-Vibhāṅgo' (Phân Tích Uẩn)*, *phân loại Ví Diệu Pháp (Abhidhamma-bhājanīya)*. Đức Phật cũng phân chia chính những pháp này theo mười hai xứ <tr.91>, mười tám giới <tr.92>, bốn Thánh Đế <tr.93>.

† Đây là bảy *tâm sở biến hành (sabba-citta-sādhāraṇa)*: luôn có mặt cùng với mọi loại tâm.

Δ Đây là loại tâm quả thiện vô nhân (ahetuka), trong khi các tâm quả thiện còn lại có nhân vô tham và vô sân, có hoặc không có vô si (tuệ).

Những tâm này chỉ có ở một vị A-la-hán, và không thể có được với những người khác, và được tính là chỉ cho phạm vi minh sát của vị A-la-hán.

* Các loại tâm siêu thế bị loại trừ khỏi phạm vi minh sát.

Phân Loại Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha-Sacca) theo Mười Hai Xứ (Dvādas-Āyatana) *

1 x nhãn tịnh sắc (<i>cakkhu-pasāda</i>)	⇒ 1) Nhãn xứ (<i>cakkh-āyatana</i>)
1 x sắc màu (<i>varṇa</i>)	⇒ 2) Sắc xứ (<i>rūp-āyatana</i>)
1 x nhĩ tịnh sắc (<i>sota-pasāda</i>)	⇒ 3) Nhĩ xứ (<i>śot-āyatana</i>)
1 x sắc thanh (<i>sadda</i>)	⇒ 4) Thanh xứ (<i>sadd-āyatana</i>)
1 x tỷ tịnh sắc (<i>ghāna-pasāda</i>)	⇒ 5) Tỷ xứ (<i>ghān-āyatana</i>)
1 x sắc mùi (<i>gandha</i>)	⇒ 6) Mùi xứ (<i>gandh-āyatana</i>)
1 x thiệt tịnh sắc (<i>jivhā-pasāda</i>)	⇒ 7) Thiệt xứ (<i>jivh-āyatana</i>)
1 x sắc vị (<i>rasa</i>)	⇒ 8) Vị xứ (<i>ras-āyatana</i>)
1 x thân tịnh sắc (<i>kāya-pasāda</i>)	⇒ 9) Thân xứ (<i>kāy-āyatana</i>)
1 x sắc địa / phong / hỏa đại (<i>pathavī- / vāyo- / tejo-dhātu</i>)	⇒ 10) Xúc xứ (<i>phoṭṭhabb-āyatana</i>)
8 x tâm căn tham (<i>lobha-mūla-citta</i>)	11) Ý xứ (<i>man-āyatana</i>)
2 x tâm căn sân (<i>dosa-mūla-citta</i>)	
2 x tâm căn si (<i>moha-mūla-citta</i>)	
7 x tâm quả bất thiện (<i>akusala-vipāka-citta</i>)	
8 x tâm quả thiện vô nhân ^Δ (<i>kusala-vipāka-citta</i>)	
1 x tâm hướng ngũ môn (<i>pañña-dvār-āvajjana-citta</i>)	
1 x tâm hướng ý môn (<i>mano-dvār-āvajjana-citta</i>)	
1 x tâm ứng cúng sanh tiểu [#] (<i>hasit-uppāda-citta</i>)	
8 x tâm đại thiện dục giới (<i>kām-āvacara kusala-citta</i>)	
8 x tâm đại quả dục giới (<i>kām-āvacara vipāka-citta</i>)	
8 x tâm duy tác dục giới [#] (<i>kām-āvacara kiriyā-citta</i>)	12) Pháp xứ (<i>dhamma-āyatana</i>)
5 x tâm thiện sắc giới (<i>rūp-āvacara kusala-citta</i>)	
5 x tâm quả sắc giới (<i>rūp-āvacara vipāka-citta</i>)	
5 x tâm duy tác sắc giới [#] (<i>rūp-āvacara kiriyā-citta</i>)	
4 x tâm thiện vô sắc giới (<i>arūp-āvacara kusala-citta</i>)	
4 x tâm quả vô sắc giới (<i>arūp-āvacara vipāka-citta</i>)	
4 x tâm duy tác vô sắc giới [#] (<i>arūp-āvacara kiriyā-citta</i>)	
4 x tâm thiện siêu thế [×] (<i>lokuttara-kusala-citta</i>)	
4 x tâm quả siêu thế [×] (<i>lokuttara-vipāka-citta</i>)	
1 x sắc thủy đại (<i>āpo-dhātu</i>)	
1 x sắc dưỡng chất (<i>ojā</i>)	
1 x sắc mạng quyền (<i>jīvit-indriya</i>)	
1 x sắc trái tim (<i>hadaya-rūpa</i>)	
2 x sắc giới tính (<i>bhāva-rūpa</i>)	
10 x sắc không cụ thể (<i>anipphanna-rūpa</i>)	
7 x tâm sở biến hành (<i>sabba-citta-sādhāraṇa</i>)	
6 x tâm sở biệt cảnh (<i>pakiṇṇaka</i>)	
14 x tâm sở bất thiện (<i>akusala</i>)	
19 x tâm sở tịnh hảo biến hành (<i>sobhana-sādhāraṇa</i>)	
3 x tâm sở tiết chế (giới phần) (<i>viratī</i>)	
2 x tâm sở vô lượng phần (<i>appamaññā</i>)	
1 x tâm sở tuệ quyền (<i>paññī-indriya</i>)	
1 x NIẾT-BÀN (NIBBĀNA)	

* Chân Thể Tuyệt Đối có bốn pháp (*dhamma*):

- 1) Tám mươi chín loại tâm (*citta*) (tô màu xám đậm), xem tr.68.
- 2) Năm mươi hai tâm sở (*cetasika*) (tô màu xám nhạt), xem tr.66.
- 3) Sắc (*rūpa*) (không tô) là bốn sắc đại chủng (*mahā-bhūta*) và hai mươi bốn sắc y đại sinh (*upādāya-rūpa*), xem tr.53.
- 4) Niết-bàn được tính trong pháp xứ, là một đối tượng chỉ được nhận thức bởi ý thức: nhưng là một hiện thực siêu thế và nó bị loại trừ khỏi phạm vi minh sát.

Cách phân loại này được làm theo sự phân tích của Đức Phật trong Vbh.ii.155-167, "Xứ Phân Tích" (*Āyatana-Vibhaṅgo*), phân loại *Vi Diệu Pháp* (*Abhidhamma-bhājanīya*). Đức Phật cũng phân chia chính những pháp này là năm uẩn <tr.90>, mười tám giới <tr.92>, bốn Thánh Đế <tr.93>.

^Δ Đây là loại tâm quả thiện vô nhân (*ahetuka*), trong khi các tâm quả thiện còn lại có nhân vô tham và vô sân, có hoặc không có vô si (tuệ).

[#] Những tâm này chỉ có ở một vị A-la-hán, và không thể có được với những người khác, và được tính là chỉ cho phạm vi minh sát của vị A-la-hán.

[×] Các loại tâm siêu thế bị loại trừ khỏi phạm vi minh sát.

Phân Loại Chân Thể Tuyệt Đối (Paramattha-Sacca) theo Mười Tám Giới (Aṭṭhārasa Dhātu)*

1 x nhãn tịnh sắc (*cakkhu-pasāda*)

1 x sắc màu (*vaṇṇa*)

2 x nhãn thức[●] (*cakkhu-viññāṇa*)

1 x nhĩ tịnh sắc (*sota-pasāda*)

1 x sắc thanh (*sadda*)

2 x nhĩ thức[●] (*sota-viññāṇa*)

1 x tỷ tịnh sắc (*ghāna-pasāda*)

1 x sắc mùi (*gandha*)

2 x tỷ thức[●] (*ghāna-viññāṇa*)

1 x thiệt tịnh sắc (*jivhā-pasāda*)

1 x sắc vị (*rasa*)

2 x thiệt thức[●] (*jivhā-viññāṇa*)

1 x thân tịnh sắc (*kāya-pasāda*)

1 x sắc địa/phong/hỏa đại (*pathavī/vāyo/tejo-dhātu*)

2 x thân thức[●] (*kāya-viññāṇa*)

1 x tâm hướng ngũ môn (*paññā-dvār-āvajjana-citta*)

2 x tâm tiếp thân[●] (*sampaticchana-citta*)

1 x sắc thủy đại (*āpo-dhātu*)

1 x sắc dưỡng chất (*ojā*)

1 x sắc mạng quyền (*jīvit-indriya*)

1 x sắc trái tim (*hadaya-rūpa*)

2 x sắc giới tính (*bhāva-rūpa*)

10 x sắc không cụ thể (*anipphanna-rūpa*)

52 x tâm sở (*cetasika*)

1 x **NIẾT-BÀN (NIBBĀNA)**

8 x tâm căn tham (*lobha-mūla-citta*)

2 x tâm căn sân (*dosa-mūla-citta*)

2 x tâm căn si (*moha-mūla-citta*)

3 x tâm quan sát (*santirana-citta*)

1 x hướng ý môn (*mano-dvār-āvajjana-citta*)

1 x ứng cúng sanh tiểu[#] (*hasit-uppāda-citta*)

8 x tâm đại thiện dục giới (*kām-āvacara kusala-citta*)

8 x tâm đại quả dục giới (*kām-āvacara vipāka-citta*)

8 x tâm duy tác dục giới[#] (*kām-āvacara kiriyā-citta*)

5 x tâm thiện sắc giới (*rūp-āvacara kusala-citta*)

5 x tâm quả sắc giới (*rūp-āvacara vipāka-citta*)

5 x tâm duy tác sắc giới[#] (*rūp-āvacara kiriyā-citta*)

4 x tâm thiện vô sắc giới (*arūp-āvacara kusala-citta*)

4 x tâm quả vô sắc giới (*arūp-āvacara vipāka-citta*)

4 x tâm duy tác vô sắc giới[#] (*arūp-āvacara kiriyā-citta*)

4 x tâm thiện siêu thể[‡] (*lokuttara-kusala-citta*)

⇒ 1) Nhãn giới (*cakkhu-dhātu*)

⇒ 2) Sắc giới (*rūpa-dhātu*)

⇒ 3) Nhãn thức giới (*cakkhu-viññāṇa-dhātu*)

⇒ 4) Nhĩ giới (*sota-dhātu*)

⇒ 5) Thanh giới (*sadda-dhātu*)

⇒ 6) Nhĩ thức giới (*sota-viññāṇa-dhātu*)

⇒ 7) Tỷ giới (*ghāna-dhātu*)

⇒ 8) Mùi giới (*gandha-dhātu*)

⇒ 9) Tỷ thức giới (*ghāna-viññāṇa-dhātu*)

⇒ 10) Thiệt giới (*jivhā-dhātu*)

⇒ 11) Vị giới (*rasa-dhātu*)

⇒ 12) Thiệt thức giới (*jivhā-viññāṇa-dhātu*)

⇒ 13) Thân giới (*kāya-dhātu*)

⇒ 14) Xúc giới (*phoṭṭhabba-dhātu*)

⇒ 15) Thân thức giới (*kāya-viññāṇa-dhātu*)

} 16) Ý giới (*mano-dhātu*)

} 17) Pháp giới^Ω (*dhamma-dhātu*)

* Chân Thể Tuyệt Đối có bốn pháp (*dhamma*):

1) Tám mươi chín loại tâm (*citta*) (tô màu xám đậm), xem tr.69.

2) Năm mươi hai tâm sở (*cetasika*) (tô màu xám nhạt), xem tr.66.

3) Sắc (*rūpa*) (không tô) là bốn sắc đại chủng (*mahā-bhūta*) và hai mươi bốn sắc y đại sinh (*upādāya-rūpa*) <tr.53>

4) Niết-bàn được tính trong pháp giới, là một đối tượng chỉ được nhận thức bởi ý thức: nhưng là một hiện thực siêu thể và nó bị loại trừ khỏi phạm vi minh sát. Sự phân loại này được làm theo phân tích của Đức Phật ở *Vbh.iii.183-184 "Dhātu-Vibhaṅgo" (Phân Tích Giới), phân loại Ví Diệu Pháp (Abhidhamma-bhājanīya)*. Đức Phật cũng phân chia chính những pháp này theo năm uẩn <tr.90>, mười hai xứ <tr.91>, bốn Thánh Đế <tr.93>.

● Hai loại tâm này gồm một tâm *quả bất thiện (akusala-vipāka)* và một *tâm quả thiện vô nhân (kusala-vipāka-ahetuka-citta)*.

Ω PHÁP GIỚI: không giống như *đối tượng (cảnh) pháp (dhamm-ārammaṇa)*. Cảnh pháp bao gồm cả các khái niệm vốn không phải là giới. Cảnh Pháp còn bao gồm năm loại tịnh sắc và sáu loại thức mà ở đây để cập một cách riêng rẽ. Chúng có chung nhau mười sáu sắc tế, năm mươi hai tâm sở và Niết-bàn mà thôi.

Những tâm này chỉ có ở một vị A-la-hán, và không thể có được với những người khác, và được tính là chỉ cho phạm vi minh sát của vị A-la-hán.

‡ Các loại tâm siêu thể bị loại trừ khỏi phạm vi minh sát.

4 x tâm quả siêu thế^៧ (*lokuttara-vipāka-citta*)

Phân Loại Chân Thể Tuyệt Đối (*Paramattha-Sacca*) theo Bốn Đế (*Catu Sacca*)*

4 x sắc đại hiện (*mahā-bhūta*)
 24 x sắc do tứ đại sinh (*upādāya-rūpa*)
 8 x tâm căn tham (*lobha-mūla-citta*)
 2 x tâm căn sân (*dosa-mūla-citta*)
 2 x tâm căn si (*moha-mūla-citta*)
 7 x tâm quả bất thiện (*akusala-vipāka-citta*)
 8 x tâm quả thiện ^Δ (*kusala-vipāka-citta*)
 1 x tâm hướng ngũ môn (*pañña-dvār-āvajjana-citta*)
 1 x tâm hướng ý môn (*mano-dvār-āvajjana-citta*)
 1 x tâm ứng cúng sanh tiêu [#] (*hasit-uppāda-citta*)
 8 x tâm đại thiện dục giới (*kāma-āvacara kusala-citta*)
 8 x tâm đại quả dục giới (*kāma-āvacara vipāka-citta*)
 8 x tâm duy tác dục giới [#] (*kāma-āvacara kiriyā-citta*)
 5 x tâm thiện sắc giới (*rūpa-āvacara kusala-citta*)
 5 x tâm quả sắc giới (*rūpa-āvacara vipāka-citta*)
 5 x tâm duy tác sắc giới [#] (*rūpa-āvacara kiriyā-citta*)
 4 x tâm thiện vô sắc giới (*arūpa-āvacara kusala-citta*)
 4 x tâm quả vô sắc giới (*arūpa-āvacara vipāka-citta*)
 4 x tâm duy tác vô sắc giới [#] (*arūpa-āvacara kiriyā-citta*)
 7 x tâm sở biến hành (*sabba-citta-sādhāraṇa*) hiệp thể
 6 x tâm sở biệt cảnh (*pakiṇṇaka*) hiệp thể
 1 x tâm sở si [‡] (*moha*)
 1 x tâm sở vô tầm [‡] (*ahirī*)
 1 x tâm sở vô quý [‡] (*anottappa*)
 1 x tâm sở phóng dật [‡] (*uddhacca*)
 1 x tâm sở mạn [‡] (*māna*)
 1 x tâm sở tà kiến [‡] (*diṭṭhi*)
 1 x tâm sở sân [‡] (*dosa*)
 1 x tâm sở tật [‡] (*issā*)
 1 x tâm sở lận [‡] (*macchariya*)
 1 x tâm sở hối [‡] (*kukkucca*)
 1 x tâm sở hôn trầm [‡] (*thina*)
 1 x tâm sở thụy miên [‡] (*middha*)
 1 x tâm sở hoài nghi [‡] (*vicikicchā*)
 19 x tâm sở biến hành tịnh hảo (*sobhana-sādhāraṇa*) hiệp thể
 3 x tâm sở tiết chế (giới phần) (*viratī*)
 2 x tâm sở vô lượng phần [‡] (*appamaññā*)
 1 x tâm sở tuệ quyền (*paññī-īndriya*) hiệp thể
 1 x tâm sở tham (*lobha*)

1 x NIẾT-BÀN (NIBBĀNA)

4 x tâm thiện (*kusala-citta*) [‡] siêu thể
 7 x tâm sở biến hành (*sabba-citta-sādhāraṇa*) siêu thể
 6 x tâm sở biệt cảnh (*pakiṇṇaka*) siêu thể
 19 x tâm sở biến hành tịnh hảo (*sobhana-sādhāraṇa*) siêu thể
 3 x tâm sở tiết chế (giới phần) (*viratī*) siêu thể
 1 x tâm sở tuệ quyền (*paññī-īndriya*) siêu thể
 4 x tâm quả (*vipāka-citta*) [‡] siêu thể

1) Khổ Đế (*Dukkha-Sacca*)

⇒ 2) Khổ Tập Đế (*Samudaya-Sacca*)

⇒ 3) Diệt Đế (*Nirodha-Sacca*)

4) Đạo Đế (*Magga-Sacca*)
(sơ thiền)

(Không tính)

* Chân Thể Tuyệt Đối có bốn pháp (*dhamma*):

1) Tám mươi chín loại tâm (*citta*) (tô màu xám đậm), xem tr.69

2) Năm mươi hai tâm sở (*cetasika*) (tô màu xám nhạt), xem tr.66.

3) Sắc (*rūpa*) (không tô) là bốn sắc đại chủng (*mahā-bhūta*) và hai mươi bốn sắc y đại sinh (*upādāya-rūpa*) <tr.53>

4) Niết-bàn là Chân Thể Tuyệt Đối thuộc siêu thể, nó không nằm trong phạm vi minh sát. Sự phân loại này được làm theo phân tích của Đức Phật ở *Vbh.iv.206 'Sacca-Vibhango' (Phân Tích Sự Thật (Đế))*, phân loại *Vi Diệu Pháp (Abhidhamma-bhājanīya)*. Đức Phật cũng phân chia chính những pháp này theo năm uẩn <tr.90>, mười hai xứ <tr.91>, mười tám giới <tr.92>.

^Δ Đây là loại tâm quả thiện *vô nhân (ahetuka)*, trong khi các tâm quả thiện còn lại có nhân vô tham và vô sân, có hoặc không có vô si (tuệ).

[#] Những tâm này chỉ có ở một vị A-la-hán, và không thể có được với những người khác, và được tính là chỉ cho phạm vi minh sát của vị A-la-hán.

[‡] Mười bốn loại tâm sở bất thiện không bao giờ là siêu thể, chỉ là hiệp thể. Ở đây không cần phân loại nó là hiệp thể. Tương tự với hai tâm sở vô lượng phần.

[‡] Các loại tâm siêu thể được loại khỏi phạm vi minh sát.

CHÚ GIẢI

^A **NĂM THỦ UẨN = SÁU NỘI/NGOẠI XÚ:** Trong S.V.XII.ii.4, 'Phẩm Nội Xú' (*Ajjhattik-Āyatana-Suttaṃ*), Đức Phật giảng: **'Và này các Tỳ-khưu, thế nào là Thánh đế về Khổ' (Dukkhaṃ Ariya-Saccaṃ)? Sáu nội xú cần phải được trả lời như vậy (cha ajjhattikāni āyatanāni). Thế nào là sáu? Nhãn xú (cakkh-āyatanaṃ), nhĩ xú (soṭ-āyatanaṃ), tỷ xú (ghāṇ-āyatanaṃ), thiệt xú (jīv-āyatanaṃ), thân xú (kāy-āyatanaṃ), ý xú (man-āyatanaṃ). Này các Tỳ-khưu, đây gọi là Thánh đế về Khổ'**. Và trong một ví dụ khác ở S.IV.I.i.2 'Phẩm Nội Khổ' (*Ajjhatta-Dukkha-Suttaṃ*), Đức Phật giảng: **'Mắt, này các Tỳ-khưu, là khổ. Cái gì khổ là vô ngã (taḍ-an-attā). Cái gì vô ngã cần phải như thật quán (evam-etam yathābhūtaṃ) với chánh trí tuệ (Samma-Paññāya daṭṭhabbamaṃ) là: "Cái này không phải của tôi (n-etam mama), cái này không phải là tôi (n-es-oham-asmi), cái này không phải tự ngã của tôi" (na m-eso attā)'**. Trong các kinh sau đó, Đức Phật cũng giảng tương tự đối với sáu ngoại xú (cảnh sắc/cảnh thanh...), với mỗi liên hệ đến nội xú và ngoại xú ở quá khứ/vị lai/hiện tại, Ngài giảng: khi một vị Đa văn Thánh đệ tử thấy vậy, vị ấy nhàm chán đối với mắt/các cảnh sắc... Cũng vậy trong S.III.V.1, 'Phẩm Mắt' (*Cakkhu-Suttaṃ*). Đức Phật giải thích rằng: **'Này các Tỳ-khưu, sự sanh, sự trưởng, sự xuất hiện của mắt là sự sanh của khổ, sự trú của bệnh hoạn, sự xuất hiện của già chết. Sự sanh... của tai... của mũi... của lưỡi... của thân... của ý... sự xuất hiện của già chết'**. Đó chính là sáu nội xú. Trong các kinh còn lại của phẩm trên, Đức Phật giảng giải tương tự từng xú đối với sáu ngoại xú/sáu loại thức/sáu loại xúc/sáu loại thọ sanh bởi sáu loại xúc/sáu loại tưởng/sáu loại tư/sáu loại ái/sáu giới (bốn đại chúng/không giới/thức giới)/và năm uẩn.

Hơn nữa, trong 'Kinh Mục Đích Gì Cho Phạm Hạnh' (*Kim-Atthiya-Brahma-Cariya-Suttaṃ*) của S.IV.I.xv.7, Đức Phật bảo các vị tỳ khưu thuyết giảng cho những vị khác về khổ theo pháp tất cả: **'Mắt (cakkhu), này các hiền giả, là khổ (dukkha)... sắc (cāṇḍa)... nhãn xúc... Và bất cứ cảm thọ nào khởi lên do nhãn xúc, là lạc, hay khổ, hay bất lạc bất khổ, chúng đều là khổ. Do liễu tri chúng (tassa par-iññāya) nên Phạm hạnh được sống dưới Thế Tôn'**. Và vị ấy giải thích tương tự cho tai/mũi/lưỡi/thân/ý,...

***NĂM THỦ UẨN = DANH-SẮC (namā-rūpā):** danh và sắc có thể chỉ cho thọ/tưởng/hành/thức uẩn và sắc uẩn, nó có thể chỉ đến tất cả năm uẩn.

***DANH – SẮC = THỌ /TƯỚNG /HÀNH/THỨC/SẮC UẨN:** Trong S.II.I.i.2 'Kinh Phân Biệt' (*Vibhaṅga-Suttaṃ*), Đức Phật phân tích mười hai chi phần của pháp duyên khởi. Trong đoạn: 'Do thức duyên danh-sắc (viññāṇa-paccayā nama-rūpa)'. Ngài giảng: **'Và này các Tỳ-khưu, thế nào là danh-sắc (nāma-rūpaṃ)? Thọ (vedanā), tưởng (saññā), tư (cetanā), xúc (phassa), tác ý (manasikāra); đây gọi là danh (nāmaṃ). Bốn đại chúng (cattāro ca mahā-bhūtā) và sắc do bốn đại chúng tạo ra (catunnaṃ-ca mahā-bhūtānaṃ upādāya-rūpaṃ); đây gọi là sắc (rūpaṃ)'**

Chú giải Kinh Tương Ưng Bộ: Thọ chính là thọ uẩn (*vedanā-kkhando*), và tưởng chính là tưởng uẩn (*saññā-kkhando*). Tư/xúc/tác ý đại diện cho hành uẩn vì ba loại tâm sở này luôn hiện hữu trong mọi thức dù là loại thức yếu (*dubbalesu-pi-cittesu*). Sở Giải 'Kinh Tương Ưng Bộ' giải thích: Điều này nói đến năm loại thức (*pañca-viññāṇāni*): nhãn/nhi/tỷ/thiệt/thân thức. Mặc dù trong năm loại thức này cũng có mặt mạng quyền (*jīvit-in-driya*) và nhất hành (*ek-aggatā*) sơ bộ, tuy vậy phận sự của nó (*kiccaṃ*) không rõ ràng (*na tathā pākataṃ*) như của tâm sở tư, vv. . Đó là lý do vì sao, những tâm sở trước (xúc, tư, tác ý) lại nổi bật (*uddhatā*) trong Kinh Pāḷi.

Bốn đại chúng chính là bốn đại: địa (*pathavī*), thủy (*āpo*), hỏa (*tejo*), và phong đại (*vāyo-dhātu*). Sắc bắt nguồn từ bốn đại chúng này chính là hai mươi bốn loại sắc y đại sanh. Chẳng hạn, năm loại tinh sắc, sắc mạng căn, sắc màu, sắc thanh, sắc mùi, sắc vị, hai loại sắc giới tính và sắc hư không. SA Thức tục sanh ở dạ người mẹ là thức uẩn (*viññāṇā-kkhandha*), và danh-sắc sanh do duyên thức (*viññāṇā-paccayā*), không gì khác ngoài bốn uẩn còn lại: thọ uẩn (*vedanā-kkhandha*), tưởng uẩn (*saññā-kkhandha*), hành uẩn (*sañkhāra-kkhandha*) và sắc uẩn (*rūpa-kkhandha*).

DANH-SẮC = NĂM THỦ UẨN: Trong S.II.I.vi.8, 'Kinh Thức' (*Viññāṇa suttaṃ*), Đức Phật có giải thích trong đoạn **'Do duyên hành, thức sanh'** theo cách khác: **'Này các tỳ khưu, ai sống thấy vị ngọt (assāḍ-ānupassino viharato) trong các pháp kiết sử (saṃyojanīyesu dhammesu), ở đó có tập khởi của thức (viññāṇassa avakkanti hoti). Do duyên thức, danh-sắc sanh (viññāṇā-paccayā nama-rūpaṃ), do duyên danh-sắc, lực nhập sanh,...'** Ở đoạn trích này, danh-sắc ở đây ám chỉ cho bốn uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành uẩn) trong năm uẩn. Nhưng trong bài kinh trước đó (S.II.I.vi.7), 'Kinh Danh-Sắc' (*Nāma-Rūpaṃ Suttaṃ*) cũng trình bày giống hệt như quá trình này, Đức Phật chỉ nói về nguồn gốc (tập khởi) của danh-sắc (*nāma-rūpaṃ avakkanti*) mà không đề cập đến nguồn gốc của thức. Trong trường hợp này, danh-sắc tương đương với tất cả năm uẩn, được tạo ra do bởi thức nghiệp ở kiếp sống trước.

Trong S.II.I.vii.4 'Kinh Có Tham' (*Atthi-Rāga-Suttaṃ*), Đức Phật giải thích về việc hình thành của thức qua bốn loại đồ ăn (*āhāra*): **'Khi nào có, [1] đoàn thực (kabalīkāre āhāre), [2] xúc thực (phassa), [3] tư niệm thực (mano-sañcetanā), [4] thức thực (viññāṇa), này các Tỳ-khưu, khi ấy có sự tham muốn (atthi rāgo), có sự thèm khát (atthi nandī), có sự ái luyến (atthi taṇhā)** [Chú giải Kinh Tương Ưng Bộ (SA): chúng chính là các từ chỉ đến tham (*lobhass-eva nāmāmi*)], **Ở đó thức (viññāṇaṃ), [S_T] thức hoạt động (abhisankhāra-viññāṇaṃ)] được an trú (paṭiṭṭhitaṃ) và được tăng trưởng (virūlhaṃ) [do nghiệp thức đẩy (kammaṃ javāpetvā)]'** Và trong mỗi trường hợp, Đức Phật dạy tiếp: **'Nơi nào thức (viññāṇaṃ) an trú (paṭiṭṭhitaṃ) và tăng trưởng (virūlhaṃ), chỗ ấy có sự tập khởi của danh-sắc (atthi tattha nāma-rūpassa avakkhanti). Nơi nào có sự tập khởi của danh-sắc, chỗ ấy có hành tăng trưởng (sañkhārānaṃ vuddhi). Nơi nào có hành tăng trưởng, chỗ ấy có hữu tái sanh trong tương lai (āyatim puna-bbhav-ābhiniḍḍatti). Chỗ nào có hữu tái sanh trong tương lai, nơi đó có sanh, già, chết (āyatim jāti-jārā-maraṇaṃ) ở tương lai'**. Trong trường hợp đó, danh-sắc lại tương đương với năm uẩn do thức nghiệp tạo ra ở kiếp sống trước.

^B Trong S.V.II.iv.10 'Phẩm triển cái' (*Nivaraṇa sutta*), Đức Phật giảng: **'Năm triển cái này, này các Tỳ-khưu, tác thành si ám (andha-karaṇā), tác thành không mắt (a-cakkhu-karaṇā), tác thành vô trí (a-ññāṇa-karaṇā), đoạn diệt trí tuệ (paññā-nirodhikā), dự phần vào tổn hại (vighāta-pakkiyā), không đưa đến Niết-bàn (a-Nibbāna-samvattanikā)'**.

Trong A.V.II.I.1, 'Phẩm triển cái' (*Āvaraṇa-Suttaṃ*). Ngài giảng: **'Này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu nào không đoạn tận năm chướng ngại (āvaraṇā) triển cái (nīvaraṇā) bao phủ tâm (cetaso ajjhāruhā), làm yếu ớt trí tuệ (paññāya dubbali-karaṇā), không có sức**

manh, và trí tuệ yếu kém, sẽ biết lợi ích của mình, hay sẽ biết lợi ích của người, hay có thể biết lợi ích của cả hai, hay sẽ chứng ngộ được pháp Thượng nhân, tri kiến thù thắng xứng đáng bậc Thánh; sự kiện này không xảy ra’.

Trong M.II,ii.9 ‘Kinh Subha’ (*Subha sutta*), Đức Phật giải thích điều không thể xảy ra là biết và thấy hay sẽ chứng ngộ được pháp Thượng nhân (*uttarimanussa-dhamma*), có tri kiến thù thắng xứng đáng bậc Thánh (*alam-Ariya-nāṇa-dassana-visena*); khi vẫn còn năm triền cái.

Trong S.V.II.iv.3 ‘Kinh cầu uế’ (*Upakkilesa-Suttam*), Đức Phật giải thích có năm cầu uế đối với vàng, làm cho nó không chân chánh chịu sử dụng. Và sau đó Ngài so sánh năm triền cái cũng như những cầu uế này vậy: **‘Những pháp này, này các Tỳ-khưu, là năm cầu uế của tâm (*pañc-ime cittassa upakkilesā*). Chính do những cầu uế ấy, tâm không có nhu nhuyễn (*mudu*), không có kham nhẫn (*kammaniyaṃ*), không có chói sáng (*pabhassaraṃ*), dễ bị bể vụn (*pabh-āṅgu*), và không chân chánh được định tĩnh (*na ca sammā samādiyati*) để đoạn diệt các lậu hoặc’.** Và trong S.V.II.iv.3, ‘Kinh chướng ngại triền cái’ (*Āvaraṇā-Nivaraṇā-Suttam*), Đức Phật mô tả năm triền cái như những chướng ngại làm yếu ớt trí tuệ (*paññāya du-bbali-karaṇā*).

^c TỪ BỎ = BẬC THIỀN: Theo VsM.iv.74 ‘Sự Đoạn Trừ Năm Chi Phần’ (*Pañc-Ariya-Vippahin-Ādi*) giải thích rằng bậc thiền chính là sự đoạn trừ năm chi phần (*Pañc-Ariya-Vippahinaṃ*) và sự sở hữu năm chi phần (*Pañc-Ariya-sammānagatan’ti*): **‘Ở đây, tham dục, sân hận, hôn trầm & thụy miên, trạo cử & hồi quá, hoài nghi, năm triền cái này nên được hiểu như sự đoạn trừ năm chi phần (*Pañc-Ariya-Vippahinata*). Bậc thiền sẽ không khởi sanh khi năm triền cái này không được đoạn trừ. Do đó, chúng được gọi là những chi phần đoạn trừ (*Pahān-āṅgāti-ti*). Bất cứ pháp bất thiện nào (*akusalā dhammā*) đều bị loại trừ ngay trong bậc thiền (*jhāna-kkhanne*). Mặc dù vậy, nó làm chướng ngại rõ rệt đối với bậc thiền (*jhān-antarāya-karāni*)’.** Sự sở hữu năm chi phần được giải thích sau đó chính là sự sở hữu năm chi thiền.

Cũng vậy, VSM.iv.70 ‘Luận về sơ thiền’ (*Paṭhama-Jhāna-Kathā*) có trích dẫn một chú giải Pāli gọi là Peṭaka: **‘Vi vậy định chính là sự đối lập của tham dục (*samādhi kāmaccchandassa paṭipakkho*), hỷ là sự đối lập của sân hận (*pīti byāpādassa*), tầm là sự đối lập của hôn trầm & thụy miên (*vitakko thina-middhassa*), lạc là sự đối lập của trạo cử & hồi quá (*sukhaṃ uddhacca-kukkuccassa*), tứ là sự đối lập của hoài nghi (*vicāro vicikicchā*)’.**

^d Trong M.III.iii.5 ‘Kinh Điều Ngự Đọa’ (*Danta-Bhūmi-Suttam*), Đức Phật chỉ dẫn các tỳ khưu tu tập như sau:

- Như Lai, Bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác xuất hiện ở đời, tuyên thuyết Giáo Pháp sau khi tự mình chứng ngộ bằng thẳng trí.
 - Người gia chủ hay con trai người gia chủ, hay một người sanh ở giai cấp (hạ tiện) nghe pháp ấy, sau khi nghe Pháp, người ấy sanh lòng tín ngưỡng Như Lai.
 - Trên sự quán chiếu, người ấy nhận thấy rằng Giáo Pháp được tuyên thuyết bởi Như Lai không dễ gì thực hiện trong đời sống gia đình, vì thế người đó xuất gia thành trở thành Tỳ-khưu.
 - Rồi Như Lai huấn luyện thêm vị đệ tử ấy sống chế ngự trong sự chế ngự của giới bốn Pātimokkha (*Pātimokkha-samvara-samvuto*), đầy đủ oai nghi chánh hạnh (*ācāra-gocara-sampano*), thấy nguy hiểm trong những lỗi nhỏ nhặt (*anumattesu vajjesu bhaya-dassāvi*), thọ lãnh và tu học trong học giới (*sikkhā-padesu*).
 - Khi đã thực hành tròn đủ, Như Lai lại huấn luyện thêm cho vị đệ tử ấy phòng hộ các căn (*indriyesu gutta-dvāro*).
 - Khi đã thực hành tròn đủ, Như Lai lại huấn luyện thêm cho vị đệ tử ấy tiết độ trong ăn uống (*bhojane mattaññu*).
 - Khi đã thực hành tròn đủ, Như Lai lại huấn luyện thêm cho vị đệ tử ấy sống nhiệt tâm tinh thức (*jāgariyaṃ anuyutto*).
 - Khi đã thực hành tròn đủ, Như Lai lại huấn luyện thêm cho vị đệ tử ấy có được niệm & tinh giác (*sati-sampajañña-samannāgato*).
 - Khi đã thực hành tròn đủ, Như Lai lại huấn luyện thêm cho vị đệ tử ấy hãy ở một trú xứ thanh vắng (*vivittaṃ senāsanaṃ*), khu rừng (*araññaṃ*), gốc cây (*rukkha mūlam*), ngọn núi (*pabbataṃ*), chỗ hoang vu (*kandaraṃ*), hang núi (*giri-guhaṃ*), bãi tha ma (*susānaṃ*), khóm rừng (*vana-patthanaṃ*), ngoài trời (*abbh-okāsaṃ*), đồng rơm (*palāla-puñjaṃ*)!"
 - Vị ấy sau khi ăn xong, trên đường khất thực trở về, ngồi xuống, bắt chéo chân, giữ lưng thẳng, thiết lập niệm (để mục thiền) ở trước mặt (*parimukhaṃ satim upatthapetvā*).
 - Vị ấy loại trừ năm triền cái: tham dục (*abhijjha*), sân hận (*byāpāda-padosa*), hôn trầm & thụy miên (*thina-middha*), trạo cử & hồi quá (*uddhacca-kukkucca*), và hoài nghi (*vicikicchā*).
 - Vị ấy sau khi loại trừ năm triền cái này (*so ime pañca nivarane pahāya*), những pháp làm ô nhiễm tâm tư (*cetasa upakkilese*), làm yếu ớt trí tuệ (*paññāya dubbalikarane*), vị ấy sống quán thân trong thân (*kāye kāyānupassī viharati*), nhiệt tâm, tinh giác, có niệm sau khi loại trừ tham ưu ở thế gian, quán thọ trong các thọ (*vedanāsu* .). . . quán tâm trong tâm (*citte* .). . . quán pháp trong các pháp (*dhammesu dhammānupassī viharati*), nhiệt tâm (*ātāpi*), tinh giác (*sampajāno*), có niệm (*satimā*) sau khi loại trừ tham ưu ở thế gian (*vineyya loke abhijjhādomanassaṃ*).
- (Theo chú giải ‘Kinh Đại Niệm Xứ’ (*Mahā-Sati-Patthāna Sutta*) giải thích rằng tham dục / ưu não tương ứng với năm triền cái).
- Vị ấy chứng và trú nhị thiền (*dutiyaṃ jhānaṃ*), tam thiền (*tatiyaṃ jhānaṃ*), tứ thiền (*cattuttham jhānaṃ*). (Tầng sơ thiền là sự tuyệt đối loại trừ năm triền cái của vị ấy).
 - Với tâm định tĩnh (*samāhite citte*), thanh tịnh (*parisuddhe*), trong sáng (*pariyodāte*), không cấu nhiễm (*anarigaṇe*), không phiền não (*vigat-ūpakkilese*), nhu nhuyễn (*mudu-bhūte*), dễ sử dụng (*kammaniye*), vững chắc (*thite*), bất động (*āneṇja-ppatte*), vị ấy hướng (*abhininnāmeti*) tâm đến túc mạng trí (*pubbe-nivās-ānussati-nāṇāya*), sanh tử trí (*cut-upapāta-nāṇāya*), và lậu tận trí (*Asavaṇaṃ Khaya-Nāṇāya*), A-la-hán.

^e Trong S.II.III.iii.6/A.IV.I.v.5 ‘Phẩm Rohitassa’ (*Rohitassa-Suttam*), Đức Phật đề cập năm thủ uẩn như là thế gian: **‘Nhưng này Hiền giả, trong cái thân dài độ mây tặc này, với những tương, những tư duy của nó, Ta tuyên bố về thế gian (*lokañ-ca paññāpemi*), về thế gian tập khởi (*loka-samudayañ-ca*), về thế gian đoạn diệt (*loka-nirodhañ-ca*), về con đường đưa đến thế gian đoạn diệt (*loka-nirodha-gāmiñiñ-ca paṭipadan’ti*)’.** Tương tự vậy, trong S.II.I.v.4 ‘Kinh Thế Gian’ (*Loka Sutta*), Đức Phật giải thích nguồn gốc của khổ (năm thủ uẩn) cũng là nguồn gốc của thế gian: **‘Do duyên mắt và các sắc, nhãn thức khởi sanh. Do ba pháp tụ họp nên có xúc [trong các chi phần của pháp duyên khởi]. Ở đây, này các tỳ khưu, chính là**

nguồn gốc của thế gian.' Và Ngài cũng nói tương tự như vậy đối với sáu loại nội/ngoại xứ, và thức. Ngược lại, với sự xả ly/đoạn diệt tham ái không còn dư sót, các chi phần theo sau đều bị đoạn diệt, và: **'Đây, này các Tỳ-khưu, chính là thế gian đoạn diệt.'**

^F **ĐỀ MỤC THIÊN SẮC:** Chẳng hạn, trong M.I.iv.3 'Đại Kinh Người Chấn Bò (Mahā-Gopālakā-Suttam) (My – M. 1. 281), Đức Phật giải thích: **'Và thế nào, này các Tỳ-khưu, là Tỳ-khưu không biết rõ các sắc (na rūp-aññū)? Ở đây, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu đối với sắc pháp (yam kiñci rūpam), không như thật rõ biết (yathā-bhūtam na-ppajānāti) tất cả loại sắc (sabbam rūpam), thuộc bốn đại (cattāri-mahā-bhūtāni) và sắc do bốn đại hợp thành (catunna-ñca mahā-bhūtānaṃ upādāya-rūpan'ti). Như vậy, này các Tỳ-khưu, Tỳ-khưu không biết rõ các sắc.'**

Trong trường hợp đó, Đức Phật giải thích, người không thể được tăng trưởng, tấn hóa, và mở rộng trong Pháp và Luật này (*abhabbo imasmim Dhamma-Vinaye vuddhim virūhīm vepullam āpajjituṃ*) [Chú giải Trung Bộ Kinh (MA): người đó không thể tăng trưởng, tấn hóa... về giới/định/tuệ/Đạo/Quả/Niết-bàn (*sīla-samādhī-vipassanā-Magga-Phala-Nibbānehī*)].

Và trong S.II.III.iv.10 'Kinh Samôn và Bà-la-môn thứ ba' (*Tatiya-Samaṇa-Brāhmaṇa-Suttam*), Đức Phật giải thích: **'Này các Tỳ-khưu, các Sa-môn, Bà-la-môn nào không biết rõ (na-ppajānanti) địa đại (pathavi-dhātum), không biết rõ địa đại tập khởi (pathavi-dhātu-samudayaṃ), không biết rõ địa đại đoạn diệt (pathavi-dhātu-nirodham), và không biết sự thực hành đưa đến địa đại đoạn diệt (pathavi-dhātu-nirodha-gāminim paṭipadam)... không biết rõ thủy đại..., hòa đại..., phong đại...tập khởi...đoạn diệt...thực hành đưa đến phong đại đoạn diệt, các Sa-môn hay Bà-la-môn ấy không được chấp nhận là Sa-môn giữa các Sa-môn, hay là Bà-la-môn giữa các Bà-la-môn. Và những bậc Tôn giả ấy, ngay trong đời sống hiện tại cũng không thể với thẳng trí tự mình chứng ngộ, chứng đạt và an trú mục đích Sa-môn hạnh (sāmaññ-atthañ-ca) [SA:Niết Bàn] hay mục đích Bà-la-môn hạnh (brahmaññ-atthañ-ca).'**

ĐỀ MỤC THIÊN DANH: Trong S.IV.II.ii.6 'Phẩm Nhiều Thứ Nhất' (*Paṭhama-Sambahula-Suttam*) (My – S. 2. 421), Đức Phật giải thích: **'Này các Tỳ-khưu, có ba thọ này: lạc thọ (sukhā vedanā), khổ thọ (dukkhā vedanā), bất khổ bất lạc thọ (a-dukkham-a-sukhā-vedanā). Này các Tỳ-khưu, đây gọi là các thọ. Do xúc tập khởi nên thọ tập khởi (phassa-samudaya vedanā-samudayo). Do xúc đoạn diệt nên thọ đoạn diệt (phassa-nirodhā-vedanā-nirodho)'. Chỉ duy nhất Thánh Đạo Tám Ngành này là pháp hành đưa đến thọ đoạn diệt (vedanā-nirodham na-ppajānanti), đó là: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, Chánh Định'.**

Sau đó, trong S.IV.II.ii.9 'Kinh Samôn & Bà-la-môn Thứ Ba' (*Tatiya-Samaṇa-Brāhmaṇa-Suttam*), Đức Phật giải thích: **'Này các Tỳ-khưu, các Sa-môn, Bà-la-môn nào không biết rõ thọ (vedanā-na-ppajānanti)... không biết rõ thọ tập khởi (vedanā-samudayaṃ na-ppajānanti)..., không biết rõ thọ đoạn diệt (vedanā-nirodham na-ppajānanti)..., không biết rõ pháp hành dẫn đến thọ đoạn diệt (vedanā-nirodha-gāminim paṭipadam na-ppajānanti)..., các Sa-môn hay Bà-la-môn ấy không được chấp nhận là Sa-môn giữa các Sa-môn, hay là Bà-la-môn giữa các Bà-la-môn. Và những vị ấy, ngay trong đời sống hiện tại cũng không thể với thẳng trí tự mình chứng ngộ, chứng đạt và an trú mục đích Sa-môn hạnh (sāmaññ-atthañ-ca) và mục đích Bà-la-môn hạnh (brahmaññ-atthañ-ca).'**

^G Trong S.V.II.iii.10 'Kinh Udāli' (*Udāyi suttam*), Tôn giả Udāyi mô tả pháp hành của mình với Đức Phật:

'Thế Tôn đã thuyết pháp cho con như vậy: "Sắc là vậy, sắc tập khởi là vậy, sắc đoạn diệt là vậy, con đường đưa đến sắc đoạn diệt là vậy. Thọ là vậy ...". Rồi sau đó, bạch Thế Tôn, con đi đến chỗ nhà trống, và trong khi tùy quán (*samparivattento*) theo sự sanh diệt (*udaya-bbaya-vasena*) của năm thủ uẩn này, con như thật thẳng tri (*yathā-bhūtam abbh-aññāsim*): "Đây là khổ". Con như thật thẳng tri: "Đây là khổ tập khởi". Con như thật thẳng tri: "Đây là khổ diệt". Con như thật thẳng tri: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt". Pháp, bạch Thế Tôn, được con hoàn toàn chứng tri (*abhisamito*). Đạo đã được con chứng đắc (*paṭiladdho*)'.

Sau đó Ngài đã giải thích với Đức Phật rằng nếu ngài tu tập theo đạo lộ này, ngài sẽ chứng đắc A-la-hán. Pháp mà ngài đã chứng tri chính là Pháp minh sát (*vipassanā Dhamma*). Đạo được ngài chứng đắc chính là minh sát Đạo (*vipassanā-magga*).

Trong D.II.1. 'Kinh Đại Bốn' (*Mahā Padāna-Suttam*), Đức Phật thuyết về sáu vị Phật trước đây và giải thích một số chi tiết về kiếp sống của Đức Phật Vipassī (Tỳ-bà-thi) cách đây chín mươi một kiếp (trái đất). Ngài giải thích bao gồm cả cách Đức Phật Vipassī giác tri Pháp duyên khởi theo chiều thuận và nghịch. Và sau đó Ngài đã tư duy: **'Thật vậy, Ta đã đạt tới đạo lộ giác ngộ (adhigato kho myāyaṃ maggo sambodhāya yad-idaṃ)'**

[DA: đây chính là đạo lộ minh sát (*vipassanā maggo*) (cũng như 'Kinh Udāyi' vừa mới đề cập)]. Và sau đó, Đức Phật Vipassī đã quán tánh sanh & diệt của năm uẩn (*pañcasu upādāna-kkhandhesu udaya-bbaya-ānupassī*): "Đây là sắc, đây là thọ... đây là thức tập khởi, đây là thức đoạn diệt, đây là con đường đưa đến thức đoạn diệt... Không lâu sau đó, Ngài chứng đắc A-la-hán và Phật Chánh Đẳng Giác.

Ba phần quán năm uẩn được thuyết giảng trong 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna Sutta*) dưới 'Phần Uẩn' (*Khandha-Pabbam*) trong 'Quán Pháp' (*Dhamm-Anupasanā*), và trong S.II.I.iii.1 'Kinh Mười Lục' (*Dasa-Bala-Suttam*), Đức Phật mô tả điều này giống như tiếng rống con sư tử như khi Ngài chuyển vận bánh xe phạm thiên (*brahma-cakkaṃ*), Bánh Xe Pháp (*Dhamma cakka*).

Tương tự vậy, trong S.III.I.viii.6 'Kinh Sư Tử' (*Sīha Suttam*), Đức Phật cũng thuyết theo cách này bài kinh với tri kiến đồng nhất: 'Khi Như Lai xuất hiện ở thế gian... Như Lai giảng dạy Pháp: "Sắc là vậy, sắc tập khởi là vậy ..." Khi Đức Phật bằng thẳng trí chuyển vận Pháp Luân: "thân (*sakkāyañ-ca*) và sự diệt (*nirodhañ-ca*), sự tập khởi của thân (*sakkāyassa ca sambhavaṃ*). Thánh Đạo Tám Ngành (*Ariyañ-c-Atṭh-Angikaṃ Maggaṃ*) đưa đến sự thoát khổ... (*dukk-ūpasama-gāminam*)..."

Tương tự vậy, trong A.IV.I.iv.3 'Kinh Sư Tử' (*Sīha Suttam*), Ngài giải thích: "Khi Như Lai xuất hiện trên thế gian, Như Lai giảng dạy Pháp: "Đây là thân (*iti sakkāyo*), đây là thân tập khởi (*iti sakkāya-samudayo*), đây là thân đoạn diệt (*iti-sakkāya-nirodho*), đây là con đường đưa đến thân đoạn diệt (*iti-sakkāya-nirodha-gāminī paṭipadā*)".

Trong A.VIII.I.i.2 'Kinh Tuệ' (*Paññā-Suttam*), Đức Phật bao gồm pháp quán này trong phần liệt kê tám nhân (hetu) đưa đến tuệ (AA: minh sát):

'[1]. Ở đây, này các Tỳ-khưu, một vị Tỳ-khưu sống nương tựa vào bậc Đạo sư (*Satthāraṃ upanissāya viharati*) hay bậc đồng Phạm hạnh (*garuṭṭhāniyaṃ sa-brahma-cāriṃ*) đóng vai trò y chỉ sư, ở đây được an trú tâm quý một cách sắc sảo (*tibbam hir-ottappaṃ paccupatṭhitam hoti*), được ái mộ, được kính trọng (*pemañca gāravo ca*).

[2]. Vị ấy thường thăm viếng để hỏi và tham vấn: “Thưa Tôn giả, cái này là thể nào? Ý nghĩa cái này là gì?” Các Tôn giả ấy mở rộng những gì chưa được mở rộng (*avivaṭṭhāya vivaranti*), phơi bày những gì chưa được phơi bày (*anuttānikatañña uttāni karonti*), và đối với những pháp còn đang nghi vấn (*anekavihitesu ca kaṅkhāhānīyesu dhammesu*), họ giải tỏa những nghi vấn (*kaṅkham paṭivinodenti*).

[3]. Vị ấy sau khi nghe pháp, cố gắng thành tựu hai sự an tịnh: Thân an tịnh (*kāya-vūpakāseṇa*) và tâm an tịnh (*citta-vūpakāseṇa*).

[4]. Vị ấy có giới đức (*silavā*), sống chế ngự với sự chế ngự của giới bổn (*Pātimokkha-saṃvara-saṃvuto viharati*), đầy đủ uy nghi chánh hạnh (*ācāra-gocara-sampanno*), thấy sợ hãi trong những lỗi nhỏ nhặt, chấp nhận và học tập các học giới (*aṇumattesu vajjesu bhaya-dassāvī*).

[5]. Vị ấy nghe nhiều (*bahu-ssuto*), thọ trì điều đã nghe (*suta-dhara*), chắt chũa điều đã nghe (*suta-sannicayo*); những pháp ấy, sơ thiện (*ādī-kalyāṇā*), trung thiện (*majjhe-kalyāṇā*), hậu thiện (*pariyosāna-kalyāṇā*), nghĩa lý (*s-āttham*), văn cú cụ túc (hùng biện) (*sabyañjanam*), đề cao đời sống Phạm hạnh đầy đủ thanh tịnh (*kevala-paripunnam parisuddham brahma-cariyam abhivadanti*); những pháp ấy, vị ấy đã nghe nhiều (*bahu-ssutā*), đã nắm giữ (*dhātā*), đã ghi nhớ tụng đọc nhiều lần (*vacasā paricita*), chuyên ý quán sát (*manas-ānupakkhita*), khéo thể nhập chánh kiến (*ditthiyā su-ppaṭividdhā*).

[6]. Vị ấy sống tinh cần tinh tấn (*āraddha-vīriyo viharissati*), để đoạn tận các pháp bất thiện (*akusalānaṃ dhammānaṃ*), để làm sanh khởi các pháp thiện (*kusalānaṃ dhammānaṃ*), bền chí (*thāmaṇā*), miễn mật kiên trì (*dalha-parakkamo*), không ngừng liên hệ đến các pháp thiện (*anikkhitta-dhuro kusalesu dhammesu*).

[7]. Vị ấy đi đến chư Tăng, không là người nói nhiều (*a-nānā-kathiko*), không nói chuyện phù phiếm (*a-tiracchāna-kathiko*), tự mình nói pháp (*Dhammaṃ bhāsati*), hay mời người khác nói, không khinh thường (*n-ātimaññati*) sự im lặng của bậc Thánh (*Ariyaṃ tuṇhībhāvaṃ*).

[AA: sự im lặng của bậc Thánh ở đây là tứ thiên (*catuttha-jjhānaṃ*): cũng chú tâm đến các đề mục thiền còn lại (*sesa-kammaṭṭhāna-manasikāropi*)].

[8]. Vị ấy sống tùy quán sanh diệt (*udaya-bbhay-ānupassī*) của năm uẩn (*upādāna-kkhandhesu*): “Sắc là vậy (*iti rūpaṃ*), sắc tập khởi là vậy (*iti rūpassa samudayo*); sắc đoạn diệt là vậy (*iti rūpassa atthaṅgamo*); Thọ là vậy (*iti vedanā*), thọ tập khởi là vậy; thọ đoạn diệt là vậy; tưởng là vậy (*iti saññā*)... hành là vậy (*iti saṅkhārā*)... Thức là vậy (*iti viññāṇam*), thức tập khởi là vậy; thức đoạn diệt là vậy”.

Đức Phật kết thúc bằng việc giải thích rằng, do vị tỳ khưu thực hành tám pháp này, khiến cho các bậc đồng Phạm hạnh ngưỡng mộ (*sambhāventi*) vì mỗi pháp vị ấy đã làm, họ suy nghĩ như sau: “Chắc hẳn bậc đáng tôn kính này đã biết được cái biết (*jānaṃ jānāti*), đã thấy được cái thấy (*passaṃ passati*). Và Đức Phật kết luận: “Đây là pháp đưa đến sự ái mộ (*piyattāya*), đưa đến sự tôn kính (*garuttāya*), đưa đến sự tu tập (*bhāvanāya*), đưa đến bậc sa-môn (*sāmaññāya*) [AA: bậc sa-môn ở đây chính là những phạm sự của bậc sa môn (*samaṇa-dhammatthāya*)] đưa đến sự thống nhất (*ekibhāvāya saṃvattati*) [Chú giải ‘Tăng Chi Bộ Kinh’ giải thích sự thống nhất ở đây chính là sự không sai biệt/ không mâu thuẫn (*nir-antarabhāvatthāya*)].”

Trong A.III.II.iv.1 ‘Kinh Sa-môn’ (*Samaṇa-Suttaṃ*), Đức Phật giải thích các phạm sự của bậc sa-môn:

‘Này các Tỳ Khưu, có ba hạnh Sa-môn (*samaṇassa samanīyāni*), phạm sự của một bậc Sa-Môn (*samaṇa-karaṇīyāni*). Thế nào là ba? Thọ trì tăng thượng giới học (*adhi-sīla-sikkhā*), thọ trì tăng thượng định học (*adhi-citta-sikkhā*), thọ trì tăng thượng tuệ học (*adhi-paññā-sikkhā*). Do vậy, này các tỳ-khưu, các thầy nên thọ trì như vậy:

“[1] Sắc bén sẽ là ước muốn chúng ta (*tibbo no chando bhavissati*) để thọ trì tăng thượng giới học (*adhi-sīla-sikkhā*).

“[2] Sắc bén sẽ là ước muốn chúng ta để thọ trì tăng thượng định học (*adhi-citta-sikkhā*).

“[3] Sắc bén sẽ là ước muốn chúng ta để thọ trì tăng thượng tuệ học (*adhi-paññā-sikkhā-samādānaṃ*).”

‘Như vậy, này các tỳ khưu, các thầy nên học tập. (*Evañhi vo, bhikkhave, sikkhitabbaṃ*).

Tam học này, được Đức Phật mô tả trong, chẳng hạn, A.III.II.iv.9 ‘Kinh Học Tập thứ nhất’ (*Paṭhama-Sikkhattaya-Suttaṃ*):

‘Có ba, này các Tỳ-khưu, là những học tập này. Thế nào là ba? Tăng thượng giới học (*adhi-sīla-sikkhā*), tăng thượng định học (*adhi-citta-sikkhā*), tăng thượng tuệ học (*adhi-paññā-sikkhā*).

[1] Thế nào là tăng thượng giới học?

Ở đây, này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu có giới đức (*bhikkhu sīla-sikkhā*) sống chế ngự với sự chế ngự của giới bổn Pātimokkha (*Pātimokkha-saṃvara-saṃvuto viharati*), đầy đủ uy nghi chánh hạnh (*ācāra-gocara-sampanno*), thấy sợ hãi trong những lỗi nhỏ nhặt, chấp nhận và học tập các giới học (*aṇumattesu vajjesu bhaya-dassāvī*). Này các Tỳ-khưu, đây gọi là tăng thượng giới học.

[2] Và này các Tỳ-khưu, thế nào là tăng thượng định học?

[i] Ở đây, này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu ly dục, ly pháp bất thiện *chúng và trú sơ thiên* (*paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati*), một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ.

[ii] Lại nữa, vị tỳ khưu bỏ tầm, bỏ tứ, nội tĩnh nhất tâm, vị ấy *chúng và trú nhị thiên* (*dutiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati*), một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ.

[iii] Với sự ly hỷ, trú xả, vị ấy *chúng và trú tam thiên* (*tatiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati*), nội tâm điềm tĩnh, có niệm và tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là: “xả niệm, lạc trú”.

[iv] Lại nữa, vị tỳ khưu xả lạc, xả khổ, diệt hỷ, ưu đã cảm thọ trước, vị ấy *chúng và trú tứ thiên* (*catutthaṃ jhānaṃ upasampajja viharati*), không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh.

Này các Tỳ-khưu, đây gọi là tăng thượng định học.

[3] Và này các Tỳ-khưu, thế nào là tăng thượng tuệ học?

Ở đây, này các Tỳ-khưu, vị Tỳ-khưu như thật rõ biết:

[i] “Đây là khổ”, vị ấy như thật rõ biết (*idaṃ dukkhan’ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

[ii] “Đây là nguồn gốc của khổ, vị ấy như thật rõ biết (*ayaṃ dukkha-samudayo’ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

[iii] “Đây là khổ diệt, vị ấy như thật rõ biết (*ayaṃ dukkha-nirodho’ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

[iv] “Đây là con đường đưa đến khổ diệt, vị ấy như thật rõ biết” (*ayaṃ dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā'ti yathā-bhūtaṃ pajānāti*)

Này các Tỳ-khuru, đây gọi là tăng thượng tuệ học’.

“ SẮC/THỌ/... LÀ NHƯ VẬY: DA.II.383 Khi Đức Phật nói ‘Sắc là như vậy (*iti rūpaṃ*)’ tức Ngài muốn nói vị tỳ khuru hiểu rõ sắc theo bản chất riêng của chúng (*sa-bhāvato*): xác định nó như ‘Sắc là như vậy (*iti rūpaṃ*)’, Sắc thì rất nhiều (*ettakaṃ rūpaṃ*), và cũng chẳng có gì khác ngoài sắc (*na ito paraṃ rūpaṃ atthi*).’ DT.II.383 Định nghĩa như vậy chính là sự phân chia sắc (*ettakaṃ rūpaṃ*) thành bốn đại chủng, sắc y đại sanh, gồm sắc cụ thể và sắc không cụ thể, sắc do nghiệp sanh, sắc do thời tiết sanh, và sắc do dưỡng chất sanh,... Đây mới chính là sự nắm rõ sắc đúng theo bản chất riêng của chúng (*sa-rūpa-ggahaṇa-bhāvato*), SA.III.78... theo đặc tính cốt yếu (*sa-rasato*), sự giới hạn chức năng (*pariyantato*), sự phân định (*paricchedato*), và sự phân định ranh giới (*paricchindanato*). DA.II.63 nói theo cách khác, đây là sự phân tích từng loại sắc theo đặc tánh (*lakkhaṇa*), phạm sự (*rasa*), biểu hiện (*paccupaṭṭhāna*), và nhân gần (*padatṭhāna*).

DA.II.63 Đó là sự nắm rõ sắc không thiếu sót (*an-avasesa-rūpa-pariggaho*), DT.II.383 được thực hiện triệt để (*pariyādiyivā*)... và chỉ khi ấy, người đó mới hiểu rõ sắc đúng với bản chất riêng của nhân xứ (*cakkh-āyatana*), nhĩ xứ (*sot-āyatana*), tỳ xứ (*ghan-āyatana*),... cũng như màu (*varṇa*), mùi (*gandha*), vị (*rasa*),... chỉ khi ấy, người đó mới biết rõ sắc đúng với bản chất riêng cùng với biểu hiện luôn biến đổi (*ruppana-sa-bhāvato*) nơi nó.

DT.II.383 Lại nữa, khi Đức Phật nói: ‘Thọ là như vậy (*iti vedanā*)’, tức là Ngài đang hàm ý đến vị tỳ khuru biết rõ thọ đúng với bản chất riêng (*sa-bhāvato*) của chúng: xác định nó là: ‘Thọ là như vậy (*ayaṃ vedanā*), Thọ thì rất nhiều (*ettakā vedanā*), và cũng chẳng có gì khác ngoài thọ (*na ito paraṃ vedanā atthi*).’ DA.II.63 Đó là sự phân chia của thọ thành lạc thọ (*sukha-vedanā*), khổ thọ (*dukkha-vedanā*), bất lạc bất khổ thọ (*a-dukkham-a-sukha-vedanā*), thuộc thân (*kāyikaṃ*) và tâm (*cetasikaṃ*), thuộc về vật chất (*sāmisam*) và không thuộc về vật chất (*nir-amisam*), do nhãn xúc sanh (*cakkhu-samphassa-jā*), nhĩ xúc sanh (*sota-samphassa-jā*),... Lại nữa, đây mới chính là sự nắm rõ thọ không thiếu sót (*an-avasesa-vedanā-pariggaho*), với việc phân tích từng loại thọ theo đặc tánh (*lakkhaṇa*), phạm sự (*rasa*), biểu hiện (*paccupaṭṭhāna*), và nhân gần (*padatṭhāna*). DT.II.383 đúng với bản chất riêng về sự hưởng cảnh (*anubhavana-sa-bhāvato*), DA.II.63 là sự cảm giác/kinh nghiệm đối tượng (*vedayita-sa-bhāvaṃ*),...

DA.II.63 Theo cách tương tự, ‘Tưởng là như vậy (*iti saññā*)’, chính là sự nắm rõ tưởng (*saññā-pariggaho*) không thiếu sót (*an-avasesa*): sắc tưởng (*rūpa-saññā*), thanh tưởng (*sadda-saññā*),... DA.II.63 đúng với bản chất riêng của sự nhận thức của chúng (*saññāna-sabhāvaṃ*). DT.II.63 như màu sắc (xanh/vàng/đỏ...)

DA.II.63 ‘Hành là như vậy (*iti saṅkhārā*)’ chính là sự nắm rõ các hành (*saṅkhārā-pariggaho*) không thiếu sót; là sự nắm bắt các tâm sở còn lại không thiếu sót: xúc (*phassa*), tư (*cetanā*), nhất tâm (*ek-aggatā*), mạng căn (*jīvit-indriya*),... đúng với bản chất riêng của chúng là sự tạo tác (*abhisankharaṇa-sa-bhāvaṃ*) và DT.II.383 nỗ lực/tích lũy (*āyūhana*).

‘Thức là như vậy (*iti viññāṇa*)’ chính là sự nắm bắt các thức (*viññāṇa-pariggaho*) không thiếu sót (*an-avasesa*): nhãn thức (*cakkhu-viññāṇa*), nhĩ thức (*sota-viññāṇa*), tâm ngũ môn hướng (*pañca-dvār-āvajjana-citta*), tâm ý môn hướng (*mano-dvār-āvajjana-citta*), tâm hộ kiếp (*bhavaṅga-citta*), tâm thiền (*jhāna-citta*),... đúng với bản chất riêng là nhận biết (*viñāṇa-sa-bhāvaṃ*), DT.II.383 đúng với bản chất riêng biệt là sự bắt lấy đối tượng (*ārammaṇassa upaladdhi-sa-bhāvaṃ*). DA.II.63 Lại nữa, một người cần có sự nắm bắt như vậy trong mọi trường hợp, bằng việc phân tích từng pháp theo đặc tánh (*lakkhaṇa*), phạm sự (*rasa*), biểu hiện (*paccupaṭṭhāna*) và nhân gần (*padatṭhāna*) của chúng.

Hiểu sắc uẩn theo cách này chính là sự thấu triệt sắc (*rūpa-pariggaha*), hiểu thọ, tưởng, hành và thức uẩn theo cách này chính là thấu triệt danh (*nāma-parihhaha*): cả hai còn được gọi là Trí Phân Định Danh-Sắc (*Nāma-Rūpa-Pariccheda-Nāṇa*). Hai loại phân định này nằm trong trí đầu tiên của ba loại đạt tri, Trí đạt tri (*ñāta-pariññā*). Đây là những gì Đức Phật mô tả là ‘thăng tri (*abhijānaṃ*)’ nắm uẩn, VsM.xx.736 và là trí hiệp thể của Khổ Thánh Đẽ.

(Theo cách ngắn gọn thông thường của chú giải/Sớ Giải, DT nói rằng đây chính là sự phân chia sắc (*rūpassa-pabhedo*) theo cách chia đại chủng, y đại sinh,... (*bhūt-upād-ādi-vasena*). Cũng vậy, hơn thế nữa, nó mô tả sự hiểu rõ đối với các đặc tánh riêng của sắc là ‘theo đặc tánh riêng của mắt,..., của màu,... (*cakkh-ādi-varṇ-ādi-sa-bhāvato*): Để hiểu được những gì được nói trong các loại ví dụ kể trên ‘... (3 chấm v.v.) (ādi – trước tiên)’, người đó cần phải học các sự phân chia mà nó (chú giải/Sớ Giải) nói đến, trong trường hợp này chính là sự phân chia của năm uẩn trong VsM.xiv, mà DA đề cập đến. DT theo cũng cách tóm lược trình bày sự phân chia thiết yếu đối với thọ (*vedanā*) (lạc... (*sukh-ādī*)), tưởng (*saññā*) (sắc tưởng,... (*rūpa-saññ-ādi*)), hành (*saṅkhārā*) (xúc,... (*phass-ādi*)), và thức (*viññāṇa*) (nhãn thức,... (*cakkhu-viññā-ādi*)). Như vậy, những ví dụ mở rộng được thêm vào trong mỗi trường hợp.

¹ **DUYÊN / SÁT NA SANH & DIỆT:** Chú giải D.II.9 ‘Kinh Đại Niệm Xứ’ (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttaṃ*) (§383) có giải thích về pháp quán sự tập khởi và sự diệt tận của năm uẩn chính là thấy được tánh sanh&diệt của năm uẩn theo năm cách (*pañc-ākārehi*), điều này được Tôn giả Sāriputta giải thích trong PsM.I.i.6 (§50) ‘Luận về trí Sanh&Diệt’ (*Udaya-Bbaya-Nāṇa-Niddeso*): ‘người thấy sự sanh của sắc thu uẩn (*rūpa-kkhandhassa udayaṃ passanto*), thì thấy năm đặc tánh gì (*katamāni pañca lakkhaṇāni passati*)?’

[1.1] “Với sự sanh của vô minh (*avijjā-samudayā*), có sự sanh của sắc (*rūpa-samudayo'ti*): như vậy, theo ý nghĩa duyên sanh (*paccaya-samuday-aṭṭhena*), người đó thấy được sự sanh của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa udayaṃ passati*).

[1.2] “Với sự sanh của tham ái (*tanhā-samudayā*), có sự sanh của sắc (*rūpa-samudayo'ti*): như vậy, theo ý nghĩa duyên sanh (*paccaya-samuday-aṭṭhena*), người đó thấy được sự sanh của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa udayaṃ passati*).

[1.3] “Với sự sanh của nghiệp (*kamma-samudayā*), có sự sanh của sắc (*rūpa-samudayo'ti*): như vậy, theo ý nghĩa duyên sanh (*paccaya-samuday-aṭṭhena*), người đó thấy được sự sanh của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa udayaṃ passati*).

[1.4] “Với sự sanh của dưỡng chất (*āhāra-samudayā*), có sự sanh của sắc (*rūpa-samudayo'ti*): như vậy, theo ý nghĩa duyên sanh (*paccaya-samuday-aṭṭhena*), người đó thấy được sự sanh của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa udayaṃ passati*).

[1.5] Người thấy đặc tính sanh của sắc uẩn (*nibbatti-lakkhaṇaṃ passanto-pi*), thì cũng thấy được sự sanh của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa udayaṃ passati*).

‘Người thấy sự sanh của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa udayaṃ passanto*), thì thấy được năm đặc tánh này (*imāni pañca lakkhaṇāni passati*).

'Người thấy sự diệt (*vayaṃ passanto*), thì thấy năm đặc tánh gì (*katamāni pañca lakkhaṇāni passati*)?

'[1.1] "Với vô minh diệt (*avijjā-nirodhā*), sắc diệt (*rūpa-nirodho'ti*)": như vậy, theo ý nghĩa duyên diệt (*paccaya-nirodh-aṭṭhena*), người đó thấy được sự diệt của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa vayaṃ passati*).

'[1.2] "Với tham ái diệt (*taṇhā-nirodhā*), sắc diệt (*rūpa-nirodho'ti*)": như vậy, theo ý nghĩa duyên diệt (*paccaya-nirodh-aṭṭhena*), người đó thấy được sự diệt của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa vayaṃ passati*).

'[1.3] "Với nghiệp diệt (*kamma-nirodhā*), sắc diệt (*rūpa-nirodho'ti*)": như vậy, theo ý nghĩa duyên diệt (*paccaya-nirodh-aṭṭhena*), người đó thấy được sự diệt của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa vayaṃ passati*).

'[1.4] "Với dưỡng chất diệt (*āhāra-nirodhā*), sắc diệt (*rūpa-nirodho'ti*)": như vậy, theo ý nghĩa duyên diệt (*paccaya-nirodh-aṭṭhena*), người đó thấy được sự diệt của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa vayaṃ passati*).

'[1.5] Người thấy đặc tánh của sự thay đổi (*vipariṇāma-lakkhaṇaṃ passanto-pi*), thì thấy được sự diệt của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa vayaṃ passati*).

'Người thấy sự diệt của sắc uẩn (*rūpa-kkhandhassa vayaṃ passanto*), thì thấy được năm đặc tánh này (*imāni pañca lakkhaṇāni passati*).

'Người thấy sự sanh & diệt (*udayabbayaṃ passanto*), thì thấy được mười đặc tánh này (*imāni dasa lakkhaṇāni passati*).'

Sau đó Tôn giả Sāriputta giải thích về năm đặc tánh đối với sự sanh và năm đặc tánh đối với sự diệt theo từng uẩn trong bốn vô sắc uẩn (danh uẩn) còn lại; tất cả gồm bốn mươi đặc tánh. **'Người thấy sự sanh & diệt của năm uẩn, thì thấy được năm mươi đặc tánh này (*imāni paññāsa lakkhaṇāni passati*)'**

Để giải thích cho đoạn trên, Chú giải D.II.9 'Kinh Đại Niệm Xứ' (*Mahā-Sati-Paṭṭhāna-Suttam*) (§383), nói đến sự giải thích chi tiết trong VsM.xx.724-731 'Luận về Trí Sanh Diệt' (*Udaya-Bbaya-Nāna-Kathā*).

DUYÊN SANH: ^{VSM.726} Người thấy được với sự sanh của vô minh, tham ái, nghiệp,... thì có sự sanh của năm uẩn, và với sự diệt của vô minh, tham ái, nghiệp,... thì có sự diệt của năm uẩn, tức là người đó đang thấy duyên sanh & diệt (*paccayato udaya-bbaya-dassanam*). ^{VSM.728} Điều đó có nghĩa là thấy được duyên sanh tức là thấy được pháp duyên khởi chiều thuận (*anuloma*). Tóm lại: 'Do cái này có mặt, cái kia có mặt; do cái này sanh khởi, cái kia sanh khởi (*imasmiṃ sati idaṃ hoti, imass-uppādā idaṃ uppajjati*).'^{VSM.724} Nói cách khác: Do vô minh có mặt (*avijjāya sati*) trong một sanh hữu trước (*purima-bhava-siddhāya*), nên có sự sanh của sắc (*rūpassa uppādo hoti*) trong sanh hữu này (*imasmiṃ bhava*). Cũng vậy đối với thọ-, tưởng-, hành- và thức uẩn.

^{PSMA.50} Theo sự trình bày pháp duyên khởi của Tôn giả Xá Lợi Phất, đó là: 'Do vô minh, hành, ái, thủ, và nghiệp lực của nghiệp hữu quá khứ, nên có sự sanh của kiết sanh thức, danh-sắc, lục nhập, xúc, và thọ ở bất kỳ hữu nào là quả trong tương lai. <tham khảo sự mô tả về cách vị Tỳ-khưu biết/thấy/hiểu rõ/thể nhập điều này ở hậu chú ¹>

DUYÊN DIỆT: sự diệt tận của năm uẩn diễn ra với vị A-la-hán nhập diệt (*Parī-Nibbāna*). ^{VSM.728} Điều này có nghĩa là thấy được duyên diệt là thấy được pháp duyên khởi chiều nghịch (*paṭiloma*). Tóm lại: 'Cái này không có mặt nên cái kia không có mặt; cái này diệt nên cái kia diệt (*imasmiṃ a-sati idaṃ na hoti, imassa nirodhā idaṃ nirujjhati*).'^{VSM.724} Nói cách khác: 'Với sự diệt của vô minh như sự vô sanh (*avijjāya an-uppāda-nirodhato*) bởi Đạo Trí cao nhất (*Agga-Magga-Nānena*), nên có sự diệt của sắc (*anāgatassa rūpassa*) như sự vô sanh (*an-uppāda-nirodho*) ở tương lai: bởi sự diệt tận của việc sanh lên nhân của sắc (*uppajjanaka-rūpa-paccayassa niruddha-bhāvena*). Điều này phù hợp với mô tả của Tôn giả Sāriputta về pháp duyên khởi: 'Với sự diệt của vô minh, hành, ái, thủ và nghiệp lực ở tương lai, nên có sự diệt của việc sanh lên, tức vô sanh, của bất kỳ kiết sanh thức, danh-sắc, lục nhập, xúc và thọ ở bất kỳ hữu nào là quả trong tương lai. < tham khảo sự trình bày của Ngài Xá Lợi Phất về việc vị tỳ khưu biết/ thấy/ hiểu rõ/ thể nhập điều này ở hậu chú ¹>

SÁT NA SANH & DIỆT: ^{VSM.726} Một đặc tánh sanh của pháp chỉ được thấy ngay tại sát-na sanh của nó (*uppatti-kkhane-veva*) (khoảng khắc nó được sanh). Một đặc tánh thay đổi của pháp chỉ được thấy ngay tại sát-na diệt xảy ra sau đó (*bhāga-kkhane*) (khoảng khắc nó diệt sau đó). Đó là cách hành giả thấy đặc tánh sanh và thay đổi của các uẩn chính là thấy được sát-na sanh & diệt (*khanato udaya-bbaya-dassanam*) (sự sanh và diệt của mỗi loại danh và sắc theo sát-na này đến sát-na khác). ^{VSM.728} Qua việc thấy được đặc tánh sanh và thay đổi của năm uẩn, người đó thấy được đặc tánh hữu vi (*saṅkhata-lakkhaṇa*).

Đức Phật có thuyết về điều này trong A.III.I.v.7 'Kinh Tướng Hữu Vi' (*Saṅkhata-Lakkhaṇa-Suttam*): **'Có ba tướng hữu vi này, này các Tỳ-khưu, cho các pháp hữu vi (*saṅkhatassa saṅkhata-lakkhaṇa*). Thế nào là ba? Sanh được trình bày rõ (*uppādo paññāyati*), diệt được trình bày rõ (*vayo paññāyati*), sự biến dị khi đang trú được trình bày rõ (*thitassa aññāhattam paññāyati*)'**.^{AA} Hữu vi là tất cả các pháp thuộc tam giới (*te-bhāma dhammā*): cõi dục giới, cõi sắc giới, cõi vô sắc giới, sắc và vô sắc. 'Sanh (*uppādo*)' xảy ra vào sát-na phát sanh của pháp hữu vi (*uppāda-kkhane*). Nó tương ứng với sự *sanh* (*jāti*). **'Sự biến dị khi đang trú (*thitassa aññāhattam*)'** xảy ra ở sát-na trú của pháp hữu vi (*thāna-kkhane*). Nó tương ứng với sự *già* (*jarā*). 'Diệt (*vayo*)' xảy ra vào sát-na diệt của pháp hữu vi (*bheda-kkhane*). ^{S.III.145} giải thích điều này tương ứng sự tan rã (*bhāga*). ^{VSM.740} Ba đặc tánh này hình thành tánh vô thường (*anicca-lakkhaṇa*). Do bởi các pháp hữu vi đều có ba đặc tánh này mà năm uẩn là vô thường. Và vì sự vô thường của chúng nên Đức Phật giảng năm uẩn cũng là khổ và vô ngã.

^{VSM.740} Đức Phật giảng về điều này trong S. III. I. ii. 4 phẩm 'Cái gì là Vô Thường' (*Yad-Anicca-Suttam*): **'Sắc, này các Tỳ-khưu, là vô thường (*rūpaṃ, bhikkhave, aniccam*); Cái gì vô thường là khổ (*yad-aniccam taṃ dukkham*); cái gì khổ là vô ngã (*yad-dukkham tad-an-attā*); cái gì vô ngã, cần phải như thật (*evam-etaṃ yathā-bhūtaṃ*) quán với Chánh Trí Tuệ (*Samma-Ppaññāya daṭṭhabbam*): "Cái này không phải của tôi (*n-etaṃ mama*); cái này không phải là tôi (*n-es-oham-asmi*); cái này không phải tự ngã của tôi (*na m-eso attā*)'**. Tiếp theo, Đức Phật phân tích và chỉ dạy giống như vậy đối với bốn uẩn còn lại. Và Ngài giảng rằng, thấy như vậy, vị Đa văn Thánh đệ tử yếm ly với năm uẩn và đạt đến Niết-bàn.

^J S.V.XII.ii.1 Kinh Chuyển Pháp Luân (*Dhamma-Cakka-Ppavattana-Suttam*), khi Tôn giả Kondañña chứng đắc Nhập Lưu, điều này được mô tả là trí của vị ấy: 'Phàm pháp nào có sự sanh, tất cả pháp ấy đều có sự diệt (*yaṃ-kīñci samudaya-dhammaṃ sabbaṃ taṃnirodhā dhammaṃ*):

^K Để giải thích cách mà vị tỳ khưu nâng tâm (*cittam paggahebbam*) khi cần đến, VsM.iv.64 Mục 'Mười Pháp Thuận Thực Trong An Chỉ' (*Dasa-Vidha-Appanā-Kosallam*) trích dẫn một đoạn trong 'Kinh lửa' (*Aggi-Suttam*): **'Ví như, này các Tỳ-khưu, một người muốn đốt lên một ngọn lửa nhỏ, người ấy ném vào đây củ ước, phân bỏ ước, củi ước, để ngọn lửa ấy giữa mưa, gió và**

rắc bụi lên trên; người ấy có thể nhen đóm ngọn lửa nhỏ ấy không? (Thưa không, bạch Thế Tôn). **Cũng vậy, nầy các Tỳ-khưu, trong khi tâm thụ động (*līnaṃ cittaṃ hoti*), khi ấy không đúng lúc (*akālo*), không phải thời (*tasmim̐ samaye*) để tu tập khinh an giác chi, không phải thời là tu tập định giác chi, không phải thời là tu tập xả giác chi. Vì sao? Vì rằng, khi tâm thụ động, thật khó làm tâm phát khởi nhờ những pháp này (*etehi dhammehi du-ssamuṭṭhāpayam̐ hoti*). Này các Tỳ-khưu, khi tâm thụ động, trong khi ấy, là phải thời để tu tập trạch pháp giác chi... tinh tấn giác chi... hỷ giác chi. Vì sao? Vì rằng, nầy các Tỳ-khưu, khi tâm thụ động, thật dễ làm tâm phát khởi những pháp này. Ví như, nầy các Tỳ-khưu, một người muốn đốt lên một ngọn lửa nhỏ, người ấy ném vào đấy cỏ khô, phân bò khô, củi khô, dùng miệng thổi, không có rắc bụi lên trên; người ấy có thể nhen đóm ngọn lửa ấy không?** (Thưa có, bạch Thế Tôn).^{VsM.iv.65.ibid} trích dẫn những lời giải thích ngược lại của Đức Phật đối với cách vị tỳ khưu điều phục tâm (*cittaṃ niggahetabbam̐*) khi cần đến: ví như một người muốn dập tắt một đám lửa to thì không nên bỏ vào đó những nhiên liệu khô mà thay vào đó là những vật ướt, cũng vậy, khi tâm dao động (*uddhatam̐ cittaṃ hoti*), Tỳ-khưu nên điều phục tâm với an tịnh giác chi,... định giác chi... và xả giác chi. Và sau đó Đức Phật giảng rằng niệm là hữu ích ở mọi thời: **'Nhưng niệm, nầy các Tỳ-khưu, là cần thiết cho mọi thời (*sabbatthikam̐*), Ta tuyên bố như vậy'**.