

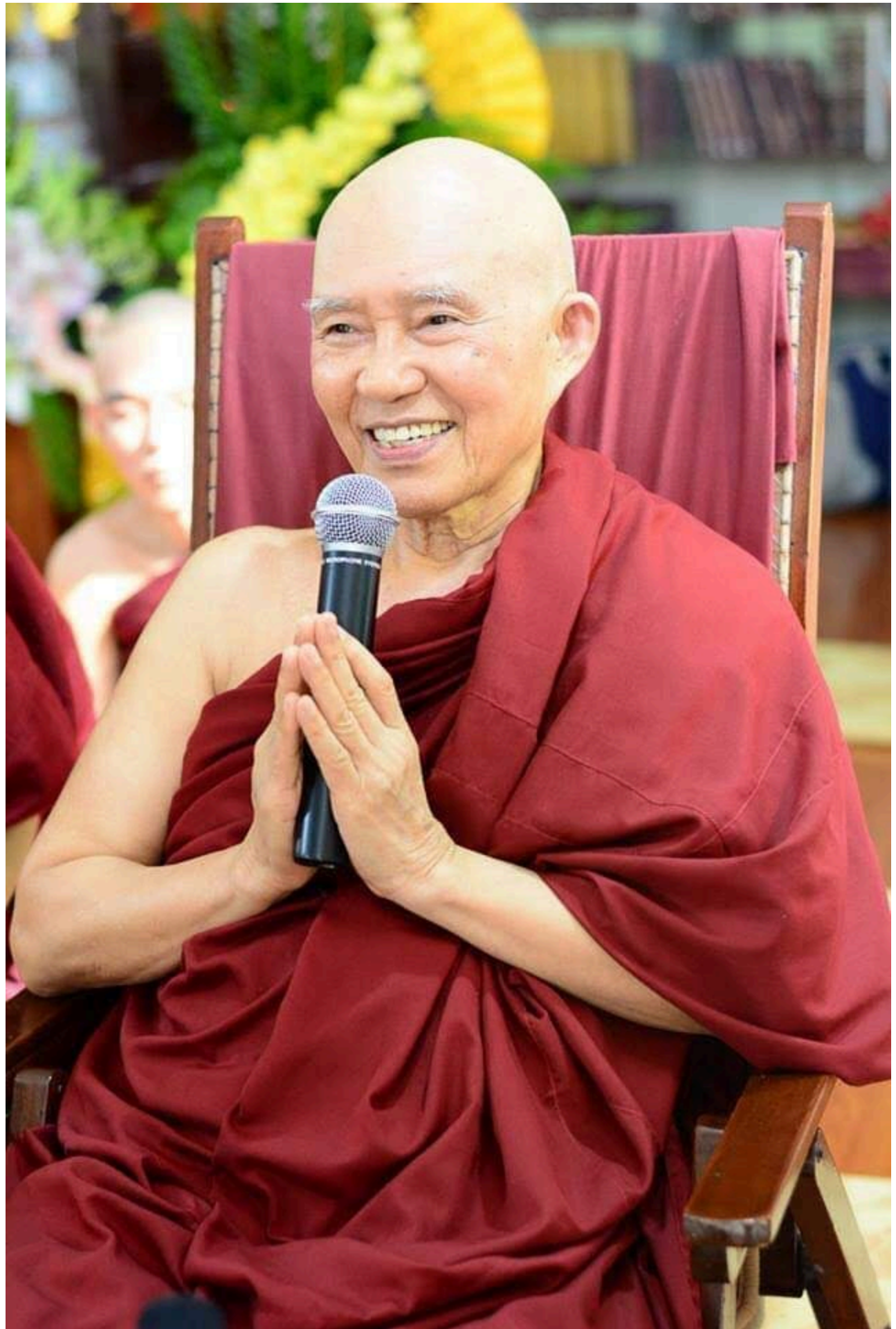
GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM  
PHẬT GIÁO NGUYÊN THỦY  
THERAVĀDA  
PHẬT LỊCH 2550

CON ĐƯỜNG  
GIẢI THOÁT KHỔ  
(DUKKHANISSARAṆAMAGGA)

TỶ KHUU HỘ PHÁP  
(DHAMMARAKKHITA BHIKKHU)



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO



***Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa***  
***Con đem hết lòng thành kính dành lễ Đức Thế Tôn, Đức Arahán, Đức Chánh Đẳng Giác ấ***

oo0oo

**Lời Nói Đầu**

Phàm làm người, hễ có thân là có khổ thân, và hễ còn phiền não là còn khổ tâm. Khổ thân và khổ tâm này thuộc về phần thọ uẩn, nhưng tóm lại ngũ uẩn đều là khổ.

Khổ là sự thật chân lý của tất cả chúng sinh nói chung, con người nói riêng, tất cả mọi người đều phải chịu đựng khổ, song sự khổ ít hoặc nhiều của mỗi người có phần không giống nhau. Cho nên, sự giải thoát khổ của mỗi người cũng không giống nhau.

Thật ra, quan niệm khổ của mỗi người hoàn toàn tùy thuộc vào quả của nghiệp và trình độ nhận thức của mỗi người. Do đó, con đường giải thoát khổ của mỗi người cũng phải thích ứng.

Quyển "**Con Đường Giải Thoát Khổ**" này được trình bày 3 con đường:

- 1- Con đường thoát khổ nhất thời trong kiếp hiện tại.
- 2- Con đường giải thoát khổ, hưởng sự an lạc lâu dài trong những kiếp sau.
- 3- Con đường giải thoát khổ hoàn toàn, không còn khổ nữa.

Quyển "**Con Đường Giải Thoát Khổ**" này vốn trước đây là một bản thảo viết tay, do sự yêu cầu của ông bà Phạm Kim Khánh, bần sư đã biên soạn xong trong dịp ngày rằm tháng tư Phật lịch 2524 (cách đây hơn 25 năm) tại Thiền viện Óm Nói, tỉnh Samutsakhorn Thái Lan, rồi đã gửi đến ông bà Phạm Kim Khánh tại Hoa Kỳ.

Thời gian trải qua nhiều năm, bần sư không còn nhớ đến nó nữa. Đến nay, bỗng nhiên nhận được bản thảo in computer "**Con đường giải thoát khổ**" soạn giả Tỳ khưu Hộ Pháp (Dhammarakkhita Bhikkhu) đúng là pháp danh của bần sư. Bần sư không ngạc nhiên làm sao được!

Bần sư chân thành biết ơn ông Phạm Kim Khánh, vì đã có công khéo giữ gìn cẩn trọng, bảo tồn chu toàn bản thảo suốt hơn 25 năm qua. Nay ông có ý định ấn hành để truyền bá đến mọi người; bần sư vô cùng cảm kích trước thiện tâm của ông, bần sư cảm thấy vô cùng hoan hỷ, cho nên đã cố gắng xem lại, biên tập xong, gửi lại cho ông tại Hoa Kỳ.

Xét theo thời gian, bản thảo này đã sinh ra trước quyển "**Tìm Hiểu Pháp Hành Thiền Tuệ**" (hơn 560 trang). Như vậy nó là soạn phẩm đầu tay của bần sư, nên bần sư đã xin ông Phạm Kim Khánh vui lòng cho phép ấn hành soạn phẩm "**Con Đường Giải Thoát Khổ**" này tại Việt Nam, để cho phần đông người Việt có cơ hội tìm hiểu.

Quyển sách "**Con Đường Giải Thoát Khổ**" này bản sư đã cố gắng sưu tầm, góp nhặt những tài liệu từ Tam Tạng Pāli, và các Chú giải Pāli được một phần nào đó thôi! Tuy bản sư đã cố gắng hết mình giảng giải để giúp cho quý độc giả, song vì khả năng có hạn, nên chắc chắn không thể tránh khỏi những điều sơ sót, thậm chí còn có chỗ sai ngoài khả năng hiểu biết của bản sư.

Để lần sau tái bản được hoàn thiện hơn, kính mong chư bậc thiện trí từ bi chỉ giáo, góp ý chân tình. Kính xin quý vị xem soạn phẩm này như là của chung, mà mỗi người trong chúng ta, ai cũng có bổn phận đóng góp xây dựng, để cho soạn phẩm này được hoàn hảo, ngõ hầu mong đem lại sự lợi ích chung, sự tiến hoá, sự an lạc cho phần đông chúng ta. Bản sư kính cẩn đón nhận những lời đóng góp phê bình xây dựng ấy của chư bậc thiện trí, và kính xin quý Ngài ghi nhận nơi đây lòng chân thành biết ơn sâu sắc của bản sư.

Quyển sách "**Con Đường Giải Thoát Khổ**" này được hoàn thành do nhờ có nhiều người giúp sức Dhammacitta Bhikkhu (Tỳ khưu Tâm Pháp), cô Sumittā, cô Dhammanandā giúp xem bản thảo, đệ tử Sīlācāra (Giới Hạnh) đã tận tình đánh máy vi tính, dàn trang, làm thành quyển; cùng các thí chủ trong nước và ngoài nước có đức tin trong sạch lo ấn hành đó là: Pháp đệ Bửu Đức cùng nhóm Phật tử chùa Hương Đạo (Hoa Kỳ), gia đình anh Đình Vạn Xuân cùng nhóm Phật tử ở Úc, gia đình ông bà Trần Văn Cảnh - Trần Kim Duyên, gia đình cô Dhammanandā ở Pháp, gia đình anh Hoàng Quang Chung... Và đã được Nhà xuất bản Tôn Giáo cho phép ấn hành. Bản sư vô cùng hoan hỷ và biết ơn tất cả các quý vị.

Nhân dịp này, con là Dhammarakkhita Bhikkhu (Tỳ khưu Hộ Pháp) thành kính dâng phần pháp thí thanh cao này đến Ngài Vamsarakkhitamahāthera (cố Đại Trưởng Lão Hộ Tông) là sư phụ của con, đồng thời đến Ngài cố Đại Trưởng Lão Thiện Luật, Ngài cố Đại Trưởng Lão Bửu Chơn, Ngài cố Đại Trưởng Lão Giới Nghiêm, Ngài cố Đại Trưởng Lão Hộ Giác (chùa Từ Quang) cùng chư Đại Trưởng Lão, Đại đức khác... đã dày công đem Phật giáo Nguyên Thủy (Theravāda) về truyền bá trên quê hương Việt Nam thân yêu. Và kính dâng đến chư Đại Trưởng Lão ở nước Thái Lan, nước Myanmar, quý Ngài đã có công dạy dỗ con về pháp học và pháp hành.

Con kính mong quý Ngài hoan hỷ.

***Idaṃ no ñātināṃ hotu, sukhitā hontu ñātayo.***

Phước thiện pháp thí thanh cao này, xin hồi hướng đến tất cả thân quyến của chúng con, từ kiếp hiện tại cho đến vô lượng kiếp trong quá khứ, cầu mong quý vị hoan hỷ thọ nhận phần phước thiện này để thoát khỏi cảnh khổ, được an lạc lâu dài.

***Imaṃ puññābhāgaṃ mātāpitu-ācariya-ñāti-mittānañceva sesasabbasattānañca dema, sabbepi te puññapattim laddhāna sukhitā hontu.***

Chúng con thành tâm hồi hướng, chia phước đến ông bà, cha mẹ, thầy tổ, thân quyến, bạn hữu cùng tất cả chúng sinh từ cõi địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh, nhân loại, chư thiên trong các cõi trời dục giới, chư phạm thiên trong các cõi trời sắc giới... xin tất cả quý vị hoan hỷ thọ nhận phần phước thiện pháp thí thanh cao này, cầu mong quý vị được giải thoát mọi sự khổ, được an lạc lâu dài.

***Idaṃ me dhammadānaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu.***

Phước thiện pháp thí thanh cao này của mỗi người chúng con, xin làm duyên lành dẫn dắt mỗi người chúng con đến chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt mọi phiền não trầm luân, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Nếu mỗi người trong chúng con chưa diệt đoạn tuyệt được mọi phiền não trầm luân, chưa giải thoát khổ sinh, vẫn còn tiếp tục tử sinh luân hồi, thì do năng lực phước thiện pháp thí thanh cao này ngăn cản mọi ác nghiệp không có cơ hội cho quả tái sinh trong 4 cõi ác giới: Địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh; và cũng do năng lực này chỉ hỗ trợ thiện nghiệp cho quả tái sinh trong cõi thiện giới: Cõi người, các cõi trời dục giới... mà thôi. Được sinh kiếp nào, mỗi người trong chúng con cũng là người có chánh kiến, có đức tin trong sạch nơi Tam Bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, có duyên lành thân cận gần gũi với bậc thiện trí, lắng nghe chánh pháp của bậc thiện trí, có đức tin trong sạch nơi bậc thiện trí, cố gắng tinh tấn hành theo lời giáo huấn của bậc thiện trí, không ngừng tạo mọi pháp hạnh ba-la-mật cho sớm được đầy đủ trọn vẹn, để mong sớm chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, mong diệt đoạn tuyệt mọi phiền não trầm luân, trở thành bậc Thánh Arahán.

Trong vòng tử sinh luân hồi, mỗi khi chúng con được nghe tin lành Đức Phật, Đức Pháp, Đức Tăng ngự nơi nào, dù gần dù xa, chúng con liền phát sinh tâm hỷ lạc, có đức tin trong sạch nơi Đức Phật, Đức Pháp, Đức Tăng; quyết tâm tìm đến nơi ấy, để hầu đảnh lễ Đức Thế Tôn, hoặc chư Thánh Thanh Văn đệ tử của Ngài, lắng nghe chánh pháp cố gắng tinh tấn hành theo chánh pháp của Ngài, để mong chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt mọi phiền não, mọi tham ái, mọi ác pháp, trở thành bậc Thánh Arahán sẽ tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Do nhờ năng lực phước thiện pháp thí thanh cao này hỗ trợ, nhắc nhở cho mỗi người chúng con, khi thành tựu quả báu ở cõi người (manussasampatti) như thế nào, cũng không đắm say trong cõi người; hoặc khi thành tựu quả báu ở cõi trời (devasampatti) hưởng được an lạc như thế nào, cũng không đắm say trong cõi trời. Bởi vì mục đích cứu cánh cao cả của mỗi chúng con là cầu mong sớm thành tựu quả báu sớm chứng ngộ Niết Bàn (Nibbānasampatti), giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

***Icchitaṃ patthitaṃ amhaṃ,  
Khippameva samijjatu.***

***Điều mong ước, ý nguyện của chúng con,  
Cầu mong sớm được thành tựu như ý.***

*Cuối năm 2005 Núi rừng Viên Không, Xã Tóc Tiên, huyện Tân Thành, Tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu*

***Tỳ-khưu Hộ Pháp  
(Dhammarakkhita Bhikkhu)***

**Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa**  
**Con đem hết lòng thành kính dành lễ Đức Thế Tôn, Đức Arahán, Đức Chánh Đẳng Giác ấy**

oOoOo

**Phần I**

Quan niệm **khổ** của mỗi người tùy thuộc vào hoàn cảnh trong cuộc sống hiện tại và trình độ nhận thức của mỗi người. Cho nên **con đường giải thoát khổ** của mỗi người cũng phải thích ứng theo nguyện vọng của mỗi người.

**Con đường giải thoát khổ** này hướng dẫn hành theo con đường có lợi đem lại sự an lạc trong kiếp hiện tại lẫn nhiều kiếp vị lai. Và hướng dẫn tránh xa con đường có hại đem lại sự đau khổ trong kiếp hiện tại lẫn nhiều kiếp vị lai.

Hai vấn đề chính: **Khổ** và **giải thoát khổ**.

**Khổ nghĩa là gì?**

Khổ dịch từ tiếng Pāli "**Dukkha**".

**Dukkha** có rất nhiều định nghĩa.

Ví dụ:

*Dukkaram khamatī ti: Dukkham: Trạng thái khó kham nhẫn chịu đựng được gọi là **khổ**.*

Trong Phật giáo, Dukkha: Khổ, là một chân lý gọi là *Dukkhasacca: Khổ đế*. Còn *sukha: Lạc*, không phải là chân lý, mà chỉ là sự đảo điên gọi là *sukhavipallāsa: Lạc đảo điên*, bởi vì lạc có sự sinh, sự diệt, vô thường luôn luôn hành hạ nên chỉ có khổ mới là sự thật mà thôi.

**Khổ có 3 loại**

1- *Dukkhadukkha (khổ thật khổ):* Đó là *thọ khổ (dukkhavedanā)*, khổ khó kham nhẫn, khó chịu đựng nổi như: *Khổ thân, khổ tâm*.

2- *Vipariṇāmadukkha (biến chất khổ):* Đó là *thọ lạc (sukhavedanā)*, thân an lạc, tâm an lạc. Thọ lạc sinh rồi diệt, vô thường biến đổi, nên lạc biến thành thọ khổ, tuy thọ khổ nhưng dễ chịu đựng.

3- *Saṅkhāradukkha (pháp hữu vi khổ):* Đó là *thọ xả và tâm, tâm sở, sắc pháp* (không có thọ khổ và thọ lạc). Các pháp do nhân duyên cấu tạo nên khổ.

Đức Phật dạy trạng thái của pháp hữu vi bằng câu kệ như sau:

*"Aniccā vata saṅkhārā,*

*Uppādavayadhammino,  
Uppajjitvā nirujjhanti,*

*Tesaṃ vūpasamo sukho” 1 .*

*“Các pháp hữu vi đều vô thường nhĩ!*

*Vì có sinh, diệt, trạng thái tự nhiên,*

*Sau khi đã sinh, đều phải bị diệt,*

*Niết Bàn tịch diệt pháp hữu vi ấy,*

*Mới thật sự có an lạc tuyệt đối”.*

Các pháp hữu vi là tâm, tâm sở, sắc pháp hoặc danh pháp, sắc pháp, v.v... được cấu tạo do bởi 4 nhân duyên là: *Nghiệp (kamma), tâm (citta), thời tiết (utu), vật thực (āhāra)* nên có sự sinh, sự diệt, có trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã, trạng thái bất tịnh. Cho nên, tất cả các pháp hữu vi chỉ có khổ là sự thật chân lý mà thôi.

Niết Bàn là pháp vô vi không bị cấu tạo bởi *nghiệp, tâm, thời tiết, vật thực*. Cho nên, Niết Bàn không có sự sinh, sự diệt. Niết Bàn là thường, lạc, vô ngã, tịnh.

Đức Phật dạy:

*“Sabbe dhammā anattā”.*

*“Tất cả các pháp đều vô ngã”.*

Tất cả các pháp đó là các pháp hữu vi và pháp vô vi (Niết Bàn) gồm cả Chế định pháp đều là vô ngã.

Và: *“Nibbānaṃ paramaṃ sukhaṃ”.*

*“Niết Bàn là an lạc tuyệt đối”.*

*Niết Bàn* là pháp diệt các pháp hữu vi, nghĩa là diệt mọi sự khổ. Do đó, Niết Bàn là an lạc tuyệt đối.

### **Ba Con Đường Giải Thoát Khổ**

Khổ thân, khổ tâm, giải thoát khổ bằng 3 con đường:

- 1- *Thoát khổ nhất thời trong kiếp hiện tại.*
- 2- *Giải thoát khổ, hưởng sự an lạc lâu dài trong kiếp sau.*

3- *Giải thoát khổ hoàn toàn, không còn khổ nữa.*

**Giải thích:**

**1- Thoát khổ nhất thời trong kiếp hiện tại như thế nào?**

Trong đời này, người nghèo khổ túng thiếu không có đủ những nhu cầu cần thiết trong cuộc sống như cơm không đủ no, áo quần mặc không đủ ấm, chỗ ở không ổn định, khi bệnh hoạn ốm đau không có thuốc chữa trị, v.v... Đó là những nỗi khổ trong cuộc sống hiện tại này.

**a)** Nếu những người nghèo khổ không có đức tin nơi Tam Bảo, không tin nghiệp và quả của nghiệp, không có trí tuệ, không biết suy xét đúng đắn kỹ càng, thì họ có thể tìm cách thoát khổ bằng con đường làm nghề sát sinh, làm khổ chúng sinh khác; làm nghề trộm cắp, gây thiệt hại cho người khác, v.v... những việc làm ấy có thể tạm thời giải quyết được cảnh nghèo khổ, túng thiếu, đáp ứng được phần nào những nhu cầu cần thiết nhất thời. Nhưng vì họ đã tạo nghiệp ác, cho nên, họ phải chịu quả khổ của nghiệp ác ấy không chỉ trong kiếp hiện tại, mà còn phải chịu quả khổ của nghiệp ác ấy trong những kiếp vị lai.

Đó là con đường thoát khổ nhất thời, song có hại cả trong kiếp hiện tại lẫn nhiều kiếp vị lai. Do đó không nên làm, cần phải tránh xa các nghiệp ác như vậy.

**b)** Nếu những người nghèo khổ có đức tin nơi Tam Bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, có trí tuệ, biết suy xét đúng đắn kỹ càng, thì họ có thể tìm cách thoát khổ bằng con đường làm những nghề lương thiện, không làm khổ mình, không làm khổ người khác, không làm khổ chúng sinh khác.

Họ không làm 5 nghề buôn bán có hại như:

- *Không làm nghề buôn bán vũ khí giết hại chúng sinh.*
- *Không làm nghề buôn bán người, các loài thú vật, các loại gia súc, gia cầm,...*
- *Không làm nghề giết gia súc, gia cầm để bán thịt.*
- *Không làm nghề buôn bán rượu, các chất say như thuốc phiện, ma túy, thuốc lá, v.v...*
- *Không làm nghề buôn bán các loại chất độc giết hại chúng sinh.*

Họ tránh xa cách sống tà mạng như *thân hành ác, khẩu nói lời ác, lừa dối, ý nghĩ điều ác*. Họ sống đúng theo chánh mạng bằng các nghề nghiệp lương thiện. Nhờ sự cố gắng cần mẫn, họ cũng tạo ra được nhiều của cải, không chỉ giúp cho họ thoát khỏi cảnh nghèo khổ túng thiếu, mà còn giúp đem lại sự lợi ích cho nhiều người khác nữa.

Đó là con đường thoát khổ có lợi, đem lại sự an lạc cho mình cả trong kiếp hiện tại lẫn nhiều kiếp vị lai, nhờ vào nghiệp thiện đã tạo trong kiếp hiện tại.



## 2- **Giải thoát khổ, hưởng sự an lạc lâu dài trong kiếp sau như thế nào?**

### a) **Thoát khổ, hưởng sự an lạc lâu dài trong kiếp sau do được tái sinh trong cõi trời dục giới**

Trong đời này, có một số người giàu sang phú quý, có đầy đủ mọi nhu cầu trong cuộc sống, là người có đức tin trong sạch nơi Tam Bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, có trí tuệ sáng suốt, có trình độ hiểu biết giáo pháp của Đức Phật, nên biết suy xét rằng:

“Trong cõi người này, có khi thiện nghiệp cho quả thì thân và tâm được an lạc, nhưng cũng có khi nghiệp ác cho quả thì thân và tâm chịu khổ đau; tuổi thọ con người cũng không nhất định. Trong các cõi trời dục giới, nghiệp ác không có cơ hội cho quả, mà chỉ có nghiệp thiện có cơ hội cho quả an lạc mà thôi; tuổi thọ cũng nhất định, lâu dài tùy theo mỗi cõi trời dục giới ấy. Vậy ta nên tạo mọi phước thiện như: *Bổ thí, giữ gìn giới* cho được trong sạch và đầy đủ trọn vẹn; *thực hành thiền định* mà chưa chứng đắc bậc thiền nào; *thực hành thiền tuệ* nếu chưa chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả nào thì vẫn còn là hạng thiện trí phàm nhân.

Hạng thiện trí phàm nhân này sau khi chết, do thiện nghiệp cho quả tái sinh (hóa sinh), làm thiên nam hoặc thiên nữ trong cõi trời dục giới, hưởng mọi sự an lạc trong cõi trời ấy (cho đến khi hết tuổi thọ)”.

Đó là con đường giải thoát khổ, hưởng sự an lạc lâu dài trong kiếp sau do nhờ được tái sinh lên cõi trời dục giới.

### b) **Giải thoát khổ, hưởng sự an lạc lâu dài trong kiếp sau do được tái sinh trong cõi trời sắc giới, cõi trời vô sắc giới**

Trong đời này, có một số bậc thiện trí phàm nhân có trí tuệ sáng suốt, có trình độ hiểu biết giáo pháp của Đức Phật sâu sắc, nên biết suy xét rằng:

“Trong các cõi trời dục giới, tuy có sự an lạc, nhưng sự an lạc ấy còn nương nhờ nơi ngũ trần (*sắc trần, thanh trần, hương trần, vị trần, xúc trần*) còn thô, không vi tế, có tuổi thọ không lâu dài. Còn trong các cõi trời sắc giới và cõi trời vô sắc giới thì có sự an lạc không liên quan đến ngũ trần, thật vô cùng vi tế, có tuổi thọ lâu dài hơn (được tính bằng đại kiếp trái đất). Những hành giả thực hành thiền định chứng đắc đến bậc thiền hữu sắc nào, hoặc bậc thiền vô sắc nào rồi, sau khi chết **chắc chắn bậc thiền ấy** sẽ cho quả tái sinh (hóa sinh) lên **cõi trời sắc giới**, hoặc **cõi trời vô sắc giới** tùy theo bậc thiền ấy”.

Sau khi suy xét đúng đắn như vậy, bậc thiện trí phàm nhân *thực hành đề mục thiền định* có khả năng dẫn đến chứng đắc **bậc thiền hữu sắc**.

Nếu hành giả thực hành thiền định dẫn đến chứng đắc **bậc thiền hữu sắc** nào trong 4 bậc thiền hữu sắc và duy trì được bậc thiền hữu sắc ấy cho đến khi chết, thì sau khi chết **chắc chắn bậc thiền hữu sắc ấy** cho quả tái sinh (hóa sinh) làm phạm thiên trong **cõi trời sắc giới** tương ứng với bậc thiền ấy, hưởng sự an lạc cho đến hết tuổi thọ trong cõi trời sắc giới phạm thiên ấy.

Nếu hành giả thực hành thiền định, sau khi đã chứng đắc 4 bậc thiền hữu sắc xong, rồi tiếp tục thực hành thiền định dẫn đến chứng đắc **bậc thiền vô sắc** nào trong 4 bậc thiền vô sắc, thì sau khi chết **chắc chắn bậc thiền vô sắc ấy** cho quả tái sinh (hóa sinh) lên **cõi trời vô sắc giới** tương ứng với bậc thiền ấy, hưởng sự an lạc vô cùng vi tế hơn cõi trời sắc giới, và có tuổi thọ lâu dài hơn cõi trời sắc giới.

4 bậc thiền hữu sắc và 4 bậc thiền vô sắc có trong Phật giáo và cũng có ngoài Phật giáo.

Đó là con đường giải thoát khổ, hưởng sự an lạc lâu dài trong kiếp sau, do nhờ được tái sinh trong cõi trời sắc giới, cõi trời vô sắc giới.

### 3- **Giải thoát khổ hoàn toàn như thế nào?**

Trong đời này, bậc thiện trí phàm nhân có trí tuệ sáng suốt, có trình độ hiểu biết giáo pháp của Đức Phật sâu sắc và uyên thâm, nên biết suy xét rằng:

“Sinh mạng của mỗi chúng sinh hoàn toàn tùy thuộc vào nghiệp và tuổi thọ. Vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài tử vô thủy không sao biết được, có khi tạo nghiệp ác, có khi tạo nghiệp thiện.

Nếu nghiệp ác cho quả, thì sẽ tái sinh trong 4 cõi ác giới: *Địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh*.

Nếu nghiệp thiện cho quả, thì sẽ tái sinh trong cõi thiện giới đó là cõi người, 6 cõi trời dục giới, 16 cõi trời sắc giới, 4 cõi trời vô sắc giới, tùy theo năng lực của nghiệp thiện ấy. Dù chúng sinh nào đã được tái sinh trong cõi nào, cõi ấy cũng chỉ là cõi *tạm trú theo tuổi thọ* của chúng sinh ấy mà thôi. Trong 31 cõi tam giới có số cõi có tuổi thọ không nhất định, có số cõi có tuổi thọ nhất định. Cõi cao nhất trong tam giới và có tuổi thọ lâu dài nhất là cõi trời vô sắc **Phi Tường Phi Phi Tường Xứ Thiên**, có tuổi thọ 84.000 đại kiếp trái đất, nghĩa là phạm thiên trong cõi này được **tạm trú lâu dài nhất**, không có nghĩa là **thường trú vĩnh viễn**. Vị phạm thiên trong cõi trời vô sắc này đến khi hết tuổi thọ, sau khi chết, do nghiệp thiện dục giới cho quả tái sinh trở xuống cõi thiện dục giới đó là cõi người hoặc cõi trời dục giới; rồi lại tiếp tục cuộc hành trình tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài, mà **tử sinh luân hồi là khổ, không tử sinh luân hồi là lạc**. Nhưng chúng sinh còn có *vô minh (avijjā) tối tăm vì chưa chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, còn có tham ái (taṇhā) như sợi dây cột cổ dẫn dắt trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài, không sao giải thoát ra khỏi khổ được*.

Trong vòng tử sinh luân hồi, không phải kiếp nào cũng được sinh làm người giàu sang phú quý, làm chư thiên trong cõi trời dục giới, làm phạm thiên trong cõi trời sắc giới, cõi trời vô sắc giới như vậy được cả đâu!

Nếu còn là hạng phàm nhân có đầy đủ nguyên vẹn vô minh, tham ái, phiền não thì khó tránh khỏi sa đọa vào trong 4 cõi ác giới: *Địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh*”.

Trong bộ Jātaka tiền kiếp của Đức Phật Gotama, khi Ngài còn là Đức Bồ Tát, có kiếp cũng bị tái sinh ở cõi địa ngục, súc sinh, v.v... hưởng gì những hạng phàm nhân tầm thường, thì làm sao tránh khỏi 4 cõi ác giới ấy được!

Một Ngài Đại Trưởng Lão dạy rằng: *Một vật được ném mạnh lên hư không, dù mau, dù chậm vật ấy cũng phải rơi xuống mặt đất, chính mặt đất là nơi đón nhận mọi vật rơi từ hư không xuống. Cũng như vậy, chúng sinh trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài từ vô thủy không sao biết được, chắc chắn khó mà tránh khỏi sa đọa trong 4 cõi ác giới: Địa ngục, atula, nga quý, súc sinh.*

Thật vậy, chính thiện nghiệp nâng đỡ cho quả tái sinh làm người trong cõi người, làm chư thiên trong cõi trời dục giới, làm phạm thiên trong cõi trời sắc giới, cõi trời vô sắc giới; mà thiện nghiệp nào cho quả cũng có thời hạn của nó. Cho nên, chúng sinh đã được sinh trong cõi nào cũng có thời gian tuổi thọ trong cõi ấy, đến khi hết tuổi thọ, dù muốn hay không cũng phải từ bỏ cõi ấy, rồi tùy theo nghiệp của mình cho quả tái sinh đến cõi khác. Tất cả chúng sinh còn vô minh tối tăm, vì chưa chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, còn có tham ái như sợi dây cột cổ dẫn dắt luẩn quẩn trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

### **Giải thích:**

#### **Ba Giới - Bốn Loài**

\* **Ba giới:** *Dục giới, sắc giới, vô sắc giới.*

- 1- Dục giới có 11 cõi
- 2- Sắc giới có 16 cõi
- 3- Vô sắc giới có 4 cõi

Tam giới gồm có 31 cõi là nơi tạm trú của chúng sinh.

#### **1- Dục giới có 11 cõi như sau:**

\* **4 cõi ác giới:**

- *Cõi địa ngục có tuổi thọ không nhất định.*
- *Cõi atula có tuổi thọ không nhất định.*
- *Cõi nga quý có tuổi thọ không nhất định.*
- *Cõi súc sinh có tuổi thọ không nhất định.*

\* **7 cõi thiện giới:**

- *Cõi người có tuổi thọ không nhất định.*
- *Cõi trời Tứ Đại Thiên Vương có tuổi thọ 500 năm trời, bằng 9 triệu năm cõi người (bởi vì 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 50 năm cõi người).*

- Cõi trời Tam Thập Tam Thiên có tuổi thọ 1.000 năm trời, bằng 36 triệu năm cõi người (bởi vì 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 100 năm cõi người).
- Cõi trời Dạ Ma Thiên có tuổi thọ 2.000 tuổi trời, bằng 144 triệu năm cõi người (bởi vì 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 200 năm cõi người).
- Cõi trời Đâu Xuất Đà Thiên có tuổi thọ 4.000 tuổi trời, bằng 576 triệu năm cõi người (bởi vì 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 400 năm cõi người).
- Cõi trời Hóa Lạc Thiên có tuổi thọ 8.000 tuổi trời, bằng 2.304 triệu năm cõi người (bởi vì 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 800 năm cõi người).
- Cõi trời Tha Hóa Tự Tại Thiên có tuổi thọ 16.000 tuổi trời, bằng 9.216 triệu năm cõi người (bởi vì 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 1.600 năm cõi người)

**2- Sắc giới có 16 cõi chia theo quả của 4 bậc thiên hữu sắc như sau:**

**\* Quả đệ nhất thiên hữu sắc có 3 cõi:**

- Cõi Phạm Chúng Thiên có tuổi thọ  $\frac{1}{3}$  a-tăng-kỳ kiếp trụ [1] .
- Cõi Phạm Phụ Thiên có tuổi thọ  $\frac{1}{2}$  a-tăng-kỳ kiếp trụ.
- Cõi Đại Phạm Thiên có tuổi thọ 1 a-tăng-kỳ kiếp trụ.

**\* Quả đệ nhị thiên hữu sắc có 3 cõi:**

- Cõi Thiếu Quang Thiên có tuổi thọ 2 đại kiếp [2] .
- Cõi Vô Lượng Quang Thiên có tuổi thọ 4 đại kiếp.
- Cõi Quang Âm Thiên có tuổi thọ 8 đại kiếp.

**\* Quả đệ tam thiên hữu sắc có 3 cõi:**

- Cõi Thiếu Tịnh Thiên có tuổi thọ 16 đại kiếp.
- Cõi Vô Lượng Tịnh Thiên có tuổi thọ 32 đại kiếp.
- Cõi Biến Tịnh Thiên có tuổi thọ 64 đại kiếp.

**\* Quả đệ tứ thiên hữu sắc có 7 cõi:**

- Cõi Quảng Quả Thiên có tuổi thọ 500 đại kiếp.

- *Cõi Vô Tướng Thiên* có tuổi thọ 500 đại kiếp.
- *Cõi Phước Sinh Thiên* có 5 cõi dành riêng cho bậc Thánh Bất Lai chứng đắc đệ tứ thiên hữu sắc:
- + *Cõi Vô Phiền Thiên* có tuổi thọ 1.000 đại kiếp.
- + *Cõi Vô Nhiệt Thiên* có tuổi thọ 2.000 đại kiếp.
- + *Cõi Thiện Hiện Thiên* có tuổi thọ 4.000 đại kiếp.
- + *Cõi Thiện Kiến Thiên* có tuổi thọ 8.000 đại kiếp.
- + *Cõi Sắc Cứu Cánh Thiên* có tuổi thọ 16.000 đại kiếp.

### 3- Vô sắc giới có 4 cõi tuần tự theo quả của 4 bậc thiên vô sắc như sau:

- Đệ nhất thiên vô sắc là *không vô biên xứ thiên* cho quả tái sinh (hóa sinh) lên cõi *Không Vô Biên Xứ Thiên* có tuổi thọ 20.000 đại kiếp.
- Đệ nhị thiên vô sắc là *thức vô biên xứ thiên* cho quả tái sinh (hóa sinh) lên cõi *Thức Vô Biên Xứ Thiên* có tuổi thọ 40.000 đại kiếp.
- Đệ tam thiên vô sắc là *vô sở hữu xứ thiên* cho quả tái sinh (hóa sinh) lên cõi *Vô Sở Hữu Xứ Thiên* có tuổi thọ 60.000 đại kiếp.
- Đệ tứ thiên vô sắc là *phi tướng phi phi tướng xứ thiên* cho quả tái sinh (hóa sinh) lên cõi *Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ Thiên* có tuổi thọ 84.000 đại kiếp lâu dài nhất trong tam giới.

\* **Bốn loài:** *Thai sinh, noãn sinh, thấp sinh, hóa sinh.*

- 1- *Thai sinh:* Chúng sinh sinh từ bụng mẹ như loài người; loài gia súc: *Trâu, bò, v.v...*
- 2- *Noãn sinh:* Chúng sinh được sinh 2 lần: Trước tiên sinh từ bụng mẹ ra bằng trứng và tiếp theo sau nở từ trứng ra thành con như các loài gia cầm: *Gà, vịt,...; các loài chim, v.v...*
- 3- *Thấp sinh:* Chúng sinh được sinh từ nơi ẩm thấp như *con giun, con dòi, v.v...*
- 4- *Hóa sinh:* Chúng sinh được hiện hữu đầy đủ ngay tức khắc, không theo quá trình tăng trưởng như 3 loài chúng sinh trên. Các chúng sinh ấy là chư thiên trong cõi trời dục giới, phạm thiên trong cõi trời sắc giới, cõi trời vô sắc giới; chúng sinh trong địa ngục, chúng sinh loài atula, chúng sinh loài nga quý. Và đặc biệt loài người xuất hiện đầu tiên trên trái đất cũng thuộc chúng sinh hóa sinh.

Chúng sinh còn có **vô minh** tối tăm, vì chưa chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, còn có **tham ái** như sợi dây cột cổ dẫn dắt tái sinh kiếp nhỏ, kiếp lớn trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài từ vô thủy không sao biết được.

Ngoại trừ 5 cõi trời Tịnh Cư Thiên chỉ dành cho các bậc Thánh Bất Lai chúng đắc đệ tứ thiên hữu sắc ra, còn lại 26 cõi khác trong tam giới, chúng sinh đều đã từng tái sinh trong các cõi ấy; nhưng có lẽ cõi mà chúng sinh tái sinh nhiều lần, nhiều kiếp nhất đó là 4 cõi ác giới: *Địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh*.

### **Sinh Làm Người Là Điều Khó**

Trong bài kinh *Chiggaḷasutta 1* Đức Phật thuyết dạy bằng ví dụ rằng:

- *"Này chư Tỳ khưu, ví như khắp mặt đất này bị ngập trong nước biển sâu; một người ném một cái ách 2 có lỗ nhỏ xuống nước. Khi gió đông thổi, cái ách ấy trôi về hướng Tây; khi gió tây thổi, cái ách ấy trôi về hướng Đông; khi gió nam thổi, cái ách trôi về hướng Bắc; khi gió bắc thổi, cái ách trôi về hướng Nam. Một con rùa đuôi ở dưới đáy biển, cứ mỗi khoảng cách thời gian trải qua 100 năm, 100 năm nó chỉ nổi lên trên mặt nước một lần.*

*Này chư Tỳ khưu, các con nhận thức thế nào về điều này, con rùa đuôi ấy, cứ mỗi khoảng cách thời gian trải qua 100 năm nó mới nổi lên trên mặt nước một lần, nó có thể chui cái đầu đúng vào ngay cái lỗ của cái ách ấy được hay không?*

*Chư Tỳ khưu bạch rằng:*

- *Kính bạch Đức Thế Tôn, cứ mỗi khoảng cách thời gian 100 năm, 100 năm, nó chỉ nổi lên trên mặt nước một lần. Con rùa đuôi chui cái đầu lọt đúng vào ngay cái lỗ của cái ách ấy thật vô cùng khó. Bạch Ngài.*

*Đức Phật dạy rằng:*

- *Này chư Tỳ khưu, cũng như thế! Được sinh làm người là một điều khó.*

*Đức Như Lai, Bậc Arahán, Bậc Đức Phật Chánh Đẳng Giác xuất hiện trên thế gian là một điều khó.*

*Pháp và Luật mà Như Lai đã thuyết giảng, rồi được phổ biến rộng rãi trong thế gian này là một điều khó.*

*Nay các con được sinh làm người, Như Lai, Đức Arahán, Đức Phật Chánh Đẳng Giác đã xuất hiện trên thế gian, Pháp và Luật mà Như Lai đã thuyết giảng cũng được phổ biến rộng rãi trong thế gian này.*

*Này chư Tỳ khưu, như vậy, các con nên cố gắng tinh tấn thực hành thiền tuệ để chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế rằng: Đây là Khổ Thánh Đế, đây là Nhân sinh Khổ Thánh Đế, đây là Diệt Khổ Thánh Đế, đây là Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế".*

Trong Chú giải bài kinh này dạy:

Nếu cái ách ấy chưa mục nát, nước biển cũng chưa khô cạn, con rùa đuôi cũng chưa chết, thì ráng sức chờ đợi thời gian trải qua cứ 100 năm, nó mới nổi lên mặt nước một lần, nếu may mắn gặp được cái ách ấy, và cái đầu con rùa đuôi chui đúng ngay vào cái lỗ của cái ách ấy. Nếu con rùa đuôi không gặp cái ách

ấy, thì lại lặn xuống đáy biển nằm chờ đợi 100 năm sau. Và cứ tiếp tục như vậy cho đến khi có cơ hội may, con rùa cúi cái đầu vào lỗ của cái ách ấy được. Đó là một điều thật khó. Cho nên, Đức Phật dạy:

*"Được sinh làm người là một điều rất khó, cũng như con rùa cúi cái đầu đúng vào lỗ của cái ách.*

*Đức Phật xuất hiện trên thế gian cũng là một điều rất khó, Giáo pháp của Đức Phật được lưu truyền trên thế gian cũng là một điều rất khó, cũng như con rùa cúi cái đầu đúng vào lỗ cái ách".*

Thật vậy, khi Đức Phật đang còn hiện hữu trên thế gian, hằng ngày Ngài thường khuyên dạy, nhắc nhở các hàng Thanh Văn đệ tử rằng:

*"Bhikkhave appamādena sampādettha.*

*Dullabho Buddhuppādo lokasmiṃ.*

*Dullabho manussattapaṭilābho.*

*Dullabhā khaṇasampatti.*

*Dullabhā pabbajjā.*

*Dullabhaṃ saddhammassavanaṃ" 1 .*

*"Này chư Tỳ khưu, các con hãy nên cố gắng hoàn thành mọi phận sự Tứ Thánh Đế, bằng pháp không dễ duôi, thực hành Tứ Niệm Xứ.*

*Đức Phật xuất hiện trên thế gian là một điều khó.*

*Được sinh làm người là một điều khó.*

*Có cơ hội hành phạm hạnh cao thượng là một điều khó.*

*Được xuất gia trở thành Tỳ khưu là một điều khó.*

*Được nghe chánh pháp là một điều khó".*

Đó là những điều khó mà Đức Phật hằng ngày thường khuyên dạy chư Tỳ khưu chớ nên dễ duôi.

Hiện tại, chúng ta đang được sinh làm người, có duyên lành gặp được chánh pháp của Đức Phật đang còn lưu truyền trên thế gian này, đó cũng là một điểm phúc lớn lao và vô cùng hy hữu.

Chúng ta chớ nên dễ duôi, cố gắng tinh tấn thực hành Tứ Niệm Xứ hoặc thực hành thiền tuệ.

Nếu chúng ta có đủ pháp hạnh ba-la-mật đã tích lũy từ nhiều đời, nhiều kiếp trong quá khứ, hỗ trợ cho pháp hành thiền tuệ dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả nào, trở thành bậc Thánh Nhân, thì thật là cao quý biết dường nào!

Nếu chưa chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả nào trong kiếp hiện tại, thì âu cũng là cơ hội tốt, một dịp may hiếm có để bồi bổ thêm pháp hạnh ba-la-mật, để mong chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn trong kiếp vị lai.

Nếu vì sự dễ dãi nào, chẳng may nghiệp ác có cơ hội cho quả tái sinh trong cõi ác giới, thì đó là một sự thiệt hại lớn lao, làm trì hoãn thời gian, kéo dài vòng tử sinh luân hồi không sao hạn định được.

Và lại, thời đại này, mạng sống của mỗi người trong chúng ta rất mong manh, bởi vì có nhiều chứng bệnh, mà có phải chứng bệnh nào cũng có thể chữa trị khỏi được cả đâu! Nếu chữa trị chứng bệnh không khỏi, thì đành phải chịu chết. Ngoài ra, còn có nhiều tai nạn đều có thể gây tai hại đến sinh mạng một cách dễ dàng, mà chính mình cũng không thể bảo vệ được mình. Ví dụ: Khi chúng ta đang ngồi trên xe, trên tàu, trên máy bay, v.v... khi ấy sinh mạng của chúng ta hoàn toàn giao trọn cho người tài xế lái xe, tài công lái tàu, phi công lái máy bay, v.v... có phải vậy không? Một khi mỗi người chúng ta chết mất kiếp người rồi, để tái sinh trở lại kiếp người thật vô cùng hy hữu, vì quá ít.

Nên tìm hiểu những bài kinh sau đây:

### **Tái Sinh Làm Người Quá Ít**

Bài kinh *Aññasutta 1* , được tóm lược như sau:

*"Một thuở nọ, Đức Thế Tôn lấy một ít hạt cát đặt trên đầu móng tay, rồi Ngài gọi chư Tỳ khưu dạy rằng:*

*- Nay chư Tỳ khưu, các con nhận thức thế nào về điều này. Số lượng hạt cát đang đặt trên đầu móng tay của Như Lai so với số lượng hạt cát trên trái đất này, số hạt cát nơi nào nhiều hơn?*

*Chư Tỳ khưu bạch rằng:*

*- Kính bạch Đức Thế Tôn, số hạt cát trên trái đất quá nhiều, vô lượng không sao đếm được; còn số hạt cát được đặt trên đầu móng tay của Đức Thế Tôn chỉ là một số ít ỏi mà thôi. Số hạt cát trên trái đất nhiều gấp vô số lần, còn số hạt cát được đặt trên đầu móng tay của Đức Thế Tôn thật quá ít, không đáng kể, không đáng so sánh, chỉ là một phần nhỏ li ti mà thôi.*

*- Nay chư Tỳ khưu, cũng như vậy, chúng sinh sau khi chết, do thiện nghiệp cho quả được tái sinh làm người chỉ là số quá ít. Sự thật, ngoài tái sinh làm người ra, chúng sinh sau khi chết, do nghiệp cho quả tái sinh làm các loại chúng sinh khác thì quá nhiều".*

Tương tự như bài kinh *Aññasutta* trên, các bài kinh tiếp theo Đức Thế Tôn xác định rõ từng mỗi loài chúng sinh. Nội dung chính của mỗi bài kinh như sau:



*"Cũng như vậy, loài người sau khi chết, do thiện nghiệp cho quả được tái sinh làm người quá ít. Sự thật, loài người sau khi chết, do ác nghiệp cho quả tái sinh làm chúng sinh trong địa ngục, ... thì quá nhiều.*

*Cũng như vậy, loài người sau khi chết, do thiện nghiệp cho quả được tái sinh làm người chỉ là quá ít. Sự thật, loài người sau khi chết, do ác nghiệp cho quả tái sinh làm loài atula, làm loài ngạ quỷ, làm loài súc sinh,... thì quá nhiều.*

*Cũng như vậy, loài người sau khi chết, do thiện nghiệp cho quả tái sinh làm chư thiên trong các cõi trời dục giới; làm phạm thiên trong cõi trời sắc giới, trong cõi trời vô sắc giới số quá ít. Sự thật, loài người sau khi chết, do ác nghiệp cho quả tái sinh làm chúng sinh trong cõi địa ngục, làm loài ngạ quỷ, làm loài atula, làm loài súc sinh, ... thì quá nhiều.*

*Cũng như vậy, chư thiên sau khi chết, do thiện nghiệp cho quả tái sinh trở lại làm chư thiên, hoặc làm người trong cõi người quá ít. Sự thật, chư thiên sau khi chết, do ác nghiệp cho quả tái sinh làm chúng sinh trong cõi địa ngục, làm loài ngạ quỷ, làm loài atula, làm loài súc sinh, ... thì quá nhiều.*

*Cũng như vậy, chúng sinh trong cõi địa ngục mãn nghiệp, sau khi chết do thiện nghiệp cho quả tái sinh làm người trong cõi người, hoặc làm chư thiên trong các cõi trời dục giới số quá ít. Sự thật, chúng sinh trong cõi địa ngục mãn nghiệp, sau khi chết do ác nghiệp cho quả tái sinh làm chúng sinh trong cõi địa ngục nhỏ, làm loài ngạ quỷ, làm loài atula, làm loài súc sinh, ... thì quá nhiều.*

*Cũng như vậy, chúng sinh loài súc sinh, sau khi chết do thiện nghiệp cho quả tái sinh làm người trong cõi người, hoặc làm chư thiên trong các cõi trời dục giới số quá ít. Sự thật, chúng sinh loài súc sinh, sau khi chết do ác nghiệp cho quả tái sinh trở lại làm loài súc sinh, làm chúng sinh trong cõi địa ngục, làm loài atula, làm loài ngạ quỷ, ... thì quá nhiều.*

*Cũng như vậy, chúng sinh loài ngạ quỷ, sau khi chết, do thiện nghiệp cho quả tái sinh làm người trong cõi người, hoặc làm chư thiên trong các cõi trời dục giới số quá ít. Sự thật, chúng sinh loài ngạ quỷ, sau khi chết do ác nghiệp cho quả tái sinh trở lại làm loài ngạ quỷ, làm chúng sinh trong cõi địa ngục, làm loài atula, làm loài súc sinh, ... thì quá nhiều"...*

Qua các bài kinh trên, hạng thiện trí phàm nhân có sự nhận thức đúng đắn rằng: "*Chúng sinh (chưa phải là bậc Thánh Nhân) hễ còn tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài, thì khó tránh khỏi bị sa đọa trong 4 cõi ác giới: Địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh*".

\* *Tại sao chúng sinh bị sa đọa trong 4 cõi ác giới?*

Sở dĩ chúng sinh bị sa đọa trong 4 cõi ác giới là vì chưa chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế.

Chân lý Tứ Thánh Đế đó là:

- *Khổ Thánh Đế (Dukkha ariyasacca)* đó là chấp thủ trong ngũ uẩn, Khổ Thánh Đế là sự thật chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ.

- *Nhân sinh Khổ Thánh Đế (Dukkhasamudaya ariyasacca)* đó là Tham ái, Nhân sinh Khổ Thánh Đế là sự thật chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ, hay gọi tắt là Tập Thánh Đế.

- *Diệt Khổ Thánh Đế (Dukkhanirodha ariyasacca)* đó là Niết Bàn, Diệt Khổ Thánh Đế là sự thật chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ, hay gọi tắt là Diệt Thánh Đế.

- *Pháp hành dẫn đến diệt Khổ Thánh Đế (Dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca)* đó là Bát Chánh Đạo, pháp hành dẫn đến Niết Bàn diệt Khổ Thánh Đế là sự thật chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ, hay gọi tắt là Đạo Thánh Đế.

Hành giả thực hành Tứ Niệm Xứ, hoặc thực hành thiền tuệ dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế lần thứ nhất chứng đắc Nhập Lưu Thánh Đạo - Nhập Lưu Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt được tâm tà kiến và tâm hoài nghi, trở thành bậc Thánh Nhập Lưu. **Bậc Thánh Nhập Lưu** chắc chắn vĩnh viễn không còn tái sinh trong 4 cõi ác giới: Địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh nữa. Bậc Thánh Nhập Lưu chỉ còn tử sinh luân hồi trong cõi người và cõi trời dục giới nhiều nhất đến 7 kiếp nữa. Trong kiếp thứ 7 ấy chắc chắn sẽ chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt mọi phiền não, mọi tham ái không còn dư sót nữa, trở thành bậc Thánh Arahán, ngay trong kiếp ấy sẽ tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Như vậy, chúng sinh còn luẩn quẩn trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài là vì chưa từng chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế.

Thật vậy, trích dẫn một đoạn kinh trong bài kinh Mahāparinibbānasutta 1 (Kinh Đại Niết Bàn) như sau:

*"Một thuở nọ, Đức Thế Tôn ngự tại làng Koṭi trong xứ Vajji. Khi ấy, Đức Thế Tôn gọi chư Tỳ khưu bèn dạy rằng:*

- *Này chư Tỳ khưu, trước kia, vì chưa chứng ngộ, chưa thông suốt **chân lý Tứ Thánh Đế**, nên Như Lai cùng các con đã phải trải qua suốt thời gian lâu dài từ vô thủy, trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.*

*Chân lý Tứ Thánh Đế mà chưa chứng ngộ là thế nào?*

*Này chư Tỳ khưu, vì chưa chứng ngộ, chưa thông suốt "**Khổ Thánh Đế**". Vì vậy, Như Lai cùng các con đã phải trải qua suốt thời gian lâu dài từ vô thủy, trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.*

*Vì chưa chứng ngộ, chưa thông suốt "**Nhân sinh Khổ Thánh Đế**". Vì vậy, Như Lai cùng các con đã phải trải qua suốt thời gian lâu dài từ vô thủy, trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.*

*Vì chưa chứng ngộ, chưa thông suốt "**Diệt Khổ Thánh Đế**". Vì vậy, Như Lai cùng các con đã phải trải qua suốt thời gian lâu dài từ vô thủy, trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.*

Vì chưa chứng ngộ, chưa thông suốt "**Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế**". Vì vậy, Như Lai cùng các con đã phải trải qua suốt thời gian lâu dài từ vô thủy, trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Này chư Tỳ khưu, nay Như Lai đã chứng ngộ, đã thông suốt "**Khổ Thánh Đế**"; đã chứng ngộ, đã thông suốt "**Nhân sinh Khổ Thánh Đế**"; đã chứng ngộ, đã thông suốt "**Diệt Khổ Thánh Đế**"; đã chứng ngộ, đã thông suốt "**Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế**"; đã diệt đoạn tuyệt tham ái trong mọi kiếp (bhavatanhā) không còn dư sót; tham ái trong kiếp ví như sợi dây cột cổ dẫn dắt tái sinh kiếp sau đã bị cắt đứt xong rồi. Bây giờ, Như Lai không còn tái sinh kiếp nào nữa".

Sau khi thuyết xong thời pháp, Đức Thế Tôn thuyết bài kệ tóm tắt rằng:

"Catunnaṃ ariyasaccānaṃ,  
Yathābhūtaṃ adassanā.

Saṃsitaṃ dīghamaddhānaṃ,

Tāsu tāsveva jātisu.

Tāni etānī diṭṭhāni,

Bhavenetti samūhatā,

Ucchinnaṃ mūlaṃ dukkhassa.

Natthi dāni punabbhavo 1".

Vì chưa ngộ chân lý Tứ Thánh Đế,

Nên đã phải trải qua suốt thời gian

Lâu dài trong vòng tử sinh luân hồi

Từ vô thủy kiếp này sang kiếp khác.

Nay Như Lai đã ngộ Tứ Thánh Đế,

Tham ái, sợi dây đã bị đoạn tuyệt,

Gốc rễ của Khổ đế bị chặt đứt.

Nay không còn tái sinh kiếp nào nữa.

Đức Thế Tôn thuyết dạy pháp hành giải thoát khổ sinh: Đây là giới, đây là định, đây là tuệ.

\* Do nương nhờ nơi giới, nên định được phát sinh, đem lại nhiều quả báu trong tam giới, trong Siêu tam giới.

\* Do nương nhờ nơi định, nên tuệ được phát sinh, đem lại nhiều quả báu trong tam giới, trong Siêu tam giới.

\* Do nương nhờ nơi tuệ, nên phát sinh Siêu tam giới tâm, đó là 4 Tâm Thánh Đạo, 4 Tâm Thánh Quả giải thoát khỏi phiền não trầm luân 2 : Dục giới trầm luân (*kāmāsava*); kiếp trầm luân trong cõi sắc giới, cõi vô sắc giới (*bhavāsava*) và vô minh trầm luân (*avijjāsava*).

## **TỨ THÁNH ĐẾ (CATUARIYASACCA)**

**Tứ Thánh Đế** (*Ariyasacca*) là 4 sự thật chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ, đó là:

**1- Khổ Thánh Đế** (*Dukkha ariyasacca*): Danh pháp, sắc pháp trong tam giới là Khổ Thánh Đế, là chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ.

**2- Nhân sinh Khổ Thánh Đế** (*Dukkhasamudaya ariyasacca*): Tâm tham ái là Nhân sinh Khổ Thánh Đế, là chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ; hay gọi tắt là Tập Thánh Đế (*Samudaya ariyasacca*).

**3- Diệt Khổ Thánh Đế** (*Dukkhanirodha ariyasacca*): Niết Bàn là pháp diệt Khổ Thánh Đế, là chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ; hay gọi tắt là Diệt Thánh Đế (*Nirodha ariyasacca*).

**4- Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế** (*Dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca*): Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, diệt Khổ Thánh Đế, là chân lý mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ; hay gọi tắt là Đạo Thánh Đế (*Magga ariyasacca*).

**Tứ Thánh Đế** là nền tảng căn bản trong giáo pháp của Chư Phật trong quá khứ, hiện tại và vị lai.

\* Đức Thế Tôn có Ân đức là "*Sammāsambuddha*": Chánh Đẳng Giác, là do chính Ngài đã tự mình chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, trở thành bậc Thánh đầu tiên, được tôn xưng là Bậc Chánh Đẳng Giác cao thượng, độc nhất vô nhị trong 10 ngàn thế giới chúng sinh.

\* Đức Thế Tôn có Ân đức "*Buddha*", Đức Phật, là do chính Ngài đã tự mình chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế đầu tiên, rồi Ngài đem ra giáo huấn cho chúng sinh có duyên lành cùng chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế y theo Ngài.

Sau khi trở thành Bậc Chánh Đẳng Giác, Đức Phật đã ngự đến khu rừng phóng sinh nơi gọi là Isipatana, để tế độ nhóm 5 Tỳ khưu: Đại đức Koṇḍañña, Đại đức Vappa, Đại đức Bhaddiya, Đại đức

Mahānāma, Đại đức Assaji. Đức Thế Tôn thuyết giảng bài kinh đầu tiên gọi là “*Dhammacakkappavattanasutta*”: *Kinh Chuyển Pháp Luân*. Khi nhóm 5 Tỳ khưu lắng nghe xong bài kinh, trong đó Đại đức Koṇḍañña, vị trưởng nhóm đã chứng ngộ chân lý *Tứ Thánh Đế*, chứng đắc *Nhập Lưu Thánh Đạo - Nhập Lưu Thánh Quả*, trở thành *bậc Thánh Nhập Lưu*, vị *Thánh Thanh Văn đệ tử đầu tiên trong giáo pháp của Đức Phật Gotama*, cùng với 180 triệu chư thiên và phạm thiên cũng chứng ngộ chân lý *Tứ Thánh Đế*, chứng đắc *Thánh Đạo - Thánh Quả* cùng trong lúc ấy.

Trong bài kinh *Chuyển Pháp Luân* này, có một đoạn Đức Thế Tôn khẳng định truyền dạy toàn cõi thế giới rằng:

*“Yato ca kho me bhikkhave imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ suvisuddhaṃ ahoṣi”.*

*Athāhaṃ bhikkhave sadevake loke samārake sabrahmade sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya devamanussāya “Anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho” ti paccaññāsiṃ...” 1*

*“Này Chư Tỳ khưu, khi nào trí tuệ thiên tuệ đã thấy rõ, biết rõ đúng thực tánh của Tứ Thánh Đế theo tam tuệ luân thành 12 loại trí tuệ trong sáng thanh tịnh, đã phát sinh đến với Như Lai.*

*Này Chư Tỳ khưu, khi ấy Như Lai khẳng định truyền dạy rằng: “Như Lai đã chứng đắc thành Bậc Chánh Đẳng Giác Vô Thượng trong toàn thế giới chúng sinh: Gồm nhân loại, Vua Chúa, Samôn, Bàlamôn, Chư thiên, Ma vương và Phạm thiên cả thảy”.*

Như vậy, Đức Thế Tôn có Ân đức: “*Sammāsambuddha*” vì chính Ngài tự chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế theo tam tuệ luân là:

- Trí tuệ học (*saccañāṇa*).
- Trí tuệ hành (*kiccañāṇa*).
- Trí tuệ thành (*katañāṇa*).

Ba loại trí tuệ trong Tứ Thánh Đế (3x4) thành 12 loại trí tuệ, mà Đức Phật đã tuần tự chứng đạt một cách hoàn toàn trong sáng thanh tịnh, để trở thành bậc *Chánh Đẳng Giác (Sammāsambuddho)*.

Đối với hàng Phật tử là bậc xuất gia Sadi, Tỳ khưu, cũng như hàng tại gia cư sĩ là cận sự nam, cận sự nữ, cùng tất cả chư thiên, phạm thiên có nguyện vọng trở thành bậc Thánh Nhân, phải hành theo con đường duy nhất mà Đức Phật đã thực hành. Đó là: *Pháp hành thiên tuệ* để dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế theo tam tuệ luân, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, pháp giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

### **Tìm Hiểu Ý Nghĩa Tứ Thánh Đế**

Trong bộ *Thanh Tịnh Đạo* giảng giải 16 ý nghĩa của Tứ Thánh Đế 1 như sau:

**1- Khổ Thánh Đế** đó là *chấp thủ trong ngũ uẩn, hay danh pháp, sắc pháp trong tam giới*, là sự thật chân lý Khổ Thánh Đế, có 4 ý nghĩa thực trạng là:

- Thực trạng khổ luôn luôn hành hạ.
- Thực trạng khổ là do nhân duyên cấu tạo.
- Thực trạng khổ làm nóng nảy.
- Thực trạng khổ là do luôn luôn biến đổi.

**2- Tập Thánh Đế:** Đó là *tâm tham ái*, Nhân sinh Khổ Thánh Đế, có 4 ý nghĩa thực trạng là:

- Thực trạng làm nhân sinh khổ,
- Thực trạng làm cho phát sinh Khổ đế.
- Thực trạng ràng buộc trong khổ, không thoát ra khỏi khổ được.
- Thực trạng dính mắc trong Khổ đế.

**3- Diệt Thánh Đế:** Đó là *Niết Bàn*, pháp diệt Khổ Thánh Đế, có 4 ý nghĩa thực trạng là:

- Thực trạng giải thoát mọi cảnh Khổ Thánh Đế.
- Thực trạng không bị ràng buộc trong Khổ Thánh Đế.
- Thực trạng không bị nhân duyên nào cấu tạo.
- Thực trạng không còn sinh tử nữa.

**4- Đạo Thánh Đế:** Đó là *pháp hành Bát Chánh Đạo* dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, có 4 ý nghĩa thực trạng là:

- Thực trạng pháp hành dẫn đến sự giải thoát khổ tử sinh luân hồi.
- Thực trạng pháp hành là nhân dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn.
- Thực trạng pháp hành để chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế.
- Thực trạng pháp hành dẫn đầu làm phận sự biết Khổ Thánh Đế, diệt Nhân sinh Khổ Thánh Đế, chứng ngộ Niết Bàn.

Tất cả 16 ý nghĩa thực trạng của Tứ Thánh Đế này đồng thành tựu trong Tâm Thánh Đạo.

## Tam Tuệ Luân

**Tam tuệ luân** (*tīparivatta*): Là 3 bậc trí tuệ luân chuyển theo Tứ Thánh Đế như sau:

- 1- *Saccañāṇa*: Trí tuệ học Tứ Thánh Đế.
- 2- *Kiccañāṇa*: Trí tuệ hành phận sự Tứ Thánh Đế.
- 3- *Katañāṇa*: Trí tuệ thành hoàn thành phận sự Tứ Thánh Đế.

### 1- Trí Tuệ Học Tứ Thánh Đế

#### 1. 1- Trí tuệ học Khổ Thánh Đế

Trí tuệ học là hiểu biết rõ các chi pháp trong Khổ Thánh Đế.

*Khổ Thánh Đế* đó là *chấp thủ trong ngũ uẩn*, hay *danh pháp, sắc pháp trong tam giới* mà bậc Thánh Nhân chứng ngộ bằng Thánh Đạo Tuệ.

\* **Chấp thủ ngũ uẩn** là:

- **Chấp thủ trong sắc uẩn**: Sắc uẩn là đối tượng của tham ái, tà kiến chấp thủ.
- **Chấp thủ trong thọ uẩn**: Thọ uẩn là đối tượng của tham ái, tà kiến chấp thủ.
- **Chấp thủ trong tưởng uẩn**: Tưởng uẩn là đối tượng của tham ái, tà kiến chấp thủ.
- **Chấp thủ trong hành uẩn**: Hành uẩn là đối tượng của tham ái, tà kiến chấp thủ.
- **Chấp thủ trong thức uẩn**: Thức uẩn là đối tượng của tham ái, tà kiến chấp thủ.

\* **Danh pháp, sắc pháp trong tam giới** là:

- **Danh pháp** trong tam giới đó là tâm và tâm sở.

\* **Tâm tam giới**: Có 81 tâm (*không có 8 hay 40 tâm Siêu tam giới, vì không phải Khổ Thánh Đế*):

- Tâm dục giới có 54 tâm.
- Tâm sắc giới có 15 tâm.
- Tâm vô sắc giới có 12 tâm.

\* **Tâm sở**: Có 51 tâm sở (*không có tâm sở tham, vì tâm sở tham thuộc Tập Thánh Đế*).

- **Sắc pháp** chỉ có trong dục giới và sắc giới, không có trong vô sắc giới, có tất cả 28 sắc pháp.

Như vậy, gồm có 81 tâm tam giới + 51 tâm sở + 28 sắc pháp là Khổ Thánh Đế, là pháp mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ bằng Thánh Đạo Tuệ.

## 1. 2- Trí tuệ học Tập Thánh Đế

Trí tuệ học là hiểu biết rõ các chi pháp trong Tập Thánh Đế.

*Tập Thánh Đế* đó là *tâm tham ái*, Nhân sinh Khổ Thánh Đế.

*Tham ái (taṇhā)*: Có 3 loại, 6 loại, 54 loại, 108 loại:

### \* **Tham ái theo tính chất có 3 loại:**

- 1- **Kāmatanḥā**: *Dục ái*, tham ái trong 6 trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) trong dục giới.
- 2- **Bhavatanḥā**: *Hữu ái*, tham ái trong 6 trần hợp với *thường kiến (saṃsāraditṭhi)* thấy sai lầm cho là thường tồn. Hoặc tham ái trong *cõi sắc giới, cõi vô sắc giới*; trong *thiền hữu sắc, thiền vô sắc*.
- 3- **Vibhavatanḥā**: *Phi hữu ái*, tham ái trong 6 trần hợp với *đoạn kiến (ucchedaditṭhi)* thấy sai lầm cho là không có. Tâm tham ái hoan hỷ với đoạn kiến như vậy.

### \* **Tham ái theo 6 đối tượng có 6 loại:**

Mỗi tham ái phát sinh do nương nhờ 6 đối tượng, nên có 6 loại tham ái:

- 1- *Sắc ái*, tham ái trong sắc trần.
- 2- *Thanh ái*, tham ái trong thanh trần.
- 3- *Hương ái*, tham ái trong hương trần.
- 4- *Vị ái*, tham ái trong vị trần.
- 5- *Xúc ái*, tham ái trong xúc trần.
- 6- *Pháp ái*, tham ái trong pháp trần.

### \* **Tham ái theo 3 thời:**

3 loại tham ái nhân với 6 đối tượng của tham ái thành 18 loại tham ái phát sinh theo 3 thời:

- Thời quá khứ có 18 loại tham ái.



- Thời hiện tại có 18 loại tham ái.
- Thời vị lai có 18 loại tham ái.

\* **Tham ái theo 2 bên (bên trong và bên ngoài):**

3 loại tham ái nhân với 6 đối tượng của tham ái nhân với 3 thời thành 54 loại tham ái phát sinh bên trong của mình và bên ngoài mình của người.

- Bên trong của mình có 54 loại tham ái.
- Bên ngoài mình của người có 54 loại tham ái.

Tổng cộng tâm tham ái gồm có:

$$3 \times 6 \times 3 \times 2 = 108 \text{ loại tham ái.}$$

108 loại tham ái này đều là Nhân sinh Khổ Thánh Đế, là pháp mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ bằng Thánh Đạo Tuệ.

**Tâm tham ái** không những là nhân sinh khổ ở kiếp hiện tại, mà còn là nhân sinh khổ dẫn dắt tái sinh trong kiếp sau nữa. Hễ còn *tâm tham ái*, thì còn phải tái sinh kiếp sau.

**1. 3- Trí tuệ học Diệt Khổ Thánh Đế**

Trí tuệ học là hiểu biết rõ các chi pháp trong Diệt Khổ Thánh Đế.

**Diệt Khổ Thánh Đế:** Đó là *Niết Bàn*, pháp diệt Nhân sinh Khổ Thánh Đế, cũng là pháp diệt quả Khổ Thánh Đế.

\* **Niết Bàn có 2 loại theo bậc Thánh Arahán**

1- **Hữu Dư Niết Bàn** (*Sa upādisesanibbāna*): Niết Bàn đối với bậc Thánh Arahán đã diệt đoạn tuyệt tất cả mọi tham ái, mọi phiền não không còn dư sót, còn gọi là *Phiền Não Niết Bàn* (*Kilesaparinibbāna*), nhưng *ngũ uẩn* vẫn còn tồn tại cho đến hết tuổi thọ.

2- **Vô Dư Niết Bàn** (*Anupādisesanibbāna*): Niết Bàn đối với bậc Thánh Arahán đã diệt đoạn tuyệt được tất cả mọi tham ái, mọi phiền não không còn dư sót; đồng thời đến lúc hết tuổi thọ, *ngũ uẩn* tịch diệt Niết Bàn, còn gọi là *Ngũ Uẩn Niết Bàn* (*Khandhaparibbāna*), chấm dứt sự tử sinh luân hồi trong tam giới.

\* **Niết Bàn có 3 loại theo đối tượng**

1- **Vô Tướng Niết Bàn** (*Animittanibbāna*): Hành giả thực hành thiền tuệ, khi *trí tuệ thiền tuệ* thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp có *trạng thái vô thường* hiện rõ hơn *trạng thái khổ* và *trạng thái vô*

ngã, do *tín pháp chủ* (*saddhindriya*) có năng lực hơn 4 pháp chủ khác, thì sẽ dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn gọi là “*Vô Hiện Tượng Niết Bàn: Niết Bàn không có hiện tượng pháp hành hữu vi*”.

2- **Vô Ái Niết Bàn** (*Appañihitanibbāna*): Hành giả thực hành thiền tuệ, khi *trí tuệ thiền tuệ* thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp có *trạng thái khổ* hiện rõ hơn *trạng thái vô thường* và *trạng thái vô ngã*, do *định pháp chủ* (*samādhindriya*) có năng lực hơn 4 pháp chủ khác, thì sẽ dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn gọi là “*Vô Ái Niết Bàn*”: Niết Bàn không có tham ái nương nhờ.

3- **Chơn Không Niết Bàn** (*Suññatanibbāna*): Hành giả thực hành thiền tuệ, khi *trí tuệ thiền tuệ* thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp có *trạng thái vô ngã* hiện rõ hơn *trạng thái vô thường* và *trạng thái khổ*, do *tuệ pháp chủ* (*paññindriya*) có năng lực hơn 4 pháp chủ khác, thì sẽ dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn gọi là “*Chơn Không Niết Bàn*”: Niết Bàn hoàn toàn vô ngã, không phải ta, không phải của ta.

Vậy, các loại Niết Bàn, diệt Khổ Thánh Đế, là pháp mà chư bậc Thánh đã chứng ngộ bằng Thánh Đạo Tuệ và Thánh Quả Tuệ.

#### 1. 4- Trí tuệ học Đạo Thánh Đế

Trí tuệ học là hiểu biết rõ các chi pháp trong Đạo Thánh Đế.

**Đạo Thánh Đế:** Đó là *Bát Chánh Đạo* hợp đủ 8 chánh, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, diệt Khổ Thánh Đế.

#### **Bát Chánh Đạo:**

- **Chánh kiến:** *Trí tuệ chân chính*, là *trí tuệ thiền tuệ* chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế: *Khổ Thánh Đế, Tập Thánh Đế, Diệt Thánh Đế* và *Đạo Thánh Đế*.

- **Chánh tư duy:** *Tư duy chân chính*, là *tư duy thoát ra khỏi ngũ trần*, *tư duy không làm khổ mình khổ người*, *tư duy không làm hại mình hại người*.

- **Chánh ngữ:** *Nói lời chân chính*, là *tránh xa sự nói dối*, *tránh xa sự nói lời chia rẽ*, *tránh xa sự nói lời thô tục* (*chửi rủa, mắng nhiếc*), *tránh xa sự nói lời vô ích*.

- **Chánh nghiệp:** *Hành nghiệp chân chính*, là *tránh xa sự sát sinh*, *tránh xa sự trộm cắp*, *tránh xa sự tà dâm*.

- **Chánh mạng:** *Nuôi mạng chân chính*, là *tránh xa cách sống tà mạng do thân và khẩu hành ác*.

- **Chánh tinh tấn:** *Tinh tấn chân chính* là:

\* *Tinh tấn ngăn ác pháp chưa sinh thì không phát sinh*.

\* *Tinh tấn diệt ác pháp đã sinh*.

\* *Tinh tấn làm cho thiện pháp chưa sinh thì phát sinh.*

\* *Tinh tấn làm tăng trưởng thiện pháp đã sinh.*

- **Chánh niệm:** *Niệm chân chính, là niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp, (ngoài ra không gọi là chánh niệm).*

- **Chánh định:** *Định chân chính, là định tâm trong các bậc Siêu tam giới thiền tâm, có Niết Bàn làm đối tượng (ngoài ra, định tâm ở bậc thiền hữu sắc, thiền vô sắc không gọi là chánh định).*

Vậy, *Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh*, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, diệt Khổ Thánh Đế, là pháp mà chư bậc Thánh đã chứng ngộ bằng Thánh Đạo Tuệ và Thánh Quả Tuệ.

Trên đây là 4 trí tuệ học, là học các chi pháp của *Tứ Thánh Đế*, thuộc về phần **pháp học**(pariyattidhamma).

## 2- Trí Tuệ Hành Phận Sự Tứ Thánh Đế

Khi 4 trí tuệ học đã hiểu biết rõ tất cả chi pháp trong Tứ Thánh Đế xong rồi, luân chuyển đến 4 trí tuệ hành theo phận sự của mỗi Thánh Đế như sau:

### 2. 1- Trí tuệ hành phận sự Khổ Thánh Đế

**Khổ Thánh Đế:** Đó là *chấp thủ trong ngũ uẩn, hay danh pháp, sắc pháp trong tam giới*, là pháp mà trí tuệ hành có phận sự nên biết (pariññeyya); hay trí tuệ hành có phận sự nên biết danh pháp, sắc pháp là Khổ đế. (không phải có phận sự nên diệt, nên chứng ngộ, nên thực hành).

### 2. 2- Trí tuệ hành phận sự Tập Thánh Đế

**Tập Thánh Đế:** Đó là *tâm tham ái, Nhân sinh Khổ Thánh Đế*, là pháp mà trí tuệ hành có phận sự nên diệt (pahātabba); hay trí tuệ hành có phận sự nên diệt tâm tham ái. (không phải có phận sự nên biết, nên chứng ngộ, nên thực hành).

### 2. 3- Trí tuệ hành phận sự Diệt Khổ Thánh Đế

**Diệt Khổ Thánh Đế:** Đó là *Niết Bàn, diệt Nhân sinh Khổ Thánh Đế*, là pháp mà trí tuệ hành có phận sự nên chứng ngộ (sacchikātabba); hay trí tuệ hành có phận sự nên chứng ngộ Niết Bàn.(không phải có phận sự nên biết, nên diệt, nên thực hành).

### 2. 4- Trí tuệ hành phận sự Đạo Thánh Đế

**Đạo Thánh Đế:** Đó là *Bát Chánh Đạo, pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn*, pháp diệt Nhân sinh Khổ Thánh Đế, là pháp mà trí tuệ hành có phận sự nên thực hành (bhāvetabba); hay trí tuệ hành có phận sự nên thực hành Bát Chánh Đạo. (không phải có phận sự nên biết, nên diệt, nên chứng ngộ).

Trên đây là 4 *trí tuệ hành* phạm sự của Tứ Thánh Đế, thuộc về phần **pháp hành** (*paṭipatti-dhamma*).

### 3- Trí Tuệ Thành Phạm Sự Tứ Thánh Đế

Khi 4 *trí tuệ hành* đã làm tròn phạm sự Tứ Thánh Đế xong rồi, luân chuyển đến 4 *trí tuệ thành*, hoàn thành xong phạm sự của mỗi Thánh Đế như sau:

#### 3. 1- Trí tuệ thành phạm sự Khổ Thánh Đế

**Khổ Thánh Đế:** Đó là *chấp thủ trong ngũ uẩn*, hay *danh pháp, sắc pháp trong tam giới*, là pháp mà *trí tuệ thành đã biết xong* (*pariññata*), đã hoàn thành xong phạm sự biết Khổ Thánh Đế, hay *trí tuệ thành đã biết xong danh pháp, sắc pháp* là Khổ Thánh Đế.

#### 3. 2- Trí tuệ thành phạm sự Tập Thánh Đế

**Tập Thánh Đế:** Đó là *tâm tham ái, Nhân sinh Khổ Thánh Đế*, là pháp mà *trí tuệ thành đã diệt xong* (*pahīna*), đã hoàn thành xong phạm sự diệt Tập Thánh Đế, hay *trí tuệ thành đã diệt xong tâm tham ái*.

#### 3. 3- Trí tuệ thành phạm sự Diệt Khổ Thánh Đế

**Diệt Khổ Thánh Đế:** Đó là *Niết Bàn, diệt Nhân sinh Khổ Thánh Đế*, là pháp mà *trí tuệ thành đã chứng ngộ xong* (*sacchikata*), đã hoàn thành xong phạm sự chứng ngộ Diệt Thánh Đế, hay *trí tuệ thành đã chứng ngộ xong Niết Bàn*.

#### 3. 4- Trí tuệ thành phạm sự Đạo Thánh Đế

**Đạo Thánh Đế:** Đó là *Bát Chánh Đạo* hợp đủ 8 chánh, *pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn*, là pháp mà *trí tuệ thành đã thực hành xong* (*bhāvita*); đã hoàn thành xong phạm sự thực hành Đạo Thánh Đế, hay *trí tuệ thành đã thực hành xong Bát Chánh Đạo*.

Trên đây là 4 *trí tuệ thành* đã hoàn thành xong mọi phạm sự Tứ Thánh Đế, thuộc về **pháp thành** (*paṭivedhadhamma*), là sự chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, gọi là 9 Siêu tam giới pháp (*Navalokuttaradhamma*).

### Nhân Quả Liên Quan Tam Tuệ Luân

- 4 *trí tuệ học*, là học hiểu biết đúng theo các chi pháp của Tứ Thánh Đế, làm nhân duyên dẫn đến kết quả 4 *trí tuệ hành*.

- 4 *trí tuệ hành*, là hành đúng theo 4 phạm sự của Tứ Thánh Đế, làm nhân duyên dẫn đến kết quả 4 *trí tuệ thành*, là đã hoàn thành xong 4 phạm sự của Tứ Thánh Đế, đó là sự chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc từ Nhập Lưu Thánh Đạo - Nhập Lưu Thánh Quả, Nhất Lai Thánh Đạo - Nhất Lai Thánh Quả, Bất Lai Thánh Đạo - Bất Lai Thánh Quả đến Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành *bậc*

*Thánh Arahán.* Trí tuệ thấy rõ, biết rõ phạm hạnh đã hoàn thành xong, kiếp này là kiếp chót, không còn phải tái sinh kiếp nào khác nữa.

Như trong đoạn kinh *Chuyển Pháp Luân*, Đức Thế Tôn khẳng định:

*“Nāṇaṅca pana me dassanaṃ udapādi ‘Akuppā me vimutti, ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo’ ti...”*.

*“Trí tuệ quán xét đã phát sinh đến Như Lai biết rõ rằng: “Arahán Thánh Quả Tuệ giải thoát của Như Lai không bao giờ bị hư hoại, kiếp này là kiếp chót, sau kiếp hiện tại này, không còn phải tái sinh kiếp nào nữa”.*

### **Tam Tuệ Luân Của Mỗi Thánh Đế**

Trong mỗi Thánh Đế có đủ tam tuệ luân như sau:

#### **1- Khổ Thánh Đế**

- *Trí tuệ học*, là trí tuệ hiểu biết rõ *đanh pháp, sắc pháp trong tam giới là Khổ Thánh Đế*.
- *Trí tuệ hành*, là trí tuệ đang thực hành thiền tuệ, để thấy rõ, biết rõ *đanh pháp, sắc pháp là pháp có phận sự nên biết (pariññeyya)*.
- *Trí tuệ thành*, là trí tuệ đã thực hành thiền tuệ, đã thấy rõ, biết rõ *đanh pháp, sắc pháp là pháp có phận sự nên biết thì đã biết xong (pariññāta)*.

#### **2- Tập Thánh Đế**

- *Trí tuệ học*, là trí tuệ hiểu biết rõ *tâm tham ái là Nhân sinh Khổ Thánh Đế*.
- *Trí tuệ hành*, là trí tuệ đang thực hành thiền tuệ, để thấy rõ, biết rõ *tâm tham ái là pháp có phận sự nên diệt (pahātabba)*.
- *Trí tuệ thành*, là trí tuệ đã thực hành thiền tuệ, đã thấy rõ, biết rõ *tâm tham ái là pháp có phận sự nên diệt thì đã diệt xong (pahīna)*.

#### **3- Diệt Thánh Đế**

- *Trí tuệ học*, là trí tuệ hiểu biết rõ *Niết Bàn là pháp diệt Khổ Thánh Đế*.
- *Trí tuệ hành*, là trí tuệ đang thực hành thiền tuệ, để thấy rõ, biết rõ *Niết Bàn là pháp có phận sự nên chứng ngộ (sacchikātabba)*.
- *Trí tuệ thành*, là trí tuệ đã thực hành thiền tuệ, đã thấy rõ, biết rõ *Niết Bàn là pháp có phận sự nên chứng ngộ thì đã chứng ngộ xong (sacchikāta)*.

#### 4- Đạo Thánh Đế

– Trí tuệ học, là trí tuệ hiểu biết rõ *Bát Chánh Đạo* là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, diệt Khổ Thánh Đế.

– Trí tuệ hành, là trí tuệ đang thực hành pháp hành *Bát Chánh Đạo* là pháp có phận sự nên thực hành (*bhāvetabba*).

– Trí tuệ thành, là trí tuệ đã thực hành pháp hành *Bát Chánh Đạo*, là pháp có phận sự nên thực hành thì đã thực hành xong (*bhāvita*).

Trong mỗi Thánh Đế có tam tuệ luân chuyển. Vậy, trong Tứ Thánh Đế (4 X 3) gồm có 12 tuệ luân chuyển, có thể tượng trưng như một ***bánh xe Pháp Luân*** (*Dhammacakka*) có 12 cãm luân chuyển.

#### Bảng Tóm Tắt Tam Tuệ Luân Trong Tứ Thánh Đế

Tam Tuệ Luân	Tứ Thánh Đế			
	Khổ Thánh Đế	Tập Thánh Đế	Diệt Thánh Đế	Đạo Thánh Đế
Trí tuệ học	Danh - Sắc	Tham ái	Niết Bàn	Bát Chánh Đạo
Trí tuệ hành	Nên biết	Nên diệt	Nên chứng ngộ	Nên thực hành
Trí tuệ thành	Đã biết	Đã diệt	Đã chứng ngộ	Đã thực hành

Tứ Thánh Đế	Tam Tuệ Luân		
	Trí tuệ học	Trí tuệ hành	Trí tuệ thành
Khổ Thánh Đế	Danh - Sắc	Nên biết	Đã biết
Tập Thánh Đế	Tham ái	Nên diệt	Đã diệt
Diệt Thánh Đế	Niết Bàn	Nên chứng ngộ	Đã chứng ngộ
Đạo Thánh Đế	Bát Chánh Đạo	Nên thực hành	Đã thực hành

#### Tam Tuệ Luân Của 4 Bậc Thánh Nhân

Mỗi bậc Thánh Nhân đều trải qua tam tuệ luân trong Tứ Thánh Đế, mỗi tuệ luân có năng lực trí tuệ khác nhau đối với mỗi bậc Thánh Nhân.

– *Bậc Thánh Nhập Lưu* trải qua tam tuệ luân trong Tứ Thánh Đế lần thứ nhất, Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ đã diệt đoạn tuyệt được: *Tham ái hợp với tà kiến trong 4 tâm tham hợp tà kiến (còn 4 tâm tham không hợp tà kiến chưa diệt được).*

– *Bậc Thánh Nhất Lai* trải qua tam tuệ luân trong Tứ Thánh Đế lần thứ nhì, Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ đã diệt đoạn tuyệt được: *Tham ái ngũ trần loại thô trong 4 tâm tham không hợp tà kiến (còn ngũ trần loại vi tế chưa diệt được).*

– *Bậc Thánh Bất Lai* trải qua tam tuệ luân trong Tứ Thánh Đế lần thứ ba, Bất Lai Thánh Đạo Tuệ đã diệt đoạn tuyệt được: *Tham ái ngũ trần loại vi tế, trong 4 tâm tham không hợp tà kiến (thuộc cõi dục giới).*

– *Bậc Thánh Arahán* trải qua tam tuệ luân trong Tứ Thánh Đế lần thứ tư, Arahán Thánh Đạo Tuệ đã diệt đoạn tuyệt được: *Tham ái trong thiên hữu sắc, thiên vô sắc, cõi trời sắc giới, cõi trời vô sắc giới trong 4 tâm tham không hợp tà kiến, không còn dư sót.*

#### **Tính Chất 4 Phận Sự Của Tứ Thánh Đế**

4 trí tuệ hành và 4 trí tuệ thành trong 4 phận sự của Tứ Thánh Đế có tính cách liên quan đồng thời, không phận sự nào trước, không phận sự nào sau.

Trong bộ *Thanh Tịnh Đạo* có ví dụ rằng:

*“Khi đốt một cây đèn dầu (hay cây đèn cầy) trong đêm tối, có 4 sự việc xảy ra đồng thời, không trước, không sau là:*

- *Ánh sáng tỏa ra.*
- *Bóng tối bị tan biến.*
- *Tim đèn bị cháy mòn.*
- *Dầu bị hao dần.*

*4 sự việc xảy ra cùng một lúc, không việc nào trước, không việc nào sau.*

*Cũng giống như 4 phận sự của Tứ Thánh Đế có tính cách đồng thời, không trước, không sau”.*

Trong kinh *Gavampati 1* có đoạn dạy:

Đại đức Gavampati thưa với chư Tỳ khưu rằng:

*“Này chư pháp hữu, tôi được nghe từ nơi Đức Thế Tôn dạy rằng:*

- Vị Tỳ khưu nào chứng ngộ Khổ Thánh Đế, vị Tỳ khưu ấy cũng chứng ngộ Tập Thánh Đế, Diệt Thánh Đế, Đạo Thánh Đế.

- Vị Tỳ khưu nào chứng ngộ Tập Thánh Đế, vị Tỳ khưu ấy cũng chứng ngộ Khổ Thánh Đế, Diệt Thánh Đế, Đạo Thánh Đế.

- Vị Tỳ khưu nào chứng ngộ Diệt Thánh Đế, vị Tỳ khưu ấy cũng chứng ngộ Khổ Thánh Đế, Tập Thánh Đế, Đạo Thánh Đế.

- Vị Tỳ khưu nào chứng ngộ Đạo Thánh Đế, vị Tỳ khưu ấy cũng chứng ngộ Khổ Thánh Đế, Tập Thánh Đế, Diệt Thánh Đế...".

Như vậy, Tứ Thánh Đế có sự liên quan về phạm sự với nhau đồng thời, không trước, không sau.

### **Phân giải thích:**

#### **\* 4 trí tuệ hành phạm sự trong Tứ Thánh Đế**

Trong 4 trí tuệ hành này, trí tuệ hành phạm sự biết Khổ đế là chính, còn 3 trí tuệ hành phạm sự kia là phụ. Song 4 phạm sự có tính cách đồng thời, không trước, không sau.

- Khi trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ danh pháp nào, sắc pháp nào là Khổ đế, thì,

- Đồng thời, tâm tham ái là Nhân sinh Khổ đế không sinh (diệt) ở danh pháp ấy, sắc pháp ấy.

- Cũng đồng thời, chứng ngộ sự diệt của tâm tham ái, Nhân sinh Khổ đế ở danh pháp ấy, sắc pháp ấy.

- Trong khi đang thực hành thiên tuệ với chánh niệm, chánh kiến, chánh tinh tấn, trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ Khổ đế nên biết, Tập Đế nên diệt, Diệt Đế nên chứng ngộ, thì chính Đạo Đế đang được thực hành.

Như vậy, 4 trí tuệ hành phạm sự của Tứ Thánh Đế đồng thời, không trước, không sau.

#### **\* 4 trí tuệ thành phạm sự trong Tứ Thánh Đế**

4 trí tuệ thành là đã hoàn thành xong 4 phạm sự của Tứ Thánh Đế, là quả của 4 trí tuệ hành. Cũng có tính cách đồng thời, không trước, không sau, chỉ có Niết Bàn làm đối tượng.

- Khi trí tuệ thiên tuệ Siêu tam giới đó là Thánh Đạo Tuệ đã hoàn thành xong phạm sự biết Khổ Thánh Đế, thì:

- Đồng thời Thánh Đạo Tuệ cũng đã hoàn thành xong phạm sự diệt Tập Thánh Đế.

- Đồng thời Thánh Đạo Tuệ và Thánh Quả Tuệ đã chứng ngộ Diệt Thánh Đế.



- Đồng thời *Bát Chánh Đạo* hợp đủ 8 chánh: *Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định* đồng sinh với *Tâm Thánh Đạo*, đã hoàn thành xong *phận sự thực hành Đạo Thánh Đế* là:

- + *Khổ Thánh Đế nên biết, thì đã biết xong.*
- + *Tập Thánh Đế nên diệt, thì đã diệt xong.*
- + *Diệt Thánh Đế nên chứng ngộ, thì đã chứng ngộ xong.*
- + *Đạo Thánh Đế nên thực hành, thì đã thực hành xong.*

4 *trí tuệ thành phận sự* này, đã hoàn thành xong 4 phận sự *Tứ Thánh Đế*, đồng thời, không trước, không sau, chỉ có *Niết Bàn* làm đối tượng.

Như vậy, trong 4 *trí tuệ thành phận sự* này, *trí tuệ thành phận sự đã thực hành xong Đạo Thánh Đế* là *trọng yếu nhất*, vì đóng vai trò chính yếu trong sự chứng ngộ chân lý *Tứ Thánh Đế*, chứng đắc 4 *Thánh Đạo*, 4 *Thánh Quả* và *Niết Bàn*.

### **Vai Trò 4 Trí Tuệ Hành và 4 Trí Tuệ Thành**

- Trong 4 *trí tuệ hành* phận sự của *Tứ Thánh Đế*, giai đoạn đầu, *trí tuệ hành phận sự biết Khổ Thánh Đế* đóng vai trò chính yếu; là *trí tuệ thiên tuệ* thấy rõ, biết rõ *đanh pháp, sắc pháp là Khổ đế, là pháp nên biết*. *Trí tuệ hành* phận sự mỗi *Thánh Đế* còn lại cũng thành tựu phận sự cùng một lúc, không trước không sau.

- Trong 4 *trí tuệ thành* phận sự của *Tứ Thánh Đế*, giai đoạn cuối, *trí tuệ thành phận sự đã thực hành Đạo Thánh Đế* đóng vai trò chính yếu; là vì *Thánh Đạo* hợp đủ 8 chánh, đồng sinh với *Tâm Thánh Đạo*, *Tâm Thánh Quả*, có *Niết Bàn* làm đối tượng, hoàn thành xong phận sự đã thực hành xong *Bát Chánh Đạo*. *Trí tuệ thành* phận sự mỗi *Thánh Đế* còn lại, cũng thành tựu phận sự cùng một lúc, không trước, không sau.

### **Tứ Thánh Đế Trong Giáo Pháp Của Đức Phật**

*Tứ Thánh Đế* là chân lý của chư bậc Thánh, là nền tảng căn bản, là pháp cốt lõi, trọng yếu trong giáo pháp của Chư Phật.

**1- *Khổ Thánh Đế*:** Đó là *chấp thủ trong ngũ uẩn*, hay *đanh pháp, sắc pháp trong tam giới*. Trong giáo pháp của Đức Phật, thì tất cả mọi *đanh pháp, sắc pháp cõi dục giới, cõi sắc giới và đanh pháp cõi vô sắc giới*, đúng theo chân lý đều là *Khổ đế (dukkhasacca)*.

Trong tam giới không có pháp nào gọi là "*lạc đế*", mà chỉ có "*lạc đảo điền*" (*sukhavipallāsa*), do quan niệm *tâm đảo điền (cittavipallāsa)*, *tà kiến đảo điền (ditthivipallāsa)*, *tưởng đảo điền (saññāvipallāsa)*.

Đúng theo chân lý thì chỉ có *Khổ đế* mà thôi. Dầu có *thọ lạc* (*sukhavedanā*), nhưng *thọ lạc* cũng bị vô thường biến đổi, nên cũng chỉ là *Khổ đế*.

Như Đại đức Tỳ khưu ni Vajirā dạy rằng:

*"Chỉ có Khổ đế sinh, Khổ đế trụ, Khổ đế diệt."* 1

*Ngoài Khổ đế ra, không có gì sinh, không có gì trụ, không có gì diệt..."* 1

Do đó, chấp thủ trong ngũ uẩn, hay danh pháp, sắc pháp trong tam giới đều là *Khổ đế*.

**2- Tập Thánh Đế:** Đó là *tâm tham ái*, Nhân sinh *Khổ Thánh Đế*.

*Tâm tham ái* là nhân sinh khổ trong kiếp hiện tại.

\* Nếu *tâm tham* không được thỏa mãn, thì sinh *tâm sân*, không hài lòng, làm *khổ tâm*.

\* Nếu *tâm tham* mà được, thì sinh tâm chấp thủ, cho là của ta, lại làm nhân phát sinh *tâm sân* sâu sầu, lo sợ cũng làm *khổ tâm*.

Như Đức Phật dạy trong Pháp Cú kệ rằng:

*"Taṇhāya jāyatī soko,*

*taṇhāya jāyatī bhayaṃ.*

*Taṇhāya vipṇamuttassa,*

*natthi soko kuto bhayaṃ?"* 1 (216)

*"Sự sầu não phát sinh do tham ái,*

*sự lo sợ phát sinh do tham ái.*

*Bậc Thánh Arahán không tham ái,*

*không sầu não, từ đâu có lo sợ?"* (216).

*Tâm tham ái* là nhân dẫn dắt đi tái sinh khổ trong kiếp sau. Ngoại trừ *bậc Thánh Arahán* đã diệt đoạn tuyệt được tất cả mọi tham ái, còn lại tất cả mọi chúng sinh: Nhân loại, chư thiên, Phạm thiên và gồm cả 3 bậc Thánh hữu học: *Bậc Thánh Nhập Lưu*, *bậc Thánh Nhất Lai*, *bậc Thánh Bất Lai*, còn tham ái, nên còn phải tái sinh khổ trong kiếp sau.

Chúng sinh có *ngũ uẩn* (sắc, thọ, tưởng, hành và thức uẩn) ở cõi dục giới và sắc giới, hay chúng sinh có *tứ uẩn* (thọ, tưởng, hành và thức uẩn) ở cõi vô sắc giới, hay chúng sinh chỉ có *nhất uẩn* (sắc uẩn) ở cõi Vô Tưởng Thiên, cũng đều phải chịu *Khổ đế*. Chỉ khác nhau là khổ nhiều, khổ ít mà thôi.

Do đó, tâm tham ái là Nhân sinh Khổ đế.

**3- Diệt Thánh Đế:** Đó là *Niết Bàn* là pháp diệt đoạn tuyệt được tham ái, Nhân sinh Khổ Thánh Đế, cũng là pháp diệt quả Khổ Thánh Đế.

\* **Niết Bàn pháp diệt đoạn tuyệt tâm tham ái**

Hành giả thực hành thiền tuệ, đến khi chứng ngộ Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo Tuệ, có Niết Bàn làm đối tượng; *Thánh Đạo Tuệ* nào có khả năng diệt đoạn tuyệt được *tâm tham ái* nào, thì *tâm tham ái* ấy vĩnh viễn không bao giờ phát sinh trở lại nữa, gọi là "*Phiền não Niết Bàn*" (*Kilesaparinihbāna*). Loại phiền não nào đã bị diệt đoạn tuyệt do Thánh Đạo Tuệ rồi, loại phiền não ấy vĩnh viễn không còn sinh trở lại.

Trường hợp *Đức Phật Gotama* chứng ngộ "*Phiền não Niết Bàn*" tại đại cội Bồ đề.

\* **Niết Bàn pháp tịch diệt ngũ uẩn**

Bậc Thánh Arahán đã diệt đoạn tuyệt tất cả mọi tham ái, mọi phiền não không còn dư sót, đến khi hết tuổi thọ, tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt mọi cảnh khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài, gọi là "*Ngũ uẩn Niết Bàn*" (*Khandhaparinihbāna*). Ngũ uẩn của bậc Thánh Arahán khi tịch diệt Niết Bàn rồi, không còn tái sinh kiếp sau nữa, như ngọn đèn tắt.

Trường hợp *Đức Phật Gotama* tịch diệt, "*Ngũ uẩn Niết Bàn*" tại khu rừng Kusināra.

Do đó, Niết Bàn là pháp diệt Khổ Thánh Đế.

**4- Đạo Thánh Đế:** Đó là *Bát Chánh Đạo*, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn.

Hành giả thực hành thiền tuệ, đến khi chứng ngộ Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, có Niết Bàn làm đối tượng. Khi ấy, *Thánh Đạo* hợp đủ 8 chánh: *Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định* đồng sinh với Tâm Thánh Đạo đã hoàn thành xong 4 phận sự:

– *Khổ Thánh Đế* là pháp nên biết, thì Thánh Đạo Tuệ đã biết xong.

- *Tập Thánh Đế* là pháp nên diệt, thì Thánh Đạo Tuệ đã diệt xong.

– *Diệt Thánh Đế* là pháp nên chứng ngộ, thì Thánh Đạo Tuệ đã chứng ngộ xong.

– *Đạo Thánh Đế* là pháp nên thực hành, thì Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh đã thực hành xong.

Do đó, Bát Chánh Đạo là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn.

**Tứ Thánh Đế** là nền tảng, là cốt lõi chính yếu trong giáo pháp của Chư Phật. Vì vậy, hành giả thực hành thiền tuệ, dù có những đối tượng thiền tuệ khác nhau như “*thân, thọ, tâm, pháp, ngũ uẩn, 12 xứ, 18 giới, danh pháp, sắc pháp,...*”, đến giai đoạn cuối cùng đều đạt đến chứng ngộ chân lý **Tứ Thánh Đế**, chứng đắc **4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả** và **Niết Bàn** như nhau.

### **Nhân Quả Liên Quan Của Tứ Thánh Đế**

Chân lý Tứ Thánh Đế có nhân quả liên quan với nhau như sau:

**1- Khổ Thánh Đế:** Chấp thủ trong ngũ uẩn, hay danh pháp, sắc pháp trong tam giới (dục giới, sắc giới, vô sắc giới), là quả của Tập Thánh Đế.

**2- Tập Thánh Đế:** Tâm tham ái, Nhân sinh Khổ Thánh Đế, nhân dẫn dắt tái sinh kiếp sau (*taṇhā ponobbhavikā*).

**3- Diệt Thánh Đế:** Niết Bàn, không thuộc quả phát sinh do một nhân nào. Vì Niết Bàn là *Pháp Vô Vi* (*asaṅkhatadhamma*), là pháp hoàn toàn không do một nhân duyên nào cấu tạo.

**4- Đạo Thánh Đế:** Bát Chánh Đạo, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn.

Như vậy, Bát Chánh Đạo là nhân đạt đến Niết Bàn, Diệt Thánh Đế, không phải là nhân sinh Niết Bàn. Và Niết Bàn, Diệt Thánh Đế cũng không phải là quả của Đạo Thánh Đế, mà chỉ là đối tượng *Siêu tam giới* của Đạo Thánh Đế.

Ví dụ :

Con đường dẫn đến kinh đô.

– **Con đường** ví như **Bát Chánh Đạo**, là Đạo Thánh Đế.

– **Kinh đô** ví như **Niết Bàn**, là Diệt Thánh Đế.

Con đường dẫn đến kinh đô, chứ không phải là nhân sinh kinh đô.

Cũng như vậy, Đạo Thánh Đế không phải Nhân sinh Diệt Thánh Đế, mà chỉ là nhân đạt đến Diệt Thánh Đế.

### **DIỆT ĐOẠN TUYỆT PHIÊN NÃO**

**Diệt đoạn tuyệt phiền não** (*samucchedapahāna*): Đó là khả năng đặc biệt của 4 Thánh Đạo Tuệ, đồng sinh với 4 Tâm Thánh Đạo có Niết Bàn làm đối tượng.

Loại *tham ái*, *phiền não*, *ác pháp* nào đã bị diệt đoạn tuyệt bởi Thánh Đạo Tuệ rồi, thì loại *tham ái*, *phiền não*, *ác pháp* ấy vĩnh viễn không bao giờ phát sinh trong tâm của bậc Thánh Nhân ấy nữa, nên gọi là *Kilesaparinibbāna: Phiền não Niết Bàn*. Nghĩa là, phiền não đã bị diệt đoạn tuyệt rồi sẽ không còn phát sinh bất cứ lúc nào và bất cứ kiếp nào nữa (đối với bậc Thánh Nhập Lưu, bậc Thánh Nhất Lai và bậc Thánh Bất Lai).

Mỗi bậc Thánh Đạo Tuệ, có khả năng đặc biệt diệt đoạn tuyệt được một số loại *tham ái*, *phiền não*, *ác pháp* tùy theo năng lực của mỗi Thánh Đạo Tuệ từ thấp đến cao như sau:

### 3 Tham Ái (Taṇhā)

**Tham ái** có chi pháp là **tâm sở tham**, đồng sinh với 8 tâm tham, là Nhân sinh Khổ đế trong ba giới bốn loài.

1- **Bậc Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 2 loại tham ái là:

- *Vibhavataṇhā (phi hữu ái)*: Tham ái hợp với đoạn kiến.
- *Bhavataṇhā (hữu ái)*: Tham ái hợp với thường kiến. Đó là *tâm sở tham*, đồng sinh với 4 tâm tham hợp tà kiến.

2- **Bậc Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 1 loại tham ái là:

- *Kāmatāṇhā (dục ái)*: Tham ái trong lục trần loại thô, trong cõi dục giới. Đó là *tâm sở tham*, đồng sinh với 4 tâm tham không hợp tà kiến.

3- **Bậc Bất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 1 loại tham ái là:

- *Kāmatāṇhā (dục ái)*: Tham ái trong lục trần loại vi tế, trong cõi dục giới. Đó là *tâm sở tham* đồng sinh với 4 tâm tham không hợp tà kiến.

4- **Bậc Arahán Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 1 loại tham ái là:

- *Bhavataṇhā (hữu ái)*: Tham ái trong thiên hữu sắc và thiên vô sắc, cõi sắc giới và cõi vô sắc giới. Đó là *tâm sở tham* đồng sinh với 4 tâm tham không hợp tà kiến.

Arahán Thánh Đạo Tuệ diệt đoạn tuyệt được tham ái không còn dư sót, nghĩa là diệt đoạn tuyệt được Nhân sinh Khổ Thánh Đế.

### 4 Pháp Trầm Luân (Āsava)

**Pháp trầm luân** có chi pháp là **tà kiến, tham, si** làm cho chúng sinh say mê, lầm lạc trong vòng tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài, vô thủy vô chung.

1- **Bậc Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được tà kiến trầm luân (*ditthāsava*). Đó là tâm sở tà kiến đồng sinh với 4 tâm tham hợp tà kiến.

2- **Bậc Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được ngũ dục trầm luân (*kāmāsava*) loại thô trong cõi dục giới. Đó là tâm sở tham đồng sinh với 4 tâm tham không hợp tà kiến.

3- **Bậc Bất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được ngũ dục trầm luân loại vi tế trong cõi dục giới. Đó là tâm sở tham đồng sinh với 4 tâm tham không hợp tà kiến.

4- **Bậc Arahán Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 2 pháp: *Kiếp sinh trầm luân*(*bhavāsava*), trong cõi sắc giới, cõi vô sắc giới; đó là tâm sở tham đồng sinh với 4 tâm tham không hợp tà kiến. Và vô minh trầm luân (*avijjāsava*), đó là tâm sở si đồng sinh với tâm bất thiện.

### 10 Loại Phiền Não (Kilesa)

**Phiền não** có chi pháp là **tham, sân, si, tà kiến, ngã mạn, hoài nghi, buồn ngủ, phóng tâm, không biết hổ thẹn tội lỗi, không biết ghê sợ tội lỗi** là những phiền não làm cho tâm ô nhiễm, thân và tâm nóng nảy khiến tạo nghiệp cho quả tử sinh luân hồi.

1- **Bậc Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 2 loại phiền não là: *Tà kiến* (*ditthi*), và *hoài nghi* (*vicikicchā*).

2- **Bậc Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 1 loại phiền não là: *Sân* (*dosa*) loại thô.

3- **Bậc Bất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 1 loại phiền não là: *Sân* loại vi tế.

4- **Bậc Arahán Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 7 loại phiền não còn lại là: *Tham* (*lobha*), *si* (*moha*), *ngã mạn* (*māna*), *buồn ngủ* (*thīna*), *phóng tâm* (*uddhacca*), *không biết hổ thẹn tội lỗi* (*ahirika*) và *không biết ghê sợ tội lỗi* (*anottappa*).

### 12 Tâm Bất Thiện (Akusalacitta)

**Tâm bất thiện:** Đó là 8 tâm tham + 2 tâm sân + 2 tâm si, là những tâm bất thiện do hợp với tâm sở bất thiện, làm cho tâm bị ô nhiễm, cho quả khổ trong kiếp hiện tại và kiếp vị lai.

1- **Bậc Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 5 tâm bất thiện là: 4 tâm tham hợp tà kiến (*ditthagatasampayuttacitta*) và 1 tâm si hợp hoài nghi (*vicikicchāsampayuttacitta*).

2- **Bậc Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 2 tâm sân (*dosacitta*) loại thô.

3- **Bậc Bất Lai Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 2 tâm sân loại vi tế.

4- **Bậc Arahán Thánh Đạo Tuệ** diệt đoạn tuyệt được 5 tâm bất thiện còn lại là: 4 tâm tham không hợp tà kiến (*ditthagatavippayuttacitta*) và 1 tâm si hợp phóng tâm (*uddhacca-sampayuttacitta*).

## QUẢ BÁU CỦA PHÁP HÀNH THIỀN TUỆ

Hành giả **thực hành thiền tuệ** đúng theo **Pháp hành Trung Đạo**, có thể đưa đến kết quả chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, trở thành bậc Thánh Nhân.

Bậc Thánh Nhân trong Phật giáo từ thấp đến cao có 4 bậc là:

1- *Bậc Thánh Nhập Lưu (Sotāpanna).*

2- *Bậc Thánh Nhất Lai (Sakadāgāmi).*

3- *Bậc Thánh Bất Lai (Anāgāmi).*

4- *Bậc Thánh Arahán (Arahanta).*

### 1- Quả báu của bậc Thánh Nhập Lưu

**Bậc Thánh Nhập Lưu** là bậc Thánh đã diệt đoạn tuyệt được *tâm tham hợp tà kiến* và *tâm si hợp hoài nghi*. Kể từ kiếp hiện tại cho đến kiếp vị lai, *4 tâm tham hợp tà kiến* và *tâm si hợp hoài nghi*, vĩnh viễn không còn có trong tâm của bậc Thánh Nhập Lưu nữa. Nên bậc Thánh Nhập Lưu hoàn toàn giải thoát khổ do **tà kiến** và **hoài nghi** trong kiếp hiện tại và kiếp vị lai. Hoàn toàn giải thoát cảnh khổ tái sinh trong 4 cõi ác giới: *Địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh*.

\* **Bậc Thánh Nhập Lưu có 3 hạng là:**

**1. 1-Sattakkhattuparamasotāpanna:** *Bậc Thánh Nhập Lưu có 5 pháp chủ 1 năng lực yếu*, còn phải tái sinh làm người và làm chư thiên cõi trời dục giới nhiều nhất 7 kiếp nữa. Đến kiếp thứ 7, thì chắc chắn sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán rồi tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.

**1. 2-Kolaṃkolasotāpanna:** *Bậc Thánh Nhập Lưu có 5 pháp chủ năng lực trung bình* nên còn phải tái sinh làm người và làm chư thiên từ 2-3-4-5-6 kiếp nữa, mới có thể chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán rồi tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.

**1. 3-Ekabjīsotāpanna:** *Bậc Thánh Nhập Lưu có 5 pháp chủ năng lực mạnh* nên chỉ còn tái sinh làm người hay làm chư thiên 1 kiếp nữa. Ngay trong kiếp ấy, sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán rồi tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.

\* **Bậc Thánh Nhập Lưu tái sinh hơn 7 kiếp 2**

Trường hợp ngoại lệ, có 7 vị Thánh Nhập Lưu tái sinh hơn 7 kiếp như sau:

1- *Phú hộ Anāthapiṇḍika.*

2- Bà *Visākhā mahā upāsikā*.

3- Chư thiên *Cullaratha*.

4- Chư thiên *Mahāratha*.

5- Chư thiên *Anekavaṇṇa*.

6- Chư thiên *Nāgadatta*.

7- Đức vua trời *Sakka*.

7 vị Thánh Nhập Lưu này có phát nguyện, muốn hưởng sự an lạc trong các cõi trời từ dục giới đến các cõi trời sắc giới phạm thiên tột đỉnh: *Sắc Cứu Cánh Thiên (Akanitṭha)*, mới chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán, rồi tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt sự khổ tử sinh luân hồi ngay trong cõi sắc giới phạm thiên tột đỉnh ấy.

## 2- Quả báu của bậc Thánh Nhất Lai

**Bậc Thánh Nhất Lai** là bậc Thánh đã diệt đoạn tuyệt được *tâm tham không hợp tà kiến và tâm sân, loại thô cõi dục giới*, nên chỉ còn tái sinh làm người hay làm chư thiên 1 kiếp nữa. Ngay trong kiếp ấy sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán rồi tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.

## 3- Quả báu của bậc Thánh Bất Lai

**Bậc Thánh Bất Lai** là bậc Thánh đã diệt đoạn tuyệt được *tâm tham không hợp tà kiến và tâm sân loại vi tế cõi dục giới*, nên không còn tái sinh trở lại cõi dục giới, chỉ tái sinh lên cõi sắc giới. Nếu chứng đắc đệ tứ thiên hữu sắc, sẽ tái sinh lên tầng trời Tịnh Cư Thiên.

### \* Bậc Thánh Bất Lai có 5 hạng là:

**3. 1- Antarāparinibbāyī:** Bậc Thánh Bất Lai ở cõi sắc giới phạm thiên chưa đến một nửa tuổi thọ sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán, rồi tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.

**3. 2- Upahaccaparinibbāyī:** Bậc Thánh Bất Lai sống quá một nửa tuổi thọ của cõi sắc giới phạm thiên sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán, rồi tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.

**3. 3- Asaṅkhāraparinibbāyī:** Bậc Thánh Bất Lai không cần phải tinh tấn nhiều, cũng sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán rồi tịch diệt Niết Bàn, tại cõi sắc giới phạm thiên ấy, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.



**3. 4- Saṅkhāraparinibbāyī:** *Bậc Thánh Bất Lai cần phải tinh tấn nhiều, sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán rồi tịch diệt Niết Bàn, tại cõi sắc giới phạm thiên ấy, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.*

**3. 5- Uddhamsoto akanitṭhagāmī:** *Bậc Thánh Bất Lai khi hết tuổi thọ trong cõi trời sắc giới tầng thấp, tuần tự tái sinh lên tầng trời bậc cao, cho đến tầng trời sắc giới Akaniṭṭha tột đỉnh, sẽ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả, trở thành bậc Thánh Arahán, rồi tịch diệt Niết Bàn, tại cõi trời sắc giới Akaniṭṭha ấy, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.*

#### **4- Quả báu của bậc Thánh Arahán**

**Bậc Thánh Arahán** là bậc Thánh đã diệt đoạn tuyệt được hoàn toàn tất cả *mọi tham ái, mọi phiền não, mọi ác pháp* không còn dư sót. Nên bậc Thánh Arahán không còn tái sinh trở lại kiếp nào khác nữa. Ngay kiếp hiện tại này, đến khi hết tuổi thọ, sẽ tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt tử sinh luân hồi trong tam giới.

#### **\* Bậc Thánh Arahán có nhiều hạng:**

**4. 1- Bậc Thánh Arahán Tevijjā:** *Bậc Thánh Arahán chứng đắc Tam Minh:* Túc mạng minh, thiên nhãn minh, và lậu tận minh.

**4. 2- Bậc Thánh Arahán Chaḷabhiññā:** *Bậc Thánh Arahán chứng đắc Lục thông:* Thần túc thông, nhãn thông, nhĩ thông, tha tâm thông, túc mạng thông và lậu tận thông.

**4. 3- Bậc Thánh Arahán Catuṣṭambhidappabheda:** *Bậc Thánh Arahán chứng đắc Tứ tuệ phân tích:* Nghĩa (nhân) phân tích, pháp (quả) phân tích, ngôn ngữ phân tích và ứng đối phân tích.

**4. 4- Bậc Thánh Arahán Ubhatobhāgavimutta:** *Bậc Thánh Arahán giải thoát bằng 2 pháp hành:* Thiền định chứng đắc 4 bậc thiền vô sắc và thiền tuệ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả...

**4. 5- Bậc Thánh Arahán Paññāvimutta:** *Bậc Thánh Arahán giải thoát bằng pháp hành thiền tuệ chứng đắc Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả...*

**Pháp hành thiền tuệ** thuộc về lĩnh vực thực hành, để thực nghiệm thấy rõ, biết rõ thực tánh của các pháp, để chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế. Do đó, phần pháp học (lý thuyết), chỉ là phương tiện để hiểu biết **pháp hành thiền tuệ** mà thôi, không thể nào diễn tả được thực tánh của các pháp; song do nhờ hiểu biết đúng đắn về pháp học, nên hành giả mới có thể hành đúng theo pháp hành thiền tuệ, đến khi phát sinh trí tuệ thiền tuệ, mới thấy rõ, biết rõ được thực tánh của các pháp, dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn.

#### **Phần Thực Hành:**

#### **Sự Thật Chân Lý (Sacca)**

Đức Phật thuyết pháp có 2 sự thật chân lý là:

- 1- *Sammutisacca*: Sự thật theo ngôn ngữ chế định.
- 2- *Paramatthasacca*: Sự thật chân lý đúng theo Chân nghĩa pháp.

### 1- **Sự thật theo ngôn ngữ chế định như thế nào?**

Sự thật này hoàn toàn dựa vào danh từ ngôn ngữ chế định mà người đời đã nói, đã viết thành chữ, đã công nhận là sự thật trong đời, được lưu truyền từ ngàn xưa cho đến nay.

Trong Phật giáo, sự thật theo ngôn ngữ chế định có 2 loại chính:

\* *Avijjamānapaññatti*: Danh từ ngôn ngữ chế định không dựa thực tánh pháp hiện hữu làm nền tảng.

Ví dụ:

- Về chúng sinh như con người, người đàn ông, người đàn bà, con voi, v.v...
- Về vật chất như nhà cửa, xe cộ, đồ dùng, v.v...

Những danh từ ngôn ngữ chế định này không dựa thực tánh pháp hiện hữu làm nền tảng.

\* *Vijjamānapaññatti*: Danh từ ngôn ngữ chế định dựa thực tánh pháp hiện hữu làm nền tảng.

Ví dụ:

Danh từ gọi: *Chân lý Tứ Thánh Đế, Khổ Thánh Đế, Nhân sinh Khổ Thánh Đế, Diệt Khổ Thánh Đế, Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế, ngũ uẩn (sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn), danh pháp, sắc pháp*, thậm chí những danh từ gọi *tâm, tâm sở, sắc pháp, Niết Bàn*, v.v...

Những danh từ ngôn ngữ chế định này dựa thực tánh pháp hiện hữu làm nền tảng.

Đức Phật thuyết pháp tế độ chúng sinh bằng ngôn ngữ *Pāli*. Ngôn ngữ *Pāli* mà Đức Phật chế định trong toàn giáo pháp của Ngài, có nguồn gốc từ ngôn ngữ *Māgadha* của dân tộc *Magadha*, nhưng dân tộc *Magadha* nói tiếng *Māgadha* thì không gọi là tiếng *Pāli*, bởi vì không có mục đích hướng đến giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài. Còn ngôn ngữ *Pāli* trong giáo pháp của Đức Phật, có mục đích hướng đến giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Thật vậy, giáo pháp của Đức Phật chỉ có một vị duy nhất là vị giải thoát khổ sinh mà thôi. Như Đức Phật đã dạy:

- “Này *Pahārāda*, như nước đại dương chỉ có một vị duy nhất là ‘vị mặn’. Cũng như vậy, này *Pahārāda*, Pháp và Luật trong giáo pháp của Như Lai cũng chỉ có một vị duy nhất là ‘**vị giải thoát khổ sinh**’”.

Này *Pahārāda*, Pháp và Luật này chỉ có một vị duy nhất là “vị giải thoát khổ sinh” 1 .

Đức Phật thuyết giảng **chân lý Tứ Thánh Đế** trong bài kinh Chuyển Pháp Luân bằng tiếng Pāli (*Dhammacakkappavattanasuttapāli*) lần đầu tiên tại khu rừng phóng sinh nai gọi là *Isipatana* (Chư Phật Độc Giác thường ngự xuống nơi này) để tế độ nhóm 5 Tỳ khưu: Ngài *Koṇḍañña*, Ngài *Vappa*, Ngài *Bhaddiya*, Ngài *Mahānāma* và Ngài *Assaji*.

Đức Phật thuyết dạy sự thật chân lý theo ngôn ngữ chế định được ghi chép lại trong *Tạng Kinh*(*Suttantapiṭaka*) và *Tạng Luật* (*Vinayapiṭaka*).

Muốn biết sự thật chân lý theo ngôn ngữ chế định, bậc thiện trí có thể biết bằng trí tuệ do học hỏi nghiên cứu (*sutāmayapaññā*) và bằng trí tuệ do tư duy đúng đắn (*cintāmayapaññā*).

## 2- Sự thật chân lý đúng theo Chân nghĩa pháp như thế nào?

Sự thật chân lý đúng theo *Chân nghĩa pháp* (*Paramatthadhamma*) là pháp có thực tánh hiện hữu, không bị biến thể theo thời gian quá khứ, hiện tại, vị lai; nghĩa là thực tánh ấy trong thời quá khứ như thế nào, thì thời hiện tại và thời vị lai cũng như thế ấy.

Ví dụ: *Nhãn thức tâm* có phận sự nhìn thấy *sắc trần*, trong thời quá khứ như thế nào, thì thời hiện tại và thời vị lai cũng như thế ấy.

*Sự thật chân lý đúng theo Chân nghĩa pháp* hoàn toàn không dựa vào *đanh từ ngôn ngữ chế định*, mà sự thật chân lý đúng y theo thực tánh của mỗi pháp trong 4 *Chân nghĩa pháp* là *tâm*, *tâm sở*, *sắc pháp*, *Niết Bàn*.

Sự thật chân lý đúng theo Chân nghĩa pháp có 2 loại:

**a- Sabhāvasacca:** Sự thật chân lý đúng theo thực tánh pháp.

- *Kusaladhamma:* Pháp thiện.
- *Akusaladhamma:* Pháp bất thiện.
- *Abyākatadhamma:* Pháp vô ký (không phải pháp thiện, không phải pháp bất thiện), v.v...

Đó là những pháp không phải chúng sinh, không phải người, không phải đàn ông, không phải đàn bà, ..., không phải vật này, vật kia,... mà chỉ là tất cả thực tánh pháp mà thôi.

Đức Phật thuyết dạy *sự thật chân lý đúng theo thực tánh pháp* được ghi chép lại trong *Tạng Vi Diệu Pháp (Abhidhammapitaka)*.

**b- Ariyasacca:** Tứ Thánh Đế là sự thật chân lý.

- *Dukkha ariyasacca:* Khổ Thánh Đế đó là *danh pháp* và *sắc pháp* thuộc trong tam giới mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ.

- *Dukkhasamudaya ariyasacca:* Nhân sinh Khổ Thánh Đế đó là *tham ái*, mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ.

- *Dukkhanirodha ariyasacca:* Diệt Khổ Thánh Đế đó là *Niết Bàn*, Diệt Khổ Thánh Đế mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ.

- *Dukkhanirodhagāminīpaṭipadā ariyasacca:* Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế đó là pháp hành Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh: *Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định* là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, diệt Khổ Thánh Đế mà bậc Thánh Nhân đã chứng ngộ.

Muốn biết sự thật chân lý đúng theo thực tánh pháp, bậc thiện trí không thể biết bằng trí tuệ do học hỏi nghiên cứu, cũng không thể biết bằng trí tuệ do tư duy đúng đắn; hai loại trí tuệ này làm nhân duyên hỗ trợ để phát sinh *trí tuệ do thực hành (bhāvanāmayapaññā)* mới có khả năng biết được sự thật chân lý đúng theo thực tánh pháp (*nếu không có trí tuệ học và trí tuệ do tư duy, thì không thể phát sinh trí tuệ do thực hành*).

Trí tuệ do thực hành đó là trí tuệ thiền tuệ, có 2 loại:

\* **Lokiyavipassanā:** Trí tuệ thiền tuệ tam giới có khả năng thấy rõ, biết rõ được thực tánh các pháp (sabhāvadhamma) của danh pháp, sắc pháp trong tam giới; thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của danh pháp, sắc pháp; thấy rõ, biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp.

\* **Lokuttaravipassanā:** Trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới có khả năng chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn.

## Các Pháp

Pháp của Đức Phật có 2 loại:

1- *Paññattidhamma:* Chế định pháp.

2- *Paramatthadhamma:* Chân nghĩa pháp.

**1- Chế định pháp (Paññattidhamma):** Chế định pháp là pháp do con người căn cứ vào Chân nghĩa pháp có quy ước rõ ràng, chế định đặt ra danh từ để nói, để viết, rồi lưu truyền từ người này sang người khác, từ ngàn xưa cho đến nay.

Chế định pháp có 2 loại chính:

- *Atthapaññatti:* Chế định về ý nghĩa, hình dạng.
- *Saddapaññatti:* Chế định về danh từ ngôn ngữ.

### **1. 1- Quy ước chế định về ý nghĩa, hình dạng (atthapaññatti)**

Mỗi đối tượng có ý nghĩa, có hình dạng khác biệt, nên có nhiều loại chế định như sau:

\* *Santānapaññatti:* Chế định về khối.

Sự chế định này dựa trên khái niệm về tứ đại (*đất, nước, lửa, gió*) liên kết lại với nhau thành hình khối.

Ví dụ:

Khái niệm về mặt phẳng của mặt đất, về chiều cao của núi, về chiều dài của sông, về chiều rộng của biển, v.v...

\* *Samūhapaññatti:* Chế định về tổng hợp.

Sự chế định này dựa trên khái niệm các thành phần lớn nhỏ lắp ráp, kết cấu vào với nhau.

Ví dụ:

Khái niệm về sự tổng hợp các phần lớn nhỏ lắp ráp, kết cấu vào với nhau thành chiếc xe, thành cái nhà, v.v...

\* *Sattapaññatti:* Chế định về chúng sinh.

Sự chế định này dựa trên khái niệm căn cứ ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp.

Ví dụ:

Khái niệm về con người, về đàn ông, về đàn bà, về chư thiên, về phạm thiên, về con voi, về con ngựa, v.v...

\* *Disāpaññatti:* Chế định về phương hướng.

Sự chế định này dựa trên khái niệm căn cứ Thái dương hệ luân chuyển.

Ví dụ:

Khái niệm về phía mặt trời mọc thuộc hướng Đông, về mặt trời lặn thuộc hướng Tây, về hướng Nam, về hướng Bắc, v.v...

\* *Kālapaññatti: Chế định về thời gian.*

Sự chế định này dựa trên khái niệm căn cứ mặt trời.

Ví dụ:

Khái niệm về lúc mặt trời mọc là buổi sáng, về lúc mặt trời đứng bóng là buổi trưa, về lúc mặt trời lặn là buổi chiều, ngày, đêm, tháng, năm, v.v...

\* *Akāsapaññatti: Chế định về hư không.*

Sự chế định này dựa trên khái niệm căn cứ khoảng không, do nương nhờ khoảng trống của tứ đại không dính liền với nhau.

Ví dụ:

Khái niệm về hang, động, giếng, hầm, hố, v.v...

\* *Kasiṇapaññatti: Chế định về đề mục kasiṇa.*

Sự chế định này dựa trên khái niệm căn cứ vào tứ đại... dùng làm đề mục thiền định.

Ví dụ:

Khái niệm về đề mục đất, về đề mục nước, về đề mục lửa, về đề mục gió, v.v...

\* *Nimittapaññatti: Chế định về đối tượng của thiền định (tướng của định).*

Chế định đối tượng này dựa trên khái niệm, phát sinh do thực hành thiền định, có 3 loại:

- *Parikammanimitta*: Đối tượng bắt đầu thực hành thiền định.
- *Uggahanimitta*: Đối tượng thô tương tự phát sinh trong tâm.
- *Paṭibhāganimitta*: Đối tượng vi tế trong sáng phát sinh trong tâm.

Tất cả mọi chế định về ý nghĩa (aṭṭha), hình dạng... khác biệt của mỗi đối tượng tùy theo khái niệm hiện rõ trong tâm tưởng, nên đối tượng ấy không còn hiện rõ *thực tánh* của danh pháp, sắc pháp đúng theo Chân nghĩa pháp, song ý thức tâm có thể nhận biết đối tượng chế định về ý nghĩa ấy theo khái niệm.

## 1. 2- Chế định về danh từ ngôn ngữ (saddapaññatti)

Chế định này không chỉ là về khái niệm đơn thuần, mà còn chế định danh từ ngôn ngữ đặt tên gọi đối tượng, có 2 tính chất đặc biệt là:

- Tâm hướng đến ý nghĩa (aṭṭha).
- Làm cho ý nghĩa ấy hướng về tâm.

### \* Tâm hướng đến ý nghĩa

Đó là tính chất của *thính giả* hoặc *độc giả*, khi nghe hoặc đọc sách báo, một danh từ ngôn ngữ quen thuộc, tâm hướng đến biết ý nghĩa, hình dạng của danh từ ấy.

Ví dụ:

- Danh từ "*mặt đất*", là một mặt bằng do tứ đại kết dính thành khối.
- Danh từ "*con voi*", là một con vật có thân hình to lớn, có bốn bàn chân lớn, có cái vòi dài làm lỗ mũi...

### \* Làm cho ý nghĩa ấy hướng về tâm

Đó là tính chất của *người nói* hoặc *người viết*, trước khi nói hoặc viết một danh từ ngôn ngữ nào, thì ý nghĩ hình ảnh của danh từ ấy đã hiện rõ trong tâm của người nói hoặc người viết.

Ví dụ:

- Danh từ "*mặt đất*", ở trong tâm hiện rõ hình ảnh một mặt phẳng do tứ đại liên kết thành khối.
- Danh từ "*con voi*", ở trong tâm hiện rõ hình ảnh một con vật có thân hình to lớn, có bốn bàn chân lớn, có cái vòi dài làm lỗ mũi, ...
- Danh từ "*khổ*", "*vui*", v.v...

Những danh từ ngôn ngữ này người xưa đã chế định, có quy ước rõ ràng, được lưu truyền lại từ người này sang người khác, từ xưa cho đến nay; dùng để nói, để viết, thông tin, diễn tả ý nghĩa tâm tư, tình cảm của mình, để hiểu biết lẫn nhau.

*Chế định về danh từ ngôn ngữ* có nhiều loại, trong đó có 2 loại căn bản là:

a) *Avijjamānapaññatti*: Danh từ ngôn ngữ chế định *không dựa thực tánh pháp* hiện hữu làm nền tảng.

Ví dụ: Danh từ gọi "*Con người, đàn ông, đàn bà, chư thiên, ngôi nhà, chiếc xe, mặt đất, núi, sông*",...

**b)** *Vijjamānapaññatti*: Danh từ ngôn ngữ chế định dựa thực tánh pháp hiện hữu làm nền tảng.

Ví dụ: anh từ gọi “*Tâm, tâm sở, sắc pháp, Niết Bàn, hoặc sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn, danh pháp, sắc pháp, Khổ Thánh Đế, Tập Thánh Đế, Diệt Thánh Đế, Đạo Thánh Đế*”, v.v...

Những danh từ ngôn ngữ chế định, đều dựa vào thực tánh pháp hiện hữu làm nền tảng, và không dựa vào thực tánh pháp hiện hữu làm nền tảng, cả hai đều thuộc về **Chế định pháp** (*Paññattidhamma*), không phải là **Chân nghĩa pháp** (*Paramatthadhamma*), vì có những tính chất đặc biệt như sau:

- Hoàn toàn tùy thuộc vào khái niệm và danh từ ngôn ngữ chế định.
- Bị hạn chế bởi không gian nơi này, nước kia.
- Bị thay đổi ý nghĩa theo thời gian: *Quá khứ, hiện tại, vị lai*.
- Bị ảnh hưởng trực tiếp vào trình độ hiểu biết của các hạng chúng sinh.
- Không có thực tánh (chỉ là danh từ ngôn ngữ).
- Không có trạng thái riêng của mỗi pháp.
- Không có sự sinh, sự diệt.
- Không có 3 trạng thái chung: *Trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã*.

**Chế định pháp** thuộc về pháp, nên cũng là **pháp vô ngã**.

Do đó, pháp chế định này thuộc về “*sự thật theo ngôn ngữ chế định (sammutisacca)*”, chỉ có thể làm đối tượng của *pháp hành thiền định* mà thôi, hoàn toàn không thể làm đối tượng của *pháp hành thiền tuệ*.

**2- Chân nghĩa pháp (Paramatthadhamma)**: Chân nghĩa pháp là pháp có thực tánh rõ ràng, không bị biến thể theo thời gian: *Quá khứ, hiện tại, vị lai*.

Chân nghĩa pháp có 4 pháp:

- *Citta*: *Tâm* có trạng thái nhận biết đối tượng.
- *Cetasika*: *Tâm sở* có trạng thái tùy thuộc nương nhờ vào tâm mà sinh.
- *Rūpadhamma*: *Sắc pháp* là pháp có trạng thái bị hủy hoại do nóng, lạnh, đói khát, v.v...
- *Nibbāna*: *Niết Bàn* có trạng thái tịch tịnh vắng lặng mọi phiền não, ngũ uẩn.



## **Phần giải thích:**

**1- Tâm (citta):** Có trạng thái biết đối tượng.

Tâm gồm có 89 hay 121 tâm được phân chia theo 4 cảnh giới như sau:

Tâm dục giới (kāma vacaracitta) có 54 tâm - 54 tâm

Tâm sắc giới (rūpa vacaracitta) có 15 tâm - 15 tâm

Tâm vô sắc giới (arūpa vacaracitta) có 12 tâm - 12 tâm

Tâm Siêu tam giới (lokuttaracitta) có 8 tâm hoặc 40 tâm

Tổng cộng: 89 tâm 121 tâm

\* **54 tâm dục giới** được phân chia làm các loại tâm:

- 12 tâm bất thiện:
- + 8 tâm tham.
- + 2 tâm sân.
- + 2 tâm si.
- 18 tâm vô nhân 1 :
- + 7 tâm quả bất thiện vô nhân.
- + 8 tâm quả thiện vô nhân.
- + 3 tâm duy tác vô nhân.
- 24 tâm dục giới tịnh hảo:
- + 8 tâm đại thiện.
- + 8 tâm đại quả.
- + 8 tâm đại duy tác.

\* **15 tâm sắc giới** được phân chia làm 3 loại:

- + 5 tâm thiện sắc giới.

- + 5 tâm quả sắc giới.
- + 5 tâm duy tác sắc giới.
- \* **12 tâm vô sắc giới** được phân chia làm 3 loại:

- + 4 tâm thiện vô sắc giới.
- + 4 tâm quả vô sắc giới.
- + 4 tâm duy tác vô sắc giới.

- \* **8 hoặc 40 tâm Siêu tam giới** được phân chia làm 2 loại:

- + 4 hoặc 20 tâm Thánh Đạo.
- + 4 hoặc 20 tâm Thánh Quả.

**2- Tâm Sở (cetasika):** Tâm sở luôn luôn tùy thuộc, nương nhờ vào tâm, có 4 trạng thái.

- *Đồng sinh với tâm:* Khi tâm nào sinh, thì tất phải có số tâm sở đồng sinh với tâm ấy.
- *Đồng diệt với tâm:* Khi tâm nào diệt, thì tất phải có số tâm sở đồng diệt với tâm ấy.
- *Đồng đối tượng với tâm:* Khi tâm nào có đối tượng nào, thì tất phải có số tâm sở đồng đối tượng với tâm ấy.
- *Đồng nơi sinh với tâm:* Khi tâm nào nương nhờ nơi môn (vatthu) nào phát sinh, thì có số tâm sở cũng nương nhờ nơi môn ấy.

Tâm sở có 4 trạng thái đồng với tâm, mỗi tâm có một số tâm sở đồng sinh. Tâm sở với tâm không bao giờ tách rời nhau, ví như bóng với hình; hình nào thì bóng ấy. Cũng như vậy, tâm nào thì có tâm sở ấy.

### **Phân Loại Tâm Sở**

Tâm sở gồm có 52 tâm sở, mỗi tâm sở có một trạng thái riêng, do đó 52 tâm sở có 52 trạng thái riêng.

52 tâm sở được phân loại như sau:

- \* **Tâm sở sinh chung toàn tâm (sabbacittasādharaṇacetasika):** Có 7 tâm sở đồng sinh với tất cả 89 hoặc 121 tâm như sau:

1- *Phassa: Tâm sở xúc,* có trạng thái tiếp xúc đối tượng.

- 2- *Vedanā*: Tâm sở thọ, có trạng thái cảm thọ nơi đối tượng.
- 3- *Saññā*: Tâm sở tưởng, có trạng thái tưởng nơi đối tượng.
- 4- *Cetanā*: Tâm sở tác ý, có trạng thái tạo tác theo đối tượng.
- 5- *Ekaggatā*: Tâm sở nhất tâm, có trạng thái chú tâm trong đối tượng.
- 6- *Jīvitindriya*: Tâm sở danh mạng căn, có trạng thái bảo hộ danh pháp.
- 7- *Manasikāra*: Tâm sở ý hành, có trạng thái hướng dẫn tâm đến đối tượng.

(7 tâm sở này luôn luôn đồng sinh đầy đủ trong 89 hay 121 tâm).

\* **Tâm sở sinh riêng tùy tâm (pakīṇṇakacetasika)**: Có 6 tâm sở đồng sinh riêng rải rác tùy theo tâm như sau:

- 1- *Vitakka*: Tâm sở hướng tâm, có trạng thái hướng tâm đến đối tượng.
- 2- *Vicāra*: Tâm sở quan sát, có trạng thái quan sát nơi đối tượng.
- 3- *Adhimokkha*: Tâm sở quyết định, có trạng thái quyết định đối tượng.
- 4- *Vīriya*: Tâm sở tinh tấn, có trạng thái tinh tấn.
- 5- *Pīti*: Tâm sở hỷ, có trạng thái hoan hỷ nơi đối tượng.
- 6- *Chanda*: Tâm sở mong muốn, có trạng thái muốn thành đạt.

(6 loại tâm sở này, đồng sinh tùy theo tâm, rải rác trong một số tâm, trừ 10 loại thức tâm (2 nhãn thức tâm, 2 nhĩ thức tâm, 2 tỷ thức tâm, 2 thiệt thức tâm và 2 thân thức tâm)).

\* **Tâm sở bất thiện (akusalacetasika)**: Có 14 tâm sở bất thiện đồng sinh với tâm bất thiện như sau:

- 1- *Moha*: Tâm sở si, có trạng thái không biết thực tánh của các pháp.
- 2- *Ahīrika*: Tâm sở không hổ thẹn, có trạng thái tự mình không biết hổ thẹn tội lỗi, khi hành ác.
- 3- *Anottappa*: Tâm sở không ghê sợ, có trạng thái không ghê sợ tội lỗi, khi hành ác.
- 4- *Uddhacca*: Tâm sở phóng tâm, có trạng thái không an trụ trong đối tượng.

(4 tâm sở này có **tâm sở si** là gốc, đồng sinh với 12 tâm bất thiện).

5- *Lobha*: Tâm sở tham, có trạng thái tham muốn trong đối tượng.

6- *Ditṭhi*: Tâm sở tà kiến, có trạng thái thấy sai, chấp làm nơi đối tượng.

7- *Māna*: Tâm sở ngã mạn, có trạng thái so sánh ta với người khác (*ta hơn người, ta bằng người, ta kém hơn người*).

(3 tâm sở này, có **tâm sở tham** là gốc, đồng sinh với tâm tham).

- Tâm sở tham đồng sinh với 8 tâm tham.

- Tâm sở tà kiến đồng sinh với 4 tâm tham hợp tà kiến.

- Tâm sở ngã mạn đồng sinh với 4 tâm tham không hợp tà kiến (*không chắc chắn*).

8- *Dosa*: Tâm sở sân, có trạng thái hung dữ, tàn bạo, không hài lòng nơi đối tượng.

9- *Issā*: Tâm sở ganh tị, có trạng thái ganh tị của cái, sắc đẹp, địa vị... người khác.

10- *Macchariya*: Tâm sở bòn xén, có trạng thái cất dấu tài sản của mình không cho người khác.

11- *Kukkucca*: Tâm sở hối hận, có trạng thái nóng nảy hối hận việc ác đã làm, việc thiện không làm.

(4 tâm sở này, có **tâm sở sân** là gốc, đồng sinh với 2 tâm sân, riêng *issā, macchariya, kukkucca* không chắc chắn, khi sinh, khi không sinh, tùy theo đối tượng).

12- *Thīna*: Tâm sở buồn chán, có trạng thái không hăng hái trong đối tượng.

13- *Middha*: Tâm sở buồn ngủ, có trạng thái buồn ngủ, buông bỏ đối tượng.

(2 tâm sở này đồng sinh trong 4 tâm tham và 1 tâm sân cần có sự động viên, không chắc chắn).

14- *Vicikicchā*: Tâm sở hoài nghi, có trạng thái hoài nghi nơi đối tượng.

(tâm sở hoài nghi này đồng sinh với 1 tâm si hợp hoài nghi).

(14 tâm sở bất thiện này chỉ đồng sinh rải rác trong 12 tâm bất thiện).

\* **Tâm sở tịnh hảo sinh chung tâm tịnh hảo (sobhaṇasādharaṇacetasika)**: Có 19 tâm sở tịnh hảo đồng sinh với mọi tâm tịnh hảo như sau:

1- *Saddhā*: Tâm sở tín, có trạng thái tin nơi Tam Bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp.

2- *Sati*: Tâm sở niệm, có trạng thái niệm trong đối tượng.

- 3- *Hiri: Tâm sở hổ thẹn, có trạng thái tự mình hổ thẹn tội lỗi.*
- 4- *Ottappa: Tâm sở ghê sợ, có trạng thái ghê sợ tội lỗi.*
- 5- *Alobha: Tâm sở vô tham, có trạng thái không tham muốn, không dính mắc trong đối tượng.*
- 6- *Adosa: Tâm sở vô sân, có trạng thái hiền hòa, không hung dữ nơi đối tượng.*
- 7- *Tatramajjhataṭā: Tâm sở trung dung, có trạng thái làm cho tâm và tâm sở đồng đều nhau.*
- 8- *Kāyapassaddhi: Tâm sở an tịnh tam uẩn 1 , có trạng thái làm an tịnh toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.*
- 9- *Cittapassaddhi: Tâm sở an tịnh thức uẩn, có trạng thái làm an tịnh tâm tịnh hảo ấy.*
- 10- *Kāyalahutā: Tâm sở nhẹ nhàng tam uẩn, có trạng thái làm nhẹ nhàng toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.*
- 11- *Cittalahutā: Tâm sở nhẹ nhàng thức uẩn, có trạng thái làm nhẹ nhàng tâm tịnh hảo ấy.*
- 12- *Kāyamudutā: Tâm sở nhu nhuyễn tam uẩn, có trạng thái làm nhu nhuyễn toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.*
- 13- *Cittamudutā: Tâm sở nhu nhuyễn thức uẩn, có trạng thái làm nhu nhuyễn tâm tịnh hảo ấy.*
- 14- *Kāyakammaññatā: Tâm sở uyển chuyển tam uẩn, có trạng thái làm uyển chuyển toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.*
- 15- *Cittakammaññatā: Tâm sở uyển chuyển thức uẩn, có trạng thái làm uyển chuyển tâm tịnh hảo ấy.*
- 16- *Kāyaguññatā: Tâm sở thành thạo tam uẩn, có trạng thái làm thành thạo toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.*
- 17- *Cittaguññatā: Tâm sở thành thạo thức uẩn, có trạng thái làm thành thạo tâm tịnh hảo ấy.*
- 18- *Kāyajukatā: Tâm sở chánh trực tam uẩn, có trạng thái làm chánh trực toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.*
- 19- *Cittajukatā: Tâm sở chánh trực thức uẩn, có trạng thái làm chánh trực tâm tịnh hảo ấy.*

(19 tâm sở tịnh hảo này đồng sinh với 24 tâm dục giới tịnh hảo + 15 tâm sắc giới + 12 tâm vô sắc giới + 8 hoặc 40 tâm Siêu tam giới (trừ ra 12 tâm bất thiện + 18 tâm vô nhân). Như vậy, 19 tâm sở tịnh hảo này đồng sinh với 59 hoặc 91 tâm).

\* **Tâm sở tiết chế (viraticetasika):** Có 3 tâm sở đồng sinh với tâm, chế ngự tâm không hành ác như sau:

1- *Sammāvācā: Tâm sở chánh ngữ*, có trạng thái tránh xa sự nói dối, nói lời chia rẽ, nói lời thô tục, nói lời vô ích.

2- *Sammākammanta: Tâm sở chánh nghiệp*, có trạng thái tránh xa sự sát sinh, sự trộm cắp, sự tà dâm.

3- *Sammājīva: Tâm sở chánh mạng*, có trạng thái nuôi mạng chân chánh, tránh xa cách sống tà mạng do hành ác.

(3 tâm sở tiết chế này chỉ sinh riêng rẽ từng mỗi tâm sở với 8 tâm dục giới đại thiện, nhưng 3 tâm sở tiết chế này chắc chắn đồng sinh cùng một lúc với 8 hay 40 tâm Siêu tam giới. Như vậy, tâm sở tiết chế này đồng sinh với 16 hoặc 48 tâm).

\* **Vô lượng tâm sở (appamaññācetasika):** Là tâm sở có đối tượng chúng sinh vô lượng, gồm có 2 tâm sở:

1- *Karuṇā: Tâm sở bi*, có trạng thái muốn cứu giúp chúng sinh đang trong cảnh khổ.

2- *Muditā: Tâm sở hỷ*, có trạng thái hoan hỷ với chúng sinh đang hưởng sự an lạc hạnh phúc.

(2 tâm sở vô lượng này chỉ sinh riêng rẽ từng mỗi tâm sở với 8 tâm dục giới đại thiện + 8 tâm dục giới đại duy tác + 12 tâm sắc giới, (trừ 3 tâm sắc giới đệ ngũ thiền). Như vậy, vô lượng tâm sở đồng sinh với 28 tâm).

\* **Tuệ chủ tâm sở (paññindriyacetasika):** Là tâm sở trí tuệ, có 1 tâm sở:

*Tâm sở trí tuệ*, có trạng thái thấy rõ, biết rõ thực tánh của các pháp.

(tâm sở trí tuệ đồng sinh với 4 tâm dục giới đại thiện hợp với trí + 4 tâm dục giới đại quả hợp với trí + 4 tâm dục giới duy tác hợp với trí + 15 tâm sắc giới + 12 tâm vô sắc giới + 8 hay 40 tâm Siêu tam giới. Như vậy, trí tuệ tâm sở đồng sinh với 47 hay 79 tâm).

**Tâm sở** luôn luôn tùy thuộc vào tâm do bởi 4 trạng thái đồng sinh, đồng diệt, đồng đối tượng, đồng nơi phát sinh. Do đó, tâm sở và tâm không thể tách rời nhau.

Khi tâm nào sinh, ắt phải có số tâm sở thích hợp đồng sinh với tâm ấy, để làm phận sự.

**Tâm** thường bị ảnh hưởng bởi **tâm sở**. Tâm sở nào có năng lực, thì **tâm** được gọi tên do năng lực của **tâm sở** ấy.

Ví dụ:

- Gọi **tâm tham**, vì có **tâm sở tham** trong 21 tâm sở đồng sinh với tâm tham. Cũng như vậy,
- Gọi **tâm sân**, vì có **tâm sở sân** trong 22 tâm sở đồng sinh với tâm sân.
- Gọi **tâm si**, vì có **tâm sở si** trong 15 tâm sở đồng sinh với tâm si.
- Gọi **tâm đại thiện** hợp với trí, vì có **tâm sở trí tuệ** trong 38 tâm sở đồng sinh với tâm đại thiện ấy, v.v...

Cũng như màu hòa lẫn trong nước, hòa màu nào vào trong nước, thì nước trở thành màu ấy.

Tâm gồm có 89 hay 121 tâm, và tâm sở gồm có 52 tâm sở. Tâm và tâm sở luôn luôn sinh rồi diệt không ngừng, thay đổi tùy theo 6 đối tượng với 6 môn.

Trong mỗi chúng sinh có số lượng tâm và tâm sở nhiều hay ít không giống nhau, không chắc chắn. Bởi vì:

- Tùy thuộc vào mỗi hạng chúng sinh khác nhau, (có 12 hạng chúng sinh).
- Tùy theo đối tượng khác nhau, (có 6 đối tượng, có 6 loại tâm).
- Tùy thuộc vào cảnh giới tâm khác nhau, (có 4 cảnh giới tâm: dục giới tâm, sắc giới tâm, vô sắc giới tâm và Siêu tam giới tâm).

Chẳng hạn nếu chúng sinh nào mắt mù, tai điếc... thì chúng sinh ấy không có 2 nhãn thức tâm, 2 nhĩ thức tâm,... vì không phát sinh lên được.

### 3- Sắc Pháp (Rūpadhamma)

**Sắc pháp:** Là pháp có trạng thái bị hủy hoại do nóng, lạnh, đói, khát,... (ruppanalakkhaṇa).

Sắc pháp gồm có 28 sắc pháp, phân làm 2 loại:

- **Sắc tứ đại (mahābhūtarūpa).**
- **Sắc phụ thuộc (upādayarūpa).**

**3. 1-Sắc tứ đại (mahābhūtarūpa):** Là 4 sắc pháp rộng lớn làm nền tảng cho các sắc pháp, gồm có:

- **Sắc địa đại (paṭhavīdhātu):** Chất đất.
- **Sắc thủy đại (āpodhātu):** Chất nước.
- **Sắc hỏa đại (tejo dhātu):** Chất lửa.

- *Sắc phong đại (vāyodhātu): Chất gió.*

Sắc tứ đại là sắc pháp có tính chất rộng lớn, có thực tánh rõ ràng.

Sắc tứ đại: *Chất đất, chất nước, chất lửa, chất gió*, là 4 sắc pháp không thể tách rời được, luôn luôn nương nhờ lẫn nhau, song số lượng của sắc đại nào nhiều nhất thì đóng vai trò chính, và được gọi tên của sắc đại ấy.

Sắc tứ đại ở trong thân của chúng sinh và ở bên ngoài thân của chúng sinh, vạn vật.

**a) Sắc địa đại (paṭhavīdhātu):** Là sắc pháp có thực tánh rộng lớn, làm nền tảng cho tất cả mọi sắc pháp khác.

**\* 4 tính chất riêng của sắc địa đại:**

- Sắc địa đại có trạng thái cứng hoặc mềm.
- Sắc địa đại có phận sự làm nền tảng cho các sắc pháp khác đồng sinh.
- Sắc địa đại là nơi tiếp nhận các sắc đồng sinh, là quả hiện hữu.
- Sắc địa đại có 3 sắc đại: *Sắc thủy đại, sắc hỏa đại và sắc phong đại* là nguyên nhân gần để phát sinh.

**\* Sắc địa đại luôn luôn nương nhờ ở 3 sắc đại khác:**

- Sắc địa đại nương nhờ sắc thủy đại để làm cho được đông đặc, rắn chắc.
- Sắc địa đại nương nhờ sắc hỏa đại để giữ gìn.
- Sắc địa đại nương nhờ sắc phong đại để chuyển động, rung chuyển.

**\* Sắc địa đại có trạng thái cứng hay mềm:**

- *Sắc địa đại có trạng thái cứng*, là vì chất đất có số lượng nhiều, hơn 3 sắc đại khác và là chính ở trong mọi sắc pháp ấy. Cho nên, khi sắc thân tiếp xúc với địa đại có cảm giác cứng.

Ví như: *Xương, sắt, đá, gỗ...*

- *Sắc địa đại có trạng thái mềm*, vì chất đất có số lượng ít, nhưng vẫn nhiều hơn 3 sắc đại khác và cũng là chính ở trong mọi sắc pháp ấy. Cho nên, khi sắc thân tiếp xúc với địa đại có cảm giác mềm.

Ví như: *Da thịt, bông gòn,...*



Khi sắc thân tiếp xúc với sắc pháp có trạng thái cứng hay mềm đều thuộc về *sắc địa đại* (ngoài sắc địa đại ra không có sắc pháp nào khi thân tiếp xúc lại có cảm giác cứng hoặc mềm).

Sắc địa đại là một sắc pháp lớn, là nơi nương nhờ của các sắc pháp khác.

**b) Sắc thủy đại** (āpodhātu): Là sắc pháp có thực tánh lỏng, thấm vào mọi sắc pháp khác.

**\* 4 tính chất riêng của sắc thủy đại:**

- Sắc thủy đại có trạng thái lỏng hoặc đông đặc.
- Sắc thủy đại có phận sự làm cho tất cả sắc pháp đồng sinh được phát triển.
- Sắc thủy đại làm kết dính tất cả mọi sắc pháp khác đồng sinh vào nhau là quả hiện hữu.
- Sắc thủy đại có 3 sắc đại: *Địa đại, hỏa đại, phong đại*, là nguyên nhân gần để phát sinh.

**\* Sắc thủy đại luôn luôn nương nhờ ở 3 sắc đại khác:**

- Sắc thủy đại nương nhờ sắc địa đại làm nền tảng.
- Sắc thủy đại nương nhờ sắc hỏa đại để gìn giữ.
- Sắc thủy đại nương nhờ sắc phong đại để chuyển động, rung động.

**\* Sắc thủy đại là sắc pháp có trạng thái lỏng hay đông đặc:**

- *Sắc thủy đại có trạng thái lỏng*, chất nước bình thường có trạng thái lỏng, khi chất nước tiếp xúc với không khí lạnh dưới 0°C, chất nước sẽ đông đặc lại thành khối cứng rắn, ví như nước đá. Nếu đem khối nước đá tiếp xúc với hơi nóng, sẽ tan ra thành chất lỏng như bình thường.

- *Sắc thủy đại có trạng thái đông đặc*, chất nước ở trong chất sáp, chì, đồng, sắt,... khi bị nung đốt, tiếp xúc với sức nóng ở nhiệt độ cao, thì chất sáp, chì, đồng, sắt,... tan ra trở thành thể lỏng trôi chảy. Sự trôi chảy này, không phải là chất nước, mà là chất đất cùng với chất nước. Khi thể lỏng này tiếp xúc với nhiệt độ lạnh, sẽ trở lại đông đặc như trước.

Sắc thủy đại ví như một chất keo gắn dính liền các nguyên tử địa đại vào với nhau.

**\* Chức năng của sắc thủy đại:**

- Sắc thủy đại thấm vào mọi sắc pháp đồng sinh, rồi ở trong sắc pháp ấy.
- Sắc thủy đại làm cho tất cả sắc pháp đồng sinh được phát triển tốt.

- Sắc thủy đại theo gìn giữ tất cả mọi sắc pháp đồng sinh ấy gắn bó, khấn khít lại với nhau không để rời rạc.

Sắc pháp có trạng thái lỏng hay đông đặc thuộc về **sắc thủy đại**.

**c) Sắc hỏa đại** (tejodhātu): Là sắc pháp có trạng thái nóng làm cho chín mềm mọi sắc pháp khác.

**\* 4 tính chất riêng của sắc hỏa đại:**

- Sắc hỏa đại có trạng thái nóng hoặc lạnh.

- Sắc hỏa đại có phận sự làm cho tất cả mọi sắc pháp đồng sinh già dần, đốt cháy cần cối dần.

- Sắc hỏa đại làm cho tất cả mọi sắc pháp đồng sinh khác mềm mại, là quả hiện hữu.

- Sắc hỏa đại có 3 sắc đại: *Sắc địa đại, sắc thủy đại, sắc phong đại*, là nguyên nhân gần để phát sinh.

**\* Sắc hỏa đại luôn luôn nương nhờ ở 3 sắc đại khác:**

- Sắc hỏa đại nương nhờ sắc địa đại làm nền tảng .

- Sắc hỏa đại nương nhờ sắc thủy đại để làm cho dính lại không rời rạc.

- Sắc hỏa đại nương nhờ sắc phong đại để chuyển động, rung chuyển.

**\* Sắc hỏa đại có trạng thái nóng hay lạnh:**

- *Sắc hỏa đại có trạng thái nóng (uṇhatejo)* làm cho tất cả mọi sắc đồng sinh chín dần, mềm mại.

Ví dụ: *Nấu cơm, nấu đồ ăn, ...*

- *Sắc hỏa đại có trạng thái lạnh (sītatejo)* có thể làm khô héo.

**\* Sắc hỏa đại có 5 loại:**

1- *Usmātejo*: Sắc hỏa đại có nhiệt độ ấm ở trong sắc thân của mỗi chúng sinh.

2- *Santappanatejo*: Sắc hỏa đại tăng cao nhiệt độ nóng ở thân thể.

3- *Dahanatejo*: Sắc hỏa đại tăng nhiệt độ nóng lên cao tột bậc có thể làm người bệnh phát khùng.

4- *Jiraṇatejo*: Sắc hỏa đại trong sắc thân làm cho già nua, da nhăn, tóc bạc, răng rụng,...

5- *Pācakatejo*: Sắc hỏa đại làm phận sự tiêu hoá vật thực.

Trong 5 loại sắc hỏa đại này, có 2 loại sắc hỏa đại luôn luôn có trong thân thể của chúng sinh là *usmātejo*: *Sắc hỏa đại có nhiệt độ ấm trong thân thể*, và *pācakatejo*: *Sắc hỏa đại là chất lửa làm tiêu hóa vật thực*. Còn lại 3 loại sắc hỏa đại kia là do sự biến đổi từ sắc hỏa đại có nhiệt độ ấm trong thân thể (*usmātejo*) mà có.

- Đối với người bệnh, khi bị cảm sốt, từ *usmātejo*: *Nhiệt độ ấm trong thân thể* tăng nhiệt độ nóng lên cao trở thành *santappanatejo*: *Sắc hỏa đại tăng nhiệt độ nóng ở thân thể lên cao*. Khi nhiệt độ nóng lên cao đến tột bậc, trở thành *dahanatejo*: *Sắc hỏa đại tăng nhiệt độ nóng lên tột bậc* có thể làm cho người bệnh phát khùng.

- Đối với người bình thường, hằng ngày *usmātejo*: *Nhiệt độ ấm trong thân thể*, thiêu đốt các sắc pháp trong thân thể trở thành *jiraṇatejo*: *Hỏa đại làm cho sắc thân già nua, da nhăn, tóc bạc, răng rụng...*

Khi sắc thân tiếp xúc với sắc pháp có trạng thái nóng hay lạnh, đều thuộc về **sắc hỏa đại**.

**d) Sắc phong đại** (*vāyodhātu*): Là sắc pháp có thực tánh chuyển động, rung chuyển.

**\* 4 tính chất riêng của sắc phong đại:**

- Sắc phong đại có trạng thái di chuyển.
- Sắc phong đại có phận sự làm cho tất cả sắc pháp chuyển động.
- Sắc phong đại làm rung chuyển tất cả sắc pháp đồng sinh là quả hiện hữu.
- Sắc phong đại có 3 sắc: *Sắc địa đại, sắc thủy đại, sắc hỏa đại* là nguyên nhân gần để phát sinh.

**\* Sắc phong đại luôn luôn nương nhờ ở 3 sắc đại khác:**

- Sắc phong đại nương nhờ sắc địa đại làm nền tảng.
- Sắc phong đại nương nhờ sắc thủy đại làm cho nối tiếp, không rời rạc.
- Sắc phong đại nương nhờ sắc hỏa đại làm cho gió có nhiệt độ nóng, gió có nhiệt độ lạnh.

**\* Sắc phong đại có trạng thái phòng và rung chuyển:**

- *Sắc phong đại có trạng thái làm phòng lên*, gọi là *vitthambhanavāyo*: *Chất gió làm căng phòng lên*, làm cho mọi sắc pháp đồng sinh trở nên cứng rắn.

+ Nếu chất gió căng phòng lên trong thân thể, làm cho người ấy có cảm giác khó chịu mỗi mệt, đau nhức toàn thân.

+ Nếu chất gió căng phòng lên ở vật gì thì làm cho vật ấy cứng rắn.

Ví như: *Bơm hơi vào trái bóng, bánh xe...*

- *Sắc phong đại có trạng thái di chuyển, gọi là samīraṇavāyo: Chất gió làm cho mọi sắc pháp đồng sinh di chuyển.*

Chất gió *samīraṇavāyo* ở trong thân thể chúng sinh, làm cho thân cử động, đi lại được. Chúng sinh đi, đứng, ngồi, nằm, co tay vào, duỗi chân ra... đều do năng lực của chất gió này.

**\* Chất gió có 6 loại:**

- 1- *Uddhaṅgamavāyo*: Chất gió bốc lên phía trên.
- 2- *Adhogamavāyo*: Chất gió đẩy xuống phía dưới.
- 3- *Kucchiṭṭhavāyo*: Chất gió ở trong bụng.
- 4- *Koṭṭhāsavāyo*: Chất gió ở trong ruột già.
- 5- *Aṅgamangānusārīvāyo*: Chất gió ở toàn thân thể.
- 6- *Assāsapassāvāyo*: Chất gió hơi thở vô, thở ra.

Đó là 6 loại gió ở trong thân thể của mỗi chúng sinh.

Chất gió *samīraṇavāyo* ở bên ngoài thân thể làm cho rung chuyển, di động từ nơi này đến nơi khác được.

Khi sắc thân tiếp xúc với sắc pháp có trạng thái phòng xep, chuyển động, đều là **sắc phong đại**.

Sắc tứ đại: *Sắc địa đại, sắc thủy đại, sắc hỏa đại, sắc phong đại* có tính chất rộng lớn và có thực tánh rõ ràng.

Trong bộ *Abhidhammatthasaṅgaha (Vi Diệu Pháp Yếu Nghĩa)* dạy rằng: **Xúc trần** là đối tượng của **thân thức tâm** chỉ có 3 sắc đại là:

- 1- *Paṭhavīphoṭṭhabbārammaṇa*: Xúc trần, chất đất cứng hoặc mềm.
- 2- *Tejophoṭṭhabbārammaṇa*: Xúc trần, chất lửa nhiệt độ nóng hoặc nhiệt độ lạnh.
- 3- *Vāyophoṭṭhabbārammaṇa*: Xúc trần, chất gió phòng hoặc xep.

Chỉ có *chất đất, chất lửa và chất gió* có thể tiếp xúc trực tiếp với *thân tịnh sắc* (sắc thân) để phát sinh *thân thức tâm*, biết được *xúc trần*: Cứng hoặc mềm (chất đất), nhiệt độ nóng hoặc nhiệt độ lạnh (chất lửa), phòng hoặc xep (chất gió).

Riêng về *sắc thủy đại* không phải là *xúc trần*, nên không thể biết bằng *thân thức tâm*. *Sắc thủy đại* thuộc về *pháp trần*, nên chỉ có thể biết bằng *ý thức tâm*. Bởi vì, *sắc thủy đại* là đối tượng rất vi tế, thân thức tâm không thể tiếp xúc, nhận biết được.

Trong bộ *Abhidhammavibhāvinītikā* có giảng giải rằng:

"*Āpodhātuyā sukhumabhāvena phusitaṃ asakkuṇeyyattaṃ vuttaṃ...*"

"*Sắc thủy đại có thực tánh rất vi tế, nên thân tịnh sắc không thể tiếp xúc đối tượng sắc thủy đại được*".

Trong nước lạnh hoặc nước nóng, dĩ nhiên có chất nước nhiều hơn các chất đất, chất lửa, chất gió. Khi sắc thân tiếp xúc, tưởng như tiếp xúc với nước. Nhưng sự thật, khi *thân tịnh sắc* tiếp xúc *nhiệt độ nóng* hoặc *nhiệt độ lạnh*, đó là *chất lửa*; *cứng* hoặc *mềm* đó là *chất đất*; sự *chuyển động* đó là *chất gió*. *Thân thức tâm* chỉ biết được *chất đất*, *chất lửa*, *chất gió* ở trong *chất nước* ấy. Vì chất nước không thuộc về *xúc trần*, mà là *pháp trần*, nên chỉ có thể biết bằng *ý thức tâm* mà thôi.

**3. 2-Sắc phụ thuộc (upādāyarūpa):** Là sắc pháp nương nhờ sắc tứ đại này phát sinh, có 24 sắc pháp:

- 5 *tịnh sắc*: *Nhãn tịnh sắc*, *nhĩ tịnh sắc*, *tỷ tịnh sắc*, *thiệt tịnh sắc* và *thân tịnh sắc*.
- 5 *sắc đối tượng*: *Sắc trần*, *thanh trần*, *hương trần*, *vị trần* và *xúc trần* 1 .
- 2 *sắc tính*: *Sắc nam tính* và *sắc nữ tính*.
- 1 *sắc ý căn* (*hadayavatthu*).
- 1 *sắc mạng chủ*.
- 1 *sắc vật thực*.
- 1 *sắc chân không*.
- 2 *sắc cử động*: *Sắc thân cử động*, *sắc khẩu cử động*.
- 3 *sắc biến chuyển*: *Sắc nhẹ nhàng*, *sắc mềm mại*, *sắc uyển chuyển*.
- 4 *sắc trạng thái*: *Sắc sinh*, *sắc liên tục*, *sắc già dạn*, *sắc vô thường*.

24 sắc pháp này hoàn toàn tùy thuộc vào sắc tứ đại mà phát sinh.

Như vậy, sắc pháp gồm có 28 sắc pháp.

Một người bình thường không bị khiếm khuyết vì bệnh tật, trong thân thể người ấy có đủ 27 sắc pháp.

- Nếu là người đàn ông, thì trừ sắc nữ tính.
- Nếu là người đàn bà, thì trừ sắc nam tính.

Trường hợp người có đôi mắt bị mù, hai tai bị điếc,... thì số sắc pháp trong thân thể người ấy bị giảm theo bệnh tật khiếm khuyết ấy.

#### 4- Niết Bàn (Nibbāna)

**Niết Bàn** là pháp có trạng thái tịch tịnh, vắng lặng mọi phiền não, ngũ uẩn, là pháp diệt mọi sự khổ, pháp an lạc tuyệt đối (*santisukha*). **Niết Bàn** thuộc về Diệt Thánh Đế.

Tính chất của Niết Bàn được phân ra nhiều loại, mỗi loại có ý nghĩa như sau:

##### 4.1-Niết Bàn có 2 loại:

1- *Sa upādisesanibbāna: Hữu Dư Niết Bàn*: Niết Bàn đối với bậc Thánh Arahán đã diệt đoạn tuyệt được tất cả mọi tham ái, mọi phiền não, mọi ác pháp không còn dư sót. Nhưng ngũ uẩn vẫn còn tồn tại, cho đến hết tuổi thọ.

2- *Anupādisesanibbāna: Vô Dư Niết Bàn*: Niết Bàn đối với bậc Thánh Arahán đã diệt đoạn tuyệt được tất cả mọi tham ái, mọi phiền não, mọi ác pháp không còn dư sót, đến lúc hết tuổi thọ, tịch diệt Niết Bàn, không còn tái sinh kiếp nào nữa, chấm dứt tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

##### 4.2-Niết Bàn có 3 loại:

1- *Animittanibbāna: Vô Hiện Tượng Niết Bàn*: Niết Bàn đối với hành giả tiến hành thiền tuệ, trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp sinh diệt, thấy rõ biết rõ **trạng thái vô thường** (*aniccalakkhaṇa*) hiện rõ hơn **trạng thái khổ** và **trạng thái vô ngã**, vì **tín pháp chủ 1** có năng lực nhiều hơn 4 pháp chủ khác (*tấn pháp chủ, niệm pháp chủ, định pháp chủ, tuệ pháp chủ*), hay do năng lực của **giới**, dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn. Niết Bàn này gọi là: **"Vô Hiện Tượng Niết Bàn"**, Niết Bàn không có hiện tượng pháp hành hữu vi.

2- *Appanīhanibbāna: Vô Ái Niết Bàn*: Niết Bàn đối với hành giả **tiến hành thiền tuệ**, trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp sinh diệt, thấy rõ biết rõ **trạng thái khổ** (*dukkhalakkhaṇa*) hiện rõ hơn 2 **trạng thái vô thường** và **trạng thái vô ngã**, vì **định pháp chủ 2** có năng lực nhiều hơn 4 pháp chủ khác (*tín pháp chủ, tấn pháp chủ, niệm pháp chủ, tuệ pháp chủ*), hay do năng lực của **định**, dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn. Niết Bàn này gọi là: **"Vô Ái Niết Bàn"**, Niết Bàn không có tham ái nương nhờ.

3- *Suññatanibbāna: Chơn không Niết Bàn*: Niết Bàn đối với hành giả **tiến hành thiền tuệ**, trí tuệ thiền tuệ thấy rõ biết rõ danh pháp, sắc pháp sinh diệt, thấy rõ, biết rõ **trạng thái vô ngã** (*anattalakkhaṇa*) hiện rõ hơn **trạng thái vô thường** và **trạng thái khổ**, vì **tuệ pháp chủ 3** có năng lực nhiều hơn 4 pháp chủ khác (*tín pháp chủ, tấn pháp chủ, niệm pháp chủ, định pháp chủ*), hay do năng lực

của **tuệ**, dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn. Niết Bàn này gọi là: "**Chơn Không Niết Bàn**", Niết Bàn hoàn toàn vô ngã, không phải ta, không phải của ta.

### Tính Chất Của Đối Tượng

Muốn thực hành thiền tuệ dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn giải thoát khổ hoàn toàn khỏi khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài, hành giả không những học hỏi hiểu rõ Chế định pháp và Chân nghĩa pháp, mà còn phải biết phân biệt rõ sự khác biệt giữa đối tượng Chế định pháp và đối tượng Chân nghĩa pháp, bởi vì mỗi đối tượng có tính chất riêng biệt hoàn toàn khác nhau như sau:

1- *Đối tượng Chế định pháp* không có thực tánh pháp, không có sự sinh, sự diệt, không có trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã, cho nên không dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, không chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, không thể giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài. Cho nên, Chế định pháp chỉ làm đối tượng của pháp hành thiền định mà thôi; hoàn toàn không thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

2- *Đối tượng Chân nghĩa pháp* có thực tánh pháp, có sự sinh, sự diệt, có trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã, cho nên dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài. Cho nên, Chân nghĩa pháp có thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

Như Đức Phật dạy:

*Aniccā  
dukkhānattā  
Nibbānañceva  
anattā iti nicchayā 1 .*

*sabbe  
ca*

*saṅkhārā,  
saṅkhatā.  
paññatti,*

*Tất  
Danh  
Đều  
Vô  
Niết  
Thuộc về pháp vô ngã.*

*cả  
pháp  
có  
thường,  
Bàn*

*pháp  
và  
ba  
khổ,  
và*

*hữu  
sắc  
trạng  
vô  
chế*

*vi  
pháp,  
thái  
ngã.  
định*

### Lợi Ích Của Chế Định Pháp và Chân Nghĩa Pháp

Đức Phật thuyết pháp tế độ chúng sinh thường dùng 2 phương pháp:

1- *Sammutidesanā: Thuyết pháp theo sự thật ngôn ngữ chế định.*

Ví dụ: Đức Phật sử dụng danh từ gọi “*chúng sinh, con người, đàn ông, đàn bà, chư thiên, phạm thiên, con voi, con ngựa, ngôi nhà, chiếc xe*”... mà người đời đặt ra, có quy ước chế định được lưu truyền từ đời này sang đời khác cho đến ngày nay, mọi người đã chấp nhận xem như là sự thật.

2- *Paramatthadesanā: Thuyết pháp theo sự thật Chân nghĩa pháp.*

Ví dụ: Đức Phật thuyết pháp về “*tâm, tâm sở, sắc pháp, Niết Bàn, danh pháp, sắc pháp, sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn, Khổ Thánh Đế, Tập Thánh Đế, Diệt Thánh Đế, Đạo Thánh Đế*”,...

Bởi vì, Đức Phật có 2 loại trí tuệ đặc biệt, mà bậc Thánh Thanh Văn không có, đó là:

- *Indriyaparopariyattañāṇa: Trí tuệ thấy rõ, biết rõ căn duyên cao thấp của mỗi chúng sinh.*
- *Āsayānusayañāṇa: Trí tuệ thấy rõ, biết rõ nghiệp quả và phiền não ngấm ngàm của mỗi chúng sinh.*

Khi tế độ chúng sinh, Đức Phật quán xét căn duyên của mỗi chúng sinh nên thuyết pháp cách nào.

\* Nếu chúng sinh nào, tiền kiếp không từng nghe, học hỏi về *Chân nghĩa pháp*, thì trước tiên Đức Phật thuyết pháp về *sự thật do ngôn ngữ chế định* làm nền tảng, rồi tiếp theo thuyết pháp về *sự thật theo Chân nghĩa pháp*, để hướng dẫn tâm trí của chúng sinh ấy, đạt đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả.

\* Nếu chúng sinh nào, tiền kiếp đã từng nghe, học hỏi về *Chân nghĩa pháp*, thì Đức Phật thuyết pháp trực tiếp về *sự thật theo Chân nghĩa pháp*, để hướng dẫn tâm trí của chúng sinh ấy, đạt đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả.

Cho nên, sự thuyết pháp của Đức Phật chắc chắn đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an lạc lâu dài cho chúng sinh trong kiếp hiện tại lẫn nhiều kiếp vị lai.

## **LỢI ÍCH CỦA SỰ THẬT THEO NGÔN NGỮ CHẾ ĐỊNH**

Trong Chú giải kinh *Ananganasutta* 1 dạy:

Đức Phật thuyết giảng sự thật theo ngôn ngữ chế định về con người đem lại sự lợi ích có 8 trường hợp như sau:

### **1- Để cho con người biết hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi (hirottappadīpanattha)**

Nếu Đức Phật thuyết giảng rằng: “*Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp nên biết hổ thẹn tội lỗi, nên biết ghê sợ tội lỗi*”, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ nghi ngờ thắc mắc rằng: “*Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp nào nên biết hổ thẹn tội lỗi, nên biết ghê sợ tội lỗi?*”.



Nhưng khi Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Tỳ khưu, Tỳ khưu ni, cận sự nam, cận sự nữ... phải nên biết hổ thẹn tội lỗi, nên biết ghê sợ tội lỗi..."*, thì các hàng đệ tử lắng nghe sẽ hiểu rõ, không nghi ngờ thắc mắc nữa.

Do đó, Đức Phật thuyết pháp dùng con người làm nền tảng (*puggalādhiṭṭhāna*).

## **2- Để chứng tỏ mỗi chúng sinh đều có nghiệp là của riêng mình (kammassakatādīpanattha)**

Nếu Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp đều có nghiệp là của riêng mình"*, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ không hiểu, nghi ngờ thắc mắc rằng: *"Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp nào có nghiệp là của riêng mình?"*.

Nhưng khi Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Mỗi chúng sinh đều có nghiệp là của riêng mình"*, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ dễ hiểu, không nghi ngờ thắc mắc nữa.

Do đó, Đức Phật thuyết pháp dùng con người làm nền tảng.

## **3- Để làm cho nổi bật công việc của mỗi người (paccattapurisakāradīpanattha)**

Nếu Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Ngôi chùa Jetavana do ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp ấy xây cất"*, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ không biết người nào xây cất, thắc mắc nghi ngờ rằng: *"Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp nào xây cất?"*.

Nhưng khi Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Ngôi chùa Jetavana do ông phú hộ Anāthapiṇḍika cho người xây cất. Ngôi chùa Pubbārama do bà Visākhā cho người xây cất..."*, thì các hàng đệ tử lắng nghe sẽ dễ hiểu không nghi ngờ thắc mắc.

Do đó, Đức Phật thuyết pháp dùng con người làm nền tảng.

## **4- Để biết rõ người phạm nghiệp ác vô gián (anantariyadīpanattha)**

Nếu Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp này phạm phải nghiệp ác vô gián: Giết cha, giết mẹ, giết bậc Thánh Arahán, làm cho Đức Phật bầm máu, chia rẽ chư Tỳ khưu Tăng"*, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ không biết ai, nghi ngờ thắc mắc rằng: *"Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp nào đã phạm nghiệp ác vô gián như vậy?"*.

Nhưng khi Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Vua Ajātasattu giết Phụ vương tên là Bimbisāra. Tỳ khưu Devadatta làm cho Đức Phật bầm máu, chia rẽ Tỳ khưu Tăng..."*, thì các hàng đệ tử lắng nghe, biết được người phạm nghiệp ác vô gián, không nghi ngờ thắc mắc.

Do đó, Đức Phật thuyết pháp dùng con người làm nền tảng.

## **5- Để làm đề mục niệm rải tứ vô lượng tâm (brahmavihāradīpanattha)**

Nếu Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Hành giả nên niệm rải tâm từ đến ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp. Nên niệm rải tâm bi..., niệm rải tâm hỷ..., niệm rải tâm xả đến ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp"*, là những đối tượng không rõ ràng. Hành giả không thể làm đề mục để thực hành thiền định niệm rải tâm từ..., niệm rải tâm bi..., niệm rải tâm hỷ..., niệm rải tâm xả... được. Như vậy, tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả không thể phát sinh, các bậc thiền cũng không thể phát triển được.

Nhưng khi Đức Phật thuyết giảng rằng:

- *"Hành giả nên thực hành niệm rải tâm từ đến đối tượng hạ chúng sinh đáng yêu, đáng mến"*.
- *"Hành giả nên thực hành niệm rải tâm bi đến đối tượng hạ chúng sinh đang ở trong cảnh khổ, mong cho họ được thoát khổ"*.
- *"Hành giả nên thực hành niệm rải tâm hỷ đến đối tượng hạ chúng sinh đang hưởng sự an lạc hạnh phúc, mong cho sự an lạc hạnh phúc được lâu dài"*.
- *"Hành giả nên thực hành niệm rải tâm xả đến đối tượng hạ chúng sinh có nghiệp là của riêng họ, họ thọ hưởng quả an lạc do thiện nghiệp, họ thọ quả khổ do ác nghiệp của họ đã tạo"*.

Như vậy, hành giả sẽ hiểu rõ từng mỗi đối tượng niệm rải tâm từ, niệm rải tâm bi, niệm rải tâm hỷ, niệm rải tâm xả một cách rõ ràng, nên sự thực hành thiền định có thể chứng đắc các bậc thiền được.

Do đó, Đức Phật thuyết pháp dùng con người, chúng sinh làm nền tảng.

## **6- Để ứng dụng vào trí tuệ "Túc Mạng Minh" (pubbenivāsadīpanattha)**

Nếu Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Tiền kiếp của Như Lai sinh làm ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp như thế ấy, như thế ấy... đã tạo ba-la-mật như thế ấy..."*, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ không hiểu biết được, nghi ngờ thắc mắc rằng: *"Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp nào tiền kiếp của Đức Phật đã tạo ba-la-mật như vậy...?"*.

Nhưng khi Đức Phật thuyết giảng rằng: *"Trong tiền kiếp, Như Lai sinh làm Hoàng thái tử Vessantara, Mẫu hậu là Phussatā, Phụ vương là Đức vua Sañjeyya trị vì ở kinh thành Jetuttara, khi Đức Bồ Tát Vessantara trưởng thành, Phụ vương đã truyền ngôi báu, lên làm Vua, và kết hôn cùng Hoàng hậu Maddī, hạ sinh được Hoàng tử Jāli và Công chúa Kaṇhā. Đức vua Bồ Tát hoan hỷ trong pháp hành bố thí ba-la-mật, nên đã bố thí voi quý của triều đình, bố thí của cải, thậm chí bố thí cả Hoàng tử Jāli, Công chúa Kaṇhā, và Hoàng hậu Maddī... Hay tiền kiếp của Như Lai đã từng sinh làm Đức vua..., voi chúa, khỉ chúa... đã tạo ba-la-mật như thế ấy"*, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ hiểu biết được, không còn nghi ngờ, thắc mắc.

Do đó, Đức Phật thuyết pháp dùng chúng sinh, con người làm nền tảng.

## **7- Để phân biệt được Bậc có giới đức trong sạch xứng đáng thọ lãnh vật dụng cúng dường (dakkhiṇāvissuddhidīpanattha)**

Nếu Đức Phật thuyết giảng dạy rằng: “*Nên bố thí cúng dường đến ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp có giới đức trong sạch, sẽ được nhiều phước thiện, có nhiều quả báu cao quý*”, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ nghi ngờ thắc mắc rằng: “*Ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp nào có giới đức trong sạch để mình bố thí, rồi được nhiều phước thiện, nhiều quả báu cao quý?*”.

Nhưng khi Đức Phật thuyết giảng rằng: “*Nên làm phước bố thí cúng dường đến chư Thánh Tăng, là bậc giới đức trong sạch, sẽ được nhiều phước thiện, sẽ có nhiều quả báu cao quý suốt vô lượng kiếp*”, thì các hàng đệ tử lắng nghe, sẽ hiểu biết được, không nghi ngờ thắc mắc nữa.

Do đó, Đức Phật thuyết pháp dùng con người chúng sinh làm nền tảng.

## **8- Để gìn giữ sự thật ngôn ngữ ở đời không bị mai một (lokasammutti appahānattha)**

Đức Phật thuyết pháp giảng dạy với mục đích tế độ chúng sinh để giải thoát cảnh khổ. Điều quan trọng đầu tiên, chúng sinh nghe hiểu rõ được giáo pháp của Ngài. Cho nên, Đức Phật vẫn phải dùng đến những danh từ ngôn ngữ chế định, mà người đời thường dùng để thông tin truyền đạt ý nghĩ, tư tưởng với nhau để thuyết giảng chánh pháp.

Như vậy, chúng sinh sẽ hiểu rõ được chánh pháp rồi *thực hành thiền tuệ*, dẫn đến sự chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn, giải thoát cảnh khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Do đó, Đức Phật dùng ngôn ngữ chế định, cốt để gìn giữ sự thật ngôn ngữ ở đời không bị mai một.

Đó là 8 điều lợi ích của sự thật theo ngôn ngữ chế định.

### **LỢI ÍCH CỦA SỰ THẬT THEO CHÂN NGHĨA PHÁP**

Hành giả ***thực hành thiền tuệ***, điều quan trọng đầu tiên cần phải học hỏi hiểu biết rành rẽ thông thạo về Chân nghĩa pháp, có 4 pháp: *Tâm, tâm sở, sắc pháp, Niết Bàn*, được phân chia thành những pháp như: *Ngũ uẩn, 12 xứ, 18 giới*,... tóm tắt còn 2 pháp là:

- *Sắc pháp (rūpadhamma)* thuộc pháp hữu vi.
- *Danh pháp (nāmadhamma)* thuộc pháp hữu vi, đó là *tâm* và *tâm sở*.
- *Danh pháp (nāmadhamma)* thuộc pháp vô vi, đó là *Niết Bàn*.

**Niết Bàn** thuộc danh pháp đặc biệt, chỉ làm đối tượng của tâm Siêu tam giới, đó là 4 Tâm Thánh Đạo và 4 Tâm Thánh Quả mà thôi.

**Sự thật Chân nghĩa pháp** (*Paramatthasacca*) không thể thấy rõ, biết rõ bằng *trí tuệ do học hỏi* (*sutāmayapaññā*), hoặc *trí tuệ do tư duy* (*cintāmayapaññā*), mà chỉ thấy rõ, biết rõ bằng *trí tuệ do thực hành thiền tuệ* (*bhāvanāmayapaññā*) mà thôi.

\* **Kết quả của sự thật theo ngôn ngữ chế định**

Trong đời này, có số người chỉ biết **sự thật theo ngôn ngữ chế định**, mà không hiểu biết **sự thật theo Chân nghĩa pháp**, nên không hiểu rõ *đanh pháp, sắc pháp* là *pháp vô ngã*. Số người ấy, thường phát sinh *tà kiến theo chấp ngã (attānuditṭhi)*, cho là ta, của ta, người, của người, chúng sinh, vật này, vật kia,... để phát sinh mọi phiền não, *tự làm khổ mình, làm khổ người, tự làm khổ mình lẫn làm khổ người*.

\* **Kết quả của sự thật theo Chân nghĩa pháp**

Trong đời này, bậc Thánh Nhân đã thấy rõ, biết rõ **sự thật theo Chân nghĩa pháp** là **pháp vô ngã**, có thiên tuệ chánh kiến, Thánh Đạo chánh kiến, Thánh Quả chánh kiến, đã diệt đoạn tuyệt được *tà kiến chấp thủ ngũ uẩn (sakkāyaditṭhi)* rồi, nên không còn chấp ta, người, chúng sinh, vật này, vật kia,...

Trong cuộc sống hằng ngày, bậc Thánh Nhân vẫn biết rõ **sự thật theo ngôn ngữ chế định** dùng để giao tiếp với mọi người: *Như thuyết pháp, nói đạo, thông tin, truyền đạt ý nghĩ của mình*. Nhưng đặc biệt bậc Thánh Nhân *hoàn toàn không chấp ngã*. Cho nên, phiền não không phát sinh, *không tự làm khổ mình, không làm khổ người, không tự làm khổ mình lẫn làm khổ người*.

Đó là điều lợi ích của sự thật **Chân nghĩa pháp**.

---

1 Dī. Mahāvagga, kinh Mahāsudassanasutta.

[1] Vivaṭṭathāyī saṅkhyeyyakappa: A-tăng-kỳ kiếp trụ của trái đất.

[2] Đại kiếp (mahākappa): Trái qua 4 a-tăng-kỳ thành, trụ, hoại, không của kiếp trái đất.

1 Saṃ. Mahāvagga, kinh Chiggaḷasutta.

2 Cái ách là một dụng cụ đeo trên cổ, như ách đeo cổ con bò. Ở đây nên hiểu rằng một tấm gỗ có lỗ nhỏ vừa cái đầu con rùa chui vào. **Chiggaḷayuga = chiggaḷa + yuga** (*chiggaḷa = cái lỗ, yuga = cái ách mang vào cổ*), *chiggaḷayuga = cái ách có lỗ nhỏ mang vào cổ*.

1 Chú giải Aṅguttaranikāya, phần Ekakanipāta

1 Saṃ. Mahāvagga, Saccasamyutta, kinh Aññasutta.

1 Dī. Mahāvagga. Kinh Mahāparinibbānasutta.

1 Dī. Mahāvagga, Mahāparinibbānasutta, đoạn Ariyasaccakathā.

2 Trầm luân: Chìm đắm trong cảnh khổ.

1 Saṃyuttanikāya, Mahāvagga, Kinh Dhammacakkappavattanasutta.

1 Bộ Visuddhimagga, phần Pariññādikicchakathā.

1 Bộ Saṃyuttanikāya, Mahāvagga, kinh Gavampatisutta.

1 Bộ Saṃyuttanikāya, Sagathavagga, kinh Vajirāsutta.

1 Bộ Dhammapadagāthā.

1 5 pháp chủ: *Tín pháp chủ, tấn pháp chủ, niệm pháp chủ, định pháp chủ, tuệ pháp chủ.*

2 Bộ Chú giải Saṃyuttanikāya, Mahāvagga, kinh Ekābhīññasutta.

1 Aṅguttaranikāya, phần Aṭṭhakanipāta, kinh Pahārādasutta.

1 Tâm vô nhân là tâm không có nhân nào trong 6 nhân (*tham, sân, si, vô tham, vô sân, vô si*) đồng sinh với tâm.

1 Trong mỗi tâm tịnh hảo gồm có đủ 4 uẩn: Tâm tịnh hảo ấy là **thức uẩn**, và một số tâm sở tịnh hảo đồng sinh với tâm tịnh hảo ấy, gồm có 3 uẩn: *Tâm sở thọ là **thọ uẩn**, tâm sở tưởng là **tưởng uẩn**, các tâm sở còn lại là **hành uẩn**.*

1 Xúc trần: Có 3 sắc đất, lửa, gió đã tính trong phần sắc tứ đại rồi, nên trong phần sắc phụ thuộc không tính vào 24 sắc pháp.

1 Tín pháp chủ: Đức tin làm chủ có năng lực hơn 4 pháp chủ còn lại.

2 Định pháp chủ: Định làm chủ có năng lực hơn 4 pháp chủ còn lại.

3 Tuệ pháp chủ: Tuệ làm chủ có năng lực hơn 4 pháp chủ còn lại.

1 Vinayapiṭaka, bộ Parivāra, phần Samuṭṭhānasāsasāṅkhepa.

1 Bộ Majjhimanikāya, Mūlapannāsa, Ananganasuttavanna.

-ooOoo-

***Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa***  
***Con đem hết lòng thành kính dành lễ Đức Thế Tôn, Đức Arahán, Đức Chánh Đẳng Giác ấy***

oo0oo

**Phần II**

**Con đường giải thoát khổ hoàn toàn**

Con đường giải thoát khổ hoàn toàn phải là con đường dẫn đến giải thoát *khổ tái sinh(jātidukkha)* trong ba giới bốn loài. Đó mới thật gọi là *giải thoát khổ hoàn toàn*. Hễ còn tái sinh trong cõi nào trong tam giới, thì vẫn còn khổ, chỉ có khác nhau mức độ khổ nhiều khổ ít mà thôi, bởi vì trong tam giới, *khổ* là *sự thật chân lý (dukkhasacca)*, còn *lạc* chỉ là *sự đảo điên(sukhavipallāsa)* mà thôi. Thật ra, ngũ uẩn là vô thường, khổ, vô ngã, đều là *Khổ đế*. Bậc Thánh Nhân có *trí tuệ thiên tuệ Siêu tam giới* chứng ngộ sự thật chân lý Khổ đế này gọi là *Khổ Thánh Đế*.

Đức Phật dạy:

"*Jighacchāparamā* *rogā,*  
*saṅkhāraparamā* *dukkhā.*  
*Etam* *ñatvā* *yathābhūtam,*  
*Nibbānam paramam sukham*" 1 .

"Đói khát là căn bệnh trầm kha cực kỳ khó chữa.  
 Ngũ uẩn là căn bệnh đói khát không sao chữa trị khỏi hẳn được, cứ dai dẳng suốt cuộc đời cho đến chết, không có căn bệnh nào bằng. Cho nên, Đức Phật dạy:  
 Đói khát, ngũ uẩn là Căn bệnh trầm kha cực kỳ khó chữa.  
 Chứng ngộ Niết Bàn là cực lạc".

Trong các chứng bệnh tuy có những bệnh nặng, nhưng chữa trị một thời gian lâu cũng có thể khỏi hẳn; còn căn bệnh đói khát không sao chữa trị khỏi hẳn được, cứ dai dẳng suốt cuộc đời cho đến chết, không có căn bệnh nào bằng. Cho nên, Đức Phật dạy:

"Đói khát là căn bệnh trầm kha cực kỳ khó chữa".

Trong mọi nỗi khổ, nỗi khổ phải săn sóc ngũ uẩn suốt ngày đêm không bao giờ ngừng nghỉ là nỗi khổ cực kỳ trầm trọng, không có nỗi khổ nào bằng. Do đó, Đức Phật dạy:

"Ngũ uẩn là cực kỳ đau khổ".

Bậc thiện trí có trí tuệ sáng suốt thấy rõ, biết rõ căn bệnh đói khát, nỗi khổ của ngũ uẩn đều là Khổ đế, nên tìm con đường giải thoát khổ.

Trong mọi sự an lạc, như sự an lạc trong ngũ dục 2 , sự an lạc trong khi đang nhập thiền. Những sự an lạc này cũng bị vô thường chi phối, nên chung quy chỉ có Khổ đế mà thôi. Chỉ có Niết Bàn không bị vô thường chi phối, nên mới có sự an lạc tuyệt đối thật sự, không có sự an lạc nào bằng. Do đó, Đức Phật dạy:

"Niết Bàn thật là cực kỳ an lạc".

Muốn chứng ngộ Niết Bàn chỉ có con đường pháp hành Bát Chánh Đạo, khi hợp đủ 8 chánh: *Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định*, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn diệt Khổ Thánh Đế.

## **Bát Chánh Đạo có 8 chánh là:**

- 1- *Chánh kiến*: Trí tuệ chân chính là trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới chứng ngộ sự thật chân lý Tứ Thánh Đế: Khổ Thánh Đế, Nhân sinh Khổ Thánh Đế, Diệt Khổ Thánh Đế, Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế, có đối tượng Niết Bàn.
- 2- *Chánh tư duy*: Tư duy chân chính là tư duy thoát ra khỏi ngũ trần, tư duy không làm khổ mình, khổ người, tư duy không làm hại mình, hại người, có đối tượng Niết Bàn.
- 3- *Chánh ngữ*: Nói chân chính là tránh xa sự nói dối, tránh xa sự nói lời chia rẽ, tránh xa sự nói lời thô tục chửi rủa mắng nhiếc, tránh xa sự nói lời vô ích, có đối tượng Niết Bàn.
- 4- *Chánh nghiệp*: Hành nghiệp chân chính là tránh xa sự sát sinh, tránh xa sự trộm cắp, tránh xa sự tà dâm, có đối tượng Niết Bàn.
- 5- *Chánh mạng*: Nuôi mạng chân chính là tránh xa cách sống tà mạng do thân và khẩu hành ác, có đối tượng Niết Bàn.
- 6- *Chánh tinh tấn*: Tinh tấn chân chính là tinh tấn 4 điều:
  - Tinh tấn ngăn ác pháp chưa sinh thì không cho phát sinh.
  - Tinh tấn diệt ác pháp đã phát sinh.
  - Tinh tấn làm cho thiện pháp chưa sinh thì phát sinh.
  - Tinh tấn làm tăng trưởng thiện pháp đã phát sinh, có đối tượng Niết Bàn.
- 7- *Chánh niệm*: Niệm chân chính là niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp, có đối tượng Niết Bàn.
- 8- *Chánh định*: Định chân chính là định tâm trong các bậc thiền Siêu tam giới, có đối tượng Niết Bàn.

Bát Chánh Đạo khi hợp đủ 8 chánh là pháp hành dẫn đến chứng ngộ sự thật chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Bát Chánh Đạo đó là 8 tâm sở đồng sinh trong tâm Thánh Đạo chắc chắn chỉ có đối tượng Niết Bàn mà thôi.

8 tâm sở đồng sinh trong tâm Thánh Đạo làm phạm sự Bát Chánh Đạo là:

- 1- *Tâm sở trí tuệ (paññācetasika)* gọi là *chánh kiến (sammādiṭṭhi)*
- 2- *Tâm sở hướng tâm (vitakkacetāsika)* gọi là *chánh tư duy (sammāsankappa)*
- 3- *Tâm sở chánh ngữ (sammāvācācetasika)* gọi là *chánh ngữ (sammāvācā)*

- 4- *Tâm sở chánh nghiệp (sammākammantacetāsika)* gọi là *chánh nghiệp (sammākammanta)*
- 5- *Tâm sở chánh mạng (sammā ājīvacetasika)* gọi là *chánh mạng (sammā ājīva)*
- 6- *Tâm sở tinh tấn (viriyacetāsika)* gọi là *chánh tinh tấn (sammāvāyāma)*
- 7- *Tâm sở niệm (saticetasika)* gọi là *chánh niệm (sammāsati)*
- 8- *Tâm sở nhất tâm (ekaggatācetasika)* gọi là *chánh định (sammāsamādhī)*

Trong tâm Thánh Đạo có 36 tâm sở đồng sinh, nhưng chỉ có 8 tâm sở (*tâm sở trí tuệ, tâm sở hướng tâm, tâm sở chánh ngữ, tâm sở chánh nghiệp, tâm sở chánh mạng, tâm sở tinh tấn, tâm sở niệm, tâm sở nhất tâm*) có tên trong Bát Chánh Đạo, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết bàn diệt Khổ Thánh Đế, gọi tắt là *Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế*, hoặc **Đạo Thánh Đế**. Còn *tâm Thánh Đạo* cùng với 28 tâm sở còn lại không gọi là *Pháp hành diệt Khổ Thánh Đế*, hoặc *Đạo Thánh Đế* và cũng không có trong 3 Thánh Đế còn lại. Cho nên, gọi là *ngoại Thánh Đế (Saccavimutti)* hoặc ngoài Tứ Thánh Đế.

Trong tâm Thánh Đạo có 8 tâm sở có tên trong Bát Chánh Đạo là *chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định* tuần tự trước sau theo thứ tự thuyết pháp và theo tính chất quan trọng hỗ trợ: Chánh đạo trước hỗ trợ cho chánh đạo sau như chánh kiến có vai trò quan trọng chứng ngộ sự thật chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, nên đề cao *chánh kiến* trước hỗ trợ cho *chánh tư duy*, rồi *chánh tư duy* hỗ trợ cho *chánh ngữ*, v.v... theo tuần tự cho đến *chánh định*. 8 chánh đạo này đồng sinh, đồng diệt, nên không phải trước sau theo thời gian.

Ví dụ:

Như một thang thuốc có 8 vị thuốc, trong 8 vị có một vị thuốc chính trị bệnh, 7 vị thuốc còn lại là phụ, bỏ thang thuốc ấy vào siêu sắc thuốc, đổ 2 chén nước sắc còn 8 phân. Bệnh nhân uống chén thuốc ấy 1 lần có đầy đủ 8 chất thuốc hỗ trợ lẫn nhau trị bệnh. Cũng như vậy, 8 chánh đạo là 8 tâm sở đồng sinh trong tâm Thánh Đạo cùng một lúc không trước không sau. Riêng mỗi chánh đạo có khả năng diệt mỗi tà đạo, như *chánh kiến* diệt tà kiến, *chánh tư duy* diệt tà tư duy, *chánh ngữ* diệt tà ngữ, *chánh nghiệp* diệt tà nghiệp, *chánh mạng* diệt tà mạng, *chánh tinh tấn* diệt tà tinh tấn, *chánh niệm* diệt tà niệm, *chánh định* diệt tà định.

8 chánh đạo diệt đoạn tuyệt được tham ái, phiền não, tùy theo mỗi Thánh Đạo Tuệ.

Bát Chánh Đạo là 8 tâm sở này chỉ đồng sinh cùng một lúc trong *tâm Siêu tam giới (4 Tâm Thánh Đạo + 4 Tâm Thánh Quả)* mà thôi. Còn trong **tâm tam giới** không có đầy đủ Bát Chánh Đạo, nhất là 3 tâm sở: *Chánh ngữ, chánh nghiệp* và *chánh mạng* chỉ phát sinh riêng rẽ mỗi tâm sở trong 8 tâm đại thiện dục giới mà thôi, 3 tâm sở này không phát sinh trong các tâm tam giới còn lại.

### **Pháp Hành Bát Chánh Đạo**



Pháp hành Bát Chánh Đạo là *chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm* và *chánh định* là 8 tâm sở chỉ đồng sinh trong tâm Siêu tam giới (4 Tâm Thánh Đạo + 4 Tâm Thánh Quả) mà thôi, như vậy pháp hành Bát Chánh Đạo không phải pháp hành bắt đầu thực hành, cũng không phải pháp hành đang thực hành, mà là pháp hành đã thực hành xong rồi, hoàn thành xong mọi phận sự Tứ Thánh Đế. Đó là *giai đoạn cuối cùng của pháp hành Bát Chánh Đạo*.

### **Vậy, giai đoạn bắt đầu thực hành pháp hành Bát Chánh Đạo như thế nào?**

Thực hành pháp hành Bát Chánh Đạo giai đoạn đầu là **thực hành chánh niệm**, là **niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp**.

### **Pháp Hành Tứ Niệm Xứ**

Trong Chú giải bài kinh *Đại Tứ Niệm Xứ* giảng giải rằng: "*Pubbabhāgasatipatṭhānamaggo*": *Tứ Niệm Xứ là chánh đạo phần đầu*.

Tứ Niệm Xứ trong bài kinh *Đại Niệm Xứ* là:

#### **1- Phần niệm thân có 14 đối tượng:**

- 1.1 Đối tượng hơi thở vô, hơi thở ra.
- 1.2 Đối tượng tứ oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm*.
- 1.3 Đối tượng tỉnh giác các oai nghi phụ: *Bước tới trước, bước quay lại sau, nhìn thẳng, nhìn bên trái, bên phải, co tay, chân vào, duỗi tay, chân ra, v.v...*
- 1.4 Đối tượng quán 32 thể trước trong thân: *Tóc, lông, móng, răng, da, v.v...*
- 1.5 Đối tượng quán tứ đại trong thân: *Đất, nước, lửa, gió*.

#### **\* Đối tượng 9 loại tử thi trong nghĩa địa**

- 1.6 Tử thi chết 1-2-3 ngày sinh lên,...
- 1.7 Tử thi bị các loài chim, quạ, diều, kên kên, ... mổ ăn thịt; các loài thú chó, cọp cắn xé ăn thịt.
- 1.8 Bộ xương còn thịt và máu,...
- 1.9 Bộ xương không còn thịt, còn dính máu,...
- 1.10 Bộ xương không còn thịt, không còn máu,...
- 1.11 Bộ xương không còn gân, bị rã rời mỗi thứ một nơi.

- 1.12 Bộ xương trắng.
- 1.13 Đống xương khô, qua một năm.
- 1.14 Đống xương thành bột,...

Đó là 14 đối tượng của phần *niệm thân*, thuộc về **sắc pháp**.

## **2- Phần niệm thọ có 1 đối tượng, có 9 loại thọ:**

- 2.1 Thọ lạc: *Cảm giác dễ chịu đựng của thân, của tâm.*
- 2.2 Thọ khổ: *Cảm giác khó chịu đựng của thân, của tâm.*
- 2.3 Thọ không khổ không lạc: *Cảm giác không phải khó chịu, không phải dễ chịu của thân, của tâm.*
- 2.4 Thọ lạc nương nhờ nơi ngũ trần 1 .
- 2.5 Thọ lạc không nương nhờ nơi ngũ trần.
- 2.6 Thọ khổ nương nhờ nơi ngũ trần.
- 2.7 Thọ khổ không nương nhờ nơi ngũ trần.
- 2.8 Thọ không khổ không lạc nương nhờ nơi ngũ trần.
- 2.9 Thọ không khổ không lạc không nương nhờ nơi ngũ trần.

Đó là đối tượng của phần *niệm thọ*, thuộc về **danh pháp**.

## **3- Phần niệm tâm có 1 đối tượng, có 16 loại tâm:**

- 3.1 Tâm có tham đó là 8 tâm tham.
- 3.2 Tâm không có tham đó là 8 tâm dục giới đại thiện...
- 3.3 Tâm có sân đó là 2 tâm sân.
- 3.4 Tâm không có sân đó là 8 tâm dục giới đại thiện...
- 3.5 Tâm có si đó là 2 tâm si.
- 3.6 Tâm không có si đó là 8 tâm dục giới đại thiện.
- 3.7 Tâm buồn chán (*sankhittacitta*) đó là tâm bất thiện hợp với tâm buồn chán.

- 3.8 Tâm phóng tâm (vikkhittacitta) đó là tâm bất thiện hợp với tâm phóng tâm.
- 3.9 Tâm bậc cao (mahaggatacitta) đó là tâm sắc giới, tâm vô sắc giới.
- 3.10 Tâm không phải bậc cao (amahaggatacitta) đó là tâm dục giới.
- 3.11 Tâm có tâm cao hơn (sa uttaracitta) đó là tâm dục giới.
- 3.12 Tâm không có tâm cao hơn (anuttaracitta) đó là tâm sắc giới, tâm vô sắc giới.
- 3.13 Tâm có cận định, an định (samāhitacitta).
- 3.14 Tâm không có cận định, an định (asamāhitacitta).
- 3.15 Tâm giải thoát phiền não bằng cách từng thời là tâm dục giới đại thiện; tâm giải thoát phiền não bằng cách đè nén (chế ngự) đó là tâm sắc giới, tâm vô sắc giới (vimutti).
- 3.16 Tâm không giải thoát phiền não bằng mọi cách đó là tâm bất thiện (avimutti).

Đó là đối tượng của phần *niệm tâm*, thuộc về **danh pháp**.

#### 4- Phần niệm pháp có 5 đối tượng:

##### 4.1 Đối tượng 5 pháp chướng ngại (nivarana):

- *Tham dục* là tâm tham muốn trong ngũ trần, phát sinh trong tâm.
- *Sân hận* là tâm sân phát sinh trong tâm.
- *Tâm buồn chán, tâm buồn ngủ* buông bỏ đối tượng.
- *Tâm phóng tâm, tâm hối hận* phát sinh trong tâm.
- *Tâm hoài nghi* phát sinh trong tâm.

Đối tượng 5 pháp chướng ngại này thuộc về **danh pháp**.

##### 4.2 Đối tượng chấp thủ ngũ uẩn (upadānakkhandha):

- *Sắc uẩn* là 28 sắc pháp trong thân.
- *Thọ uẩn* là tâm sở thọ, cảm thọ nơi đối tượng.
- *Tưởng uẩn* là tâm sở tưởng trong đối tượng.

- *Hành uẩn* là các tâm sở, trừ tâm sở thọ và tưởng, tạo tác.
- *Thức uẩn* là các tâm biết đối tượng.

Đối tượng 5 *chấp thủ* trong ngũ uẩn này thuộc về **sắc pháp** và **danh pháp**.

#### 4.3 **Đối tượng 6 xứ bên trong với 6 xứ bên ngoài** (ajjhattikabāhira āyatana):

- *Mắt* tiếp xúc với *sắc trần*.
- *Tai* tiếp xúc với *thanh trần*.
- *Mũi* tiếp xúc với *hương trần*.
- *Lưỡi* tiếp xúc với *vị trần*.
- *Thân* tiếp xúc với *xúc trần*.
- *Ý* tiếp xúc với *pháp trần*.

Đối tượng 12 xứ này thuộc về **sắc pháp** và **danh pháp**.

#### 4.4 **Đối tượng 7 pháp giác chi** (bojjhaṅga):

- *Pháp niệm giác chi*.
- *Pháp phân tích giác chi*.
- *Pháp tinh tấn giác chi*.
- *Pháp hỷ giác chi*.
- *Pháp an tịnh giác chi*.
- *Pháp định giác chi*.
- *Pháp xả giác chi*.

Đối tượng 7 *pháp giác chi* này thuộc về **danh pháp**.

#### 4.5 **Đối tượng Tứ Đế** (Sacca):

- *Khổ đế* là chấp thủ trong ngũ uẩn.
- *Nhân sinh Khổ đế* là tham ái.

- *Diệt Khổ đế* là Niết Bàn.
- *Pháp hành diệt Khổ đế* là Bát Chánh Đạo.

Đối tượng của *Tứ Đế* này thuộc về **sắc pháp** và **danh pháp**.

Như vậy, Tứ Niệm Xứ gồm có 21 đối tượng, mà mỗi đối tượng đều có khả năng dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt được mọi tham ái, mọi phiền não, trở thành bậc Thánh Arahán.

### **Thực hành Tứ Niệm Xứ với thực hành thiền tuệ**

- Phần niệm thân có 14 đối tượng thuộc về *sắc pháp*.
- Phần niệm thọ có 1 đối tượng thuộc về *danh pháp*.
- Phần niệm tâm có 1 đối tượng thuộc về *danh pháp*.
- Phần niệm pháp có 5 đối tượng thuộc về *danh pháp, sắc pháp*.

Hành giả thực hành Tứ Niệm Xứ có đối tượng *thân, thọ, tâm, pháp*, cũng là *sắc pháp, danh pháp*, mà *sắc pháp, danh pháp* cũng là *đối tượng của thiền tuệ*.

Như vậy, *thực hành Tứ Niệm Xứ với thực hành thiền tuệ* có *đối tượng giống nhau, chủ thể giống nhau, kết quả pháp hành* cũng hoàn toàn giống nhau; chỉ có khác nhau danh từ gọi mà thôi.

### **Bản tính và trí tuệ thích hợp Tứ Niệm Xứ**

Bản tính của hành giả thực hành Tứ Niệm Xứ được phân loại có 2 bản tính và trí tuệ nên có 4 hạng người:

- 1- Hạng hành giả có tính tham ái, trí tuệ ít.
- 2- Hạng hành giả có tính tham ái, trí tuệ nhiều.
- 3- Hạng hành giả có tính tà kiến, trí tuệ ít.
- 4- Hạng hành giả có tính tà kiến, trí tuệ nhiều.

Nếu hành giả biết chọn đúng đối tượng niệm xứ thích hợp với *tính* và *trí tuệ* của mình, thì việc thực hành niệm xứ ban đầu rất thuận lợi cho sự phát triển trí tuệ thiền tuệ.

Trong Chú giải kinh Đại Niệm Xứ dạy rằng:

- Hành giả có *tính tham ái, trí tuệ ít*, thì thích hợp với đối tượng phần *niệm thân*, thuộc về *sắc pháp*; bởi vì, hành giả thực hành đối tượng *niệm thân (sắc pháp)*, để trí tuệ thấy rõ, biết rõ *thân này bất tịnh*, mới diệt được *tâm tham ái*, nương nhờ nơi *thân* cho rằng *tịnh, xinh đẹp*.
- Hành giả có *tính tham ái, trí tuệ nhiều*, thì thích hợp với đối tượng phần *niệm thọ*, thuộc về *danh pháp*; bởi vì, hành giả thực hành đối tượng *niệm thọ (danh pháp)*, để trí tuệ thấy rõ, biết rõ *thọ này khổ*, mới diệt được *tâm tham ái*, nương nhờ nơi *thọ* cho rằng *lạc*.
- Hành giả có *tính tà kiến, trí tuệ ít*, thì thích hợp với đối tượng phần *niệm tâm*, thuộc về *danh pháp*; bởi vì, hành giả thực hành đối tượng *niệm tâm (danh pháp)*, để trí tuệ thấy rõ, biết rõ *tâm này vô thường*, mới diệt được *tâm tà kiến*, nương nhờ nơi *tâm* cho rằng *thường*.
- Hành giả có *tính tà kiến, trí tuệ nhiều*, thì thích hợp với đối tượng phần *niệm pháp*, thuộc về *danh pháp, sắc pháp*; bởi vì, hành giả thực hành đối tượng *niệm pháp (danh pháp, sắc pháp)*, để trí tuệ thấy rõ, biết rõ *pháp này vô ngã*, mới diệt được *tâm tà kiến*, nương nhờ nơi *pháp* cho rằng *ngã*.

Tuy 4 đối tượng "*thân là bất tịnh, thọ là khổ, tâm là vô thường, pháp là vô ngã*", chỉ đề cập đến tính chất đặc biệt của mỗi đối tượng mà thôi, nhưng thật ra, tất cả 4 đối tượng *thân, thọ, tâm, pháp* đều có *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã, trạng thái bất tịnh* giống nhau cả thảy.

Nếu hành giả biết chọn đúng đối tượng thích hợp với *bản tính* và *trí tuệ* của mình, thì việc thực hành thiền tuệ ban đầu rất thuận lợi cho sự phát triển trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ *trạng thái riêng* của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp; thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của danh pháp, sắc pháp; thấy rõ, biết rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của danh pháp, sắc pháp, dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt được mọi phiền não, mọi tham ái.

### **Nhận xét 21 đối tượng trong kinh Đại Niệm Xứ**

Trong bài kinh Đại Niệm Xứ, Đức Phật giảng phần *niệm thân* có 14 đối tượng; phần *niệm thọ* có 1 đối tượng chia làm 9 loại thọ; phần *niệm tâm* có 1 đối tượng chia làm 16 loại tâm; phần *niệm pháp* có 5 đối tượng, gồm tất cả có 21 đối tượng. Mỗi đối tượng niệm xứ đều có khả năng dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, đều trở thành bậc Thánh Arahán cả thảy.

Trong 21 đối tượng của Tứ Niệm Xứ ấy, nhận xét thấy đối tượng ***tứ oai nghi***: Đi, đứng, ngồi, nằm trong phần *niệm thân* là một đối tượng tương đối rõ ràng, *thường hiện hữu trong thời hiện tại* hơn các đối tượng khác.

***Đối tượng tứ oai nghi*** này rất thích hợp với hành giả có *tính tham ái, trí tuệ ít*. Hành giả có tính tham ái, trí tuệ ít nên chọn *đối tượng tứ oai nghi*: Sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm làm đối tượng để thực hành thiền tuệ trong *giai đoạn đầu* rất thuận lợi.

Trong những tiền kiếp quá khứ, nếu hành giả đã từng thực hành đối tượng niệm xứ nào, mà trong kiếp hiện tại, hành giả chưa có khả năng chọn lựa được đối tượng niệm xứ ấy, thì tốt hơn hành giả nên chọn **đối tượng tứ oai nghi** làm đối tượng thực hành thiền tuệ ban đầu. Khi tiến triển đến giai đoạn tâm của hành giả xác định được *đối tượng niệm xứ cũ* ấy rất quen thuộc, thì hành giả nên thay đổi sang đối tượng niệm xứ khác, để cho thuận lợi thực hành thiền tuệ, dễ phát sinh trí tuệ thấy rõ, biết rõ thực tánh của các pháp.

### **Đối Tượng Thiền Tuệ - Đối Tượng Thiền Định**

**Đối tượng thiền tuệ** đó là danh pháp, sắc pháp trong 6 đối tượng: *Sắc trần, thanh trần, hương trần, vị trần, xúc trần và pháp trần* thuộc về Chân nghĩa pháp trong tam giới; 6 đối tượng theo 6 môn: *Nhãn môn, nhĩ môn, tỷ môn, thiệt môn, thân môn và ý môn*. Biết 6 đối tượng ấy bằng 6 tâm thức: *Nhãn thức tâm, nhĩ thức tâm, tỷ thức tâm, thiệt thức tâm, thân thức tâm và ý thức tâm*.

Hành giả thực hành thiền tuệ, khi biết mỗi đối tượng bằng mỗi tâm thức qua mỗi môn, chánh niệm và trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp riêng biệt theo mỗi môn.

Cho nên, hành giả thực hành thiền tuệ khi thay đổi đối tượng danh pháp, sắc pháp hoàn toàn tùy thuộc theo nhân duyên của nó. Đó là việc bình thường đương nhiên trong pháp hành thiền tuệ. *Dù cho đối tượng danh pháp, sắc pháp thay đổi, chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác vẫn phát triển tự nhiên, không ảnh hưởng đến sự thay đổi đối tượng danh pháp, sắc pháp.*

**Đối tượng thiền định:** Gồm có 40 đề mục thiền định thuộc về Chế định pháp. Để thực hành thiền định, khi hành giả chọn một đề mục thiền định nào, thì dùng đề mục ấy làm đối tượng để thực hành thiền định, không nên thay đổi đề mục thiền định, cho đến khi chứng đắc các bậc thiền hữu sắc. Mỗi khi nhập thiền (*jhānasamāpatti*) để hưởng sự an lạc trong bậc thiền ấy, hành giả cũng chỉ có đề mục thiền định ấy làm đối tượng mà thôi.

Bởi vậy cho nên, hành giả thực hành thiền định không nên thay đổi đề mục thiền định. Mỗi lần muốn thay đổi đề mục thiền định, thì hành giả bắt đầu thực hành trở lại, bởi vì mỗi đề mục thiền định có một phương pháp thực hành khác nhau.

### **Đối Tượng Tứ Oai Nghi**

Trong bài kinh *Mahāsatiṭṭhānasutta (Đại Niệm Xứ)*, phần niệm thân có 14 đối tượng, Đức Phật thuyết giảng đối tượng tứ oai nghi như sau:

<i>"Puna</i>	<i>ca</i>	<i>param</i>	<i>bhikkhave</i>	<i>bhikkhu.</i>
<i>Gacchanto</i>	<i>vā</i>		<i>gacchāmi'ti</i>	<i>pajānāti,</i>
<i>Ṭhito</i>	<i>vā</i>		<i>ṭhito'mhī'ti</i>	<i>pajānāti,</i>
<i>Nisinno</i>	<i>vā</i>		<i>nisinno'mhī'ti</i>	<i>pajānāti,</i>
<i>Sayāno</i>	<i>vā</i>		<i>sayāno'mhī'ti</i>	<i>pajānāti,</i>
<i>Yathā</i>	<i>yathā</i>	<i>pana'ssa</i>	<i>kāyo</i>	<i>paṇihito</i>
<i>Tathā</i>	<i>tathā</i>		<i>naṃ</i>	<i>hoti.</i>
				<i>pajānāti.</i>

<i>Iti</i>	<i>ajjhataṃ</i>	<i>vā</i>	<i>kāye</i>	<i>kāyānupassī</i>	<i>viharati.</i>		
<i>Bahiddhā</i>	<i>vā</i>	<i>kāye</i>	<i>kāyānupassī</i>	<i>viharati.</i>			
<i>Ajjhattabahiddhā</i>	<i>vā</i>	<i>kāye</i>	<i>kāyānupassī</i>	<i>viharati.</i>			
<i>Samudayadhammānupassī</i>		<i>vā</i>	<i>kāyasmim</i>	<i>viharati.</i>			
<i>Vayadhammānupassī</i>		<i>vā</i>	<i>kāyasmim</i>	<i>viharati.</i>			
<i>Samudayavayadhammānupassī</i>		<i>vā</i>	<i>kāyasmim</i>	<i>viharati.</i>			
<i>“Atthi</i>	<i>kāyo”ti</i>	<i>vā</i>	<i>panassa</i>	<i>sati</i>	<i>paccupaṭṭhitā</i>	<i>hoti.</i>	
<i>Yāvadeva</i>			<i>ñāṇamattāya</i>		<i>paṭissatimattāya.</i>		
<i>Anissito</i>	<i>ca</i>	<i>viharati,</i>	<i>na</i>	<i>ca</i>	<i>kiñci</i>	<i>loke</i>	<i>upādiyati.</i>
<i>Evampi</i>	<i>kho</i>	<i>bhikkhave,</i>	<i>bhikkhu</i>	<i>kāye</i>	<i>kāyānupassī</i>	<i>viharati”</i>	<b>1 .</b>

*(Iriyāpathapabbaṃ niṭṭhitam)*

### **Dịch nghĩa:**

Sau khi thuyết giảng xong đối tượng “niệm hơi thở vô - hơi thở ra”, Đức Thế Tôn dạy chư Tỳ khưu rằng:

“Này chư Tỳ khưu, (hay hành giả), một đối tượng khác, Tỳ khưu:

- Khi đang đi, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: “thân đi” hoặc “sắc đi”.
- Khi đang đứng, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: “thân đứng” hoặc “sắc đứng”.
- Khi đang ngồi, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: “thân ngồi” hoặc “sắc ngồi”.
- Khi đang nằm, có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết rõ rằng: “thân nằm” hoặc “sắc nằm”.
- Hoặc toàn thân của hành giả đang hiện hữu trong tư thế (dáng) như thế nào, hành giả nên có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ toàn thân đang hiện hữu trong tư thế (dáng) như thế ấy.
- Như vậy, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ toàn thân trong thân bên trong của mình.
- Hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ toàn thân trong thân bên ngoài mình, của người khác.
- Hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ khi thì toàn thân trong thân bên trong của mình, khi thì toàn thân trong thân bên ngoài mình, của người khác.
- Hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ trạng thái sinh do nhân duyên nào sinh.
- Hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ trạng thái diệt do nhân duyên ấy diệt.



- Hoặc hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi thấy rõ, biết rõ khi thì trạng thái sinh do nhân duyên sinh, khi thì trạng thái diệt do nhân duyên ấy diệt.

- Chánh niệm (trí tuệ tỉnh giác) của hành giả biết rõ rằng: "chỉ là thân mà thôi", đối tượng hiện tại, chỉ để phát sinh chánh niệm, để phát triển trí tuệ tỉnh giác mà thôi. Hành giả không có tham ái và tà kiến nương nhờ (nơi đối tượng và chủ thể), không có chấp thủ nào (ta và của ta) trong ngũ uẩn này.

Này chư Tỳ khưu (hay hành giả), như vậy, gọi là Tỳ khưu có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ toàn thân trong thân.

(Xong đối tượng tứ oai nghi).

### Đoạn kinh này có những động từ:

- *Gacchāmī*: Theo nghĩa thường là "tôi đi", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân đi" hoặc "sắc đi".
- *Ṭhito'mhī*: Theo nghĩa thường là "tôi đứng", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân đứng" hoặc "sắc đứng".
- *Nisinno'mhī*: Theo nghĩa thường là "tôi ngồi", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân ngồi" hoặc "sắc ngồi".
- *Sayāno'mhī*: Theo nghĩa thường là "tôi nằm", nhưng theo Chân nghĩa pháp là: "thân nằm" hoặc "sắc nằm".

### Phần Chú Giải Iriyāpathapabba

"Iti                    ajjhattam                    vā                    kāye                    kāyānupassī                    viharati.  
Bahiddhā                    vā                    kāye                    kāyānupassī                    viharati.  
Ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati..."

Phần Chú giải 1 (*Aṭṭhakathā*) của đối tượng oai nghi giải thích rằng:

- \* ***Iti ajjhattam vā'ti evaṃ attano vā catu iriyāpathapariggaṇhanena kāye kāyānupassī viharati.***
- \* ***Bahiddhā vā'ti parassa vā catu iriyāpathapariggaṇhanena...***
- \* ***Ajjhattabahiddhā vā'ti kālena attano, kālena parassa catu iriyāpathapariggaṇhanena kāye kāyānupassī viharati.***
- \* ***Samudayadhammānupassī vā'ti ādisu pana "avijjāsamudayā rūpasamudayo"ti ādinā nayena pañcahākārehi rūpakkhandhassa samudayo ca vayo ca nīharitabbo. Tañhi sandhāya idha "samudayadhammānupassī vā" ti ādi vuttam.***

\* *Tañhi sandhāya idha "Samudayadhammānupassī vā'ti ādi vuttam"*.

\* ***Atthi kāyo'ti vā panassā ti ādi vuttasadisameva...***

### **Dịch nghĩa:**

\* ***Iti ajjhataṃ vā:*** Hoặc Tỳ khưu (hành giả), có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ thân trong thân - 4 oai nghi bên trong của mình như vậy.

\* ***Bahiddhā vā:*** Hoặc Tỳ khưu (hành giả), có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ thân trong thân - 4 oai nghi bên ngoài mình, của người khác như vậy.

\* ***Ajjhattabahiddhā vā:*** Hoặc Tỳ khưu (hành giả), có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thường theo dõi trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ thân trong thân - 4 oai nghi, khi thì bên trong của mình, khi thì bên ngoài mình, của người khác như vậy.

\* ***Samudayadhammānupassī vā:*** Hoặc chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi thấy rõ, biết rõ ***trạng thái sinh*** do bởi 5 nhân duyên sinh của sắc pháp: *Vô minh, tham ái, nghiệp, vật thực, trạng thái sinh của sắc pháp* như vậy.

\* ***Vayadhammānupassī vā:*** Hoặc chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi thấy rõ, biết rõ ***trạng thái diệt*** do bởi 5 nhân duyên diệt của sắc pháp: *Vô minh, tham ái, nghiệp, vật thực, trạng thái diệt của sắc pháp* như vậy.

\* ***Samudayavayadhammānupassī vā:*** Hoặc chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác theo dõi thấy rõ, biết rõ khi thì ***trạng thái sinh*** do bởi 5 nhân duyên sinh của sắc pháp, khi thì ***trạng thái diệt*** do bởi 5 nhân duyên diệt của sắc pháp như vậy.

\* ***Atthi kāyo:*** Chỉ là thân mà thôi. Thân trong đối tượng này là 4 oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm thuộc về sắc pháp là pháp vô ngã: không phải chúng sinh (na satto), không phải người (na puggalo), không phải đàn bà (na itthi), không phải đàn ông (na puriso), không phải tự ngã (na attā), không phải thuộc về ngã sở (ta) (na attaniyaṃ), không phải ta (nā'ham), không phải của ta (na mama), không phải ai (na koci), không phải của ai, v.v...*

\* *Chánh niệm trực nhận dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm, ... cốt để cho chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác được phát triển, tăng trưởng (sati sampajaññānaṃ vuḍḍhatthāya).*

\* ***Anissito ca viharati:*** *Hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác hoàn toàn trong sạch thanh tịnh, không có tà kiến và tham ái nương nhờ trong dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm, ...*

\* ***Na ca kiñci loke upādiyati:*** *Tâm không còn chấp thủ do bởi tà kiến, tham ái cho rằng: "ta, của ta" nào trong ngũ uẩn này nữa (đó là tâm của bậc Thánh Arahán).*

Như vậy, đối tượng tứ oai nghi trong phần niệ thân này có khả năng dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc từ Nhập Lưu Thánh Đạo - Nhập Lưu Thánh Quả, Nhất Lai Thánh Đạo - Nhất Lai Thánh Quả, Bất Lai Thánh Đạo - Bất Lai Thánh Quả, Arahán Thánh Đạo - Arahán trở thành bậc Thánh Arahán cao thượng.

### Ý Nghĩa Danh Từ Kāya Trong Các Pháp

- **Kāya-dvāra**: Thân môn, cửa để thân lộ trình tâm phát sinh.
- **Kāya**-ppasāda: Thân tịnh sắc, nơi tiếp xúc đối tượng xúc trần để phát sinh thân thức tâm.
- **Kāya**-viññatti: Sự cử động của thân.
- **Kāya**-saṅkhāra:
  - 1- Tác ý tạo tác nghiệp thân (thiện nghiệp hoặc bất thiện nghiệp) nơi thân môn.
  - 2- Hơi thở vô - hơi thở ra.
- **Kāya**-duccarita: Thân hành ác như: *Sát sinh, trộm cắp, tà dâm*.
- **Kāya**-sucarita: Thân hành thiện như: *Tránh xa sự sát sinh, tránh xa sự trộm cắp, tránh xa sự tà dâm*.
- **Kāya**-viññācitta: Thân thức tâm, là tâm phát sinh do nương nhờ thân tịnh sắc, có phận sự xúc giác với xúc trần.
- **Kāya**-ppassaddhi: Tâm sở an tịnh tam uẩn 1 : Có trạng thái làm an tịnh tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.
- **Kāya**-lahutā: Tâm sở nhẹ nhàng tam uẩn: Có trạng thái làm nhẹ nhàng toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.
- **Kāya**-mudutā: Tâm sở nhu nhuyễn tam uẩn: Có trạng thái làm nhu nhuyễn toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.
- **Kāya**-kammaññatā: Tâm sở uyển chuyển tam uẩn: Có trạng thái làm uyển chuyển toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.
- **Kāya**-pāguññatā: Tâm sở thành thạo tam uẩn: Có trạng thái làm thành thạo toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.
- **Kāyujukatā**: Tâm sở chánh trực tam uẩn: Có trạng thái làm chánh trực toàn tâm sở đồng sinh trong tâm tịnh hảo ấy.
- Rūpa-**kāya**: Sự tổng hợp toàn sắc pháp.

- Nāma-**kāya**: Sự tổng hợp toàn danh pháp (tâm + tâm sở).
- Ni-**kāya**: Sự tổng hợp vào thành bộ, như: Dīghanikāya: Tổng hợp 34 bài kinh dài; Majjhimanikāya: Tổng hợp 152 bài kinh trung,...
- Karaja-**kāya**: Thân tứ đại.
- Sakkāyadiṭṭhi: Tà kiến chấp thủ ngũ uẩn (*sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn*) (**kāya** có nghĩa tổng hợp ngũ uẩn).
- Dhamma-**kāya**: Tổng hợp tất cả các pháp mà Đức Phật đã thuyết giảng, đó là Tam Tạng Pháp Bảo được thuyết từ kim ngôn của Đức Phật bằng ngôn ngữ Pāli, v.v...

### Ý Nghĩa Kāya Trong Kinh Đại Tứ Niệm Xứ

Danh từ **kāya** trong kinh Đại Niệm Xứ, phần niệm thân, **kāya**: Nghĩa là tổng hợp các thành phần ô trược như tóc, lông, móng, răng, da, v.v... theo từng mỗi loại chúng sinh, đều gọi là **kāya**.

**Định nghĩa:** *Kucchitānaṃ āyo'ti kāyo 1* .

*"Thân là nơi tổng hợp các thành phần ô trược theo tính tự nhiên của mỗi loại chúng sinh".*

**Kāya: Thân** trong phần niệm thân, theo Chân nghĩa pháp (*Paramatthadhamma*) thuộc về sắc pháp (*rūpadhamma*), tổng hợp gồm có 28 sắc pháp, có tâm nương nhờ, tâm làm chủ điều khiển mọi sinh hoạt của thân như thở vô - thở ra, đi, đứng, ngồi, nằm...

Thân của một người bình thường gồm có 27 sắc pháp.

- Nếu là người đàn ông, thì trừ sắc nữ tính.
- Nếu là người đàn bà, thì trừ sắc nam tính.

Nếu trường hợp người nào bị mất mù, tai điếc,... thì người ấy có số sắc pháp trong thân thể bị giảm theo bệnh tật khiếm khuyết ấy.

Trong kinh Đại Niệm Xứ, phần niệm thân, Đức Phật dạy:

*"Idha bhikkhave bhikkhu, kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhā domanassaṃ..." 2* .

*"Này chư Tỳ khưu, Tỳ khưu hoặc hành giả trong Phật giáo này, là người có tâm tinh tấn không ngừng (thieu đốt phiền não, chứ không phải để phiền não thieu đốt), có chánh niệm trực nhận, có trí tuệ tỉnh giác, trực giác thấy rõ **thân trong thân**, để diệt **tâm tham** (hài lòng) và **tâm sân** (không hài lòng) trong chấp thủ ngũ uẩn này,..."*

Trong đoạn kinh này có 2 danh từ *kāye* và *kāyānupassī* đi liền với nhau, theo Chú giải dạy rằng:

- **Kāyānupassī**: Trí tuệ thiền tuệ thường theo dõi thấy rõ, biết rõ toàn thân.
- **Kāye**: Nhắc lại một lần nữa trong câu "*kāye kāyānupassī*" danh từ *kāya* lần thứ nhì, để giải thích phân biệt rõ từng mỗi đối tượng riêng biệt, không lẫn lộn với đối tượng khác. Nghĩa là trí tuệ thiền tuệ thường theo dõi thấy rõ, biết rõ **toàn thân trong thân**, không phải trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ thọ "*vedanānupassī*" trong thân hoặc trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ tâm, pháp "*cittadhammānupassī*" trong thân.

Thật ra, trí tuệ thiền tuệ chỉ thấy rõ, biết rõ **toàn thân trong thân** thuộc về sắc pháp mà thôi, trí tuệ thiền tuệ không phải thấy rõ, biết rõ **thọ, tâm, pháp** trong thân.

### Tứ Oai Nghi

**Tứ oai nghi**: Oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm là những oai nghi bình thường tự nhiên của mỗi chúng sinh, Đức Phật dạy 4 oai nghi làm đối tượng trong phần niệm thân, bởi vì, đối tượng 4 oai nghi này là **sắc pháp** phát sinh từ tâm, có thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

#### \* Tứ oai nghi làm nơi nương nhờ của tà kiến

Có số người không được gần gũi, thân cận với bậc thiện trí trong Phật giáo, không được học hỏi, nghiên cứu về *Chân nghĩa pháp*, không hiểu biết về *danh pháp 1*, *sắc pháp 2*, là *pháp vô ngã*; cho nên số người ấy, mỗi khi đi, đứng, ngồi, nằm không diệt được chấp thủ về chúng sinh (*sattūpaladdhiṃ na pajahati*) và cũng không từ bỏ sự tưởng lầm cho là ta (*attasaññā na ugghāṭeti: ngã tưởng*); vì vậy, đối tượng đi, đứng, ngồi, nằm làm nơi nương nhờ cho **tà kiến** phát sinh thấy sai, chấp lầm rằng:

- Khi **thân đi** hoặc **sắc đi**, thì **tà kiến** thấy sai, chấp lầm từ **sắc đi** cho là **"ta đi"**.
- Khi **thân đứng** hoặc **sắc đứng**, thì **tà kiến** thấy sai, chấp lầm từ **sắc đứng** cho là **"ta đứng"**.
- Khi **thân ngồi** hoặc **sắc ngồi**, thì **tà kiến** thấy sai, chấp lầm từ **sắc ngồi** cho là **"ta ngồi"**.
- Khi **thân nằm** hoặc **sắc nằm**, thì **tà kiến** thấy sai, chấp lầm từ **sắc nằm** cho là **"ta nằm"**,...

Khi có **sắc đi**, thì **tà kiến** nương nhờ ở **sắc đi** để thấy sai, chấp lầm rằng: **"ta đi"**. Thật ra, **"ta đi"** không có, mà chỉ có **"sắc đi"**. Nhưng do tâm **tà kiến** thấy sai, chấp lầm từ **"sắc đi"** cho là **"ta đi"**. Khi tâm có **tà kiến** phát sinh, thì chắc chắn ắt phải có **tâm sở si (vô minh)** đồng sinh làm che án, bao trùm phủ kín thực tánh của danh pháp, sắc pháp ấy.

Đúng theo thực tánh của danh pháp sắc pháp là *pháp vô ngã*, không có *ngã*.

Như vậy, *ngã không có thật*, thì chắc chắn không có thể *diệt ngã* được. Sở dĩ có sự *chấp ngã* là do **tà kiến** thấy sai, chấp lầm từ *danh pháp* chấp là *ngã (ta)* và từ *sắc pháp* chấp là *ngã (ta)*. Như vậy, *tâm tà kiến*

có thật, nên hành giả thực hành thiền tuệ có thể diệt được tâm tà kiến ấy. Khi tâm tà kiến bị diệt bằng **chánh kiến** thấy đúng, biết đúng theo thực tánh của *đanh pháp sắc pháp* là *pháp vô ngã*, thì sự chấp ngã không còn nữa.

#### \* **Tứ oai nghi làm nơi nương nhờ của chánh kiến**

Có số người thường gần gũi, thân cận với bậc thiện trí trong Phật giáo, được học hỏi, nghiên cứu về *Chân nghĩa pháp*, hiểu biết rõ về *đanh pháp, sắc pháp*, là *pháp vô ngã*. Họ có đức tin trong sạch nơi Tam Bảo, có giới hạnh thanh tịnh, thực hành thiền tuệ dùng 4 oai nghi làm đối tượng; cho nên mỗi khi *đi, đứng, ngồi, nằm* diệt được sự chấp thủ về chúng sinh (*sattūpaladdhiṃ pajahati*) và từ bỏ được sự tưởng lầm cho là ta (*attasaññā ugghāṭeti: ngã tưởng*); vì vậy, đối tượng *đi, đứng, ngồi, nằm* làm nơi nương nhờ cho *chánh kiến* phát sinh thấy đúng, biết đúng rằng:

- Khi *thân đi* hoặc *sắc đi*, thì *chánh kiến* thấy đúng, biết đúng từ *oai nghi đi, dáng đi* gọi là “*sắc đi*”.
- Khi *thân đứng* hoặc *sắc đứng*, thì *chánh kiến* thấy đúng, biết đúng từ *oai nghi đứng, dáng đứng* gọi là “*sắc đứng*”.
- Khi *thân ngồi* hoặc *sắc ngồi*, thì *chánh kiến* thấy đúng, biết đúng từ *oai nghi ngồi, dáng ngồi* gọi là “*sắc ngồi*”.
- Khi *thân nằm* hoặc *sắc nằm*, thì *chánh kiến* thấy đúng, biết đúng từ *oai nghi nằm, dáng nằm* gọi là “*sắc nằm*”...

*Chánh kiến* chính là *trí tuệ*. Tâm đại thiện hợp với *trí tuệ thiền tuệ* là tâm sáng suốt thấy rõ, biết rõ đúng theo *sự thật thực tánh* của *đanh pháp, sắc pháp*. Cho nên, *thực hành Tứ Niệm Xứ* hay *thực hành thiền tuệ* là cốt để trở lại thấy đúng, biết đúng theo *thực tánh* của *đanh pháp, sắc pháp* là *pháp vô ngã, không phải ta, không phải người, không phải đàn ông, không phải đàn bà, không phải chúng sinh nào, không phải vật này, vật kia...* mà sự thật theo *Chân nghĩa pháp* là:

- *Đanh pháp* nào là *đanh pháp* ấy.
- *Sắc pháp* nào là *sắc pháp* ấy.

#### **Tứ oai nghi làm đối tượng thiền tuệ như thế nào?**

Đức Phật dạy trong kinh Đại Tứ Niệm Xứ, đối tượng “*tứ oai nghi*” là 1 trong 14 đối tượng trong phần *niệm thân*. 4 oai nghi: *đi, đứng, ngồi, nằm* là *sắc pháp* phát sinh từ tâm, gọi là *cittajarūpa* cũng thuộc về *Chân nghĩa pháp* (*Paramatthadhamma*).

Thật vậy, trong Chú giải kinh Đại Tứ Niệm Xứ, về phần *niệm thân*, dạy rằng:

“*Paramatthato hi dhātūnaṃ yeva gamaṇaṃ, dhātūnaṃ ṭhānaṃ, dhātūnaṃ nisajjaṃ, dhātūnaṃ sayanaṃ*” 1 .

*Thật vậy, xét theo Chân nghĩa pháp, thì "oai nghi đi" chỉ là của tứ đại, "oai nghi đứng" chỉ là của tứ đại, "oai nghi ngồi" chỉ là của tứ đại, "oai nghi nằm" chỉ là của tứ đại mà thôi.*

Như vậy, tứ oai nghi *đi, đứng, ngồi, nằm* là *sắc pháp phát sinh từ tâm*, thuộc về *sắc tứ đại*, nên không thuộc về của người nào, của chúng sinh nào cả.

Sắc tứ đại, có 4 sắc pháp là:

- *Sắc địa đại, chất đất.*
- *Sắc thủy đại, chất nước.*
- *Sắc hỏa đại, chất lửa.*
- *Sắc phong đại, chất gió.*

Sắc tứ đại này là 4 *sắc pháp* căn bản chính, làm nền tảng cho 24 sắc pháp phụ thuộc phát sinh.

Đối tượng 4 oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm* là *sắc pháp toàn thân*, không phải một phần nào của thân, mà trong thân của mỗi người bình thường có đầy đủ 27 sắc pháp, gồm *sắc tứ đại* và *23 sắc pháp phụ thuộc*.

Do đó, gọi là: *Sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm* thuộc *sắc pháp phát sinh từ tâm* là *đối tượng của pháp hành thiền tuệ*.

**Tâm** có thể phát sinh 4 oai nghi gọi là: *Sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm*, và các oai nghi phụ gọi là *sắc bước tới, sắc bước lui, v.v...* gồm có 32 tâm, đó là: *8 tâm tham + 2 tâm sân + 2 tâm si + 8 tâm đại thiện dục giới + 8 tâm đại duy tác dục giới + 1 tâm tiểu sinh + 1 tâm ý môn hướng* + và *đặc biệt có 2 tâm thần thông*.

Ví dụ:

- *Đi, đứng, ngồi, nằm* sinh từ *tâm tham*, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu khoan thai, nhẹ nhàng đáng yêu...
- *Đi, đứng, ngồi, nằm* sinh từ *tâm sân*, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu nóng nảy, mạnh bạo...
- *Đi, đứng, ngồi, nằm* sinh từ *tâm si*, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu ngẩn ngơ, thẫn thờ, phóng tâm...
- *Đi, đứng, ngồi, nằm* sinh từ *tâm đại thiện dục giới không hợp trí tuệ*, thì đi, đứng, ngồi, nằm... với dáng điệu, tư thế tự nhiên, có trí nhớ, nhưng không có trí tuệ biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp.

- *Đi, đứng, ngồi, nằm* sinh từ *tâm đại thiện dục giới hợp với trí tuệ*, đối với hành giả thực hành thiền tuệ thì *đi, đứng, ngồi, nằm...* với *dáng điệu, tư thế tự nhiên, có trí nhớ, có trí tuệ tỉnh giác* có thể biết rõ *thực tánh của danh pháp, sắc pháp*.
- *Đi, đứng, ngồi, nằm* sinh từ *8 tâm đại duy tác dục giới*, tâm của bậc Thánh Arahán, thì *đi, đứng, ngồi, nằm...* với *dáng điệu, tư thế tự nhiên, luôn luôn có trí nhớ*, khi hợp trí tuệ, khi không hợp trí tuệ, tùy theo đối tượng, v.v...

### **Phương Pháp Thực hành Đối Tượng Tứ Oai Nghi**

Đối tượng tứ oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm*, là 1 trong 21 đối tượng của pháp hành Tứ Niệm Xứ, hành giả thực hành đúng đối tượng tứ oai nghi có khả năng dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt mọi phiền não, mọi tham ái, trở thành bậc Thánh Arahán.

Tứ oai nghi là:

- *Oai nghi đi* là *sắc pháp phát sinh từ tâm gọi là **sắc đi***.
- *Oai nghi đứng* là *sắc pháp phát sinh từ tâm gọi là **sắc đứng***.
- *Oai nghi ngồi* là *sắc pháp phát sinh từ tâm gọi là **sắc ngồi***.
- *Oai nghi nằm* là *sắc pháp phát sinh từ tâm gọi là **sắc nằm***.

**1- *Oai nghi đi*** là *oai nghi động*, toàn thân di chuyển bước đi, là *sắc pháp phát sinh từ tâm gọi là **sắc đi***. Để thực hành thiền tuệ với đối tượng *sắc đi*, hành giả không nên bước đi chậm quá, cũng không nên bước đi mau quá, làm mất *dáng đi tự nhiên*, làm che án *thực tánh của nó*, bởi vì *thực tánh của các pháp* luôn luôn ở trong trạng thái *tự nhiên*. Cho nên, hành giả chỉ bước đi *tự nhiên thanh thản, thư giãn mà thôi*.

Hành giả có *chánh niệm (niệm thân)* trực nhận đúng ngay đối tượng *oai nghi đi*, là mỗi *dáng đi, mỗi tư thế đi, toàn thân di chuyển bước đi* từng bước, từng bước một cách *tự nhiên*.

### ***Toàn thân di chuyển như thế nào?***

Ví dụ:

Nhìn thấy một chiếc xe đang chạy trên đường là nhìn thấy toàn chiếc xe di chuyển, chứ không phải nhìn thấy 4 bánh xe lăn trên mặt đường. Cũng như vậy, hành giả có *chánh niệm trực nhận đúng ngay đối tượng toàn thân di chuyển*, diễn biến theo từng mỗi *dáng đi, mỗi tư thế đi* một cách *tự nhiên*.

Hành giả không nên chú tâm vào một phần nào của thân,... như *chân bước từng bước*, không nên có *khái niệm về dáng đi, tư thế đi* trong tâm; và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: *Sắc đi... sắc*



đi... hoặc chân trái bước, chân phải bước... Bởi vì, khái niệm về dáng đi, tư thế đi hoặc niệm tưởng sắc đi, chân trái bước, chân phải bước... trong tâm như vậy, thì đối tượng sắc đi... trở thành đối tượng *Paññatti*: *Chế định pháp*, không phải là đối tượng *Paramattha*: *Chân nghĩa pháp*. Cho nên, đối tượng ấy không phải là đối tượng của thiền tuệ.

Theo *Chân nghĩa pháp*, thì đối tượng "sắc đi" đó chính là mỗi *dáng đi, tư thế đi* hiện rõ toàn thân di chuyển bước đi. Đối tượng hiện tại sắc đi không ở trong tâm tưởng. Nếu hành giả niệm tưởng sắc đi trong tâm, thì tâm tiếp xúc đối tượng sắc đi không đúng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ *thực tánh của đối tượng sắc đi* ấy.

Vì vậy, hành giả có *chánh niệm* trực nhận đúng đối tượng mỗi *dáng đi, tư thế đi* toàn thân di chuyển từng bước, từng bước một cách tự nhiên ngay trong thân (không phải trong tâm).

\* Hành giả là người có **trí tuệ tỉnh giác** thấy rõ, biết rõ mỗi *dáng đi, tư thế đi* toàn thân di chuyển bước đi ấy; mỗi *dáng đi, tư thế đi*, gọi là *sắc đi*; có vô số dáng đi, tư thế đi, nên có *vô số sắc đi*.

Hành giả thực hành thiền tuệ có *trí tuệ tỉnh giác* thấy rõ, biết rõ dáng đi, tư thế đi gọi là *sắc đi* ấy đúng theo *chánh kiến thiền tuệ*, đồng thời có thể diệt được *tà kiến theo chấp ngã* tưởng lầm rằng: "ta đi" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có *chánh niệm*, có *trí tuệ tỉnh giác* trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ mỗi *dáng đi, mỗi tư thế đi* toàn thân di chuyển bước đi ấy một cách thoáng qua 1 (ví như chụp hình mỗi tư thế đi khác biệt nhau).

\* Hành giả là người có **tâm tinh tấn** hỗ trợ cho *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác*, thực hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho *trí tuệ thiền tuệ* được phát triển, *chánh kiến thiền tuệ* càng thấy rõ *sắc đi*, thì đồng thời *tà kiến theo chấp ngã* tưởng lầm "ta đi" bị lu mờ dần, cho đến khi *tà kiến theo chấp ngã* bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của *trí tuệ thiền tuệ*.

Trên đây phân tách để biết 3 loại tâm sở: *Tâm sở niệm* là *chánh niệm*; *tâm sở trí tuệ*: *Trí tuệ tỉnh giác* là *chánh kiến*; *tâm sở tinh tấn* là *chánh tinh tấn* theo 3 phạm sự khác nhau, cùng với các tâm sở thiện khác, đồng sinh trong một *tâm đại thiện dục giới* có chung một đối tượng thiền tuệ. Song mỗi tâm sở có phạm sự riêng, đồng thời, không trước, không sau.

**2- Oai nghi đứng** là *oai nghi tĩnh 2*, toàn thân đứng yên không cử động, trong mỗi *dáng đứng*, mỗi *tư thế đứng*, là *sắc pháp* phát sinh từ tâm gọi là *sắc đứng*. Để thực hành thiền tuệ với đối tượng *sắc đứng*, hành giả không nên đứng kiểu này, kiểu kia, không nên đứng lâu quá, trằn người làm mất *dáng đứng* tự nhiên, làm che án thực tánh của nó, bởi vì thực tánh của các pháp luôn luôn ở trong trạng thái tự nhiên. Cho nên, *dáng đứng, tư thế đứng, toàn thân đứng yên* không cử động trong mỗi *dáng đứng, mỗi tư thế đứng*, đối tượng hiện tại gần gũi ấy. Nếu thân cử động, thì *dáng đứng, tư thế đứng* không còn, trở thành *oai nghi phụ*.

Hành giả có *chánh niệm (niệm thân)* trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi *dáng đứng, mỗi tư thế đứng*, toàn thân đứng yên không cử động trong đối tượng hiện tại ấy.

Hành giả không nên chú tâm vào một phần nào của thân,...; không nên có khái niệm về dáng đứng, tư thế đứng trong tâm, và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: *Sắc đứng... sắc đứng... hoặc đứng à... đứng à...* Bởi vì, khái niệm về dáng đứng, tư thế đứng; hoặc niệm tưởng sắc đứng trong tâm như vậy, thì đối tượng *sắc đứng* trở thành đối tượng *Chế định pháp*, không phải *Chân nghĩa pháp*. Cho nên, đối tượng ấy *không phải là đối tượng của thiền tuệ*.

Theo *Chân nghĩa pháp*, thì đối tượng *sắc đứng* chính là mỗi *dáng đứng, tư thế đứng tự nhiên hiện rõ toàn thân đứng yên không cử động*. Đối tượng hiện tại của *sắc đứng không ở trong tâm tưởng*. Nếu hành giả niệm tưởng *sắc đứng* trong tâm, thì tâm tiếp xúc đối tượng *sắc đứng* không đứng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ *thực tánh của đối tượng sắc đứng* ấy.

Vì vậy, hành giả có *chánh niệm* trực nhận đúng đối tượng mỗi *dáng đứng, tư thế đứng toàn thân đứng yên, không cử động* một cách tự nhiên ngay trong thân (không phải trong tâm).

\* Hành giả là người có **trí tuệ tỉnh giác** thấy rõ, biết rõ mỗi *dáng đứng, tư thế đứng* toàn thân đứng yên ấy, mỗi *dáng đứng tư thế đứng* gọi là "*sắc đứng*", có vô số *dáng đứng, tư thế đứng*, nên có vô số *sắc đứng*.

Hành giả thực hành thiền tuệ, có *trí tuệ tỉnh giác* thấy rõ, biết rõ *dáng đứng, tư thế đứng* gọi là *sắc đứng* ấy đúng theo *chánh kiến thiền tuệ*, đồng thời có thể diệt được *tà kiến theo chấp ngã* tưởng lầm rằng "*ta đứng*" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ *mỗi dáng đứng, tư thế đứng toàn thân* ấy, *một cách thoáng qua* (ví như chụp hình mỗi *tư thế đứng khác biệt nhau*).

\* Hành giả là người có **tâm tinh tấn** hỗ trợ cho *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* thực hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho *trí tuệ thiền tuệ* được phát triển, *chánh kiến thiền tuệ* càng thấy rõ *sắc đứng*, thì đồng thời *tà kiến theo chấp ngã* tưởng lầm "*ta đứng*" bị lu mờ dần, cho đến khi *tà kiến theo chấp ngã* bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của *trí tuệ thiền tuệ*.

**3- Oai nghi ngồi** là *oai nghi tĩnh*, toàn thân ngồi yên không cử động, thân phần trên ngồi thẳng, thân phần dưới co theo mỗi *dáng ngồi, mỗi tư thế ngồi*, là *sắc pháp* phát sinh từ tâm gọi là *sắc ngồi*. Để thực hành thiền tuệ với đối tượng *sắc ngồi*, hành giả không nên ngồi kiểu này, kiểu kia, làm mất *dáng ngồi tự nhiên*, làm che án *thực tánh* của nó, bởi vì, *thực tánh* của các pháp luôn luôn ở trong trạng thái tự nhiên. Cho nên, *dáng ngồi, tư thế ngồi, toàn thân ngồi yên không cử động* trong mỗi *dáng ngồi, mỗi tư thế ngồi*, đối tượng hiện tại *ngần ngủi* ấy. Nếu thân cử động, thì *dáng ngồi, tư thế ngồi* không còn, trở thành *oai nghi phụ*.

Hành giả có *chánh niệm (niệm thân)* trực nhận đúng đối tượng mỗi *dáng ngồi, mỗi tư thế ngồi, toàn thân ngồi yên không cử động* trong đối tượng hiện tại ấy.

Hành giả không nên chú tâm vào một phần nào của thân,... không nên có khái niệm về *dáng ngồi, tư thế ngồi* trong tâm, và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: *Sắc ngồi... sắc ngồi... hoặc ngồi*

à,... ngồi à... Bởi vì, khái niệm về dáng ngồi, tư thế ngồi; hoặc niệm tưởng sắc ngồi trong tâm như vậy, thì đối tượng *sắc ngồi* trở thành đối tượng *Chế định pháp*, không phải *Chân nghĩa pháp*. Cho nên, đối tượng ấy *không phải là đối tượng của thiền tuệ*.

Theo *Chân nghĩa pháp*, thì đối tượng *sắc ngồi* chính là mỗi *dáng ngồi, tư thế ngồi tự nhiên hiện rõ toàn thân ngồi yên*. Đối tượng hiện tại của *sắc ngồi không ở trong tâm tưởng*. Nếu hành giả niệm tưởng *sắc ngồi* trong tâm, thì tâm tiếp xúc đối tượng *sắc ngồi* không đúng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ *thực tánh của đối tượng sắc ngồi* ấy.

Vì vậy, hành giả có *chánh niệm* trực nhận đúng đối tượng mỗi *dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân ngồi yên, không cử động* một cách tự nhiên ngay trong thân (không phải trong tâm).

\* Hành giả là người có **trí tuệ tỉnh giác** thấy rõ, biết rõ mỗi *dáng ngồi, tư thế ngồi* toàn thân ngồi yên ấy, mỗi *dáng ngồi, tư thế ngồi* gọi là "*sắc ngồi*", có vô số *dáng ngồi, tư thế ngồi*, nên có *vô số sắc ngồi*.

Hành giả thực hành thiền tuệ, có trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ *dáng ngồi, tư thế ngồi* gọi là *sắc ngồi* ấy đúng theo *chánh kiến thiền tuệ*, đồng thời có thể diệt được *tà kiến theo chấp ngã* tưởng làm rằng "*ta ngồi*" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ *mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi toàn thân* ấy, một cách *thoáng qua* (ví như chụp hình mỗi *tư thế ngồi khác biệt nhau*).

\* Hành giả là người có **tâm tinh tấn** hỗ trợ cho *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* thực hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho trí tuệ thiền tuệ được phát triển, *chánh kiến thiền tuệ* càng thấy rõ *sắc ngồi*, thì đồng thời *tà kiến theo chấp ngã* tưởng làm "*ta ngồi*" bị lu mờ dần, cho đến khi *tà kiến theo chấp ngã* bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của *trí tuệ thiền tuệ*.

**4- Oai nghi nằm** là *oai nghi tĩnh*, toàn thân nằm yên không cử động, theo mỗi *dáng nằm, mỗi tư thế nằm*, là *sắc pháp* phát sinh từ tâm gọi là *sắc nằm*. Để thực hành thiền tuệ với đối tượng *sắc nằm*, hành giả không nên nằm kiểu này, kiểu kia, làm mất *dáng ngồi tự nhiên*, làm che án thực tánh của nó, bởi vì, thực tánh của các pháp luôn luôn ở trong trạng thái tự nhiên. Cho nên, *dáng nằm, tư thế nằm, toàn thân nằm yên* không cử động trong mỗi *dáng nằm, mỗi tư thế nằm*, đối tượng hiện tại *ngấn ngủ* ấy. Nếu thân cử động, thì *dáng nằm, tư thế nằm* không còn, trở thành *oai nghi phụ*.

Hành giả có *chánh niệm (niệm thân)* trực nhận đúng ngay đối tượng mỗi *dáng nằm, mỗi tư thế nằm, toàn thân nằm yên* không cử động trong đối tượng hiện tại ấy.

Hành giả không nên chú tâm vào một phần nào của thân,... không nên có khái niệm về *dáng nằm, tư thế nằm* trong tâm, và cũng không nên niệm tưởng trong tâm rằng: *Sắc nằm,... sắc nằm,...* hoặc *nằm à,... nằm à...* Bởi vì, khái niệm về *dáng nằm, tư thế nằm*; hoặc niệm tưởng *sắc nằm* trong tâm như vậy, thì đối tượng *sắc nằm* trở thành đối tượng *Chế định pháp*, không phải *Chân nghĩa pháp*. Cho nên, đối tượng ấy *không phải là đối tượng của thiền tuệ*.

Theo *Chân nghĩa pháp*, thì đối tượng *sắc nằm* chính là mỗi *dáng nằm, tư thế nằm hiện rõ toàn thân nằm yên không cử động*; đối tượng hiện tại của *sắc nằm không ở trong tâm tưởng*. Nếu hành giả niệm tưởng *sắc nằm* trong tâm, thì tâm tiếp xúc đối tượng *sắc nằm* không đúng chỗ (vị trí), hành giả không thể nào thấy rõ, biết rõ *thực tánh của đối tượng sắc nằm* ấy.

Vì vậy, hành giả có *chánh niệm* trực nhận đúng đối tượng, là theo dõi mỗi *dáng nằm, tư thế nằm toàn thân nằm yên, không cử động* một cách tự nhiên ngay trong thân (không phải trong tâm).

\* Hành giả là người có **trí tuệ tỉnh giác** thấy rõ, biết rõ mỗi *dáng nằm, tư thế nằm* toàn thân nằm yên ấy, mỗi *dáng nằm, tư thế nằm* gọi là "*sắc nằm*", có vô số *dáng nằm, tư thế nằm*, nên có vô số *sắc nằm*.

Hành giả thực hành thiền tuệ, có *trí tuệ tỉnh giác* thấy rõ, biết rõ *dáng nằm, tư thế nằm* gọi là *sắc nằm* ấy đúng theo *chánh kiến thiền tuệ*, đồng thời có thể diệt được *tà kiến theo chấp ngã* tưởng lầm rằng "*ta nằm*" và các phiền não khác (diệt theo cách từng thời).

Tóm lại, hành giả là người có *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* trực nhận, trực giác thấy rõ, biết rõ *mỗi dáng nằm, tư thế nằm toàn thân* ấy, một cách *thoáng qua* (ví như chụp hình mỗi *tư thế nằm khác biệt nhau*).

\* Hành giả là người có **tâm tinh tấn** hỗ trợ cho *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* thực hành thiền tuệ liên tục không ngừng, để cho *trí tuệ thiền tuệ* được phát triển, *chánh kiến thiền tuệ* thấy rõ *sắc nằm*, thì đồng thời *tà kiến theo chấp ngã* tưởng lầm "*ta nằm*" bị lu mờ dần, cho đến khi *tà kiến theo chấp ngã* bị tiêu diệt hẳn, do năng lực của *trí tuệ thiền tuệ*.

## **Nhân Duyên Phát Sinh Mỗi Oai Nghi**

Mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp phát sinh đều do nhân duyên của mỗi pháp, do đó danh pháp, sắc pháp là pháp vô ngã.

4 oai nghi *đi, đứng, ngồi, nằm* thuộc về sắc pháp phát sinh từ tâm nên gọi là *sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm*, mỗi sắc pháp phát sinh đều do nhân duyên của nó.

Trong bộ Chú giải của bài kinh *Đại Niệm Xứ (Mahāsatipaṭṭhānasutta)* dạy:

### **1- Nhân duyên nào phát sinh sắc đi?**

**Sắc đi** phát sinh từ tâm qua quá trình diễn tiến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- *Tâm nghĩ "đi"*.
- Do tâm nghĩ đi làm cho phát sinh *chất gió*.
- *Chất gió* phát sinh do tâm làm cho *toàn thân cử động di chuyển bước đi* từng bước do năng lực của *chất gió* phát sinh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "*thân đi*" hoặc "*sắc đi*" là *sắc pháp phát sinh từ tâm (cittajarūpa)*.

## 2- **Nhân duyên nào phát sinh sắc đứng?**

**Sắc đứng** phát sinh từ tâm qua quá trình diễn tiến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- Tâm nghĩ "*đứng*".
- Do tâm nghĩ đứng làm cho phát sinh *chất gió*.
- *Chất gió* phát sinh do tâm ấy làm cho *toàn thân cử động, toàn thân từ chân đến đầu đứng yên* theo mỗi dáng đứng, tư thế đứng, do năng lực của *chất gió* phát sinh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "*thân đứng*" hoặc "*sắc đứng*" là *sắc pháp phát sinh từ tâm*.

## 3- **Nhân duyên nào phát sinh sắc ngồi?**

**Sắc ngồi** phát sinh từ tâm qua quá trình diễn biến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- Tâm nghĩ "*ngồi*".
- Do tâm nghĩ ngồi làm cho phát sinh *chất gió*.
- *Chất gió* phát sinh do tâm ấy làm cho *toàn thân cử động, toàn thân phần trên ngồi thẳng, thân phần dưới co theo* mỗi dáng ngồi, tư thế ngồi, do năng lực của *chất gió* phát sinh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "*thân ngồi*" hoặc "*sắc ngồi*" là *sắc pháp phát sinh từ tâm*.

## 4- **Nhân duyên nào phát sinh sắc nằm?**

**Sắc nằm** phát sinh từ tâm qua quá trình diễn biến liên tục do nhiều nhân duyên như sau:

- Tâm nghĩ "*nằm*".
- Do tâm nghĩ nằm làm cho phát sinh *chất gió*.
- *Chất gió* phát sinh do tâm ấy làm cho *toàn thân cử động, toàn thân nằm ngang* theo mỗi dáng nằm, tư thế nằm yên, do năng lực của *chất gió* phát sinh từ tâm ấy.

Do đó, gọi là "*thân nằm*" hoặc "*sắc nằm*", là *sắc pháp phát sinh từ tâm*.

Nếu trường hợp *thiếu một nhân duyên* nào, thì *sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm,...* không thể phát sinh được.

Ví dụ:

Sở dĩ người bị bại liệt, dầu *tâm* của họ muốn đi, muốn đứng, muốn ngồi, muốn nằm... trong tư thế này hay tư thế khác, cũng không thể đi, đứng, ngồi, nằm... theo ý muốn của mình, như người bình thường; là vì *chất gió phát sinh từ tâm* không đủ năng lực làm cho toàn thân *cử động* theo ý muốn của họ.

Con người bình thường đi, đứng, ngồi, nằm,... *cử động* được dễ dàng là do nhờ *năng lực của chất gió phát sinh từ tâm* điều hòa được tứ đại (*đất, nước, lửa, gió*).

Ví dụ: Oai nghi đi, hay “*sắc đi*”.

- *Khi nhấc chân lên: Phong đại và hỏa đại* có năng lực mạnh, còn *địa đại và thủy đại* có năng lực yếu.
- *Khi đạp chân xuống: Địa đại và thủy đại* có năng lực mạnh, còn *phong đại và hỏa đại* có năng lực yếu.

Bởi vậy, cho nên, *sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm, co tay vào, co chân vào, duỗi tay ra, duỗi chân ra,...* là công việc của *tứ đại, do tâm chủ động, điều khiển*.

Đức Phật ví “*thân*” này như một *chiếc xe*; “*tâm*” này ví như *người lái xe*. Thật vậy, chiếc xe chạy mau, chạy chậm, queo trái, queo phải, ngừng lại,... đều do người lái xe điều khiển.

Cũng như vậy, *thân* này *đi, đứng, ngồi, nằm, bước tới, bước lui, quay bên phải, quay bên trái, co tay vào, co chân vào, duỗi tay ra, duỗi chân ra,...* đều do *tâm* điều khiển, cho nên gọi là “*sắc pháp phát sinh từ tâm*” (*cittajarūpa*).

Như vậy, *sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm...* được hiện hữu *do từ nhiều nhân duyên* khác nhau, do đó, *sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm,...* là *pháp vô ngã* (*không phải ta đi, không phải ta đứng, không phải ta ngồi, không phải ta nằm,...*).

### **Phân biệt đối tượng tứ oai nghi thuộc Paññatti - Paramattha**

4 oai nghi: *Sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm* là *sắc pháp phát sinh từ tâm* (*cittajarūpa*) thuộc *Paramattha* (*Chân nghĩa pháp*).

Hành giả thực hành thiền tuệ dùng tứ oai nghi làm đối tượng, điều trước hết là cần phải học hỏi, nghiên cứu rõ ràng về tứ oai nghi như thế nào thuộc về *đối tượng Paramattha* (*Chân nghĩa pháp*), và như thế nào thuộc về *đối tượng Paññatti* (*Chế định pháp*); điều này tối quan trọng, bởi vì, mỗi đối tượng sẽ dẫn đến mỗi kết quả hoàn toàn khác nhau.

#### **\* Tứ oai nghi thuộc về Paññatti: Chế định pháp**

**Chế định pháp** là pháp mà con người đặt ra, do căn cứ nơi *Chân nghĩa pháp*, có quy ước với nhau theo mỗi nhóm người, mỗi dân tộc được lưu truyền từ thế hệ trước cho đến thế hệ sau nối tiếp nhau.

Pháp chế định có 2 loại:

**1- Atthapaññatti:** Ý nghĩa, hình dạng chế định.

Nếu hành giả thực hành thiền tuệ có khái niệm về dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm là những hình dạng khái niệm trong tâm, thì những đối tượng ấy thuộc về *Atthapaññatti*: Ý nghĩa, hình dạng chế định.

**2- Nāmapaññatti:** Danh từ, ngôn ngữ chế định.

Nếu hành giả thực hành thiền tuệ căn cứ vào những khái niệm trong tâm:

- Về dáng đi, tư thế đi ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc đi", "sắc đi",...
- Về dáng đứng, tư thế đứng ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc đứng", "sắc đứng"...
- Về dáng ngồi, tư thế ngồi ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc ngồi", "sắc ngồi"...
- Về dáng nằm, tư thế nằm ấy, mà niệm tưởng trong tâm rằng: "sắc nằm", "sắc nằm"...

Thì những đối tượng này thuộc về *vijjamānapaññatti*: Danh từ, ngôn ngữ chế định dựa thực tánh pháp làm nền tảng.

Khi hành giả niệm tưởng trong tâm đến đối tượng sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm nào... , thì tâm cũng có thể an trú ở đối tượng ấy, như đối tượng của thiền định, mà không phải thực hành thiền định, vì tứ oai nghi không có trong 40 đề mục thiền định; hơn nữa, sự thực hành thiền định chỉ có một đề mục duy nhất làm đối tượng, nhưng ở đây mỗi lần thay đổi oai nghi là thay đổi đối tượng. Do đó, hành giả không phải thực hành thiền định mà cũng không phải thực hành thiền tuệ, bởi vì, đối tượng tứ oai nghi ấy thuộc về Chế định pháp, sẽ dẫn đến kết quả như sau:

- Không thể thấy rõ, biết rõ được thực tánh của danh pháp, sắc pháp.
- Không thể thấy rõ, biết rõ trạng thái riêng của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.
- Không thể thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của danh pháp, sắc pháp.
- Không thể thấy rõ, biết rõ 3 trạng thái chung: trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp, v.v...

**\* Tứ oai nghi thuộc về Paramattha: Chân nghĩa pháp**

**Chân nghĩa pháp** là pháp không do con người chế định, pháp này có thực tánh hiện hữu một cách tự nhiên của chúng, nhưng không có một ai thấy rõ, biết rõ đến chúng, bởi vì vô minh bao trùm phủ kín thực tánh pháp của chúng, cho đến khi Đức Phật xuất hiện trên thế gian, Ngài đã diệt đoạn tuyệt được vô minh, cho nên, sự thật Chân nghĩa pháp hiển nhiên hiện rõ; rồi Ngài giảng dạy cho chúng sinh hiểu biết Chân nghĩa pháp.

4 oai nghi thuộc về Chân nghĩa pháp đó là:

- *Dáng đi, tư thế đi thuần túy tự nhiên 1 .*
- *Dáng đứng, tư thế đứng thuần túy tự nhiên.*
- *Dáng ngồi, tư thế ngồi thuần túy tự nhiên.*
- *Dáng nằm, tư thế nằm thuần túy tự nhiên.*

Những dáng đi, tư thế đi... này là những trạng thái diễn biến của tứ đại phát sinh từ *tâm thiện trong sạch*, hoàn toàn không bị phiền não chi phối, thì những dáng đi, tư thế đi... ấy mới *thật sự thuần túy tự nhiên* được *thể hiện toàn thân*; hoàn toàn không qua một *khái niệm trong tâm* hoặc một *danh từ ngôn ngữ* nào có thể diễn tả được thực tánh của nó. Do đó: *Dáng đi, tư thế đi, dáng đứng, tư thế đứng, dáng ngồi, tư thế ngồi, dáng nằm, tư thế nằm* này... này thuộc về *Paramattha: Chân nghĩa pháp*.

Nếu hành giả thực hành thiền tuệ, có **chánh niệm** trực nhận, **trí tuệ tình giác** trực giác trực tiếp ngay đối tượng Paramattha của 4 oai nghi: "*dáng đi, tư thế đi; dáng đứng, tư thế đứng; dáng ngồi, tư thế ngồi; dáng nằm, tư thế nằm*", được *thể hiện toàn thân*, không qua *khái niệm trong tâm* và *danh từ ngôn ngữ chế định*, thì đối tượng ấy có thể dẫn đến kết quả như sau:

- *Có thể thấy rõ, biết rõ được **thực tánh của danh pháp, sắc pháp.***
- *Có thể thấy rõ, biết rõ **trạng thái riêng** của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.*
- *Có thể thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.*
- *Có thể thấy rõ, biết rõ **3 trạng thái chung**: Trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp.*
- *Có thể chứng ngộ **chân lý Tứ Thánh Đế**, chứng đắc **Thánh Đạo - Thánh Quả** và **Niết Bàn**.*

Như vậy, chọn đúng đối tượng rất quan trọng, cho nên, hành giả thực hành thiền tuệ cần phải trải qua 3 giai đoạn quan trọng:

\* **Giai đoạn đầu tiên:** Hành giả cần phải tìm hiểu, học hỏi, phân biệt rõ tứ oai nghi như thế nào thuộc đối tượng *Paññatti (Chế định pháp)* và tứ oai nghi như thế nào thuộc đối tượng *Paramattha (Chân nghĩa pháp)*, có trí tuệ sáng suốt chọn đúng đối tượng 4 oai nghi thuộc *Chân nghĩa pháp*.

\* **Giai đoạn giữa:** Khi hành giả thực hành thiền tuệ có *chánh niệm* trực nhận, *trí tuệ tình giác* trực giác trực tiếp ngay đối tượng *dáng đi, tư thế đi* hoặc *dáng đứng, tư thế đứng* hoặc *dáng ngồi, tư thế ngồi* hoặc *dáng nằm, tư thế nằm*... thuộc về đối tượng Paramattha được *thể hiện toàn thân* trong thân, hoàn toàn *không phải khái niệm trong tâm* hoặc *danh từ ngôn ngữ* nào cả.



\* **Giai đoạn cuối:** Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp; sự sinh, sự diệt của danh pháp, sắc pháp; trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, sắc pháp, dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn.

### **Oai Nghi Chính - Oai Nghi Phụ**

*Oai nghi chính* và *oai nghi phụ* có sự liên quan với nhau. Oai nghi chính được thành tựu là nhờ sự hỗ trợ của oai nghi phụ, nhưng các oai nghi phụ hoàn toàn nương nhờ vào oai nghi chính mà phát sinh. Khi oai nghi chính hiện rõ, thì oai nghi phụ không còn hiện rõ và ngược lại, khi oai nghi phụ hiện rõ, thì oai nghi chính không còn hiện rõ.

### **Phân biệt oai nghi chính và oai nghi phụ như thế nào?**

**Oai nghi chính:** có 4 oai nghi: *oai nghi đi*, *oai nghi đứng*, *oai nghi ngồi*, *oai nghi nằm*, có thời gian duy trì lâu và được xem là oai nghi chính, bởi vì chúng có nhiều dáng, nhiều tư thế tương tự trong cùng một oai nghi, cho nên, xem như một oai nghi.

4 oai nghi này thuộc *sắc pháp* phát sinh từ tâm được thể hiện rõ trong *dáng đi*, *tư thế đi*; *dáng đứng*, *tư thế đứng*; *dáng ngồi*, *tư thế ngồi*; *dáng nằm*, *tư thế nằm* đều thuộc về *sắc pháp* nên làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

Oai nghi chính được thành tựu là nhờ sự hỗ trợ của oai nghi phụ. Khi oai nghi chính hiện rõ, thì oai nghi phụ không còn hiện rõ nữa.

**Oai nghi phụ:** Có vô số oai nghi phụ, đó là những cử động, diễn biến của thân xảy ra trong thời gian rất ngắn ngủi liên quan từ oai nghi chính nào đó. Oai nghi phụ thường hỗ trợ để hoàn thành oai nghi chính, cũng có khi những oai nghi phụ cử động đơn phương không liên quan với oai nghi chính như: *Bước tới*, *bước lui*, *quay bên trái*, *quay bên phải*, *co tay*, *co chân vào*, *duỗi tay*, *duỗi chân ra*, v.v... xảy ra trong thời gian chốc lát, rất ngắn ngủi. Tất cả các oai nghi phụ này đều thuộc về **sắc pháp** phát sinh từ tâm.

Khi oai nghi phụ hiện rõ, thì oai nghi chính không còn hiện rõ; oai nghi phụ thuộc sắc pháp, nên cũng có thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ (trong phần Sampajaññapabba).

### **Thay Đổi Oai Nghi**

Thay đổi từ một **oai nghi chính này** sang một **oai nghi chính khác**, cần phải có sự hỗ trợ của các **oai nghi phụ**, qua quá trình diễn tiến liên tục cho đến khi hoàn thành oai nghi chính mới.

Muốn điều hòa 4 oai nghi, thì cần phải thay đổi oai nghi. Hành giả thực hành thiền tuệ có đối tượng 4 oai nghi, mỗi khi thay đổi oai nghi cần phải có nguyên nhân chính đáng như sau:

\* **Thay đổi oai nghi do khổ bắt buộc**

Ví dụ: Hành giả thực hành thiền tuệ có **chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác** trực giác theo dõi *dáng đi, tư thế đi, toàn thân di chuyển bước đi* trải qua thời gian lâu cảm thấy **khổ** phát sinh từ **oai nghi đi** ấy, cần phải thay đổi sang **oai nghi ngồi** để làm giảm bớt khổ trong oai nghi đi. Hành giả có **chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác** theo dõi trải qua quá trình diễn tiến liên tục của các oai nghi phụ hỗ trợ cho đến khi hoàn thành **oai nghi ngồi mới** trong *dáng ngồi, tư thế ngồi, toàn thân ngồi yên ấ*y. Khoảng giữa từ oai nghi đi sang oai nghi ngồi, mọi cử động của thân thuộc về các **oai nghi phụ** là **sắc pháp** phát sinh từ tâm.

Như vậy, *oai nghi chính* và *các oai nghi phụ* đều là **sắc pháp** phát sinh từ tâm, cho nên, hành giả có **chánh niệm** và **trí tuệ tỉnh giác** theo dõi liên tục oai nghi chính cũ sang các oai nghi phụ cho đến khi hoàn thành oai nghi chính mới.

#### \* **Thay đổi oai nghi do nhân cần thiết**

Ví dụ: Hành giả đang thực hành thiền tuệ có *dáng ngồi, tư thế ngồi* làm đối tượng, nếu khi cần *tiểu tiện* hoặc *đại tiện*, thì hành giả có thể thay đổi oai nghi ngồi sang oai nghi đi, để làm *giảm bớt khổ* do nhân ấy. Hành giả có **chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác** trực giác theo dõi quá trình diễn tiến liên tục các *oai nghi phụ* hỗ trợ thay đổi từ oai nghi ngồi sang oai nghi đi, để thực hiện việc cần thiết ấy. Khi xong rồi, hành giả thay đổi oai nghi mới khác.

#### \* **Biến dạng oai nghi do nhân khách quan**

Ví dụ: Hành giả đang thực hành thiền tuệ có *dáng ngồi, tư thế ngồi* làm đối tượng; nếu bị con muỗi chích hoặc bị con kiến cắn, v.v... *ngứa khó chịu*, thì khi ấy, chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác trực giác không thể thấy rõ, biết rõ *dáng ngồi, tư thế ngồi* yên không cử động được nữa, hành giả cần phải đưa tay lên *gãi chỗ ngứa* hoặc *xoa dầu chỗ đau*, v.v... Trong trường hợp ấy, hành giả có **chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác** theo dõi *cử động của thân* đó là các *oai nghi phụ*, không nên quan tâm đến cánh tay *gãi chỗ ngứa* hoặc *xoa dầu chỗ đau*, v.v... Khi xong rồi, hành giả có **chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác** trở lại oai nghi ngồi trong *dáng ngồi, tư thế ngồi* toàn thân *ngồi yên* không cử động trong hiện tại ấy.

Hành giả thực hành thiền tuệ có chánh niệm trực nhận, trí tuệ tỉnh giác trực giác không những thấy rõ, biết rõ *thực tánh của đối tượng sắc pháp*, mà còn thấy rõ, biết rõ *thực tánh chủ thể danh pháp (tâm biết đối tượng sắc pháp)* đúng theo phương pháp thực hành thiền tuệ.

Như vậy, *sắc pháp của oai nghi chính* hoặc *sắc pháp của oai nghi phụ* cũng đều là **sắc pháp** thuộc về **Chân nghĩa pháp** không hơn không kém. Vì vậy, hành giả không nên coi trọng **sắc pháp** này, cũng không nên xem nhẹ **sắc pháp** kia, để thực hành thiền tuệ đúng theo **Pháp hành Trung Đạo**. Hành giả có **chánh niệm, có trí tuệ tỉnh giác trực giác** theo dõi thấy rõ, biết rõ thực tánh của danh pháp, sắc pháp; thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của sắc pháp, danh pháp; thấy rõ, biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của sắc pháp, danh pháp; dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn.

#### **Nhận xét về đoạn kết của mỗi đối tượng Tứ Niệm Xứ**

Trong bài kinh Đại Niệm Xứ gồm có 21 đối tượng, mà đoạn kết của mỗi đối tượng đều bắt đầu: "*Iti ajjhataṃ vā...*", ý nghĩa như thế nào?

\* **Iti ajjhataṃ vā:** Hoặc đối tượng bên trong của mình như: *Hơi thở vô - hơi thở ra* bên trong của mình; 4 oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm*, bên trong của mình v.v... những điều ấy dễ hiểu.

\* **Bahiddhā vā:** Hoặc đối tượng bên ngoài mình, của người khác như: *Hơi thở vô - hơi thở ra* (của người khác); 4 oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm*, bên ngoài mình, của người khác v.v... hiểu như thế nào?

Thật ra, hành giả thực hành *pháp hành Tứ Niệm Xứ* hoặc *pháp hành thiền tuệ* đã đến giai đoạn có khả năng phát sinh *trí tuệ thứ nhất* gọi là **Nāmarūpaparicchedañña:** *Trí tuệ thấy rõ, biết rõ, phân biệt rõ từng mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp bên trong của mình đúng theo thực tánh các pháp đều là pháp vô ngã, có chánh kiến thiền tuệ (Vipassanā sammādiṭṭhi), đạt đến thanh tịnh gọi là Ditṭhivisuddhi: Chánh kiến thanh tịnh.* Và trí tuệ phát triển, tiến hoá tuần tự phát sinh *trí tuệ thứ nhì* gọi là **Nāmarūpapaccayapariggahañña:** *Trí tuệ thấy rõ, biết rõ nhân duyên phát sinh mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp, với paccakkhañña: Trí tuệ trực tiếp thấy rõ, biết rõ nhân duyên phát sinh mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp bên trong (ajjhatta) của mình như thế nào?* Và bằng *anumānañña:* *Trí tuệ gián tiếp thấy rõ, biết rõ nhân duyên phát sinh mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp bên ngoài mình (bahiddhā), của người khác, chúng sinh khác phát sinh cũng do nhân duyên như thế ấy.* Cho nên, *trí tuệ thứ nhì* này đạt đến thanh tịnh gọi là **Kaṅkhāvitaraṇavisuddhi: Trí tuệ thoát ly hoài nghi thanh tịnh.**

Do nhờ **trí tuệ thứ nhì** này, hành giả không có *hoài nghi về sự sinh của danh pháp, sắc pháp bên trong của mình; và cũng không còn có hoài nghi về sự sinh của danh pháp, sắc pháp bên ngoài mình, của người khác.*

Như vậy, "**bahiddhā vā**": Hoặc đối tượng bên ngoài mình, của người khác, không phải là đối tượng thật hiện tại, mà chỉ là đối tượng của *trí tuệ tư duy đúng đắn, do nhờ trí tuệ thứ nhì thấy rõ, biết rõ nhân duyên phát sinh mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp bên trong của mình làm nền tảng.*

Ví dụ: Một người có dịp đi Vũng Tàu tắm biển, đã nếm nước biển, biết rõ vị mặn của nước biển, người ấy không còn hoài nghi về vị mặn của nước biển tại Nha Trang hoặc tại các nước khác trên khắp toàn thế giới nữa; mặc dù họ không đến nơi đó.

\* **Samudayadhammānupassī vā:** Hoặc trí tuệ theo dõi thấy rõ, biết rõ **trạng thái sinh** của mỗi **danh pháp, mỗi sắc pháp do nhân duyên sinh.** Đó là *trí tuệ thứ nhì* gọi là **Nāmarūpapaccayapariggahañña:** *Trí tuệ thấy rõ, biết rõ nhân duyên sinh mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.* Trí tuệ này có khả năng thấy rõ, biết rõ mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp sinh do nhân duyên của riêng nó sinh.

\* **Vayadhammānupassī vā:** Hoặc trí tuệ thiền tuệ theo dõi thấy rõ, biết rõ **trạng thái diệt** của mỗi **danh pháp, mỗi sắc pháp do nhân duyên diệt.** Đó là *trí tuệ thứ ba* gọi là **Samma-sañña:** *Trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ sự diệt của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp do nhân duyên diệt, nên thấy rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.* Trí tuệ này có khả năng thấy rõ biết rõ mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp diệt do nhân duyên diệt của riêng nó (người này chết do bệnh này).

\* **Samudayavayadhammānupassī vā:** Hoặc trí tuệ thiên tuệ theo dõi thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của mỗi **danh pháp, mỗi sắc pháp do nhân duyên sinh, do nhân duyên diệt ngay hiện tại**, nên thấy rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của danh pháp sắc pháp. Đó là trí tuệ thiên tuệ thứ tư gọi là **Udayabbayañāna:** Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp ngay hiện tại, nên thấy rõ 3 trạng thái chung: *Trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của danh pháp sắc pháp. Trí tuệ thiên tuệ thứ tư này có khả năng đặc biệt thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của mỗi danh pháp, mỗi sắc pháp.

Sắc pháp nào *sinh do 5 nhân duyên: Vô minh, tham ái, nghiệp, vật thực và sự sinh của sắc pháp*; thì sắc pháp ấy *diệt cũng do 5 nhân duyên ấy: Vô minh, tham ái, nghiệp, vật thực và sự diệt của sắc pháp ấy*.

Danh pháp nào *sinh do 5 nhân duyên: Vô minh, tham ái, nghiệp, danh pháp - sắc pháp và sự sinh của danh pháp*; thì danh pháp ấy *diệt cũng do 5 nhân duyên ấy: Vô minh, tham ái, nghiệp, danh pháp - sắc pháp và sự diệt của danh pháp ấy*.

**Trí tuệ thiên tuệ thứ tư** này bắt đầu chính thức gọi là **trí tuệ thiên tuệ**, bởi vì, trí tuệ này có khả năng thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp sinh rồi diệt; thấy rõ ba trạng thái chung: *Trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của danh pháp, sắc pháp. Và từ đó trí tuệ thiên tuệ phát triển theo tuần tự dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt phiền não.

\* **Atthi kāyo:** Nghĩa là chỉ là **thân** mà thôi, thân này thuộc **sắc pháp** là **pháp vô ngã**, không phải ta, không phải của ta...

\* **Atthi vedanā:** Nghĩa là chỉ là **thọ** mà thôi, thọ này thuộc **danh pháp** là **pháp vô ngã**, không phải ta, không phải của ta...

\* **Atthi cittaṃ:** Nghĩa là chỉ là **tâm** mà thôi, tâm này thuộc **danh pháp** là **pháp vô ngã**, không phải ta, không phải của ta...

\* **Atthi dhammā:** Nghĩa là chỉ là **pháp** mà thôi, pháp này thuộc **sắc pháp, danh pháp** là **pháp vô ngã**, không phải ta, không phải của ta...

\* **Anissito ca viharatī:** Nghĩa là hành giả có **chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác hoàn toàn trong sạch thanh tịnh**, không có **tà kiến** nương nhờ và cũng không có **tham ái** nương nhờ nơi **đối tượng thân, thọ, tâm, pháp** hay **danh pháp, sắc pháp**.

\* **Na ca kiñci loke upādiyati:** Nghĩa là **tâm không còn chấp thủ cho rằng: "Ta, của ta"** trong ngũ uẩn (**sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn**) hoặc **sắc pháp, danh pháp** này nữa. Đó là **tâm của bậc Thánh Arahán**.

Tóm lại, tất cả 21 đối tượng trong **Tứ Niệm Xứ (thân niệm xứ có 14 đối tượng, thọ niệm xứ có 1 đối tượng chia làm 9 loại thọ, tâm niệm xứ có 1 đối tượng chia làm 16 loại tâm, pháp niệm xứ có 5 đối tượng)**, mỗi đối tượng đều có khả năng dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc từ Nhập Lưu

Thánh Đạo - Nhập Lưu Thánh Quả; Nhất Lai Thánh Đạo - Nhất Lai Thánh Quả; Bất Lai Thánh Đạo - Bất Lai Thánh Quả; đến Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả trở thành bậc Thánh Arahán cao thượng, tùy theo duyên lành, **5 pháp chủ** (*tín pháp chủ, tấn pháp chủ, niệm pháp chủ, định pháp chủ, tuệ pháp chủ*) và **ba-la-mật** của mỗi hành giả.

## 6 Đối Tượng

Đối tượng nói chung có 6 loại 1 :

- 1- *Sắc trần*: Tất cả các hình dạng, màu sắc.
- 2- *Thanh trần*: Tất cả các loại âm thanh.
- 3- *Hương trần*: Tất cả các thứ mùi.
- 4- *Vị trần*: Tất cả các thứ vị.
- 5- *Xúc trần*: Có 3 chất: *Chất đất cứng hoặc mềm, chất lửa nóng hoặc lạnh, chất gió phòng hoặc xẹp.*
- 6- *Pháp trần*: Có nhiều pháp thuộc về pháp trần như: *Tâm, tâm sở, sắc pháp, Niết Bàn và pháp chế định.*

Phiền não, tham ái có thể nương nhờ nơi 6 đối tượng này và 6 chủ thể (tâm biết đối tượng). Cho nên, hành giả cần phải học cho hiểu biết rõ 6 đối tượng và 6 chủ thể (tâm biết đối tượng).

## 6 Thức Tâm

Đối tượng có 6 loại, nên tâm nhận biết đối tượng cũng có 6 loại; mỗi loại tâm đặc biệt biết đối tượng như sau:

- 1- *Nhãn thức tâm* làm phận sự nhìn thấy *sắc trần*, có 2 tâm.
  - *Nhãn thức tâm* là quả của nghiệp ác, nhìn thấy *sắc trần* xấu không đáng hài lòng.
  - *Nhãn thức tâm* là quả của nghiệp thiện, nhìn thấy *sắc trần* đẹp đáng hài lòng.

Như vậy, *nhãn thức tâm* nhìn thấy *sắc trần*, không phải *ta nhìn thấy sắc trần*, và *sắc trần* là hình dạng không phải vật này, vật kia,...

*Nhãn thức tâm* thuộc về *đanh pháp*, và *sắc trần* thuộc về *sắc pháp*.

Khi *nhãn thức tâm* nhìn thấy *sắc trần*, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ *đanh pháp* thấy *sắc trần* (*sắc pháp*) không phải ta thấy vật này, vật kia,...

Như vậy, *tà kiến*, *tham ái* không thể nương nhờ nơi chủ thể (*nhãn thức tâm*) và đối tượng (*sắc trần*).

2- *Nhĩ thức tâm* làm phạm sự nghe *thanh trần*, có 2 tâm.

- *Nhĩ thức tâm* là quả của nghiệp ác, nghe *thanh trần* dở không đáng hài lòng.
- *Nhĩ thức tâm* là quả của nghiệp thiện, nghe *thanh trần* hay đáng hài lòng.

Như vậy, *nhĩ thức tâm* nghe *thanh trần*, không phải *ta* nghe *thanh trần*, và *thanh trần* là âm thanh không phải tiếng Việt, tiếng Anh,...

*Nhĩ thức tâm* thuộc về *danh pháp*, và *thanh trần* thuộc về *sắc pháp*.

Khi *nhĩ thức tâm* nghe *thanh trần*, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ *danh pháp* nghe *thanh trần* (*sắc pháp*) không phải *ta* nghe tiếng Việt, tiếng Anh,...

Như vậy, tà kiến, tham ái không thể nương nhờ nơi chủ thể (*nhĩ thức tâm*) và đối tượng (*thanh trần*).

3- *Tỷ thức tâm* làm phạm sự ngửi *hương trần*, có 2 tâm.

- *Tỷ thức tâm* là quả của nghiệp ác, ngửi *hương trần* hôi không đáng hài lòng.
- *Tỷ thức tâm* là quả của nghiệp thiện, ngửi *hương trần* thơm đáng hài lòng.

Như vậy, *tỷ thức tâm* ngửi *hương trần*, không phải *ta* ngửi *hương trần*, và *hương trần* là các thứ mùi, không phải mùi hôi của phân, mùi thơm của nước hoa,...

*Tỷ thức tâm* thuộc về *danh pháp*, và *hương trần* thuộc về *sắc pháp*.

Khi *tỷ thức tâm* ngửi *hương trần*, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ *danh pháp* ngửi *hương trần* (*sắc pháp*) không phải *ta* ngửi mùi hôi của phân, mùi thơm của nước hoa,...

Như vậy, tà kiến, tham ái không thể nương nhờ nơi chủ thể (*tỷ thức tâm*) và đối tượng (*hương trần*).

4- *Thiệt thức tâm* làm phạm sự nếm *vị trần*, có 2 tâm.

- *Thiệt thức tâm* là quả của nghiệp ác, nếm *vị trần* dở không đáng hài lòng.
- *Thiệt thức tâm* là quả của nghiệp thiện, nếm *vị trần* ngon đáng hài lòng.

Như vậy, *thiệt thức tâm* nếm *vị trần*, không phải *ta* nếm *vị trần*, và *vị trần* là các thứ vị, không phải vị mặn của muối, vị ngọt của mật ong,...

*Thiệt thức tâm* thuộc về *danh pháp*, và *vị trần* thuộc về *sắc pháp*.

Khi *thiệt thức tâm* nếm *vị trần*, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ *danh pháp* nếm *vị trần* (*sắc pháp*) không phải *ta* nếm vị mặn của muối, vị ngọt của mật ong,...

Như vậy, tà kiến, tham ái không thể nương nhờ nơi chủ thể (thiệt thức tâm) và đối tượng (vị trần).

5- *Thân thức tâm* làm phạm sự xúc giác với *xúc trần*, có 2 tâm.

- *Thân thức tâm* là quả của nghiệp ác, xúc giác với *xúc trần* xấu không đáng hài lòng.

- *Thân thức tâm* là quả của nghiệp thiện, xúc giác với *xúc trần* tốt đáng hài lòng.

Như vậy, *thân thức tâm* xúc giác với *xúc trần*, không phải *ta* xúc giác với *xúc trần*, và *xúc trần* là cứng hoặc mềm, nóng hoặc lạnh, phồng hoặc xẹp; không phải cứng của sắt, mềm của nệm, nóng của lửa, lạnh của nước đá,...

*Thân thức tâm* thuộc về *danh pháp*, và *xúc trần* thuộc về *sắc pháp*.

Khi *thân thức tâm* xúc giác với *xúc trần*, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ *danh pháp* xúc giác *xúc trần* (*sắc pháp*), không phải *ta* xúc giác với sắt cứng, với nệm mềm, với lửa nóng,...

Như vậy, tà kiến, tham ái không thể nương nhờ nơi chủ thể (*thân thức tâm*) và đối tượng (*xúc trần*).

6- *Ý thức tâm* gồm có nhiều loại tâm, có khả năng biết 6 đối tượng. *Ý thức tâm* có 79 tâm (không có 10 thức tâm: 2 *nhãn thức tâm* + 2 *nhĩ thức tâm* + 2 *tỷ thức tâm* + 2 *thiệt thức tâm* + 2 *thân thức tâm*), mỗi tâm làm phạm sự biết đối tượng theo khả năng của tâm, theo từng mỗi trường hợp, từng mỗi thời.

Đối với hành giả thực hành thiền tuệ, đối tượng pháp trần loại trừ *Chế định pháp*, và tâm chỉ có *tâm trong tam giới* mà thôi, loại trừ 8 tâm Siêu tam giới.

Như vậy, *ý thức tâm* thuộc về *danh pháp* và *đối tượng* gồm có 28 *sắc pháp* và *tâm, tâm sở* trong tam giới (không có 8 tâm Siêu tam giới) thuộc về *danh pháp*.

Khi *ý thức tâm* biết đối tượng *pháp trần* nào, hành giả có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ *danh pháp biết sắc pháp ấy* hoặc *biết danh pháp ấy* (không phải *ta* biết môn này, pháp kia, hoặc *ta* đi, *ta* đứng, *ta* ngồi, *ta* nằm,...)

Như vậy, tà kiến, tham ái không thể nương nhờ nơi chủ thể (*ý thức tâm*) và đối tượng (*pháp trần*).

Thật ra, *tâm sở* tà kiến (*ditthicasika*) đồng sinh với 4 *tâm tham* hợp với tà kiến, và *tâm sở tham* (*lobhacetasika*) đồng sinh với 8 *tâm tham* gọi là *tham ái*. Tâm này có cơ hội, thì sinh trong 6 lộ trình tâm qua 6 môn là *nhãn môn lộ trình tâm*, *nhĩ môn lộ trình tâm*, *tỷ môn lộ trình tâm*, *thiệt môn lộ trình tâm*, *thân môn lộ trình tâm* và *ý môn lộ trình tâm*.

Nếu hành giả thực hành thiền tuệ, khi phát sinh *trí tuệ thiền tuệ tam giới* (*lokiya-vipassanāñāṇa*) có khả năng *diệt từng thời* (*tadaṅgapahāna*) được tà kiến, tham ái trong 6 lộ trình tâm. Khi trí tuệ thiền tuệ tam giới phát triển theo tuần tự cho đến *trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới* (*Lokuttaravipassanāñāṇa*) thì có

khả năng *diệt đoạn tuyệt* (*samucchadapahāna*) được *tà kiến*, *tham ái* nơi chủ thể và đối tượng bằng Thánh Đạo Tuệ rồi, từ đó về sau vĩnh viễn không còn *tà kiến*, *tham ái* sinh trong 6 lộ trình tâm nữa.

Ví dụ: Có 2 tên cướp của giết người thường quấy phá trong 6 tỉnh, dân chúng sống không được an toàn. Công an vây bắt được hai tên cướp ấy nơi tỉnh nào, rồi giết chết tại nơi đó. Từ đó về sau dân chúng trong 6 tỉnh ấy được sinh sống an toàn cả tính mạng lẫn của cải tài sản. Cũng như vậy, bậc *Thánh Nhập Lưu* đã diệt đoạn tuyệt được *tà kiến*, nghĩa là đã diệt đoạn tuyệt được 4 *tâm tham hợp với tà kiến* rồi, 4 *tâm* này không còn có trong tâm của bậc *Thánh Nhập Lưu* nữa (*nhưng còn 4 tâm tham không hợp với tà kiến*). Cho nên, trong 6 lộ trình tâm không bao giờ có 4 *tâm tham hợp với tà kiến* phát sinh làm ô nhiễm trong kiếp hiện tại và kiếp vị lai nhiều nhất 7 kiếp, chắc chắn sẽ trở thành bậc *Thánh Arahán*, rồi tịch diệt Niết Bàn, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Và bậc *Thánh Arahán* đã diệt đoạn tuyệt hoàn toàn mọi *tham ái* không còn dư sót, nghĩa là đã diệt đoạn tuyệt được 4 *tâm tham không hợp với tà kiến* rồi, 4 *tâm* này không còn có trong tâm của bậc *Thánh Arahán* nữa. Cho nên, trong 6 lộ trình tâm hoàn toàn không có 4 *tâm tham không hợp với tà kiến* phát sinh làm ô nhiễm trong kiếp hiện tại nữa. Ngay kiếp hiện tại, bậc *Thánh Arahán* sẽ tịch diệt Niết Bàn, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

### **Pháp Hành Trung Đạo (Majjhimāpaṭipadā)**

**Pháp hành Trung Đạo** (*Majjhimāpaṭipadā*) là một pháp hành chỉ có trong Phật giáo, hoàn toàn không có ngoài Phật giáo.

Trong bài kinh **Chuyển Pháp Luân (Dhammacakkappavattanasutta 1)**, Đức Phật dạy:

Hai Pháp Thấp Hèn (dve antā)

- “*Này chư Tỳ khưu, có hai pháp cực đoan thuộc về hai biên kiến mà người xuất gia không nên hành theo. Hai pháp ấy như thế nào?*”

1- *Một là, việc thường thụ hưởng lạc trong ngũ dục do tâm tham ái hợp với **thường kiến**, là pháp thấp hèn của hạng phàm nhân trong đời, không phải của bậc Thánh Nhân, không đem lại lợi ích an lạc nào.*

2- *Hai là, việc thường tự ép xác hành khổ mình do tâm sân hận và có **đoạn kiến**, thuộc pháp hành khổ hạnh của ngoại đạo, không phải của bậc Thánh Nhân, không đem lại lợi ích an lạc nào.*

Pháp Hành Trung Đạo (Majjhimāpaṭipadā)

- *Này chư Tỳ khưu, không thiên về hai pháp cực đoan thuộc hai biên kiến ấy, Như Lai đã hành theo **pháp hành Trung Đạo**, nên đã chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế bằng trí tuệ Siêu tam giới, làm cho tuệ nhãn phát sinh, trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới phát sinh, để làm vắng lặng mọi phiền não, làm cho trí tuệ siêu việt thông suốt chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn.*



Này chư Tỳ khưu, thế nào gọi là **pháp hành Trung Đạo** mà Như Lai đã chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế (bằng trí tuệ Siêu tam giới), làm cho tuệ nhãn phát sinh, trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới phát sinh, để làm vắng lặng mọi phiền não, làm cho trí tuệ siêu việt thông suốt chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn.

Này chư Tỳ khưu, pháp hành Trung Đạo đó chính là Thánh Đạo hợp đủ 8 chánh cao thượng là:

- 1- Chánh kiến
- 2- Chánh tư duy
- 3- Chánh ngữ
- 4- Chánh nghiệp
- 5- Chánh mạng
- 6- Chánh tinh tấn
- 7- Chánh niệm
- 8- Chánh định

Này chư Tỳ khưu, nhờ pháp hành Trung Đạo là Thánh Đạo hợp đủ 8 chánh cao thượng này, mà Như Lai đã chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế (bằng trí tuệ Siêu tam giới), làm cho tuệ nhãn phát sinh, trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới phát sinh, để làm vắng lặng mọi phiền não, làm cho trí tuệ siêu việt thông suốt chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo -, Thánh Quả và Niết Bàn”.

Trong bài kinh này, Đức Thế Tôn dạy pháp hành Trung Đạo đó chính là **Thánh Đạo hợp đủ 8 chánh cao thượng**: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định; 8 chánh này là 8 tâm sở đồng sinh cùng một lúc trong Tâm Thánh Đạo và Tâm Thánh Quả có đối tượng Niết Bàn.

Trong Tâm Thánh Đạo, Tâm Thánh Quả có 36 tâm sở đồng sinh, trong 36 tâm sở này có:

- *Tâm sở trí tuệ* gọi là *chánh kiến*: Trí tuệ chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế.
- *Tâm sở hướng tâm (vitakka)* gọi là *chánh tư duy*: Tư duy thoát ra khỏi ngũ dục, tư duy không làm khổ mình, khổ người, tư duy không làm hại mình, hại người.
- *Tâm sở chánh ngữ* gọi là *chánh ngữ*: Lời nói chân chánh là tránh xa sự nói dối, tránh xa sự nói lời chia rẽ, tránh xa sự nói lời thô tục, tránh xa sự nói lời vô ích.
- *Tâm sở chánh nghiệp* gọi là *chánh nghiệp*: Hành nghiệp chân chánh là tránh xa sự sát sinh, tránh xa sự trộm cắp, tránh xa sự tà dâm.
- *Tâm sở chánh mạng* gọi là *chánh mạng*: Nuôi mạng chân chánh, tránh xa cách sống tà mạng do hành ác.
- *Tâm sở tinh tấn* gọi là *chánh tinh tấn*, đó là:

- Tinh tấn ngăn ác pháp chưa sinh thì không cho phát sinh.
- Tinh tấn diệt ác pháp đã sinh.
- Tinh tấn làm cho thiện pháp chưa sinh thì phát sinh.
- Tinh tấn làm tăng trưởng thiện pháp đã sinh.
- *Tâm sở niệm* gọi là *chánh niệm*: Niệm chân chánh là niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp.
- *Tâm sở nhất tâm* gọi là *chánh định*: Định chân chánh, là định tâm trong 5 bậc thiền Siêu tam giới, có Niết Bàn làm đối tượng.

8 tâm sở có tên 8 chánh này cùng với 28 tâm sở khác đồng sinh trong Tâm Thánh Đạo - Tâm Thánh Quả, có đối tượng Niết Bàn. 8 tâm sở này đặc biệt chỉ đồng sinh trong *Tâm Thánh Đạo* và *Tâm Thánh Quả* thuộc *tâm Siêu tam giới* mà thôi. Ngoài tâm Siêu tam giới ra, 8 tâm sở này không bao giờ đồng sinh cùng một lúc trong *tâm dục giới*, *tâm sắc giới*, *vô tâm sắc giới*, bởi vì 3 tâm sở tiết chế: *Chánh ngữ*, *chánh nghiệp*, *chánh mạng* mỗi tâm này riêng rẽ đồng sinh với tâm đại thiện dục giới, mà không đồng sinh với tâm sắc giới và tâm vô sắc giới. Do đó, Bát Chánh Đạo không đồng sinh cùng một lúc trong tâm tam giới.

**Pháp hành Trung Đạo** đó là Thánh Đạo hợp đủ 8 chánh đồng sinh với Tâm Thánh Đạo và Tâm Thánh Quả có Niết Bàn làm đối tượng; **pháp hành Bát Chánh Đạo** trong Tâm Thánh Đạo và Tâm Thánh Quả, không phải là pháp hành **bắt đầu thực hành**, cũng không phải là **pháp hành đang thực hành**, mà là pháp hành **đã thực hành xong**, đã hoàn thành xong phận sự Tứ Thánh Đế, là **pháp thành** (*paṭivedha*), kết quả của **pháp hành** (*paṭipatti*).

Như vậy, **pháp hành Trung Đạo** này (pháp hành Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh) ở giai đoạn cuối.

Vậy giai đoạn đầu của pháp hành Trung Đạo hoặc pháp hành Bát Chánh Đạo là pháp nào?

**Pháp hành Trung Đạo có 2 giai đoạn:**

1- **Giai đoạn đầu** của pháp hành Trung Đạo là **pháp hành Tứ Niệm Xứ**: *Niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp*. Tứ Niệm Xứ này chính là **chánh niệm** trong Bát Chánh Đạo. Như vậy, giai đoạn đầu của pháp hành Trung Đạo hoặc pháp hành Bát Chánh Đạo là hành giả bắt đầu thực hành theo *chánh niệm: Niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp; thân, thọ, tâm, pháp* làm đối tượng của *chánh niệm*, còn thuộc *pháp trong tam giới*.

2- **Giai đoạn cuối** của pháp hành Trung Đạo là *pháp hành Bát Chánh Đạo* hợp đầy đủ 8 chánh: *Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định* đồng sinh cùng một lúc với Tâm Thánh Đạo và Tâm Thánh Quả có đối tượng Niết Bàn, thuộc *pháp Siêu tam giới*.

**Pháp Hành Tứ Niệm Xứ - Pháp Hành Thiền Tuệ**

*Pháp hành Tứ Niệm Xứ có đối tượng thân thuộc về sắc pháp, thọ thuộc về danh pháp, tâmthuộc về danh pháp, pháp thuộc về sắc pháp - danh pháp. Hành giả thực hành Tứ Niệm Xứ có đối tượng thân, thọ, tâm, pháp dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn. Và hành giả thực hành thiền tuệ có đối tượng sắc pháp, danh pháp cũng dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn.*

Như vậy, *pháp hành Tứ Niệm Xứ và pháp hành thiền tuệ* có đối tượng và kết quả hoàn toàn giống nhau, chỉ có khác nhau về tên gọi 2 pháp hành mà thôi.

### **Hành không đúng theo pháp hành Trung Đạo như thế nào?**

Sự thật, tất cả mọi đối tượng *thân, thọ, tâm, pháp* hoặc *danh pháp, sắc pháp* trong tam giới đều là **Khổ đế**, là pháp nên biết như nhau cả thầy, không hơn không kém. Nhưng có số hành giả không hiểu rõ sự thật chân lý Khổ đế này, nên *thích đối tượng danh pháp, sắc pháp này; không thích đối tượng danh pháp, sắc pháp kia*; tâm không biết trung dung trong tất cả mọi đối tượng danh pháp, sắc pháp. Cho nên, họ thực hành thiền tuệ khi thì có **tâm tham**, hài lòng trong đối tượng danh pháp, sắc pháp này; khi thì có **tâm sân**, không hài lòng trong đối tượng danh pháp, sắc pháp kia.

Như vậy, hành giả thực hành Tứ Niệm Xứ hoặc thực hành thiền tuệ đã thiên về hai pháp cực đoan: **Tâm tham** (hài lòng) và **tâm sân** (không hài lòng), cho nên hành giả thực hành Tứ Niệm Xứ hoặc thực hành thiền tuệ không đúng theo pháp hành Trung Đạo.

Thật vậy, khi *tâm tham* hoặc *tâm sân* phát sinh đều luôn luôn có *tâm sở si (vô minh)* đồng sinh với tâm ấy, bao trùm phủ kín thực tánh của danh pháp, sắc pháp, cho nên không thể chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế.

Ví dụ:

Hành giả đang thực hành thiền tuệ có đối tượng 4 oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm*.

Khi đang ngồi có *sắc ngồi* là *dáng ngồi, tư thế ngồi* làm đối tượng của thiền tuệ. Nếu hành giả *thích sắc ngồi*, thì **tâm tham** (hài lòng đối tượng sắc ngồi ấy) phát sinh, chắc chắn có **tâm sở si** đồng sinh bao trùm phủ kín thực tánh của sắc ngồi, thuộc *sắc pháp* ấy.

Một khi có **phóng tâm** phát sinh (*nghĩ đến chuyện khác*) phải buông bỏ đối tượng sắc ngồi. Nếu hành giả *không thích phóng tâm*, thì **tâm sân** (không hài lòng đối tượng phóng tâm ấy) phát sinh, chắc chắn có **tâm sở si** đồng sinh bao trùm phủ kín thực tánh của phóng tâm, *danh pháp* ấy. Cho nên, hành giả thực hành thiền tuệ không diệt được **tâm tham** (hài lòng) và **tâm sân** (không hài lòng) cùng với **tâm sở si** trong danh pháp, sắc pháp ấy.

Như vậy, hành giả thực hành Tứ Niệm Xứ hoặc thực hành thiền tuệ không đúng theo pháp hành Trung Đạo, bởi vì thiên về 2 pháp cực đoan: **Tâm tham**(hài lòng) và **tâm sân** (không hài lòng) trong danh pháp, sắc pháp.

## **Hành đúng theo pháp hành Trung Đạo như thế nào?**

Hành giả thực hành thiền tuệ có **4 oai nghi**: *Đi, đứng, ngồi, nằm* làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

Sự thật, tất cả mọi danh pháp, sắc pháp trong tam giới đều là **Khổ đế**, là pháp nên biết như nhau cả thầy, không hơn không kém. Có một số hành giả hiểu rõ sự thật chân lý Khổ đế này, nên *không coi trọng đối tượng danh pháp, sắc pháp này; cũng không coi nhẹ đối tượng danh pháp, sắc pháp kia*, tâm biết trung dung trong tất cả mọi đối tượng danh pháp, sắc pháp; cho nên, khi họ thực hành thiền tuệ đầu *danh pháp, sắc pháp* nào cũng ngăn ngừa được **tâm tham** (hài lòng) và **tâm sân** (không hài lòng) cùng với **tâm sở si** (vô minh) không cho nương nhờ nơi *đối tượng danh pháp, sắc pháp* ấy, và không cho nương nhờ nơi *chủ thể* chánh niệm trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ đối tượng ấy. Do đó, trí tuệ thiền tuệ phát sinh, thấy rõ, biết rõ *thực tánh* của danh pháp, sắc pháp ấy, đồng thời diệt được **tâm tham** (hài lòng) và **tâm sân** (không hài lòng) cùng với **tâm sở si** trong đối tượng danh pháp, sắc pháp ấy.

Hành giả thực hành thiền tuệ giai đoạn đầu đúng theo **pháp hành Trung Đạo**, vì không thiên về 2 pháp cực đoan: **Tâm tham** (hài lòng) và **tâm sân** (không hài lòng) dẫn đến sự phát sinh trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ *thực tánh* của danh pháp, của sắc pháp đúng theo *sự thật Chân nghĩa pháp*; thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của danh pháp, của sắc pháp; thấy rõ, biết rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của danh pháp, của sắc pháp, dẫn đến chứng ngộ *chân lý Tứ Thánh Đế*, chứng đắc *Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn*, đến giai đoạn cuối của *pháp hành Trung Đạo*.

Ví dụ:

Hành giả đang thực hành thiền tuệ có đối tượng 4 oai nghi: *Đi, đứng, ngồi, nằm*.

Khi đang ngồi có *sắc ngồi* là *dáng ngồi, tư thế ngồi* làm đối tượng của thiền tuệ; hành giả có *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* trực nhận, trực giác ngay *dáng ngồi, tư thế ngồi* thuộc về **sắc pháp** phát sinh từ tâm, gọi là *sắc ngồi*. Hành giả *không coi trọng sắc ngồi*, nên **tâm tham** (hài lòng) cùng với **tâm sở si** không thể nương nhờ nơi *sắc ngồi (sắc pháp)*.

Khi ấy, hành giả có *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* đồng sinh trong *tâm đại thiện trong sạch* có đối tượng *dáng ngồi, tư thế ngồi* thuộc về *sắc pháp*.

Nếu khi có *phóng tâm* phát sinh (*nghĩ đến chuyện khác*) phải buông bỏ đối tượng *sắc ngồi*; hành giả *không coi nhẹ phóng tâm* nên **tâm sân** (không hài lòng) cùng với **tâm sở si** không thể nương nhờ nơi *phóng tâm (danh pháp)*. Cho nên, *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* thấy rõ, biết rõ *đối tượng phóng tâm* (vừa mới diệt) thuộc về *danh pháp*. Như vậy, dù đối tượng thay đổi từ *sắc ngồi* diệt, *phóng tâm* sinh, song *chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác* vẫn không thay đổi, bởi vì, hành giả có trí tuệ hiểu biết rõ tất cả mọi danh pháp, mọi sắc pháp đều có thực tánh, có sự sinh, sự diệt, có 3 trạng thái chung: *Trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã*, đều có khả năng dẫn đến chứng ngộ *chân lý Tứ Thánh Đế*, chứng đắc *Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn*, diệt đoạn tuyệt mọi phiền não, mọi tham ái. Nhờ sự hiểu biết đúng như vậy, khi hành giả thực hành thiền tuệ *giai đoạn đầu đúng theo pháp hành Trung Đạo*, vì không thiên về 2 pháp cực đoan, nên diệt được **tâm tham** (hài lòng) trong *sắc ngồi (sắc pháp)*, và diệt

được **tâm sân** (không hài lòng) trong *phóng tâm* (danh pháp), đồng thời diệt được **tâm si** trong danh pháp, sắc pháp. Do đó, trí tuệ thiên tuệ phát sinh thấy rõ, biết rõ *thực tánh* của danh pháp, sắc pháp đúng theo *sự thật Chân nghĩa pháp*; thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của danh pháp, sắc pháp; thấy rõ, biết rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của danh pháp, sắc pháp, dẫn đến *giai đoạn cuối của pháp hành Trung Đạo*, để chứng ngộ *chân lý Tứ Thánh Đế*, chứng đắc *Thánh Đạo - Thánh Quả* và *Niết Bàn*.

### Pháp hành Giới - Định - Tuệ

Pháp hành giới - định - tuệ có 2 loại:

- 1- Pháp hành giới - định - tuệ trong tam giới.
- 2- Pháp hành giới - định - tuệ trong Siêu tam giới.

#### 1- **Pháp hành giới - định - tuệ trong tam giới như thế nào?**

Khi hành giả hành pháp hành giới - định - tuệ trong tam giới, thì hành giả phải hành theo tuần tự: Hành giới - hành định - hành tuệ.

- \* **Pháp hành giới** thuộc phần đầu cần được thực hành trước tiên, đó là **tác ý tâm thiện** giữ gìn *thân* và *khẩu* không phạm giới, để làm cho thân và khẩu được trong sạch, không bị ô nhiễm bởi phiền não, để làm nền tảng cho pháp hành thiên định.
- \* **Pháp hành định** thuộc phần giữa, đó là **pháp hành thiên định** (sau pháp hành giới), có khả năng chứng đắc các **bậc thiên hữu sắc, bậc thiên vô sắc**, còn có thể làm nền tảng cho pháp hành thiên tuệ.

Định (samādhi) có 3 loại:

- **Cận định** (*upacārasamādhi*): Định tâm trong một đề mục thiên định duy nhất đến giai đoạn phát sinh trong tâm từ *uggahanimitta*: *Đối tượng thô tương tự* biến thành *paṭibhā-ganimitta*: *Đối tượng vi tế trong sáng*.
- **An định** (*appanāsamādhi*): Định tâm trong một đề mục thiên định duy nhất có đối tượng *paṭibhāganimitta*: *Đối tượng vi tế trong sáng trong tâm*, có khả năng chứng đắc các **bậc thiên hữu sắc**.

2 loại định tâm này thuộc về **pháp hành thiên định**, có khả năng làm nền tảng cho pháp hành thiên tuệ.

- **Sát-na định** (*khaṇikasamādhi*): Định tâm trong đối tượng mỗi danh pháp hoặc mỗi sắc pháp trong thời gian ngắn ngủi tùy theo nhân duyên của nó. Sát-na định này thuộc về **pháp hành thiên tuệ**.

\* **Pháp hành tuệ** thuộc phần cuối, đó là **pháp hành thiên tuệ** (sau pháp hành định). **Pháp hành thiên tuệ** có khả năng dẫn đến chứng ngộ *chân lý Tứ Thánh Đế*, chứng đắc *4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả* và *Niết Bàn*.

Bàn. Nhưng cũng có trường hợp đặc biệt, hành giả thực hành thiền tuệ trước, thiền định sau hoặc thực hành thiền định và thiền tuệ cả hai đi đôi với nhau 1 ...

## 2- **Pháp hành giới - định - tuệ trong Siêu tam giới như thế nào?**

**Pháp hành Bát Chánh Đạo:** Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định, hợp đủ 8 chánh đồng sinh với 4 Tâm Thánh Đạo và 4 Tâm Thánh Quả có đối tượng Niết Bàn, thuộc về Siêu tam giới pháp.

Trong Bát Chánh Đạo này có phần giới - định - tuệ như sau:

- Chánh kiến, chánh tư duy thuộc về phần **pháp hành tuệ**.
- Chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng thuộc về phần **pháp hành giới**.
- Chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định thuộc về phần **pháp hành định**.

Pháp hành Bát Chánh Đạo trong Siêu tam giới này sắp đặt chánh kiến lên hàng đầu, vì nó đóng vai trò chính yếu trong sự chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và có đối tượng Niết Bàn. Chánh kiến ấy làm nền tảng hỗ trợ cho chánh tư duy, chánh tư duy hỗ trợ cho chánh ngữ; chánh ngữ hỗ trợ cho chánh nghiệp; chánh nghiệp hỗ trợ cho chánh mạng, chánh mạng hỗ trợ cho chánh tinh tấn, chánh tinh tấn hỗ trợ cho chánh niệm, chánh niệm hỗ trợ cho chánh định, đó là 8 tâm sở đồng sinh, đồng diệt, đồng đối tượng Niết Bàn, đồng nơi sinh với 4 Tâm Thánh Đạo, với 4 Tâm Thánh Quả thuộc tâm Siêu tam giới, đồng thời không trước không sau, thuộc về pháp thành (paṭivedhadhamma).

Ví dụ:

Một thang thuốc chữa bệnh gồm có 8 vị thuốc, trong đó có một vị thuốc chính để trị bệnh, còn 7 vị thuốc phụ trợ. Khi đem bỏ 8 vị thuốc vào siêu, đổ thêm 3 chén nước sắc thuốc cạn xuống còn 8 phân. Trong chén thuốc 8 phân này, có vị thuốc chính cùng hòa với 7 vị thuốc phụ kia. Khi uống thuốc, cùng một lần, không thể phân biệt được uống vị nào trước, vị nào sau như thế nào, Bát Chánh Đạo có ba phần: **Hành tuệ, hành giới, hành định** đồng sinh với **tâm Siêu tam giới** cũng như thế ấy, đồng thời không trước, không sau.

Tóm lại con đường giải thoát khổ hoàn toàn là con đường pháp hành Trung Đạo có 2 giai đoạn:

- \* **Giai đoạn đầu:** Thực hành pháp hành Tứ Niệm Xứ hoặc pháp hành thiền tuệ.
- \* **Giai đoạn cuối:** Pháp hành Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh trong 4 Tâm Thánh Đạo và 4 Tâm Thánh Quả có đối tượng Niết Bàn, trở thành bậc Thánh Arahán tịch diệt Niết Bàn, giải thoát khổ tái sinh kiếp sau; mới thật là **giải thoát khổ hoàn toàn**.

**Khổ Đế - Diệt Khổ Đế**

Trong Phật giáo, **khổ** là sự thật chân lý hiện hữu trong chấp thủ ngũ uẩn này gọi là **Khổ đế**.

**Diệt khổ** là sự thật chân lý Niết Bàn diệt nhân sinh khổ, gọi là **diệt Khổ đế**.

*Khổ đế* là chấp thủ trong ngũ uẩn là *pháp nên biết*; *diệt Khổ đế* là Niết Bàn diệt nhân sinh khổ là *pháp nên chứng ngộ*.

Trích dẫn cuộc đàm thoại giữa vị Đạo sĩ Jumbukhādaka với Ngài Đại đức Sāriputta trong đoạn kinh Kimatthiyasutta 1 như sau:

Một thuở nọ, Ngài Đại đức Sāriputta đang trú tại làng Nālakagāma trong xứ Magadha. Khi ấy vị Đạo sĩ Jumbukhādaka đến hầu thăm Ngài Đại đức Sāriputta bèn bạch hỏi rằng:

- *“Kimatthiyaṃ āvuso Sāriputta samaṇe Gotame brahmacariyaṃ vussati?”*
- *“Bạch Đại đức Sāriputta, Ngài xuất gia hành phạm hạnh nơi Đức Samôn Gotama có được lợi ích như thế nào? Bạch Ngài”.*

Ngài Đại đức Sāriputta trả lời rằng:

- *Dukkhaṃ kho āvuso pariññatthaṃ Bhavagati brahmacariyaṃ vussati.*
- *Này vị Đạo sĩ thân mến, xuất gia hành phạm hạnh nơi Đức Thế Tôn cốt để biết rõ Khổ đế.*
- *Bạch Đại đức Sāriputta, pháp hành để biết rõ Khổ đế ấy như thế nào? Bạch Ngài.*
- *Này vị Đạo sĩ thân mến, pháp hành để biết rõ Khổ đế ấy là pháp hành Bát Chánh Đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định.*

*Này vị Đạo sĩ thân mến! Chỉ có pháp hành Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh này mới biết rõ Khổ đế mà thôi”.*

Vị Đạo sĩ Jumbukhādaka tán dương ca tụng pháp hành Bát Chánh Đạo cao thượng để biết rõ được Khổ đế.

\* Trong một bài kinh khác, bài kinh Nibbānapañhāsutta 2 , vị Đạo sĩ Jumbukhādaka bạch hỏi Ngài Đại đức Sāriputta rằng:

- *“Kính bạch Đại đức Sāriputta, thế nào gọi là Niết Bàn? Bạch Ngài.*
- *Này vị Đạo sĩ thân mến, diệt tận tham ái, diệt tận sân hận, diệt tận si mê gọi là Niết Bàn.*
- *Kính bạch Đại đức Sāriputta, pháp hành để chứng ngộ Niết Bàn như thế nào? Bạch Ngài.*

- *Này vị Đạo sĩ thân mến, pháp hành để chứng ngộ Niết Bàn diệt tận tham ái, diệt tận sân hận, diệt tận si mê là pháp hành Bát Chánh Đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định. Chỉ có pháp hành Bát Chánh Đạo hợp đủ 8 chánh này mới chứng ngộ Niết Bàn mà thôi*".

Vị Đạo sĩ Jumbukhādaka tán dương ca tụng pháp hành Bát Chánh Đạo cao thượng để chứng ngộ Niết Bàn diệt khổ.

\* Một thuở nọ, Đức Thế Tôn ngự tại giảng đường Kutāgāra trong khu rừng lớn gần kinh thành Vesālī. Khi ấy Ngài Đại đức Anurādha đến hầu đảnh lễ Đức Thế Tôn xong, ngồi một nơi hợp lẽ, Đức Thế Tôn thuyết giảng về pháp ngữ uẩn là vô thường, khổ, không nên chấp thủ trong pháp ấy là của ta, là ta, là tự ngã của ta.

Đức Thế Tôn hỏi từng mỗi uẩn, và Ngài Đại đức Anurādha đã trả lời đúng từng mỗi uẩn. Cho nên Đức Thế Tôn đã khen ngợi và khẳng định rằng:

*"Sādhu! Sādhu! Anurādha pubbe cā'ham Anurādha, etarahi ca dukkhañceva paññāpemi dukkhassa ca nirodham 1 "*.

*"Lành thay! Lành thay! Anurādha,*

*Này Anurādha, từ trước cho đến nay, Như Lai chỉ chế định thuyết dạy Khổ đế và diệt Khổ đế mà thôi*".

Qua đoạn kinh trên, Đức Phật đề cập 2 pháp chính yếu là Khổ Thánh Đế và Diệt Khổ Thánh Đế trong Tứ Thánh Đế.

*Khổ Thánh Đế* là chấp thủ trong ngũ uẩn, là pháp mà bậc Thánh Nhân có phạm sự nên biết, thì đã biết xong rồi, đã hoàn thành xong phạm sự biết Khổ Thánh Đế.

*Diệt Khổ Thánh Đế* là Niết Bàn, là pháp mà bậc Thánh Nhân có phạm sự nên chứng ngộ, thì đã chứng ngộ xong rồi, đã hoàn thành xong phạm sự chứng ngộ Diệt Khổ Thánh Đế.

*Tham ái* là nhân sinh Khổ Thánh Đế, chỉ có thể diệt đoạn tuyệt được khi bậc Thánh Nhân đã hoàn thành xong phạm sự biết Khổ Thánh Đế và đã hoàn thành xong phạm sự chứng ngộ Diệt Khổ Thánh Đế mà thôi.

Bậc Thánh Nhân đã biết Khổ Thánh Đế, đã diệt Nhân sinh Khổ Thánh Đế, đã chứng ngộ Diệt Khổ Thánh Đế, thì chắc chắn đã hoàn thành xong phạm sự thực hành Pháp hành Diệt Khổ Thánh Đế. Bậc Thánh Nhân đã hoàn thành xong mọi phạm sự Tứ Thánh Đế đồng thời cùng một lúc không trước không sau.

Hành giả thực hành thiền tuệ, khi phát sinh trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp là Khổ đế; thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của danh pháp, của sắc pháp; thấy rõ, biết rõ trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã của danh pháp, của sắc pháp, của ngũ uẩn; phát sinh trí tuệ thiền tuệ nhằm chán trong ngũ uẩn (nibbidānupassanāñāṇa), tiếp theo trí tuệ thiền tuệ mong muốn giải thoát khỏi



ngũ uẩn, mọi danh pháp, sắc pháp trong tam giới, dẫn đến chúng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chúng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt mọi phiền não, mọi tham ái, trở thành bậc Thánh Arahán, sẽ tịch diệt Niết Bàn chấm dứt tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Như vậy, trí tuệ thiên tuệ biết khổ trong ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp, thì trí tuệ thiên tuệ mới nhằm chán ngũ uẩn, mong giải thoát khổ khỏi ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp này được. Ngược lại, nếu say mê trong ngũ uẩn, danh pháp, sắc pháp, thì bị chìm đắm trong ngũ uẩn, không giải thoát khổ khỏi ngũ uẩn. Như trong bài kinh *Abhinandasutta 2* .

### **Khổ - Giải Thoát Khổ**

Một thuở nọ, Đức Thế Tôn đang ngự tại ngôi chùa Jetavana gần kinh thành Sāvatti, thuyết dạy rằng:

- *"Này chư Tỳ khưu, người nào say mê trong sắc uẩn, người ấy say mê trong khổ của sắc uẩn. Người nào say mê trong khổ của sắc uẩn, Như Lai gọi người ấy không thể giải thoát khổ khỏi sắc uẩn được.*
- *Người nào say mê trong thọ uẩn, người ấy say mê trong khổ của thọ uẩn. Người nào say mê trong khổ của thọ uẩn, Như Lai gọi người ấy không thể giải thoát khổ khỏi thọ uẩn được.*
- *Người nào say mê trong tưởng uẩn, người ấy say mê trong khổ của tưởng uẩn. Người nào say mê trong khổ của tưởng uẩn, Như Lai gọi người ấy không thể giải thoát khổ khỏi tưởng uẩn được.*
- *Người nào say mê trong hành uẩn, người ấy say mê trong khổ của hành uẩn. Người nào say mê trong khổ của hành uẩn, Như Lai gọi người ấy không thể giải thoát khổ khỏi hành uẩn được.*
- *Người nào say mê trong thức uẩn, người ấy say mê trong khổ của thức uẩn. Người nào say mê trong khổ của thức uẩn, Như Lai gọi người ấy không thể giải thoát khổ khỏi thức uẩn được.*
- *Này chư Tỳ khưu, người nào không say mê (nhàm chán) trong sắc uẩn, người ấy không say mê (nhàm chán) trong khổ của sắc uẩn. Người nào không say mê (nhàm chán) trong khổ của sắc uẩn, Như Lai gọi người ấy có thể giải thoát khổ khỏi sắc uẩn được.*
- *Người nào không say mê (nhàm chán) trong thọ uẩn, người ấy không say mê (nhàm chán) trong khổ của thọ uẩn. Người nào không say mê (nhàm chán) trong khổ của thọ uẩn, Như Lai gọi người ấy có thể giải thoát khổ khỏi thọ uẩn được.*
- *Người nào không say mê (nhàm chán) trong tưởng uẩn, người ấy không say mê (nhàm chán) trong khổ của tưởng uẩn. Người nào không say mê (nhàm chán) trong khổ của tưởng uẩn, Như Lai gọi người ấy có thể giải thoát khổ khỏi tưởng uẩn được.*
- *Người nào không say mê (nhàm chán) trong hành uẩn, người ấy không say mê (nhàm chán) trong khổ của hành uẩn. Người nào không say mê (nhàm chán) trong khổ của hành uẩn, Như Lai gọi người ấy có thể giải thoát khổ khỏi hành uẩn được.*

- Người nào không say mê (nhàm chán) trong thức uẩn, người ấy không say mê (nhàm chán) trong khổ của thức uẩn. Người nào không say mê (nhàm chán) trong khổ của thức uẩn, Như Lai gọi người ấy có thể giải thoát khổ khỏi thức uẩn được”.

Đức Phật dạy: Tóm lại, chấp thủ trong ngũ uẩn là Khổ đế, người nào say mê trong uẩn nào là say mê trong khổ của uẩn ấy. Như vậy, tâm sở trí tuệ (*paññācetasika*) thuộc trong hành uẩn, hành giả phát sinh tâm hoan hỷ, hài lòng trong trí tuệ sở đắc của mình, nghĩa là tâm hoan hỷ hài lòng trong khổ của hành uẩn ấy. Cho nên Đức Phật dạy: *Nāṇamattāya 1* (Trí tuệ cũng chỉ để biết rõ thực tánh của các pháp mà thôi).

Trí tuệ này cũng có trạng thái chung là trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã, chung quy cũng chỉ có Khổ đế mà thôi, hướng hồ các pháp khác. (chắc chắn cũng chỉ có Khổ đế)

Do đó, Đức Phật dạy không nên say mê, nên nhàm chán trong ngũ uẩn, thì mới mong giải thoát khỏi khổ của ngũ uẩn.

### **Ngũ Uẩn (Pañcakkhandha)**

Ngũ uẩn nghĩa là 5 thành phần khác nhau đồng sinh đồng diệt với nhau.

Ngũ uẩn có 2 loại:

**1- Ngũ uẩn** (*pañcakkhandha*) có chi pháp trong 4 Chân nghĩa pháp (Paramatthadhamma): Tâm, tâm sở, sắc pháp và Niết Bàn như sau:

- *Sắc uẩn* có chi pháp là 28 sắc pháp.
- *Thọ uẩn* có chi pháp là tâm sở thọ đồng sinh với 89 hoặc 121 tâm.
- *Tưởng uẩn* có chi pháp là tâm sở tưởng đồng sinh với 89 hoặc 121 tâm.
- *Hành uẩn* có chi pháp là các tâm sở hành (không có tâm sở thọ và tâm sở tưởng) đồng sinh với 89 hoặc 121 tâm.
- *Thức uẩn* có chi pháp là 89 hoặc 121 tâm.

Niết Bàn không thuộc về uẩn nào, gọi là khandhavimutta (ngoại 5 uẩn). Bởi vì Niết Bàn có tính chất như sau:

\* *Niết Bàn* là pháp vô vi (*asaṅkhatadhamma*) không bị cấu tạo do bởi 4 nguyên nhân nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực.

\* *Niết Bàn* là pháp không sinh không diệt.

- \* *Niết Bàn* là pháp không có 3 thời (quá khứ, hiện tại, vị lai) gọi là *kālavimutta*.
- \* *Niết Bàn* là đối tượng bên ngoài gọi là *bahiddhā*.
- \* *Niết Bàn* là đối tượng vi tế gọi là *sukhuma*.
- \* *Niết Bàn* là đối tượng cao thượng gọi là *paṇita*.
- \* *Niết Bàn* là đối tượng xa gọi là *dūra*, v.v...

Đó là những tính chất riêng biệt của *Niết Bàn*, cho nên không thuộc về uẩn nào.

**2- *Chấp thủ ngũ uẩn*** hoặc *chấp thủ trong ngũ uẩn* (*pañcupādānakkhandha*) là đối tượng chấp thủ của *tham ái* và *tà kiến*, có chi pháp trong 4 Chân nghĩa pháp như sau:

- *Chấp thủ sắc uẩn* là chấp thủ trong sắc uẩn có chi pháp là 28 sắc pháp.
- *Chấp thủ thọ uẩn* là chấp thủ trong thọ uẩn có chi pháp là *tâm sở thọ* đồng sinh với 81 tâm tam giới (không có 8 hoặc 40 tâm Siêu tam giới).
- *Chấp thủ tưởng uẩn* là chấp thủ trong tưởng uẩn có chi pháp là *tâm sở tưởng* đồng sinh với 81 tâm tam giới.
- *Chấp thủ hành uẩn* là chấp thủ trong hành uẩn có chi pháp là 50 *tâm sở* (không có *tâm sở thọ* và *tâm sở tưởng*) đồng sinh với 81 tâm tam giới.
- *Chấp thủ thức uẩn* là chấp thủ trong thức uẩn có chi pháp là *tất cả* 81 tâm tam giới.

*Tâm* cùng *tâm sở* sinh rồi diệt liên tục không ngừng từ kiếp này sang kiếp khác, từ kiếp vô thủy cho đến kiếp hiện tại này. Nếu chúng sinh còn *vô minh* tầm tối bao trùm phủ kín chân lý Tứ Thánh Đế: Còn *tham ái* như sợi dây buộc cổ dẫn dắt theo 6 đối tượng đáng hài lòng làm cho say mê, thì sự tử sinh luân hồi nối tiếp mãi mãi vô chung.

Mỗi lần chỉ có 1 *tâm* (*citta*) sinh, trong mỗi tâm chắc chắn có một số *tâm sở* (*cetasika*) tương ứng đồng sinh với tâm ấy, đồng diệt với tâm ấy, đồng một đối tượng, đồng một nơi nương nhờ phát sinh.

Tâm nào sinh là *thức uẩn* sinh, trong tâm ấy chắc chắn có một số *tâm sở* tương ứng đồng sinh là:

- \* *Tâm sở thọ* là *thọ uẩn*.
- \* *Tâm sở tưởng* là *tưởng uẩn*.
- \* *Tâm sở còn lại* đồng sinh là *hành uẩn*.

Như vậy, mỗi tâm sinh có 4 uẩn sinh.

Đối với tất cả mọi chúng sinh trong 11 cõi dục giới và 15 cõi sắc giới (ngoại trừ cõi Vô Tưởng Thiên) *tâm* cùng *tâm sở* đồng sinh cần phải nương nhờ 1 trong 6 nơi sinh (vatthu) để phát sinh, nơi sinh này là *sắc uẩn*.

Ví dụ: *Nhãn thức tâm* phát sinh, có 7 *tâm sở* đồng sinh với *nhãn thức tâm*; nương nhờ nơi *sắc nhãn căn* (*cakkhuvatthu*) để phát sinh, được phân tích theo *ngũ uẩn* như sau:

- *Nhãn thức tâm* thuộc về *thức uẩn*.
- *Tâm sở thọ* đồng sinh với *nhãn thức tâm* thuộc về *thọ uẩn*.
- *Tâm sở tưởng* đồng sinh với *nhãn thức tâm* thuộc về *tưởng uẩn*.
- 5 *tâm sở* còn lại là *tâm sở xúc*, *tâm sở tác ý*, *tâm sở nhất tâm*, *tâm sở mạng chủ* và *tâm sở ý hành* thuộc về *hành uẩn*.
- *Sắc nhãn căn* (*cakkhuvatthu*) thuộc về *sắc uẩn*.

*Tâm* (*citta*) có 89 hoặc 121 *tâm* và *tâm sở* (*cetasika*) có 52 *tâm sở*. Trong số *tâm* và *tâm sở* ấy, 10 *thức tâm* (2 *nhãn thức tâm* + 2 *nhĩ thức tâm* + *tỷ thức tâm* + 2 *thiệt thức tâm* + 2 *thân thức tâm*) có số *tâm sở* ít nhất chỉ có 7 *tâm sở* đồng sinh với 10 *tâm* ấy; và 2 *tâm* *đại thiện dục giới* cùng với *hỷ hợp* với *trí tuệ*, có số *tâm sở* đồng sinh nhiều nhất, có 38 *tâm sở* đồng sinh với 2 *tâm* ấy.

Mỗi *tâm* và *tâm sở* đồng sinh có nghĩa là 4 *đanh uẩn* (*thọ uẩn*, *tưởng uẩn*, *hành uẩn*, *thức uẩn*) đồng sinh; *tâm* và *tâm sở* đồng diệt cũng có nghĩa là 4 *đanh uẩn* đồng diệt; *tâm* và *tâm sở* không thể tách rời nhau được có nghĩa là 4 *đanh uẩn* cũng không thể tách rời nhau được.

*Tâm* và *tâm sở* sinh rồi diệt vô cùng mau lẹ. Trong Chú giải Đồng Loại Bộ Kinh dạy: *Chỉ một lần búng đầu móng tay, tâm + tâm sở sinh rồi diệt 1.000 tỷ lần 1*.

Đối với chúng sinh trong 11 cõi dục giới và phạm thiên trong 15 cõi trời sắc giới (trừ cõi Vô Tưởng Thiên), nếu *tâm* nương nhờ nơi *vatthurūpa*: *Sắc căn* nào phát sinh, thì *sắc căn* ấy cùng với các *sắc pháp* khác là *sắc uẩn*. *Ngũ uẩn* nương nhờ lẫn nhau để tồn tại trong mỗi kiếp. *Tâm* cùng *tâm sở*, 4 *đanh uẩn*, sinh rồi diệt, thay đổi liên tục không ngừng từ kiếp này sang kiếp khác, nếu chúng sinh còn tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài, còn *sắc uẩn* cũng sinh rồi diệt, liên tục không ngừng nhưng chỉ có giới hạn chắc chắn trong mỗi kiếp mà thôi.

Sự bắt đầu của mỗi kiếp tính từ khi *tái sinh* (*paṭisandhi*) và giới hạn cuối cùng của mỗi kiếp là *tử* (*cuti*) (chết).

Từ vô số kiếp trước liên quan đến kiếp sau bằng *tâm* và *tâm sở*, 4 *đanh uẩn* sinh rồi diệt liên tục không ngừng từ đời này sang đời khác, mà không liên quan đến *sắc uẩn* của mỗi kiếp.

Ví dụ: Tiền kiếp của Đức Phật Gotama là Đức Bồ Tát có kiếp sinh làm vua, có kiếp sinh làm con voi chúa, con chim, v.v... tùy theo năng lực của nghiệp thiện, nghiệp ác cho quả tái sinh.

Dù kiếp nào Đức Bồ Tát cũng tiếp tục tạo mọi pháp hạnh ba-la-mật để chứng đắc thành Đức Phật Chánh Đẳng Giác.

### **Ta và Của Ta (Atta và Attaniya)**

**1- Atta:** Ngã, ta là do tà kiến thấy sai chấp lầm từ *sắc pháp* cho là ta; từ *danh pháp* cho là ta; từ *ngũ uẩn* cho là ta, gọi là *tà kiến chấp ngã (attadiṭṭhi)* hoặc *tà kiến theo chấp ngã (attānudiṭṭhi)*. Khi có tà kiến chấp ngã ta, thì cũng chấp người, chúng sinh, v.v...

Theo đúng sự thật Chân nghĩa pháp (Paramatthasacca), thì không phải *ta*, không phải *người*, không phải *chúng sinh* nào, *vật* nào cả, chỉ có *danh pháp 2*, *sắc pháp* mà thôi.

Đức Phật dạy:

*"Sabbe dhammā anattā: Tất cả các pháp đều là vô ngã"*.

Dhammā: *Các pháp gồm có pháp hữu vi và pháp vô vi.*

*Pháp hữu vi (saṅkhatadhamma)* đó là *tâm, tâm sở; sắc pháp* là những pháp được cấu tạo do bởi 4 nguyên nhân: *Nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực* đều là *pháp vô ngã*.

*Pháp vô vi (asaṅkhatadhamma)* đó là *Niết Bàn và Chế định pháp*, là những pháp không bị cấu tạo do bởi 4 nguyên nhân: *Nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực*, đều là *pháp vô ngã*.

### **Tà Kiến Chấp Ngã (Attadiṭṭhi)**

Theo tà kiến chấp ngã cho rằng:

*Sắc pháp* là ta, *danh pháp* là ta.

Sở dĩ gọi là *ngã (ta)*, là vì **tâm tà kiến** nương nhờ nơi *sắc pháp* ấy, *danh pháp* ấy, thấy sai, chấp lầm cho là *ngã (ta)*. Song sự thật, *cái ngã (cái ta)* hoàn toàn không có thật, chỉ có *tâm tà kiến chấp ngã* là có thật mà thôi, chính tâm tà kiến chấp ngã thấy sai, chấp lầm từ *sắc pháp*, từ *danh pháp*, từ *ngũ uẩn* cho là *ngã*, là *ta*.

Ví dụ: Một người đi đường ban đêm không có đèn, nhìn thấy sợi dây ngoằn ngoèo nằm giữa đường, rồi thấy sai, chấp lầm từ sợi dây ngoằn ngoèo kia cho là con rắn độc. Sự thật, không có con rắn độc nào, mà chỉ có thấy sai, chấp lầm từ sợi dây ngoằn ngoèo ấy cho là con rắn độc mà thôi.

### **1- Tà kiến nương nhờ nơi sắc pháp chấp ngã**

- Khi **thân đi** hoặc **sắc đi** thuộc về sắc pháp là vô ngã, thì *tâm tà kiến chấp theo ngã* nương nhờ nơi **sắc đi** ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta đi**. Theo sự thật thực tánh pháp chỉ có *dáng đi, tư thế đi, toàn thân đi chuyển bước đi* gọi là **sắc đi** mà thôi. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi **sắc đi** ấy, thì không có thấy sai, chấp lầm cho là **ta đi**.

Tương tự như vậy:

- Khi **thân đứng** hoặc **sắc đứng** thuộc về sắc pháp là vô ngã, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi **sắc đứng** ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta đứng**. Theo sự thật thực tánh pháp chỉ có *dáng đứng, tư thế đứng toàn thân đứng yên* gọi là **sắc đứng** mà thôi. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi **sắc đứng** ấy, thì không có thấy sai, chấp lầm cho là **ta đứng**.

- Khi **thân ngồi** hoặc **sắc ngồi** thuộc về sắc pháp là vô ngã, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi **sắc ngồi** ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta ngồi**. Theo sự thật thực tánh pháp chỉ có *dáng ngồi, tư thế ngồi, toàn thân ngồi yên* gọi là **sắc ngồi** mà thôi. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi **sắc ngồi** ấy, thì không có thấy sai, chấp lầm cho là **ta ngồi**.

- Khi **thân nằm** hoặc **sắc nằm** thuộc về sắc pháp là vô ngã, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi **sắc nằm** ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta nằm**. Theo sự thật thực tánh pháp chỉ có *dáng nằm, tư thế nằm, toàn thân nằm yên* gọi là **sắc nằm** mà thôi. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi **sắc nằm** ấy, thì không có thấy sai, chấp lầm cho là **ta nằm**, v.v...

Như vậy, khi có *tâm tà kiến chấp ngã* nương nhờ sắc pháp nào, thì chấp sắc pháp ấy cho là ta.

## 2- Tà kiến nương nhờ nơi danh pháp chấp ngã

- Khi **nhãn thức tâm** nhìn thấy *sắc trần* hình dạng, *nhãn thức tâm* thuộc về danh pháp là vô ngã, gọi là **danh 1 thấy**, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi *danh thấy* ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta thấy**. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi *danh thấy* ấy, thì không có thấy sai, chấp lầm cho là **ta thấy**.

- Khi **nhĩ thức tâm** nghe *thanh trần*, âm thanh, *nhĩ thức tâm* thuộc về danh pháp là vô ngã, gọi là **danh nghe**, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi *danh nghe* ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta nghe**. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi *danh nghe* ấy, thì không có thấy sai, chấp lầm cho là **ta nghe**.

- Khi **tỷ thức tâm** ngửi *hương trần*, các loại mùi, *tỷ thức tâm* thuộc về danh pháp là vô ngã, gọi là **danh ngửi**, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi *danh ngửi* ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta ngửi**. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi *danh ngửi* ấy, thì không có thấy sai, chấp lầm cho là **ta ngửi**.

- Khi **thiệt thức tâm** nếm *vị trần*, các loại vị, *thiệt thức tâm* thuộc về danh pháp là vô ngã, gọi là **danh nếm**, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi *danh nếm* ấy, mà thấy sai, chấp lầm cho là **ta**

**nếm.** Nếu tâm tà kiến theo chấp ngã không nương nhờ nơi *danh nếm* ấy, thì không có thấy sai, chấp làm cho là **ta nếm**.

- Khi **thân thức tâm** xúc giác với *xúc trần*, cứng mềm, nóng lạnh..., *thân thức tâm* thuộc về danh pháp là vô ngã, gọi là **danh xúc giác**, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi *danh xúc giác* ấy, mà thấy sai, chấp làm cho là **ta xúc giác**, *ta có cảm giác cứng, mềm, nóng lạnh*. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi *danh xúc giác* ấy, thì không có thấy sai, chấp làm cho là **ta xúc giác**, *ta có cảm giác cứng, mềm, nóng lạnh*.

- Khi **ý thức tâm** biết *pháp trần* gồm có đối tượng Chân nghĩa pháp và đối tượng Chế định pháp:

\* Khi **ý thức tâm** biết đối tượng **Chân nghĩa pháp**, là biết *danh pháp, sắc pháp* là vô ngã, thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ danh pháp, sắc pháp ấy, mà thấy sai, chấp làm cho là **ta biết danh pháp ấy, ta biết sắc pháp ấy**. Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi danh pháp ấy, sắc pháp ấy, thì đâu có thấy sai, chấp làm cho là **ta biết danh pháp ấy, ta biết sắc pháp ấy**.

\* Khi **ý thức tâm** biết đối tượng **Chế định pháp** là pháp vô ngã: Các ngôn ngữ như tiếng Việt, tiếng Anh, tiếng Pháp,... môn học này, nghề nghiệp kia,... thì *tâm tà kiến theo chấp ngã* nương nhờ nơi ngôn ngữ ấy mà thấy sai chấp làm cho là ta biết tiếng Việt, tiếng Anh, tiếng Pháp,... ta biết môn học này, ta biết nghề nghiệp kia,... Nếu *tâm tà kiến theo chấp ngã* không nương nhờ nơi đối tượng Chế định pháp ấy, thì không có thấy sai chấp làm cho là ta biết tiếng Việt, tiếng Anh, tiếng Pháp,... ta biết môn học này, ta biết nghề nghiệp kia,...

Thật ra, khi có *tâm tà kiến theo chấp ngã*, thì bất cứ lúc nào cũng có thể chấp pháp này hoặc pháp khác cho là ta

Do đó, cái gọi là ta (ngã) hoàn toàn không có thật; nếu có cái ta (ngã) là thật, thì trong những cái gọi là ta (ngã) ấy, cái ta (ngã) nào là cái ta (ngã) thật?

Thật ra, theo sự thật tất cả các pháp không có cái **ta (ngã)** thật. Cho nên, tất cả các pháp đều là **pháp vô ngã**.

### 3- Tà kiến nương nhờ nơi ngũ uẩn chấp ngã

#### \* 20 loại tà kiến chấp ngã

Trong bộ Paṭisambhidāmagga phần Diṭṭhikathā dạy: Tà kiến nương nhờ nơi ngũ uẩn rồi chấp ngã có 20 loại:

\* Tà kiến nương nhờ nơi sắc uẩn, chấp ngã như sau:

- Sắc uẩn là ta

- Ta có sắc uẩn

- Sắc uẩn trong ta

- Ta trong sắc uẩn

\* Tà kiến nương nhờ nơi thọ uẩn chấp ngã như sau:

- Thọ uẩn là ta

- Ta có thọ uẩn

- Thọ uẩn trong ta

- Ta trong thọ uẩn

\* Tà kiến nương nhờ nơi tướng uẩn chấp ngã như sau:

- Tướng uẩn là ta

- Ta có tướng uẩn

- Tướng uẩn trong ta

- Ta trong tướng uẩn

\* Tà kiến nương nhờ nơi hành uẩn chấp ngã như sau:

- Hành uẩn là ta

- Ta có hành uẩn

- Hành uẩn trong ta

- Ta trong hành uẩn

\* Tà kiến nương nhờ nơi thức uẩn chấp ngã như sau:

- Thức uẩn là ta

- Ta có thức uẩn

- Thức uẩn trong ta

- Ta trong thức uẩn

Tà kiến nương nhờ nơi ngũ uẩn rồi chấp ngã gồm có 20 loại.



Theo thực tánh của các pháp, trong ngũ uẩn này, phần sắc uẩn thuộc về *sắc pháp*, không phải là ta, và phần *thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn* và *thức uẩn* thuộc *danh pháp*, không phải là ta. Sắc pháp, danh pháp đều là pháp vô ngã, không phải ta.

### **Diệt ngã bằng cách nào?**

Theo thực tánh của các pháp thì **ta** vốn không có thật, hoàn toàn không có thật, chỉ có **tâm tà kiến** theo chấp ngã là có thật mà thôi. **Cho nên, không có phương pháp diệt ngã, vì không có cái ngã để diệt, chỉ có phương pháp diệt tâm tà kiến chấp ngã mà thôi.** Khi diệt được tâm tà kiến chấp ngã bằng **chánh kiến thiên tuệ** rồi, thì không còn thấy sai, chấp lầm từ danh pháp, từ sắc pháp cho là **ngã**, là **ta** nữa.

### **Phương pháp diệt tà kiến theo chấp ngã**

Hành giả thực hành thiên tuệ, khi trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ danh pháp sắc pháp là **pháp vô ngã**, không phải ta, không phải người, không phải đàn ông, không phải đàn bà, không phải chúng sinh, không phải vật này vật kia, v.v...; khi ấy, **chánh kiến thiên tuệ** (*vipassanāsammādiṭṭhi*) thấy đúng, biết đúng thực tánh của danh pháp, sắc pháp là **pháp vô ngã**, nên diệt được tà kiến chấp ngã từng thời trong tam giới, đạt đến **chánh kiến thanh tịnh** (*diṭṭhivissuddhi*).

Trí tuệ thiên tuệ phát triển tăng trưởng đến chánh kiến Thánh Đạo Tuệ (*Maggasammādiṭṭhi*), đó là Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ, diệt đoạn tuyệt **tà kiến theo chấp ngã** thật sự không còn dư sót. Cho nên, bậc Thánh Nhập Lưu hoàn toàn không còn chấp ngã (ta) nữa. Bởi vì, bậc Thánh Nhập Lưu đã diệt đoạn tuyệt được tà kiến chấp ngã, đồng thời diệt đoạn tuyệt tất cả mọi tà kiến khác không còn dư sót.

### **Của Ta Có 3 Loại**

**2- Attaniya:** *Của ta*. Sở dĩ có quan niệm sai lầm về *của ta* là vì *chấp ngã*. Chấp ngã có 3 loại, nên của ta cũng có 3 loại:

- Chấp ngã do *tà kiến* cho là *tự ngã của ta* (*diṭṭhigāho*).
- Chấp ngã do *tham ái* cho là *của ta* (*taṇhāgāho*).
- Chấp ngã do *ngã mạn* cho là *ta và của ta* (*mānagāho*).
- **Hạng phàm nhân** có chấp ngã, vì chưa diệt đoạn tuyệt được *tâm tà kiến, tâm tham ái, tâm ngã mạn*, nên lúc nào cũng có quan niệm sai lầm về *tự ngã của ta do tà kiến, về của ta do tham ái, về ta và của ta do ngã mạn*, nên vẫn còn có khổ tâm.

- **Bậc Thánh Nhập Lưu** đã diệt đoạn tuyệt được tà kiến trong 4 tâm tham hợp với tà kiến. Cho nên, bậc Thánh Nhập Lưu không còn chấp ngã uẩn là ta, của ta do tà kiến nữa; nhưng còn 4 tâm tham không hợp với tà kiến chưa diệt được, cho nên, bậc Thánh Nhập Lưu vẫn còn chấp của ta do tâm tham ái và chấp ta và của ta do tâm ngã mạn (ta hơn người, ta bằng người, ta kém hơn người), nên vẫn còn có khổ tâm.
- **Bậc Thánh Nhất Lai** đã diệt đoạn tuyệt được 4 tâm tham không hợp với tà kiến loại thô trong cõi dục giới, cho nên, bậc Thánh Nhất Lai không còn chấp ngã cho là của ta loại thô trong cõi dục giới, nhưng vẫn còn chấp ngã cho là của ta loại vi tế trong cõi dục giới, nên vẫn còn có khổ tâm vi tế.
- **Bậc Thánh Bất Lai** đã diệt đoạn tuyệt được 4 tâm tham không hợp với tà kiến loại vi tế trong cõi dục giới, cho nên, bậc Thánh Bất Lai không còn chấp ngã cho là của ta loại vi tế trong cõi dục giới, nhưng vẫn còn chấp ngã cho là của ta trong thiên hữu sắc, cõi sắc giới, nên vẫn còn có khổ tâm rất vi tế.
- **Bậc Thánh Arahán** đã diệt đoạn tuyệt được 4 tâm tham không hợp với tà kiến và tất cả các phiền não không còn dư sót, bậc Thánh Arahán hoàn toàn không còn chấp ngã do tham ái và ngã mạn trong tam giới: Dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Cho nên, bậc Thánh Arahán hoàn toàn giải thoát khổ tâm.

### **Phiền Não Phát Sinh Nơi 6 Môn**

Đối với các hạng phàm nhân, mọi phiền não, mọi tham ái có thể phát sinh trong 6 lộ trình tâm là:

- 1- Nhãn môn lộ trình tâm tiếp xúc với sắc trần.
- 2- Nhĩ môn lộ trình tâm tiếp xúc với thanh trần.
- 3- Tỷ môn lộ trình tâm tiếp xúc với hương trần.
- 4- Thiệt môn lộ trình tâm tiếp xúc với vị trần.
- 5- Thân môn lộ trình tâm tiếp xúc với xúc trần.
- 6- Ý môn lộ trình tâm tiếp xúc với pháp trần.

Trong 6 đối tượng này chia làm 2 loại:

- 1- Đối tượng Chân nghĩa pháp (Paramattha).
- 2- Đối tượng Chế định pháp (Paññatti).

Trong ngũ môn lộ trình tâm là: Nhãn môn lộ trình tâm, nhĩ môn lộ trình tâm, tỷ môn lộ trình tâm, thiệt môn lộ trình tâm, thân môn lộ trình tâm, tiếp xúc với 5 đối tượng là sắc trần, thanh trần, hương trần, vị trần, xúc trần thuộc về đối tượng Chân nghĩa pháp trong thời hiện tại (không phải đối tượng Chế định pháp).

Riêng ý môn lộ trình tâm tiếp xúc với pháp trần có một số đối tượng thuộc về *Chân nghĩa pháp* có thể sử dụng làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ. Và có một số đối tượng thuộc về *Chế định pháp* không có thể sử dụng làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ, nhưng trong Chế định pháp, có một số pháp chế định có thể sử dụng làm đối tượng của pháp hành thiền định.

*Chân nghĩa pháp* là pháp có thực tánh thuần túy của mỗi danh pháp, của mỗi sắc pháp, hoàn toàn không liên quan đến Chế định pháp; nhưng Chế định pháp luôn luôn dựa trên Chân nghĩa pháp mà chế định ra ý nghĩa, hình dạng và ngôn ngữ.

Khi nào Chế định pháp là đối tượng hiện rõ trong tâm, khi ấy Chân nghĩa pháp bị che án, bị phủ kín thực tánh của nó. Nhưng khi nào hành giả thực hành thiền tuệ có đối tượng Chân nghĩa pháp hiện rõ trong tâm, khi ấy Chế định pháp bị biến mất.

Đối với những hạng phàm nhân không biết thu thúc lục căn, khi tâm tiếp xúc với đối tượng nào, rồi chấp thủ nơi đối tượng ấy là nhân làm phát sinh phiền não, tham ái. Còn đối với hạng thiện trí phàm nhân là hành giả đang thực hành thiền tuệ, biết thu thúc lục căn, khi tâm tiếp xúc với đối tượng nào (danh pháp, sắc pháp, hoặc Chế định pháp), không chấp thủ nơi đối tượng ấy, nên ngăn được phiền não chưa phát sinh thì không cho phát sinh, hoặc diệt được phiền não đã phát sinh.

Đối với những bậc Thánh Nhân luôn luôn có trí nhớ trí tuệ biết mình, biết thu thúc lục căn thanh tịnh; khi tâm tiếp xúc với đối tượng nào cũng không chấp thủ nơi đối tượng ấy. Cho nên dù đối tượng nào, phiền não cũng không thể nường nhờ nơi đối tượng ấy mà phát sinh.

### **Thu Thúc Lục Căn Không Chấp Thủ Đối Tượng**

Trong bài kinh Gaṇakamoggallānasutta 1 Đức Phật thuyết dạy ông Bālamôn Gaṇaka-moggallāna có đoạn rằng:

*"Này Bālamôn, khi vị Tỳ khưu là người có giới trong sạch, giữ gìn chu toàn giới Tỳ khưu và có đầy đủ mọi hành vi cử chỉ, nói năng đàng hoàng, là người thường thấy tai họa lớn trong lỗi nhỏ, nghiêm chỉnh thọ trì giới luật trong sạch. Khi ấy, Như Lai hướng dẫn, dạy dỗ Tỳ khưu ấy những pháp cao hơn rằng:*

- *Này Tỳ khưu, hãy đến đây, con phải nên giữ gìn cẩn trọng 6 môn, thu thúc lục căn, khi 6 thức tâm chủ trì trong mỗi căn làm phận sự của mình như:*

1- *Khi con nhìn thấy sắc trần (hình dạng) bằng **nhãn thức tâm** (trong nhãn môn lộ trình tâm), con không nên chấp thủ đối tượng (na nimittaggāhī) (đàn ông, đàn bà,...), không nên chấp thủ từng bộ phận (nānubyañjanaggāhī) (mặt mày, tay chân, nói, cười,...). Không thu thúc nhãn căn là nhân làm phát sinh các ác pháp: **Tâm tham** vừa lòng hoặc **tâm sân** không vừa lòng nơi đối tượng ấy. Vậy, con nên thu thúc nhãn căn ấy, giữ gìn nhãn căn ấy, gọi là **người biết thu thúc nhãn căn**.*

2- *Khi con nghe thanh trần (âm thanh) bằng **nhĩ thức tâm** (trong nhĩ môn lộ trình tâm), con không nên chấp thủ đối tượng (tiếng Việt, tiếng Anh,...), không nên chấp thủ từng câu (lời hay, lời dở, giọng hay, giọng dở,...). Không thu thúc nhĩ căn là nhân làm phát sinh các ác pháp: **Tâm tham** vừa lòng hoặc **tâm***

**sân** không vừa lòng nơi đối tượng ấy. Vậy, con nên thu thúc nhĩ căn ấy, giữ gìn nhĩ căn ấy, gọi là **người biết thu thúc nhĩ căn**.

3- Khi con ngửi hương trần (các loại mùi) bằng **tỷ thức tâm** (trong tỷ môn lộ trình tâm), con không nên chấp thủ đối tượng (mùi thơm, mùi hôi,...), không nên chấp thủ từng loại (dầu thơm, nước hoa, mùi hôi tử thi,...). Không thu thúc tỷ căn là nhân làm phát sinh các ác pháp: **Tâm tham** vừa lòng hoặc **tâm sân** không vừa lòng nơi đối tượng ấy. Vậy, con nên thu thúc tỷ căn ấy, giữ gìn tỷ căn ấy, gọi là **người biết thu thúc tỷ căn**.

4- Khi con nếm vị trần (các loại vị) bằng **thiệt thức tâm** (trong thiệt môn lộ trình tâm), con không nên chấp thủ đối tượng (vị ngon, vị dở,...), không nên chấp thủ từng loại (vị ngọt của đường, vị cay của ớt,...). Không thu thúc thiệt căn là nhân làm phát sinh các ác pháp: **Tâm tham** vừa lòng hoặc **tâm sân** không vừa lòng nơi đối tượng ấy. Vậy, con nên thu thúc thiệt căn ấy, giữ gìn thiệt căn ấy, gọi là **người biết thu thúc thiệt căn**.

5- Khi con xúc giác với xúc trần (cứng, mềm, nóng, lạnh, phồng, xẹp,...) bằng **thân thức tâm** (trong thân môn lộ trình tâm), con không nên chấp thủ đối tượng chế định (đất cứng, mềm; lửa nóng, lạnh; gió phồng, xẹp,...), không nên chấp thủ từng thứ loại (sắt cứng, nệm bông gòn mềm; lò sưởi nóng, nước đá lạnh,...). Không thu thúc thân căn là nhân làm phát sinh các ác pháp: **Tâm tham** vừa lòng hoặc **tâm sân** không vừa lòng nơi đối tượng ấy. Vậy, con nên thu thúc thân căn ấy, giữ gìn thân căn ấy, gọi là **người biết thu thúc thân căn**.

6- Khi con biết pháp trần (tâm, tâm sở, sắc pháp,...) bằng **ý thức tâm** (trong ý môn lộ trình tâm), con không nên chấp thủ đối tượng (tâm, tâm sở thuộc tam giới; sắc pháp thuộc Chế định pháp,...), không nên chấp thủ mỗi loại (tâm thiện, tâm ác, sắc đi, sắc đứng, sắc ngồi, sắc nằm,...). Không thu thúc ý căn là nhân làm phát sinh các ác pháp: **Tâm tham** vừa lòng hoặc **tâm sân** không vừa lòng nơi đối tượng ấy. Vậy, con nên thu thúc ý căn ấy, giữ gìn ý căn ấy, gọi là **người biết thu thúc ý căn...**"

### **Không Thu Thúc Lục Căn Phiền Não Phát Sinh**

Qua bài kinh trên nhận thấy, người không thu thúc lục căn là người không có chánh niệm, không giữ gìn lục căn, nên phiền não dễ phát sinh như sau:

1- Khi **nhãn thức tâm** làm phận sự nhìn thấy sắc trần (hình dạng), người không có chánh niệm không giữ gìn nhãn căn, chấp thủ nơi đối tượng ấy cho rằng: *Đàn ông, đàn bà, vật này, vật kia, v.v...*

- Nếu đối tượng ấy tốt đẹp đáng vừa lòng thì **tâm tham** phát sinh.

- Nếu đối tượng ấy xấu không đáng hài lòng thì **tâm sân** phát sinh.

Dù **tâm tham** hoặc **tâm sân** vẫn luôn luôn có **tâm sở si** đồng sinh với 2 loại tâm ác ấy, không biết thực tánh của đối tượng ấy.

2- Khi *nhĩ thức tâm* làm phạm sự nghe thanh trần (âm thanh), người không có chánh niệm không giữ gìn nhĩ căn, chấp thủ nơi đối tượng ấy cho rằng: *Tiếng Việt, tiếng Anh, v.v...*

- Nếu đối tượng ấy tốt đẹp đáng vừa lòng thì *tâm tham* phát sinh.
- Nếu đối tượng ấy xấu không đáng hài lòng thì *tâm sân* phát sinh.

Dù *tâm tham* hoặc *tâm sân* vẫn luôn luôn có *tâm sở si* đồng sinh với 2 loại tâm ác ấy, không biết thực tánh của đối tượng ấy.

3- Khi *tỷ thức tâm* làm phạm sự ngửi hương trần (các loại mùi), người không có chánh niệm không giữ gìn tỷ căn, chấp thủ nơi đối tượng ấy cho rằng: *Mùi thơm nước hoa, mùi hôi của tử thi, v.v...*

- Nếu đối tượng ấy tốt đẹp đáng vừa lòng thì *tâm tham* phát sinh.
- Nếu đối tượng ấy xấu không đáng hài lòng thì *tâm sân* phát sinh.

Dù *tâm tham* hoặc *tâm sân* vẫn luôn luôn có *tâm sở si* đồng sinh với 2 loại tâm ác ấy, không biết thực tánh của đối tượng ấy.

4- Khi *thiệt thức tâm* làm phạm sự nếm vị trần (các loại vị), người không có chánh niệm không giữ gìn thiệt căn, chấp thủ nơi đối tượng ấy cho rằng: *Vị ngọt của đường, vị chua của trái chanh, v.v...*

- Nếu đối tượng ấy tốt đẹp đáng vừa lòng thì *tâm tham* phát sinh.
- Nếu đối tượng ấy xấu không đáng hài lòng thì *tâm sân* phát sinh.

Dù *tâm tham* hoặc *tâm sân* vẫn luôn luôn có *tâm sở si* đồng sinh với 2 loại tâm ác ấy, không biết thực tánh của đối tượng ấy.

5- Khi *thân thức tâm* làm phạm sự xúc giác với xúc trần (cứng, mềm, nóng lạnh,...), người không có chánh niệm không giữ gìn thân căn, chấp thủ nơi đối tượng ấy cho rằng: *Sắt cứng, bông vải mềm, lửa nóng, nước đá lạnh, v.v...*

- Nếu đối tượng ấy tốt đẹp đáng vừa lòng thì *tâm tham* phát sinh.
- Nếu đối tượng ấy xấu không đáng hài lòng thì *tâm sân* phát sinh.

Dù *tâm tham* hoặc *tâm sân* vẫn luôn luôn có *tâm sở si* đồng sinh với 2 loại tâm ác ấy, không biết thực tánh của đối tượng ấy.

6- Khi *ý thức tâm* làm phạm sự biết pháp trần (tâm, tâm sở, sắc pháp, Chế định pháp), người không có chánh niệm không giữ gìn ý căn, chấp thủ nơi đối tượng chế định ấy cho rằng: *Ta tham, ta sân, ta si, ta có thiên định, ta có thiên tuệ,...; ta đi, ta đứng, ta ngồi, ta nằm, v.v...*

- Nếu đối tượng ấy tốt đẹp đáng vừa lòng thì *tâm tham* phát sinh.
- Nếu đối tượng ấy xấu không đáng hài lòng thì *tâm sân* phát sinh.

Dù *tâm tham* hoặc *tâm sân* vẫn luôn luôn có *tâm sở si* đồng sinh với 2 loại tâm ác ấy không biết thực tánh của đối tượng ấy.

### **Thu Thúc Lục Căn Ngăn Phiền Não**

Hành giả thực hành thiền tuệ có chánh niệm biết thu thúc lục căn, trực nhận nơi đối tượng danh pháp, sắc pháp thuộc Chân nghĩa pháp; có trí tuệ tỉnh giác trực giác thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp đúng theo thực tánh của mỗi pháp đều là pháp vô ngã, nên ngăn được phiền não chưa phát sinh hoặc diệt được phiền não đã phát sinh như sau:

1- Khi *nhãn thức tâm* nhìn thấy thoáng qua sắc trần (hình ảnh), hành giả có chánh niệm thu thúc nơi nhãn căn, do đó hành giả không chấp thủ nơi đối tượng ấy cho là *đàn ông, đàn bà, v.v...*, cũng không chấp thủ từng bộ phận *mặt mày, tay chân, v.v...*

Như vậy, đối tượng Chân nghĩa pháp hiện rõ đúng theo thực tánh của sắc trần ấy là sắc pháp, nên ngăn các phiền não không cho phát sinh.

- Dù đối tượng sắc trần (hình ảnh) đẹp đáng vừa lòng, thì *tâm tham* cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ sắc trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.
- Dù đối tượng sắc trần (hình ảnh) xấu không đáng vừa lòng, thì *tâm sân* cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ sắc trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

2- Khi *nhĩ thức tâm* nghe thoáng qua thanh trần (âm thanh), hành giả có chánh niệm thu thúc nơi nhĩ căn, do đó hành giả không chấp thủ nơi đối tượng ấy cho là *tiếng Việt, tiếng Anh, v.v...*, cũng không chấp thủ *giọng nói hay, giọng nói dở, v.v...*

Như vậy, đối tượng Chân nghĩa pháp hiện rõ đúng theo thực tánh của thanh trần ấy là sắc pháp, nên ngăn các phiền não không cho phát sinh.

- Dù đối tượng thanh trần (âm thanh) hay đáng vừa lòng, thì *tâm tham* cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ thanh trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.
- Dù đối tượng thanh trần (âm thanh) dở không đáng vừa lòng, thì *tâm sân* cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ thanh trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

3- Khi *tỷ thức tâm* ngửi thoáng qua hương trần (các loại mùi), hành giả có chánh niệm thu thúc nơi tỷ căn, do đó hành giả không chấp thủ nơi đối tượng ấy cho là *mùi thơm nước hoa, mùi hôi tử thi, v.v...*

Như vậy, đối tượng Chân nghĩa pháp hiện rõ đúng theo thực tánh của hương trần ấy là sắc pháp, nên ngăn các phiền não không cho phát sinh.

- Dù đối tượng hương trần (các loại mùi) thơm đáng vừa lòng, thì tâm tham cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ hương trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

- Dù đối tượng hương trần (các loại mùi) hôi không đáng vừa lòng, thì tâm sân cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ hương trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

4- Khi *thiệt thức tâm* nếm sơ qua vị trần (các loại vị), hành giả có chánh niệm thu thúc nơi thiệt căn, do đó hành giả không chấp thủ nơi đối tượng ấy cho là *vị ngọt của đường, vị chua của trái chanh, v.v...*

Như vậy, đối tượng Chân nghĩa pháp hiện rõ đúng theo thực tánh của vị trần ấy là sắc pháp, nên ngăn các phiền não không cho phát sinh.

- Dù đối tượng vị trần (loại vị) ngon đáng vừa lòng, thì tâm tham cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ vị trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

- Dù đối tượng vị trần (loại vị) dở không đáng vừa lòng, thì tâm sân cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ vị trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

5- Khi *thân thức tâm* xúc giác sơ qua với xúc trần (cứng, mềm, nóng, lạnh, phòng xẹp), hành giả có chánh niệm thu thúc nơi thân căn, do đó hành giả không chấp thủ nơi đối tượng ấy cho là *sắt cứng, nệm bông mềm, lò sưởi nóng, nước đá lạnh, v.v...*

Như vậy, đối tượng Chân nghĩa pháp hiện rõ đúng theo thực tánh của xúc trần ấy là sắc pháp, nên ngăn các phiền não không cho phát sinh.

- Dù đối tượng xúc trần tốt đáng vừa lòng, thì tâm tham cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ xúc trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

- Dù đối tượng xúc trần xấu không đáng vừa lòng, thì tâm sân cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ xúc trần ấy là sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

6- Khi *ý thức tâm* biết thoáng qua pháp trần (tâm, tâm sở thuộc tam giới; sắc pháp...), hành giả có chánh niệm thu thúc nơi ý căn, do đó hành giả không chấp thủ nơi đối tượng ấy cho là *ta tham, ta sân, ta si, ta có thiền định, ta có thiền tuệ...; ta đi, ta đứng, ta ngồi, ta nằm, v.v...*

Như vậy, đối tượng Chân nghĩa pháp hiện rõ đúng theo thực tánh của mỗi pháp trần ấy là danh pháp hoặc sắc pháp, nên ngăn các phiền não không cho phát sinh.

- Dù đối tượng pháp trần tốt đáng vừa lòng, thì tâm tham cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ pháp trần ấy là danh pháp hoặc sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

- Dù đối tượng pháp trần xấu không đáng vừa lòng, thì tâm sân cũng không phát sinh, chỉ có chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác thấy rõ, biết rõ pháp trần ấy là danh pháp hoặc sắc pháp đúng theo thực tánh của chính nó.

Hành giả thực hành thiền tuệ có chánh niệm, thu thúc lục căn thanh tịnh, có trí tuệ tỉnh giác ngăn được phiền não không cho phát sinh, nên trí tuệ thiền tuệ có cơ hội phát sinh và tăng trưởng.

### **Bí Quyết Để Hiện Rõ Chân Nghĩa Pháp**

Trong cuộc sống hằng ngày, đối với các hạng phàm nhân thường chỉ biết đến những pháp chế định, mà không biết đến những Chân nghĩa pháp là pháp vô ngã, dù nó vẫn luôn luôn hiện hữu. Cho nên họ thường hay chấp thủ nơi những đối tượng Chế định pháp ấy, làm cho phát sinh mọi phiền não để tự làm khổ mình, làm khổ người khác, làm khổ chúng sinh khác.

Đối với bậc Thánh Nhân là bậc đã từng biết rõ Chân nghĩa pháp là pháp vô ngã, đã từng chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, đã chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn, đã diệt đoạn tuyệt được những phiền não, tùy theo khả năng của mỗi bậc Thánh Nhân. Trong cuộc sống hằng ngày, tuy bậc Thánh Nhân thường vẫn sử dụng những pháp chế định, nhưng không có tâm chấp thủ nơi những pháp chế định ấy, không làm cho phát sinh mọi phiền não, không tự làm khổ mình, không làm khổ người khác, không làm khổ chúng sinh khác.

\* *Các hạng phàm nhân có bí quyết nào để không chấp thủ nơi những pháp chế định?*

Để không chấp thủ nơi những đối tượng ấy, các hạng phàm nhân cần phải có chánh niệm, biết thu thúc lục căn:

- *Khi nhãn thức tâm nhìn thấy thoáng qua sắc trần.*
- *Khi nhĩ thức tâm nghe thoáng qua thanh trần.*
- *Khi tỷ thức tâm ngửi thoáng qua hương trần.*
- *Khi thiệt thức tâm nếm sơ qua vị trần.*
- *Khi thân thức tâm xúc giác sơ qua với xúc trần.*
- *Khi ý thức tâm biết thoáng qua pháp trần.*

Nhờ *tâm biết thoáng qua* không chú tâm khăng khít nơi đối tượng, cho nên đối tượng ấy vẫn còn bên trong lĩnh vực Chân nghĩa pháp, chưa vượt qua bên lĩnh vực pháp chế định.





## 1- Trí tuệ thiên tuệ tam giới (lokiyavipassanā):

Trí tuệ thiên tuệ tam giới là trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp trong tam giới.

Danh pháp, sắc pháp trong tam giới là:

- *Danh pháp* đó là 81 tâm trong tam giới (không có 8 hoặc 40 tâm Siêu tam giới) và 52 tâm sở.
- *Sắc pháp* đó là 28 sắc pháp.

### \* **Danh pháp - sắc pháp trong 6 môn**

Danh pháp, sắc pháp phát sinh do nương nhờ 6 môn như sau:

1- **Nhãn môn** (*mắt*): Khi *sắc trần*, hình dạng, tiếp xúc với *nhãn tịnh sắc* (mắt), do sự tiếp xúc ấy, nên phát sinh *nhãn thức tâm* làm phạm sự nhìn thấy được sắc trần: Hình dạng... trong hiện tại.

**Nhãn thức tâm** có 2 tâm:

- *Nhãn thức tâm* là quả của *tâm bất thiện*, nhìn thấy sắc trần xấu xí.
- *Nhãn thức tâm* là quả của *tâm thiện*, nhìn thấy sắc trần tốt đẹp.

\* *Sắc trần* và *nhãn tịnh sắc* thuộc về **sắc pháp**.

\* *Nhãn thức tâm* nhìn thấy sắc trần thuộc về **danh pháp**.

2- **Nhĩ môn** (*tai*): Khi *thanh trần*, các âm thanh, tiếp xúc với *nhĩ tịnh sắc* (tai), do sự tiếp xúc ấy, nên phát sinh *nhĩ thức tâm* làm phạm sự nghe *thanh trần*, các âm thanh, trong hiện tại.

**Nhĩ thức tâm** có 2 tâm.

- *Nhĩ thức tâm* là quả của *tâm bất thiện*, nghe thanh trần, âm thanh dở.
- *Nhĩ thức tâm* là quả của *tâm thiện*, nghe thanh trần, âm thanh hay.

\* *Thanh trần* và *nhĩ tịnh sắc* thuộc về **sắc pháp**.

\* *Nhĩ thức tâm* nghe thanh trần thuộc về **danh pháp**.

3- **Tỷ môn** (*mũi*): Khi *hương trần*, các loại mùi tiếp xúc với *tỷ tịnh sắc* (mũi), do sự tiếp xúc ấy, nên phát sinh *tỷ thức tâm* làm phạm sự ngửi *hương trần*, các loại mùi, trong hiện tại.

**Tỷ thức tâm** có 2 tâm.

- *Tỷ thức tâm* là quả của *tâm bất thiện*, ngửi hương trần, mùi hôi thối.

- *Tỷ thức tâm* là quả của *tâm thiện*, ngửi hương trần mùi thơm tho.

\* *Hương trần* và *tỷ tịnh sắc* thuộc về **sắc pháp**.

\* *Tỷ thức tâm* ngửi hương trần thuộc về **danh pháp**.

4- **Thiệt môn** (lưỡi): Khi *vị trần*, các loại vị, tiếp xúc với *thiệt tịnh sắc* (lưỡi), do sự tiếp xúc ấy, nên phát sinh *thiệt thức tâm* làm phạm sự nếm *vị trần*, các loại vị, trong hiện tại.

**Thiệt thức tâm** có 2 tâm.

- *Thiệt thức tâm* là quả của *tâm bất thiện*, nếm vị trần, vị dở.

- *Thiệt thức tâm* là quả của *tâm thiện*, nếm vị trần, vị ngon.

\* *Vị trần* và *thiệt tịnh sắc* thuộc về **sắc pháp**.

\* *Thiệt thức tâm* nếm vị trần thuộc về **danh pháp**.

5- **Thân môn** (thân): Khi *xúc trần*, cứng, mềm, nóng, lạnh, phòng, xẹp..., tiếp xúc với *thân tịnh sắc* (thân), do sự tiếp xúc ấy, nên phát sinh *thân thức tâm* làm phạm sự xúc giác với *xúc trần*, cứng, mềm, nóng, lạnh..., trong hiện tại.

**Thân thức tâm** có 2 tâm.

- *Thân thức tâm* là quả của *tâm bất thiện*, tiếp xúc trần thô, cứng...

- *Thân thức tâm* là quả của *tâm thiện*, tiếp xúc trần vi tế, êm dịu...

\* *Xúc trần* và *thân tịnh sắc* thuộc về **sắc pháp**.

\* *Thân thức tâm* tiếp xúc trần thuộc về **danh pháp**.

6- **Ý môn** (ý): Khi *pháp trần* tiếp xúc với *sắc ý căn* (*hadayavatthurūpa*), do sự tiếp xúc ấy nên phát sinh *ý thức tâm* làm phạm sự biết pháp trần ở 3 thời (*quá khứ, hiện tại, vị lai*) và ngoài 3 thời 1 đó là đối tượng Niết Bàn và đối tượng Paññatti: Chế định pháp.

**Ý thức tâm** phát sinh do nương nhờ ý môn, gồm có 75 tâm (trừ 10 thức tâm và 4 tâm quả vô sắc giới).

\* *Sắc pháp* và *sắc ý căn* thuộc về **sắc pháp**.

\* *Ý thức tâm* biết pháp trần thuộc về **danh pháp**.

- \* *Niết Bàn* là pháp vô vi thuộc về *danh pháp* đặc biệt, làm đối tượng của tâm Siêu tam giới.
- \* *Chế định pháp* không thuộc về *sắc pháp*, cũng không thuộc về *danh pháp*, nên không thể làm đối tượng của pháp hành thiền tuệ.

- **Pháp trần** có 3 pháp: Tâm, tâm sở, sắc pháp trong quá khứ, hiện tại, vị lai.
- **Niết Bàn** và **Chế định pháp** không có trong 3 thời, vì không có sự sinh, sự diệt.

\* **Sắc pháp, danh pháp trong Tứ Niệm Xứ**

- Phần **niệm thân: Thân** là đối tượng của chánh niệm và trí tuệ tỉnh giác, có 14 đối tượng thuộc về **sắc pháp**.
- Phần **niệm thọ: Thọ** là đối tượng của chánh niệm và trí tuệ tỉnh giác, có 1 đối tượng chia 9 loại thọ thuộc về **danh pháp**.
- Phần **niệm tâm: Tâm** là đối tượng của chánh niệm và trí tuệ tỉnh giác, có 1 đối tượng chia 16 loại tâm thuộc về **danh pháp**.
- Phần **niệm pháp: Pháp** là đối tượng của chánh niệm và trí tuệ tỉnh giác, có 5 đối tượng thuộc về **danh pháp** và **sắc pháp**.

Tất cả danh pháp, sắc pháp thuộc trong tam giới là đối tượng của **trí tuệ thiền tuệ tam giới**.

**2- Trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới (Lokuttaravipassanā):**

Trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới đó là:

\* **4 Thánh Đạo Tuệ** trong 4 Tâm Thánh Đạo:

- Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ
- Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ
- Bất Lai Thánh Đạo Tuệ
- Arahán Thánh Đạo Tuệ

\* **4 Thánh Quả Tuệ** trong 4 Tâm Thánh Quả:

- Nhập Lưu Thánh Quả Tuệ
- Nhất Lai Thánh Quả Tuệ
- Bất Lai Thánh Quả Tuệ
- Arahán Thánh Quả Tuệ

\* **Niết Bàn** chỉ là đối tượng của 4 Tâm Thánh Đạo và 4 Tâm Thánh Quả mà thôi.

## 16 Trí Tuệ Của Pháp Hành Thiền Tuệ

Hành giả thực hành thiền tuệ có đối tượng danh pháp, sắc pháp trong tam giới thuộc về Chân nghĩa pháp, thực hành đúng theo **pháp hành Trung Đạo** dẫn đến phát sinh *trí tuệ thiền tuệ tam giới (lokiyavipassanāñāṇa)* cho đến *trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới (Lokuttara-vipassanāñāṇa)* theo tuần tự qua 16 trí tuệ thiền tuệ như sau:

1- **Trí tuệ thứ nhất** *nāmarūpaparicchedañāṇa*: Trí tuệ thấy rõ, biết rõ, phân biệt rõ mỗi danh pháp và mỗi sắc pháp liên quan với nhau đúng theo thực tánh của chúng là pháp vô ngã, không phải ta, không phải người, không phải chúng sinh nào, không phải vật nào... nên diệt được tà kiến theo chấp ngã hoặc diệt được tà kiến chấp trong ngũ uẩn cho là ta, diệt theo cách từng thời, bằng chánh kiến thiền tuệ (*vipassanāsammādiṭṭhi*) đồng thời đạt đến chánh kiến thanh tịnh (*diṭṭhivissuddhi*).

Trí tuệ thứ nhất gọi là (*nāmarūpaparicchedañāṇa*): Trí tuệ thấy rõ, biết rõ, phân biệt rõ mỗi danh pháp và mỗi sắc pháp liên quan với nhau đúng theo thực tánh của chúng là pháp vô ngã, xem như hành giả đã gặp được **vị chân sư** đó là **danh pháp sắc pháp** đúng theo sự thật *Chân nghĩa pháp*.

Vị *chân sư* danh pháp sắc pháp dẫn dắt giảng dạy tỉ mỉ những sự thật chân lý Tứ Đế từ cõi tam giới cho đến sự thật chân lý Tứ Thánh Đế cõi Siêu tam giới.

Thật vậy, chỉ có hạt muối mới dạy cho ta biết được vị mặn, chỉ có trái chanh mới dạy cho ta biết được vị chua của chanh; ngoài hạt muối và trái chanh ra, không có một ai có khả năng dạy cho ta biết được vị mặn, vị chua của chanh. Cũng như vậy, chỉ có *đanh pháp, sắc pháp* mới dạy trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp*; thấy rõ, biết rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của *đanh pháp, sắc pháp*, sự thật chân lý Khổ đế của *đanh pháp, sắc pháp*. Ngoài *đanh pháp, sắc pháp* ra, không có một ai có khả năng dạy cho ta biết được thật tánh của các pháp như vậy.

Do đó, vai trò *đanh pháp, sắc pháp* thuộc *Chân nghĩa pháp* tối quan trọng trong pháp hành thiên tuệ. Cho nên, *trí tuệ thứ nhất nāmarūpaparicchedañāṇa* này thấy rõ, biết rõ, phân biệt rõ mỗi *đanh pháp* và mỗi *sắc pháp* làm nền tảng cơ bản để cho các trí tuệ thiên tuệ bậc cao theo tuần tự phát sinh, từ *trí tuệ thiên tuệ tam giới có đanh pháp, sắc pháp* làm đối tượng, cho đến *trí tuệ thiên tuệ Siêu tam giới có Niết Bàn, đanh pháp* làm đối tượng.

Thật vậy, trí tuệ thứ nhất *nāmarūpaparicchedañāṇa* làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ nhì:

2- **Trí tuệ thiên tuệ thứ nhì** *nāmarūpapaccayapariggahañāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ nhân duyên phát sinh mỗi *đanh pháp, sắc pháp* làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ ba:

3- **Trí tuệ thiên tuệ thứ ba** *sammasañāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ *sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp* do nhân duyên diệt, nên thấy rõ, biết rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của *đanh pháp, sắc pháp*, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ tư:

4- **Trí tuệ thiên tuệ thứ tư** *udayabhayañāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp* ngay hiện tại, nên thấy rõ, biết rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của *đanh pháp, sắc pháp*, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ năm:

5- **Trí tuệ thiên tuệ thứ năm** *bhaṅgānupassanāñāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ đặc biệt *sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp*, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ sáu:

6- **Trí tuệ thiên tuệ thứ sáu** *bhayatupaṭṭhāṇañāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ *sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp* đáng kinh sợ, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ bảy:

7- **Trí tuệ thiên tuệ thứ bảy** *ādināvānupassanāñāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ *sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp* đầy tội chướng, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ tám:

8- **Trí tuệ thiên tuệ thứ tám** *nibbidānupassanāñāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ *sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp* thật đáng nhàm chán, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ chín:

9- **Trí tuệ thiên tuệ thứ chín** *muñcitukamyatāñāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ *sự diệt* của *đanh pháp, sắc pháp* thật đáng nhàm chán, mong muốn giải thoát khỏi *đanh pháp, sắc pháp*, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ mười:

10- **Trí tuệ thiên tuệ thứ mười** *paṭisaṅkhānupassanāñāṇa*: Trí tuệ thiên tuệ thấy rõ, biết rõ trở lại *đanh pháp, sắc pháp* có *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* một cách rõ ràng, để tìm ra

phương pháp giải thoát khỏi Khổ đế của danh pháp sắc pháp, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ mười một:

11- **Trí tuệ thiền tuệ thứ mười một** *sankhārupekkhānāṇa*: Trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ danh pháp, sắc pháp rõ ràng là pháp vô ngã, nên trí tuệ thiền tuệ đặt tâm trung dung giữa các danh pháp sắc pháp có trạng thái vô thường, hoặc trạng thái khổ, hoặc trạng thái vô ngã làm đối tượng, làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ mười hai:

12- **Trí tuệ thiền tuệ thứ mười hai** *anulomañāṇa*: Trí tuệ thiền tuệ thuận dòng theo 8 trí tuệ thiền tuệ phần trước (từ trí tuệ thiền tuệ thứ tư cho đến trí tuệ thiền tuệ thứ mười một) và thuận dòng theo 37 pháp chứng đắc Thánh Đạo phần sau (4 pháp niệm xứ + 4 pháp tinh tấn + 4 pháp thành tựu + 5 pháp chủ + 5 pháp lực + 7 pháp giác chi + 8 pháp chánh đạo), làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ mười ba:

13- **Trí tuệ thiền tuệ thứ mười ba** *gotrabhuñāṇa*: Trí tuệ thiền tuệ chuyển từ dòng phàm nhân sang dòng bậc Thánh Nhân, đặc biệt thấy rõ đối tượng Niết Bàn Siêu tam giới (trí tuệ thiền tuệ này buông bỏ đối tượng danh pháp sắc pháp thuộc về tam giới, tiếp nhận đối tượng Niết Bàn đầu tiên), làm nhân duyên phát sinh trí tuệ thứ mười bốn:

14- **Trí tuệ thiền tuệ thứ mười bốn** *maggañāṇa*: Thánh Đạo Tuệ thuộc trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới đồng sinh trong Tâm Thánh Đạo có đối tượng Niết Bàn, có khả năng đặc biệt diệt đoạn tuyệt được phiền não, tham ái, ác pháp tùy theo mỗi Thánh Đạo Tuệ:

#### **Thánh Đạo Tuệ có 4 bậc:**

- Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ
- Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ
- Bất Lai Thánh Đạo Tuệ
- Arahán Thánh Đạo Tuệ

Thánh Đạo Tuệ liền làm duyên phát sinh Thánh Quả Tuệ tương ứng không có thời gian ngăn cách.

15- **Trí tuệ thiền tuệ thứ mười lăm** *phalañāṇa*: Thánh Quả Tuệ (quả của Thánh Đạo) thuộc trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới đồng sinh trong Tâm Thánh Quả có đối tượng Niết Bàn.

#### **Thánh Quả Tuệ có 4 bậc:**

- Nhập Lưu Thánh Quả Tuệ
- Nhất Lai Thánh Quả Tuệ
- Bất Lai Thánh Quả Tuệ

- Arahán Thánh Quả Tuệ

**4 Thánh Đạo Tuệ và 4 Thánh Quả Tuệ** tương ứng:

- Nhập Lưu Thánh Đạo Tuệ ---> Nhập Lưu Thánh Quả Tuệ
- Nhất Lai Thánh Đạo Tuệ ---> Nhất Lai Thánh Quả Tuệ
- Bất Lai Thánh Đạo Tuệ ---> Bất Lai Thánh Quả Tuệ
- Arahán Thánh Đạo Tuệ ---> Arahán Thánh Quả Tuệ

16- **Trí tuệ thiên tuệ thứ mười sáu** *paccavekkhanañāṇa*: Trí tuệ quán xét 5 điều:

- Trí tuệ quán xét Thánh Đạo đã chứng đắc.
- Trí tuệ quán xét Thánh Quả đã chứng đắc.
- Trí tuệ quán xét Niết Bàn đã chứng ngộ.
- Trí tuệ quán xét phiền não đã bị diệt đoạn tuyệt.
- Trí tuệ quán xét phiền não chưa bị diệt đoạn tuyệt.

Bậc Thánh Nhập Lưu, bậc Thánh Nhất Lai, bậc Thánh Bất Lai quán xét 5 điều. Riêng bậc Thánh Arahán chỉ quán xét 4 điều trước, không có quán xét điều phiền não chưa diệt đoạn tuyệt, bởi vì bậc Thánh Arahán đã diệt đoạn tuyệt mọi phiền não không còn dư sót .

- Hành giả *thiện trí phạm nhân* thực hành thiên tuệ lần thứ nhất, trải qua 16 trí tuệ thiên tuệ lần thứ nhất, chứng đắc thành bậc **Thánh Nhập Lưu**.
- Hành giả bậc *Thánh Nhập Lưu* tiếp tục thực hành thiên tuệ, phát triển trí tuệ thiên tuệ bắt đầu từ trí tuệ thiên tuệ thứ tư cho đến trí tuệ thiên tuệ thứ 16 lần thứ nhì, chứng đắc thành bậc **Thánh Nhất Lai**.
- Hành giả bậc *Thánh Nhất Lai* tiếp tục thực hành thiên tuệ, phát triển trí tuệ thiên tuệ bắt đầu từ trí tuệ thiên tuệ thứ tư cho đến trí tuệ thiên tuệ thứ 16 lần thứ ba, chứng đắc thành bậc **Thánh Bất Lai**.
- Hành giả bậc *Thánh Bất Lai* tiếp tục thực hành thiên tuệ, phát triển trí tuệ thiên tuệ bắt đầu từ trí tuệ thiên tuệ thứ tư cho đến trí tuệ thiên tuệ thứ 16 lần thứ tư, chứng đắc thành bậc **Thánh Arahán** cao thượng nhất 1 .

16 loại trí tuệ thiên tuệ được chia làm 2 loại:

- \* *Trí tuệ thiên tuệ tam giới*: Kể từ trí tuệ thứ nhất *nāmarūpaparicchedañāṇa* đến trí tuệ thứ mười ba *gotrabhūñāṇa*.



\* *Trí tuệ thiền tuệ Siêu tam giới*: Gồm có trí tuệ thiền tuệ thứ mười bốn maggañāṇa: Thánh Đạo Tuệ; trí tuệ thiền tuệ thứ mười lăm phalañāṇa: Thánh Quả Tuệ đều chỉ có đối tượng Niết Bàn mà thôi. Trí tuệ thiền tuệ thứ mười sáu *paccavekkhanañāṇa*: Trí tuệ quán xét biết rõ đối tượng Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn, phiền não đã bị diệt, (phiền não chưa bị diệt) ví như người nằm mộng thấy rõ chuyện mộng như thật. Khi thức giấc rồi hồi tưởng đến chuyện trong giấc mộng ấy.

### **Pháp Hành Thiền Tuệ Giải Thoát Khổ**

Pháp hành thiền tuệ là pháp hành dẫn đến giải thoát khổ tùy theo mỗi hạng chúng sinh.

**1-** *Hạng thiện trí phàm nhân* thực hành thiền tuệ, có trí tuệ thiền tuệ thấy rõ, biết rõ thực tánh của danh pháp sắc pháp là *pháp vô ngã*; thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của danh pháp sắc pháp; thấy rõ, biết rõ *trạng thái vô thường, trạng thái khổ, trạng thái vô ngã* của danh pháp, sắc pháp; nhưng chưa có khả năng chứng ngộ *chân lý Tứ Thánh Đế*, chưa chứng đắc *Thánh Đạo - Thánh Quả* nào, chưa trở thành bậc Thánh Nhân, vẫn còn là hạng thiện trí phàm nhân.

\* *Giải thoát khổ kiếp hiện tại*:

Hạng thiện trí phàm nhân này gọi là bậc **Tiểu Nhập Lưu** (*Cūlasotāpanna*) có chánh kiến thiền tuệ, có đức tin trong sạch nơi Đức Phật, Đức Pháp, Đức Tăng, có giới hạnh trong sạch, có định tâm an tịnh, có trí tuệ sáng suốt, cho nên bậc **Tiểu Nhập Lưu** này ít khổ tâm.

\* *Giải thoát khổ kiếp vị lai*:

Hạng thiện trí phàm nhân này sau khi chết, do thiện nghiệp ấy cho quả tái sinh cõi thiện giới: *Cõi người, cõi trời dục giới*; nếu có chứng đắc các bậc thiền hữu sắc hoặc thiền vô sắc, thì sẽ tái sinh lên cõi trời sắc giới phạm thiên hoặc cõi trời vô sắc giới phạm thiên, tùy theo năng lực quả thiện nghiệp của mình đã tạo; dù thuộc vào hạng chúng sinh nào cũng là bậc có trí tuệ đặc biệt, hưởng được quả báu an lạc cho đến hết tuổi thọ trong cõi ấy.

**2-** *Hạng thiện trí phàm nhân* thực hành thiền tuệ, phát sinh trí tuệ thiền tuệ theo tuần tự dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc *Nhập Lưu Thánh Đạo - Nhập Lưu Thánh Quả và Niết Bàn*, trở thành **bậc Thánh Nhập Lưu**, mới là bậc Thánh thứ nhất trong Phật giáo.

\* *Giải thoát khổ kiếp hiện tại*:

**Bậc Thánh Nhập Lưu** này có đức tin trong sạch vững chắc không lay chuyển nơi Tam Bảo, có giới hạnh hoàn toàn trong sạch, có định an tịnh, có tứ tuệ sáng suốt. Bậc Thánh này vĩnh viễn không bao giờ khổ do **tà kiến** và **hoài nghi** nữa, bởi vì đã diệt đoạn tuyệt được hai loại phiền não này rồi.

\* *Giải thoát khổ kiếp vị lai*:

**Bậc Thánh Nhập Lưu** này sau khi chết, chắc chắn không còn bị tái sinh vào 4 cõi ác giới (*địa ngục, atula, ngạ quỷ, súc sinh*), do thiện nghiệp cho quả tái sinh cõi thiện giới: *Cõi người, cõi trời dục giới, cõi*

trời sắc giới, cõi trời vô sắc giới, tùy theo năng lực quả nghiệp thiện của mình đã tạo; dù tái sinh vào hạng chúng sinh nào cũng là bậc *Thánh Nhập Lưu* và chắc chắn sẽ trở thành bậc Thánh Arahán, rồi tịch diệt Niết Bàn, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong tam giới.

**3-** *Bậc Thánh Nhập Lưu* tiếp tục thực hành thiền tuệ, phát sinh trí tuệ thiền tuệ theo tuần tự dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc *Nhất Lai Thánh Đạo - Nhất Lai Thánh Quả* và Niết Bàn, trở thành ***bậc Thánh Nhất Lai***, là bậc Thánh thứ nhì trong Phật giáo.

\* *Giải thoát khổ kiếp hiện tại:*

***Bậc Thánh Nhất Lai*** này có đức tin trong sạch vững chắc không lay chuyển nơi Tam Bảo, có giới hạnh hoàn toàn trong sạch, có định an tịnh, có tứ tuệ sáng suốt. Bậc Thánh này vĩnh viễn không bao giờ khổ do ***tâm sân loại thô*** nữa, bởi vì đã diệt đoạn tuyệt được *phiền não sân loại thô* này rồi.

\* *Giải thoát khổ kiếp vị lai:*

***Bậc Thánh Nhất Lai*** này sau khi chết, do nghiệp thiện cho quả chỉ còn tái sinh lại cõi dục giới này một kiếp nữa mà thôi, trong kiếp ấy chắc chắn sẽ trở thành bậc Thánh Arahán, rồi tịch diệt Niết Bàn, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong tam giới.

**4-** *Bậc Thánh Nhất Lai* tiếp tục thực hành thiền tuệ, phát sinh trí tuệ thiền tuệ theo tuần tự dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc *Bất Lai Thánh Đạo - Bất Lai Thánh Quả* và Niết Bàn, trở thành ***bậc Thánh Bất Lai***, là bậc Thánh thứ ba trong Phật giáo.

\* *Giải thoát khổ kiếp hiện tại:*

***Bậc Thánh Bất Lai*** này có giới hạnh hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn, có định đặc biệt vững chắc, có tứ tuệ sáng suốt. Bậc Thánh này vĩnh viễn không bao giờ khổ do ***tâm sân loại vi tế*** nữa, bởi vì, đã diệt đoạn tuyệt được *phiền não sân loại vi tế* này rồi.

\* *Giải thoát khổ kiếp vị lai:*

***Bậc Thánh Bất Lai*** này sau khi chết, chắc chắn không còn tái sinh trở lại cõi dục giới nữa, do nhờ nghiệp thiện sắc giới cho quả chắc chắn hoá sinh làm phạm thiên trong cõi trời sắc giới, tùy theo bậc thiền sở đắc của mình, chắc chắn sẽ trở thành bậc Thánh Arahán trong cõi trời sắc giới ấy, rồi tịch diệt Niết Bàn, giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong tam giới.

**5-** *Bậc Thánh Bất Lai* tiếp tục thực hành thiền tuệ, phát sinh trí tuệ thiền tuệ theo tuần tự dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc *Arahán Thánh Đạo - Arahán Thánh Quả* và Niết Bàn, trở thành ***bậc Thánh Arahán***, là bậc Thánh thứ tư cao thượng nhất trong Phật giáo.

\* *Giải thoát khổ kiếp hiện tại:*

Bậc Thánh Arahán này có giới hạnh hoàn toàn trong sạch, có định vững chắc, có tứ tuệ hoàn toàn đầy đủ. Bậc Thánh Arahán này hoàn toàn *không còn khổ tâm* nào do phiền não nữa, bởi vì, Ngài đã diệt đoạn tuyệt được mọi phiền não như: *Tham, si, ngã mạn, phóng tâm, buồn ngủ, không biết hổ thẹn tội lỗi, không biết ghê sợ tội lỗi; mọi tham ái...* không còn dư sót.

Ngay kiếp hiện tại đến khi hết tuổi thọ, bậc Thánh Arahán sẽ tịch diệt Niết Bàn, chấm dứt mọi cảnh khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

Trong Phật giáo, các hàng Phật tử là người cận sự nam, cận sự nữ và bậc xuất gia: *Tỳ khưu, Sadi*, nếu người nào có đầy đủ pháp hạnh ba-la-mật, có đủ 5 pháp chủ (*tín pháp chủ, tấn pháp chủ, niệm pháp chủ, định pháp chủ và tuệ pháp chủ*), thì người ấy có khả năng tiến hành thiền tuệ dẫn đến chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc Thánh Đạo - Thánh Quả và Niết Bàn, trở thành bậc Thánh Nhân.

Trong Phật giáo có 4 bậc Thánh Nhân:

- 1- Bậc Thánh Nhập Lưu.
- 2- Bậc Thánh Nhất Lai.
- 3- Bậc Thánh Bất Lai.
- 4- Bậc Thánh Arahán.

Người tại gia cận sự nam, cận sự nữ có thể chứng đắc thành bậc *Thánh Nhập Lưu*, bậc *Thánh Nhất Lai* và bậc *Thánh Bất Lai*.

Nếu người cận sự nam, cận sự nữ nào chứng đắc thành bậc *Thánh Arahán*, thì ngay trong ngày hôm ấy, người ấy phải xuất gia trở thành *Tỳ khưu* hoặc *Tỳ khưu ni*, để duy trì sinh mạng đến hết tuổi thọ.

Nếu người cận sự nam, cận sự nữ sau khi chứng đắc thành bậc *Thánh Arahán* rồi *không xuất gia*, thì bậc *Thánh Arahán* ấy phải tịch diệt Niết Bàn ngay trong ngày hôm ấy, không thể duy trì sinh mạng qua ngày hôm sau. Bởi vì, đời sống người tại gia không thể duy trì phạm hạnh cao thượng của bậc Thánh Arahán.

Bậc xuất gia: *Tỳ khưu, Sadi* có thể chứng đắc thành bậc Thánh Nhập Lưu cho đến bậc Thánh Arahán, rồi có thể duy trì sinh mạng cho đến hết tuổi thọ một cách tự nhiên.

## **ĐOẠN KẾT**

"**Khổ đế**" là sự thật chân lý hiển nhiên trong đời, và "**Niết Bàn**" diệt Khổ đế cũng là sự thật hiển nhiên, mà con đường pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn diệt Khổ đế, thì chưa có một ai khám phá phát hiện ra *con đường cổ xưa giải thoát khổ ấy*. Mãi cho đến khi Đức vua Siddhattha ra đời, Ngài là Đức Bồ Tát đã từng tích lũy đầy đủ trọn vẹn 30 pháp hạnh ba-la-mật từ vô số kiếp trong quá khứ, và Ngài đã được 24 Đức Phật Chánh Đẳng Giác theo tuần tự thọ ký. Đến kiếp hiện tại này là kiếp chót của Ngài. Ngài

từ bỏ ngôi báu, vợ con đi xuất gia, tự mình chứng ngộ chân lý Tứ Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, 4 Thánh Quả và Niết Bàn, diệt đoạn tuyệt mọi tham ái, mọi phiền não không còn dư sót, đặc biệt diệt tận mọi *tiền khiên tạt* (*vasanā*), trở thành bậc Thánh Arahán đầu tiên trong muôn ngàn thế giới chúng sinh, không có thầy chỉ giáo. Đương nhiên Ngài là Đức Chánh Đẳng Giác độc nhất vô nhị, có danh hiệu *Đức Phật Gotama*.

Đức Phật Gotama là Bậc đầu tiên khám phá, phát hiện ra *con đường cổ xưa giải thoát khổ* mà Chư Phật quá khứ đã tuân tự thực hành theo con đường duy nhất, để giải thoát khổ cho mình, rồi chỉ con đường ấy cho các hàng đệ tử cũng được giải thoát khổ theo quý Ngài.

Đức Phật dạy:

*"Katama ca bhikkhave purāṇamaggo purāṇaājaso pubbakehi sammāsambuddhehi anuyāto. Ayameva ariyo atthaṅgiko maggo" 1*

*"Này chư Tỳ khưu, Chư Phật Chánh Đẳng Giác theo con đường cổ xưa thế nào? Con đường quá khứ đã tuân tự ngự đi đó chính là Thánh Đạo hợp đủ 8 chánh".*

Con đường cổ xưa giải thoát khổ đó là Thánh Đạo hợp đủ 8 chánh: *Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định*, là pháp hành dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, diệt Khổ Thánh Đế, mà Đức Phật Gotama đã khám phá, đã phát hiện đầu tiên. Đức Phật đã giải thoát khổ bằng con đường cổ xưa ấy, rồi Ngài đã chỉ con đường cổ xưa giải thoát khổ ấy cho các hàng Thanh Văn đệ tử.

Những hàng Thanh Văn đệ tử nào thực hành *đúng theo con đường pháp hành Bát Chánh Đạo* thì dẫn đến chứng ngộ *Niết Bàn* giải thoát khổ, còn những hàng Thanh Văn đệ tử nào thực hành *không đúng theo con đường pháp hành Bát Chánh Đạo*, thì không dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn, không giải thoát khổ được.

Như trong bài kinh *Gaṇakamoggallānasutta 2* được tóm lược như sau:

*Một thuở nọ, Đức Thế Tôn ngự tại ngôi chùa Pubbarāma gần kinh thành Sāvatthi. Khi ấy Bàlamôn tên Gaṇakamoggallāna đến hầu đảnh lễ Đức Thế Tôn xong ngồi một nơi hợp lễ. Sau khi lắng nghe Đức Thế Tôn thuyết pháp, ông phát sinh tâm vô cùng hoan hỷ bèn bạch với Đức Thế Tôn rằng:*

- *Kính bạch Đức Gotama, các hàng đệ tử của Đức Thế Tôn được Đức Thế Tôn chỉ dạy rõ ràng như vậy, tất cả đều chứng ngộ Niết Bàn hay có một số không chứng ngộ Niết Bàn? Bạch Ngài.*

*Đức Thế Tôn dạy rằng:*

- *Này Bàlamôn, các hàng đệ tử của Như Lai được Như Lai chỉ dạy rõ ràng như vậy, có một số ít chứng ngộ Niết Bàn, còn phần đông không chứng ngộ Niết Bàn.*

- Kính bạch Đức Thế Tôn, do nhân nào, do duyên nào? Một khi Niết Bàn vẫn hiện hữu, pháp hành dẫn đến Niết Bàn vẫn hiện hữu, Đức Gotama, Bạc Tôn Sư chỉ dạy rõ ràng vẫn hiện hữu: Nhưng tại sao các hàng đệ tử của Đức Gotama có một số ít chứng ngộ Niết Bàn, còn phần đông không chứng ngộ Niết Bàn? Bạch Ngài.

Đức Thế Tôn dạy rằng:

- Nay Balamôn, nếu như vậy, Như Lai hỏi con về chuyện này, con nghĩ như thế nào thì trả lời như thế ấy.

Nay Balamôn, con nghĩ sao về điều này? Con biết đường đến kinh thành Rājagaha có phải không?

- Kính bạch Đức Gotama, con biết rõ đường đến kinh thành Rājagaha, Bạch Ngài.

- Vậy, nay Balamôn, nếu có những người nhờ con chỉ đường đến kinh thành Rājagaha, họ đều đến nơi kinh thành Rājagaha cả thảy, hay có một số người không đến nơi.

- Kính bạch Đức Gotama, có số người đến nơi, còn có số người khác thì không, Bạch Ngài.

- Nay Balamôn, do nhân nào, do duyên nào, một khi kinh thành Rājagaha vẫn hiện hữu, con đường đến kinh thành Rājagaha vẫn hiện hữu, con là người chỉ dẫn rõ ràng vẫn hiện hữu; nhưng tại sao có số người đến kinh thành Rājagaha, còn có số người thì không đến kinh thành Rājagaha ?

- Kính bạch Đức Gotama, về vấn đề này, con làm sao biết được, con chỉ là **người chỉ đường** mà thôi.

Đức Thế Tôn dạy rằng:

- Nay Balamôn, cũng như vậy đó, một khi Niết Bàn vẫn hiện hữu, pháp hành dẫn đến Niết Bàn vẫn hiện hữu, Như Lai chỉ dạy rõ ràng vẫn hiện hữu; nhưng mà các hàng đệ tử của Như Lai, có một số ít chứng ngộ Niết Bàn, còn phần đông không chứng ngộ Niết Bàn. **Như Lai cũng chẳng làm sao được, bởi vì, Như Lai chỉ là người chỉ đường (Maggakkhāyī) mà thôi!**"

Như vậy, Đức Phật là Bạc chỉ con đường pháp hành Bát Chánh Đạo đến mục đích cứu cánh cho các hàng Thanh Văn đệ tử, những hàng Thanh Văn đệ tử có nhiều bậc:

\* Những bậc Thanh Văn đệ tử nào đã từng tích lũy đầy đủ các pháp hành ba-la-mật từ nhiều kiếp trong quá khứ, thì ngay kiếp hiện tại này, sau khi lắng nghe Đức Phật chỉ dạy con đường pháp hành Bát Chánh Đạo, những bậc Thanh Văn đệ tử ấy thực hành đúng theo con đường pháp hành Bát Chánh Đạo dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn giải thoát khổ tử sinh luân hồi trong ba giới bốn loài.

\* Những bậc Thanh Văn đệ tử nào tuy đã từng tích lũy các pháp hành ba-la-mật từ nhiều kiếp trong quá khứ, nhưng chưa đủ, sau khi lắng nghe Đức Phật chỉ dạy con đường pháp hành Bát Chánh Đạo, những bậc Thanh Văn đệ tử ấy dù có thực hành đúng theo con đường pháp hành Trung Đạo, nhưng vẫn chưa dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn.

\* Những bậc Thanh Văn đệ tử nào tuy đã có tích lũy các pháp hành ba-la-mật, nhưng còn ít, dù những bậc Thanh Văn đệ tử ấy lắng nghe Đức Phật hoặc chư Thánh Thanh Văn chỉ dạy con đường pháp hành Bát Chánh Đạo, họ cũng không có khả năng thực hành đúng theo *con đường pháp hành Trung Đạo*, không dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn được.

Niết Bàn vẫn hiện hữu, con đường pháp hành Bát Chánh Đạo dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn vẫn hiện hữu, hành giả có đủ năng lực ba-la-mật hỗ trợ để thực hành đúng theo con đường *pháp hành Trung Đạo* dẫn đến chứng ngộ Niết Bàn giải thoát khổ hay không? Điều ấy, ngoài Đức Phật ra, còn lại tất cả chúng ta không có một ai có thể biết rõ được. Chúng ta chỉ còn có một cách tự mình thực nghiệm, cố gắng tinh tấn thực hành pháp hành thiền tuệ đúng theo *pháp hành Trung Đạo* suốt thời gian lâu dài, mới có thể biết được kết quả.

Soạn phẩm "**Con đường giải thoát khổ**" này vốn đã được biên soạn từ lâu, do sự động viên khuyến khích của ông bà Phạm Kim Khánh, cách đây 25 năm, tại Thiền Viện Om Nói, tỉnh Samutsakhorn Thái Lan, rồi đã được gửi đến ông bà Phạm Kim Khánh tại Hoa Kỳ. Thời gian trải qua nhiều năm, bản sư không còn nhớ đến nó nữa.

Nay, ông Phạm Kim Khánh gửi đến bản sư bản thảo soạn phẩm này, nhờ xem lại để ấn hành truyền bá đến mọi người. Bản sư vô cùng hoan hỷ và cũng vô cùng cảm kích trước tâm thiện của ông. Bản sư chân thành biết ơn ông nhiều, ông đã có công khéo giữ gìn cẩn trọng, bảo tồn chu toàn bản thảo viết tay suốt hơn 25 năm qua. Cho nên, bản sư đã cố gắng xem lại, biên tập xong. Nay xin gửi lại cho ông tùy nghi sử dụng.

Bản sư thành tâm nguyện cầu Ân đức Tam Bảo hộ trì cho ông thân tâm thường được an lạc.

**Núi rừng Viên Không, cuối năm 2005**  
**Xã Tóc Tiên, Huyện Tân Thành**  
**Tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu**

**Tỳ khưu Hộ Pháp**  
**(Dhammarakkhita Bhikkhu)**

- 
- 1 Dhammapadagāthā thứ 203; bộ Chú giải Dhammapada, tích Eka upāsakavatthu.
  - 2 Ngũ dục: 5 đối tượng tham muốn (sắc đẹp, tiếng hay, hương thơm, vị ngọt, xúc êm ấm).
  - 1 Ngũ trần: Sắc trần, thanh trần, hương trần, vị trần, xúc trần.
  - 1 Dīghanikāya, Mahāvagga, kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta.
  - 1 Majjhimanikāya, Mūl., kinh Mahāsatipaṭṭhāsuttavaṇṇanā.

1 Tam uẩn: *Thọ uẩn, tướng uẩn và hành uẩn* tổng hợp toàn tâm sở trong tâm tịnh hảo.

1 Chú giải Dī. Bộ Mahāvaggaṭṭhakathā. Kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta-vaṇṇanā.

2 Dī. Bộ Mahāvaggapāli. Kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta.

1 Danh pháp đó là *tâm* (*tâm* cùng với *tâm sở*).

2 Sắc pháp đó là *thân* (*sắc tứ đại*).

1 Majjhimanikāya, Mūlapanāsa, Mahā.

1 *Một cách thoảng qua*: Nghĩa là không cần chú tâm rõ ràng đối tượng quá, chỉ cần chánh niệm, trí tuệ tỉnh giác biết thoảng qua đối tượng, nhờ tinh tấn nên càng lúc càng rõ thêm. Bởi vì, chú tâm quá nơi đối tượng, thì đối tượng không còn ở lãnh vực đối tượng paramattha, mà chuyển sang lãnh vực đối tượng paññatti.

2 *Oai nghi tĩnh* trong một giây lát ngắn ngủi hiện tại trong mỗi dáng đứng, tư thế đứng yên, nếu cử động, thì trở thành oai nghi phụ, không phải oai nghi chính. Oai nghi chính chỉ có 4: *Oai nghi đi, oai nghi đứng, oai nghi ngồi, oai nghi nằm*, ngoài 4 oai nghi chính ra, còn lại gọi là oai nghi phụ.

1 Thuần túy tự nhiên: Những tư thế ấy, những dáng ấy tự nhiên phát sinh từ tâm thiện trong sạch, hoàn toàn không bị phiền não chi phối.

1 Riêng trong Tứ Niệm Xứ có 21 đối tượng.

1 Saṃyuttanikāya, bộ Mahāvagga, kinh Dhammacakkappavattanasutta.

1 Phương pháp tiến hành xem quyển "**Tìm Hiểu Pháp Hành Thiền Tuệ**" trang 474 - 477 cùng một soạn giả.

1 Bộ Saṃyuttanikāya, Sālāyatanavaggasamyutta, kinh Kimatthiyasutta,

2 Bộ Saṃyuttanikāya, Sālāyatanavaggasamyutta, kinh Nibbānapañhāsutta.

1 Saṃyuttanikāya, Sālayatanasamyutta kinh Anurādhasutta.

2 Saṃyuttanikāya, Khandhavaggasamyutta, kinh Abhinandasutta.

1 Trong kinh Mahāsatipaṭṭhānasutta, Dī. Mahāvagga.

1 Chú giải Saṃyuttanikāya, phần Khandhavagga, Chú giải kinh Phena-pindupamasuttavaṇṇanā.

2 Danh pháp là *tâm, tâm sở*.

1 Danh: Tâm + Tâm Sở.

1 M. Uparipaṇṇāsa, kinh Gaṇakamogallānasutta.

1 Ngoại 3 thời: Không ở trong thời quá khứ, thời hiện tại, thời vị lai.

1 16 trí tuệ thiền tuệ giảng giải rộng trong quyển "**Tìm Hiểu Pháp Hành Thiền Tuệ**" cùng một soạn giả.

1 Saṃyuttanikāya, Nidānasamyutta. Kinh Nagarasutta.

2 Majjhi. Upari. Kinh Gaṇakamoggallānasutta.

-ooOoo-

***Icchitaṃ patthitaṃ amhaṃ,  
Khippameva samijjatu.***

***Điều mong ước, ý nguyện của chúng con,  
Cầu mong sớm được thành tựu như ý.***