

# NIỆM ĐỊNH TỰỆ

TỶ KHUU NGUYÊN TUỆ

# NIỆM ĐỊNH TUỆ



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

## HIỂU ĐÚNG VÀ HIỂU SAI VỀ CHÁNH NIỆM

Chánh Niệm là một từ không những được giới Phật tử sử dụng thường xuyên mà những người hành thiền trong nhiều trường phái khác nhau cũng đang sử dụng đến. Tuy nhiên đại đa số người tu đều hiểu sai về Chánh Niệm, không thực hành được Chánh Niệm, vì vậy không kinh nghiệm được Chánh Định và Chánh Kiến khởi lên theo tiến trình Niệm - Định - Tuệ mà Đức Thế Tôn đã khéo léo thuyết giảng. Để phân biệt được thế nào là HIỂU ĐÚNG (gọi là Trí Tuệ), thế nào là HIỂU SAI (gọi là Vô Minh) về Chánh Niệm thì phải có sự hiểu biết đúng về Niệm và trong đó Niệm có hai loại: Chánh Niệm và Tà Niệm.

1 - NIỆM: Niệm là một từ Hán Việt xuất hiện khi phiên dịch kinh điển Phật giáo từ tiếng Ấn độ qua tiếng Trung hoa, là ngôn từ nhằm trở đến một tâm hành hay một hành vi rất vi tế thuộc phạm trù tâm. Vì nó là một thuật ngữ thuần túy Phật giáo, không được dùng trong tâm lý học, khoa học và đời sống thường ngày nên đa phần người học

Phật không biết nó là cái gì đang xảy ra trong cuộc sống thường ngày. Tuy thế trong các bộ kinh Nikaya đã ít nhất một lần nhắc đến: "Niệm là nhớ lại được những gì đã học từ trước". Định nghĩa đó đã khẳng định Niệm chính là Trí Nhớ, là Nhớ Đến điều đã học, đã tích lũy, và như vậy Niệm là Trí nhớ là từ được dùng trong cuộc sống hàng ngày, trong khoa học, trong tâm lý học của người Việt. Để hiểu rõ Niệm hay Trí Nhớ phát sinh và hoạt động như thế nào phải quan sát, phải tuệ tri Sáu Xúc Xứ, tức Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần khởi lên lộ trình tâm như thế nào. Khi Căn Trần tiếp xúc phát sinh đồng thời sáu Cảm Giác (Cảm Thọ) và sáu Cái Biết trực tiếp giác quan có phận sự Ghi Nhận hay Nhận Biết sáu Cảm Giác đó. Viết tắt lộ trình là:

Căn  
Trần > XÚC - < Thọ - Tưởng >

Ví như Mắt tiếp xúc Sắc trần sẽ phát sinh: Thọ là Cảm giác hình ảnh và Tưởng là Nhận thức Thấy Cảm giác hình ảnh. Lưỡi tiếp xúc Vị trần (thức ăn) phát sinh: Thọ là Cảm giác vị và Tưởng là Thiệt thức cảm nhận Cảm giác vị...

- Tưởng là tâm biết trực tiếp giác quan gồm Nhận thức thấy Cảm giác hình ảnh, Nhĩ thức nghe Cảm giác âm thanh, Tỷ thức cảm nhận Cảm giác mùi, Thiệt thức cảm nhận Cảm giác vị, Thân thức cảm nhận Cảm giác xúc chạm và Tưởng thức cảm nhận Cảm giác pháp trần. Đây là Tâm

Biết vô niệm, vô ngôn, vô phân biệt mà Thánh Phạm, người và động vật đều có như nhau, phát sinh khi Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần, không phụ thuộc vào tri thức kinh nghiệm đã tích lũy từ quá khứ của mỗi cá thể. Khoa Tâm lý học gọi Tâm biết trực tiếp này là Nhận thức cảm tính đối tượng và tâm biết này chỉ Ghi nhận hay Nhận biết đối tượng mà không phân biệt, không biết đối tượng là cái gì, tính chất ra sao. Hình dung tâm biết này qua một đứa trẻ vừa đẻ ra khi sáu Căn của nó tiếp xúc Sáu Trần, nó vẫn thấy, nghe, cảm nhận các đối tượng (chính là tâm biết trực tiếp giác quan đó) nhưng nó không biết các đối tượng đó là cái gì, to hay nhỏ, đẹp hay xấu, mặn hay ngọt, người hay vật...

- Tâm biết Ý thức: Sau khi tâm biết trực tiếp Tưởng ghi nhận đối tượng thì tâm biết Ý thức khởi lên để biết đối tượng vừa thấy, nghe, cảm nhận đó là cái gì, tính chất ra sao. Tâm biết Ý thức sẽ khởi lên theo lộ trình:

Căn  
Trần > XÚC → < Thọ - Tưởng > → Niệm → Tư Duy → Ý Thức.

Ví như một người mù, khi Tay tiếp xúc với các tờ tiền giấy 1000đ, 2000đ, 5000đ... và được người sáng mắt dạy cho đó là 1000đ, 2000đ, 5000đ... thì người mù ghi nhớ lấy các Cảm giác xúc chạm ứng với mỗi tờ tiền giấy. Hành vi học hỏi, ghi nhớ này sẽ lưu các thông tin về Cảm giác cùng hiểu biết về các Cảm giác đó (cảm giác đó ứng với tờ tiền mấy ngàn đồng) vào trong các "ngăn kéo" của kho chứa

thông tin. Và bây giờ, Tay người mù tiếp xúc Tờ tiền giấy thì xảy ra XÚC → <Thọ - Tưởng > tức phát sinh một Cảm giác xúc chạm và phát sinh tâm biết Thân thức cảm nhận Cảm giác xúc chạm đó. Thân thức chỉ ghi nhận Cảm giác mà không biết đó là cái gì. Tiếp đến, Niệm hay Trí Nhớ sẽ tìm kiếm và kích hoạt các thông tin về Cảm giác xúc chạm trong các "ngăn kéo" đã được học hỏi trước đây. Tiếp đến Tư Duy khởi lên sẽ phân tích, so sánh đối chiếu Cảm giác xúc chạm vừa mới phát sinh với Các Cảm giác xúc chạm trong quá khứ đã được học hỏi được lưu trong các "ngăn kéo" và được Niệm kích hoạt lên. Do Tư Duy như vậy mà sẽ phát sinh Kết luận, đó là tờ tiền giấy mấy ngàn. Kết luận đó chính là tâm biết Ý thức, biết về đối tượng. Các Căn Trần khác cũng phải quan sát tượng tự như vậy.

Tâm biết Ý thức có phận sự biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao nên các nội dung này phụ thuộc vào những tri thức kinh nghiệm, hiểu biết đã học hỏi tích lũy từ quá khứ và hoàn toàn phụ thuộc Niệm tìm kiếm kích hoạt. Trong kho chứa "tri thức, hiểu biết, kinh nghiệm" từ quá khứ có vô lượng thông tin được chứa trong các ngăn kéo theo từng loại cảm giác mà nếu không có Niệm thì Tư Duy không thể đối chiếu hết Cảm giác vừa phát sinh với tất cả mọi cảm giác được lưu giữ trong kho chứa, vì vậy Niệm có phận sự tìm kiếm, kích hoạt một loại thông tin tương ứng để Tư Duy so sánh đối chiếu. Ngày nay Google là công cụ tìm kiếm có phận sự như Niệm, nghĩa là Google tìm kiếm thông tin cần tìm trong lượng thông tin khổng lồ

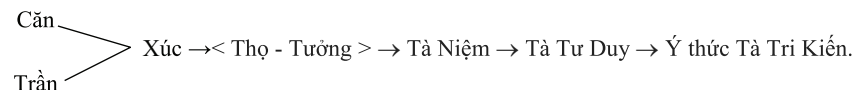
chứa trong các máy chủ. Trong cuộc sống thường ngày nói Tưởng Niệm tức cũng là Tưởng Nhớ đến, dùng cách niệm thầm một từ gì đấy là cách nhắc nhở làm cho Niệm khởi lên, Nhớ đến vấn đề đó.

Vì chưa hiểu biết tường tận lộ trình Niệm → Tư Duy → Ý Thức, không hiểu rõ được nội dung của tâm biết Ý thức có nội dung do Niệm tìm kiếm, kích hoạt nên đa phần HIỂU LẦM cho rằng Niệm hay Trí Nhớ là Tâm biết ý thức. Đặc biệt trong Phật giáo đa phần hiểu Chánh Niệm là Biết như thật đối tượng và đó chính là HIỂU LẦM Chánh Niệm với Tâm biết Ý thức Chánh Kiến. Phải hiểu rằng Niệm hay Trí nhớ là một Danh pháp thuộc phạm trù tâm nhưng không phải là Tâm Biết, tuy Tâm Biết cũng là một Danh pháp thuộc phạm trù tâm nhưng Tâm Biết chính là Thức bao gồm nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, tưởng thức và ý thức.

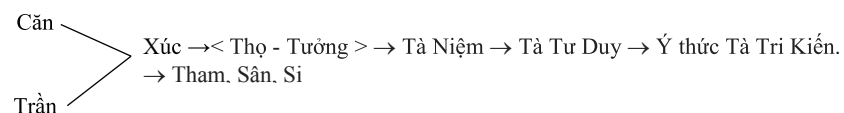
XÚC - Thọ - Tưởng xảy ra nơi các giác quan còn Niệm → Ý Thức xảy ra đó Ý tiếp xúc Pháp trần nơi tế bào thần kinh não bộ, vì vậy Niệm hay Trí nhớ phụ thuộc vào cả lượng thông tin Pháp trần (loại thông tin nào nổi trội Niệm sẽ dễ tìm kiếm kích hoạt) và chất lượng của tế bào thần kinh não bộ (trí nhớ phụ thuộc vào độ tuổi, phụ thuộc vào sự lão hoá của tế bào não). Chính vì vậy Niệm của các cá nhân sẽ khác nhau tùy thuộc cả Danh và Sắc của mỗi người.

2 - TÀ NIỆM: Trong kho chứa thông tin các tri thức, hiểu biết, kinh nghiệm của Phàm phu có lượng thông tin

Vô Minh, Chấp Ngã đã được tích tập, lưu giữ từ vô thủy và sau một lần chết đi và tái sinh lại thì lượng thông tin Vô minh, Chấp ngã này lại truyền từ kho chứa người chết vào kho chứa của người tái sinh. Trong đó Vô minh là hiểu biết sai sự thật về tất cả các sự vật, hiện tượng (không liễu tri các pháp), đặc biệt là hiểu sai về Khổ Tập Diệt Đạo. Vô minh mà nền tảng là TÂM BIẾT CẢNH cho rằng những đối tượng được thấy, nghe, cảm nhận là Thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp trần nên Khổ Tập Diệt Đạo tồn tại nơi Thế giới ngoại cảnh. Khổ và Nguyên nhân Khổ có mặt nơi các đối tượng khó chịu và trung tính, Hạnh phúc tức Chấm dứt Khổ có mặt nơi các đối tượng dễ chịu và Con đường chấm dứt Khổ là thay đổi hoàn cảnh sống, thay đổi Thế giới ngoại cảnh. Chấp ngã là tư tưởng cho rằng có một Cái Ta còn gọi là Bản Ngã không sinh không diệt là Chủ nhân, Chủ sở hữu của Danh và Sắc (Tâm và Thân) hay Bản Ngã là Chủ nhân, Chủ sở hữu của Năm nhóm Sắc Thọ Tưởng Hành Thức hay như các tôn giáo khác hiểu Bản Ngã là Linh Hồn cư ngụ trong thân và là chủ nhân, chủ sở hữu, điều khiển mọi hoạt động của thân tâm này. Hễ XÚC - < Thọ - Tưởng > khởi lên thì Niệm sẽ kích hoạt thông tin VÔ MINH CHẤP NGÃ đó và Tư Duy sẽ phân tích, so sánh, đối chiếu với thông tin Vô minh chấp ngã được Niệm kích hoạt và kết quả sẽ phát sinh tâm biết Ý THỨC CÓ NỘI DUNG VÔ MINH CHẤP NGÃ. Lộ trình này được gọi là Tà:



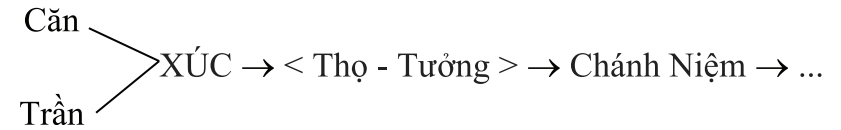
Ý thức Tà Tri Kiến này có hai phần: Chủ thể biết và Đối tượng được biết chính là BẢN NGÃ và THẾ GIỚI như kinh Phạm Võng thuộc Trường Bộ kinh đã đề cập. Khi Ý thức Tà Tri Kiến xác định đối tượng đó là Dễ chịu thì cũng cho rằng nó sẽ mang Hạnh phúc, sẽ chấm dứt Khổ cho Ta nên sẽ phát sinh hành vi Thích thú đối tượng dễ chịu và gọi là Tham. Ý Thức Tà Tri Kiến xác định đối tượng đó là Khó chịu thì cũng cho rằng nó sẽ mang đến Khổ cho Ta nên sẽ phát sinh hành vi Chán ghét đối tượng khó chịu gọi là Sân. Khi Ý thức Tà Tri Kiến xác định đối tượng đó là Trung tính thì cũng cho rằng đối tượng này không mang lại Hạnh phúc, không chấm dứt Khổ cho Ta, mà chỉ đối tượng Dễ chịu mới mang lại Hạnh phúc, mới chấm dứt Khổ cho Ta nên sẽ phát sinh HÀNH VI TÌM KIẾM đối tượng Dễ chịu để THAY THẾ đối tượng Trung tính. Hành vi đó gọi là Si:



Và với Tham Sân Si sẽ phát sinh sự Dính mắc, Ràng buộc vào đối tượng. Do Dính mắc, Ràng buộc mà phát sinh Sầu Bi Khổ Ưu Não Sinh Già Bệnh Chết không thể kể xiết. Đó chính là lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu có

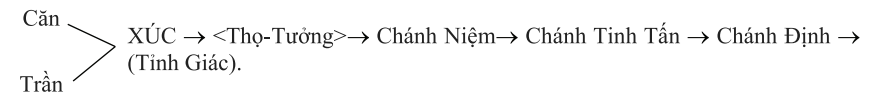
Vô minh, có Tham Sân Si, có Sầu Bi Khổ Ưu Não với khởi đầu là TÀ NIỆM.

3 - CHÁNH NIỆM: Một vị thanh văn đệ tử của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni nhờ nghe giảng hoặc nghiên cứu kinh điển mà có được Văn Tuệ, tức hiểu biết đúng như thật các pháp, liễu tri các pháp với nền tảng TÂM BIẾT TÂM, biết như thật các đối tượng được thấy, nghe, cảm nhận là Cảm Giác hay Cảm Thọ do Căn Trần tiếp xúc mà phát sanh, nó vô thường, vô chủ (vô ngã), có vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly như Đức Phật đã tuyên bố về sự giác ngộ của Ngài: Nay các Tỷ kheo, Như Lai nhờ như thật tuệ tri sự sinh diệt của thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của thọ mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không có chấp thủ. Vị ấy biết như thật Khổ Tập Diệt Đạo thuộc về NỘI TÂM chứ không thuộc về THỂ GIỚI ngoại cảnh, biết rõ Duyên khởi lên lộ trình tâm Bát Tà Đạo có Vô minh, có Tham Sân Si, có Sầu Bi Khổ Ưu Não, biết rõ Duyên khởi lên Con đường chấm dứt Khổ là lộ trình tâm Bát Chánh Đạo với NIỆM - ĐỊNH - TUỆ, với Không giải thoát, Vô tướng giải thoát, Vô tác giải thoát. Những thông tin về Văn Tuệ do nghe mà có được như vậy sẽ được lưu vào trong kho chứa thông tin với tên gọi là Minh hay Trí Tuệ. Khi Căn Trần tiếp xúc, có XÚC - < Thọ - Tưởng > khởi lên và tiếp đến là Niệm khởi lên và nếu Niệm đó NHỚ ĐẾN MINH, Nhớ đến điều đã học không còn Nhớ Đến Vô minh chấp ngã thì Niệm đó là CHÁNH NIỆM. Và lộ trình tâm có Tà Niệm được thay thế bằng Chánh Niệm:



Chánh Niệm được chia thành Bốn Loại để tu tập rèn luyện:

a - NIỆM THÂN hay CHÁNH NIỆM VỀ THÂN: Là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát thân nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu và nói gọn là Nhớ Đến Chú Tâm quán sát các cảm giác nơi thân. Lúc đó lộ trình tâm Bát Chánh Đạo sẽ khởi lên bao gồm:



Nghĩa là khi XÚC → < Thọ - Tưởng > khởi lên rồi Niệm khởi lên, Nhớ Đến Chú Tâm các cảm giác nơi thân thì sẽ phát sinh Chánh Tinh Tấn (Nhiệt tâm) và do Chánh Tinh Tấn mà phát sinh sự CHÚ TÂM vào đối tượng. Sự CHÚ TÂM đó là Chánh Định. Lộ trình tâm xảy ra với đối tượng chỉ có như vậy và trong lộ trình tâm này chỉ có Tâm biết trực tiếp Tưởng, chính là Thân thức Ghi nhận hay Nhận biết đối tượng, Tâm biết Ý thức không khởi lên. Vì sao vậy? Vì lúc này không có Tà Niệm nên lộ trình Tà Niệm - Tà Tư Duy - Ý thức Tà Tri Kiến không khởi lên. Sự Ghi nhận hay Nhận biết đối tượng thuần túy như vậy không có Tâm biết



Ý thức khởi lên gọi là TỈNH GIÁC. Đối tượng là Cảm giác trên thân đó diệt đi thì lộ trình tâm đó cũng diệt nhưng tiếp đến một đối tượng khác là một Cảm giác khác trên thân lại sinh lên và diệt đi và lộ trình tâm tương tự lại phát sinh rồi lại diệt đi. Quá trình cứ diễn tiến liên tục như vậy. Khi Chánh Niệm, Nhớ Đến Chú Tâm các cảm giác trên thân liên tục khởi lên thì sự Chú Tâm (Chánh Định) cũng tự động liên tục xảy ra và Tâm biết Thân thức liên tục khởi lên Ghi nhận các đối tượng. Không phải chỉ xảy ra với các cảm giác nơi thân mà khi hành vi Chú Tâm liên tục xảy ra với các đối tượng trên thân thì các đối tượng khác (cảm giác hình ảnh, âm thanh, mùi...) xảy ra đan xen vẫn được thấy, nghe, cảm nhận bằng Tâm biết trực tiếp (Tưởng) mà Tâm biết Ý thức không khởi lên. Lúc đó sẽ kinh nghiệm, sẽ chứng ngộ thuần túy Tâm biết trực tiếp Tưởng gọi là Tỉnh giác có tánh chất VÔ NIỆM, VÔ NGÔN, VÔ PHÂN BIỆT. Với tâm biết Tỉnh Giác như vậy sẽ không có Vô minh, không có Tham Sân Si, không có Phiền não và giải thoát do tâm biết Tỉnh Giác khởi lên như vậy gọi là Tâm Giải Thoát.

Để có thể chứng ngộ và an trú Tỉnh Giác, an trú Tâm Giải Thoát trong toạ thiền và mọi tư thế của cuộc sống sinh hoạt hàng ngày phải luyện tập Niệm Thân tức luyện tập Trí Nhớ để liên tục Nhớ Đến Chú Tâm các cảm giác nơi thân. Và để cho Trí Nhớ, Nhớ đến chú tâm các cảm giác nơi thân liên tục khởi lên, liên tục có mặt thì có một cách đơn giản và hiệu quả là liên tục niệm thẩm thân thân thân trong mọi lúc, mọi nơi. Hành vi niệm thẩm thân thân thân KHÔNG

PHẢI LÀ CHÁNH NIỆM VỀ THÂN nhưng nó nhắc nhở, tạo nhân duyên cho Chánh Niệm Về Thân khởi lên. Hãy thử nghiệm khi thiền hành, bước đi một cách tự nhiên như nhiên và niệm thẩm thân thân theo nhịp bước chân và trải nghiệm xem nó xảy ra thế nào. Lúc đó Chánh Niệm, nhớ đến chú tâm các cảm giác trên thân sẽ liên tục khởi lên và nhờ vậy mà CHÚ TÂM sẽ TỰ ĐỘNG xảy ra. Chú tâm tự động xảy ra khi chân trái, phải chạm đất, chuyển động của vai trái, vai phải, của tay... và chú tâm cả cảm giác hình ảnh đường đi. Nhờ chú tâm như vậy mà Ghi nhận rõ ràng, minh bạch mọi cảm giác trên thân với tâm biết thuần túy Thân thức và gọi là Tỉnh Giác. Lúc nó tâm trống không, rỗng lặng, vắng bật mọi tư duy, mọi phiền não và kinh nghiệm được lời dạy của Đức Phật trong bài kinh Thân Hành Niệm: Nhờ thực hành Thân Hành Niệm (Nhớ đến chú tâm lên thân) mà các Niệm Và Tư Duy Thế Tục được đoạn trừ. Do các Niệm và Tư duy thế tục được đoạn trừ nên tâm được AN TRÚ, AN TOẠ, CHUYỀN NHẤT, ĐỊNH TĨNH. Sau khi thử nghiệm với thiền hành hãy mở rộng Niệm Thân bằng cách niệm thẩm thân thân trong mọi tư thế đi đứng nằm ngồi, khi đánh răng rửa mặt, lau nhà, nấu ăn, rửa bát, ăn uống... để kinh nghiệm và an trú Tỉnh giác, an trú Tâm giải thoát.

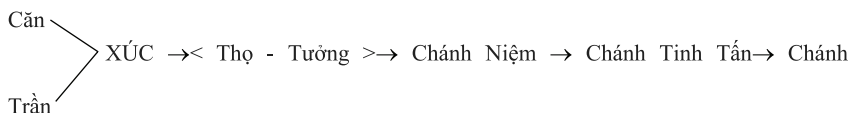
b - NIỆM THỌ hay CHÁNH NIỆM VỀ THỌ: Là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quan sát mọi Cảm giác với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu. Sự thực hành Niệm Thọ cũng giống như Niệm Thân nhưng đối tượng



được chú tâm quan sát rộng hơn và mục đích là chứng ngộ và an trú tâm biết Tỉnh Giác, chứng ngộ và an trú Tâm Giải Thoát.

c - NIỆM TÂM hay CHÁNH NIỆM VỀ TÂM: Là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quan sát tâm nơi tâm với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu. Niệm Tâm có hai để mục cần phải luyện tập:

- Một là: NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quan sát các đối tượng (được thấy, nghe, cảm nhận) là CẢM GIÁC hay CẢM THỌ thuộc phàm trừ tâm, các đối tượng đó Là Tâm chứ không phải Là Cảnh. Nghĩa là khi thấy, nghe, cảm nhận đối tượng, Chánh Niệm nhớ đến điều đã học (các đối tượng là cảm giác) khởi lên, thì sẽ có sự chú tâm vào đối tượng và tiếp đó Chánh Tư Duy khởi lên sẽ phân tích, so sánh, đối chiếu đối tượng đó với thông tin mà Chánh Niệm đã kích hoạt. Do có Chánh Tư Duy như vậy mà sẽ phát sinh Ý thức Chánh Tri Kiến biết như thật, đối tượng đó là Cảm Giác, là tâm chứ không phải cảnh. Lộ trình xảy ra như sau:



Định → (Tỉnh Giác) → Chánh Tư Duy → Ý thức Chánh Tri Kiến.

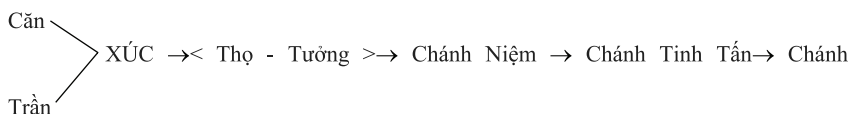
Khi ý thức Chánh Tri Kiến biết như thật đối tượng đó là CẢM GIÁC (hình ảnh, âm thanh, mùi, vị, xúc chạm, pháp trần) thì đó là Minh, là Trí Tuệ, lúc đó ý thức Tà Tri Kiến với Vô minh, Chấp ngã bị nhiếp phục nên người tu sẽ kinh nghiệm được lộ trình tâm chỉ dừng lại Biết Như Thật đối tượng đó là Cảm giác, không có diễn tiến gì thêm nữa. Với tâm biết ý thức Chánh Tri Kiến như vậy sẽ biết như thật ngay liền, không yêu thích, không chán ghét, độc lập không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy với đối tượng. Giải thoát do Chánh Tri Kiến khởi lên như vậy gọi là Tuệ Giải Thoát. Lúc khởi đầu thực hành người tu phải niệm thẩm cảm giác, cảm giác để nhắc nhở, tạo duyên cho Chánh Niệm khởi lên nhưng khi Ý thức Chánh Tri Kiến đã khởi lên thì chính Chánh Tri Kiến của lộ trình tâm trước lại là nhân duyên cho Chánh Niệm ở lộ trình tâm sau sinh khởi. Để mục này tôi xếp vào Niệm Tâm nhưng cũng có thể xếp nó vào Niệm Thọ tùy theo sự phân chia của mỗi người.

- Hai là: NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quan sát nội tâm. Người tu có thể niệm thẩm nội tâm, nội tâm hay chỉ niệm tâm tâm thì niệm thẩm như vậy nhắc nhở Chánh Niệm khởi lên, Nhớ Đến chú tâm quan sát nội tâm. Vì vậy, khi thấy, nghe, cảm nhận đối tượng rồi Chánh Niệm Nhớ đến chú tâm quan sát nội tâm khởi lên, tiếp đến Chánh Tư Duy, Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ khởi lên. Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ biết rõ nội tâm có khởi lên tư tưởng hay thái độ gì với các đối tượng đó hay không. Nếu Chánh Niệm xảy ra liên tục thì Chánh Tri Kiến biết rõ nội tâm vắng lặng, không tham

sân si, không phiền não. Nếu mất Chánh Niệm, Tà Niệm khởi lên có tham sân si, dính mắc, ràng buộc, phiền não thì khi Chánh Niệm xuất hiện trở lại, Ý thức Chánh Tri Kiến lại khởi lên, biết rõ đã có tham sân si, phiền não xảy ra. Với sự thực hành Niệm Tâm như vậy người tu sẽ chứng ngộ và an trú Tuệ Giải Thoát.

d - NIỆM PHÁP hay CHÁNH NIỆM VỀ PHÁP: Là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát pháp nơi pháp với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu. Niệm Pháp có rất nhiều đề mục với mục đích tu tập Chánh Tri Kiến để chứng ngộ và an trú Tuệ Giải Thoát.

- NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát đối tượng sinh diệt, vô thường: người tu khởi đầu có thể niệm thẩm sinh diệt, sinh diệt để nhắc nhở, kích hoạt Chánh Niệm Nhớ đến đối tượng sinh diệt, vô thường đã học. Khi thấy, nghe, cảm nhận đối tượng Chánh Niệm nhớ đến đối tượng sinh diệt đã học khởi lên và Chánh Tư Duy, Ý thức Chánh Tri Kiến khởi lên, Biết như thật đối tượng đang sinh diệt, vô thường. Lộ trình tâm Bát Chánh Đạo sẽ khởi lên giống Niệm Tâm:



Định -> (Tỉnh Giác) -> Chánh Tư Duy -> Ý thức Chánh Tri Kiến.

Khi Ý Thức Chánh Tri Kiến khởi lên, Biết như thật đối tượng đó sinh diệt, vô thường thì lộ trình tâm dừng lại, không có diễn tiến nào tiếp theo và người tu kinh nghiệm được, không yêu thích, không chán ghét, độc lập, không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy với đối tượng. Giải thoát do Chánh Tri Kiến vô thường khởi lên như vậy gọi là Tuệ Giải Thoát.

- NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát đối tượng Vô chủ, Vô sở hữu hay Vô ngã. Sự thực hành và trải nghiệm giải thoát cũng tượng tự như trên.

- NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát sự nguy hiểm (hay nguyên nhân khổ). Người tu có thể khởi đầu niệm thẩm nguy hiểm, nguy hiểm để nhắc nhở, tạo duyên cho Chánh Niệm nhớ đến sự nguy hiểm khởi lên. Do Chánh Niệm như vậy mà Chánh Tư Duy, Ý thức Chánh Tri Kiến khởi lên, Biết rõ sự nguy hiểm (nguyên nhân khổ) là nếu có Tham hoặc Sân hoặc Si với đối tượng thì Khổ sẽ khởi lên.

- NHỚ ĐẾN BUÔNG ( xả) các đối tượng. Người tu niệm thẩm buông buông thì khi thấy, nghe, cảm nhận đối tượng rồi Chánh Niệm, Chánh Tư Duy, Chánh Tri Kiến sẽ khởi lên, Biết rõ buông đối tượng, biết rõ không tham sân si, biết rõ Sự Xuất Ly khỏi đối tượng.

- NHỚ ĐẾN CHÁNH TƯ DUY về lộ trình tâm Bát Tà Đạo để giác ngộ Khổ Đế và Tập Đế. Người tu thực hành Niệm Thân để an trú sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền rồi hướng đến Chánh Tư Duy về lộ trình tâm Bát Tà Đạo

và do vậy Ý thức Chánh Tri Kiến khởi lên Biết Như Thật Khổ và Nguyên Nhân Khổ.

- NHỚ ĐẾN CHÁNH TƯ DUY về lộ trình tâm Bát Chánh Đạo để giác ngộ Diệt Đế và Đạo Đế cũng thực hành cũng tương tự như trên.

Người tu chia ra các đề mục như vậy và có thể luyện tập Chánh Niệm trong toạ thiền và trong mọi sinh hoạt hàng ngày từng đề mục trong một ngày, vài ngày hay vài tuần, vài tháng mới chuyển qua đề mục khác.

4 - KẾT LUẬN: Hiện nay đa số người tu không hiểu biết đúng sự thật Chánh Niệm là Trí Nhớ, là Nhớ Đến điều đã học (Văn Tuệ) mà họ nhầm lẫn Chánh Niệm với tâm biết ý thức Chánh Tri Kiến. Lý do của sự nhầm lẫn là không thấy biết như thật lộ trình duyên khởi từ Chánh Niệm đến Chánh Tư Duy đến Ý thức Chánh Tri Kiến nên không phân biệt được Tâm hành Chánh Niệm thuộc về Hành uẩn và Tâm biết Ý thức Chánh Tri Kiến thuộc về Thức uẩn. Tu tập Bát Chánh Đạo là luyện tập Chánh Niệm, luyện tập Trí Nhớ về điều đã học trong đó Niệm Thân và Niệm Thọ với mục đích chứng ngộ và an trú tâm biết trực tiếp Tỉnh Giác, chứng ngộ và an trú Tâm Giải Thoát. Nhưng Niệm Thân và Niệm Thọ chỉ NHIẾP PHỤC Tham Sân Si chứ không ĐOẠN TẬN được Tham Sân Si. Tu tập Niệm Tâm và Niệm Pháp là tu tập để chứng ngộ và an trú Chánh Tri Kiến, chứng ngộ và an trú Tuệ Giải Thoát. Khi Chánh Tri Kiến là Trí Tuệ được tu tập viên mãn mới xoá bỏ được thông tin Vô

minh chấp ngã trong kho chứa, lúc đó mới ĐOẠN TẬN VÔ MINH, ĐOẠN TẬN THAM SÂN SI, ĐOẠN TẬN PHIỀN NÃO. Khi đã có Văn Tuệ và Tư Tuệ chính xác, đầy đủ thì việc tu hành chỉ là LUYỆN TẬP TRÍ NHỚ, tuy có chia ra nhiều đề mục riêng rẽ để luyện tập cho dễ dàng và hiệu quả nhưng thành quả cuối cùng viên mãn là Khi Thấy, Nghe, Cảm nhận đối tượng thì không cần niệm thầm nhắc nhở mà TRÍ NHỚ sẽ TỰ ĐỘNG khởi lên, đưa đến BIẾT NHƯ THẬT đối tượng đó là Cảm Thọ do Căn Trần tiếp xúc mà phát sanh, nó vô thường, vô chủ (vô ngã), nó có vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly. Đó chính là chứng ngộ và an trú TRÍ TUỆ MÀ ĐỨC PHẬT ĐÃ GIÁC NGỘ. Chính vì vậy mà Đức Phật đã tuyên bố: Đây là con đường độc nhất cho chúng sanh diệt trừ phiền não, chấm dứt khổ ưu, thành tựu Chánh trí, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn Niệm Xứ.



## HIỂU ĐÚNG VÀ HIỂU SAI VỀ CHÁNH ĐỊNH

### 1 - Đối tượng của chú tâm trong Chánh Định:

Chánh Định là một trong BA CHI PHẦN CĂN BẢN của lộ trình tâm Bát Chánh đạo siêu thế gồm Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Kiến mà gọi tắt là NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Hiểu biết đúng như thật về Chánh Định, thuộc về Chánh Kiến mới có thể tu tập đúng để chứng ngộ và an trú Chánh Định, nếu hiểu biết sai về Chánh Định, thuộc về Tà Kiến sẽ không thể tu tập đúng để chứng ngộ và an trú Chánh Định được. Trong hiểu biết hiện thời của các Luận giải, Chú giải và của đa số người tu thì cho rằng: Định là Nhất Tâm trên Một Cảnh nghĩa là Tâm chỉ biết một Cảnh duy nhất. Và do hiểu biết về Định như vậy mà tất cả các trường phái đều thực hành bằng cách chú tâm vào một đối tượng duy nhất. Khi thực hành chú tâm vào một đối tượng duy nhất như vậy thì sự chú tâm phải Hướng đến đối tượng cho nên chú tâm đó gọi là chú tâm có TÂM và phải duy trì, giữ gìn sự chú tâm trên đối tượng đó nên gọi đó là chú tâm

có TỬ. Thực hành thiền định để có được tâm nhất cảnh là chú tâm vào một đối tượng duy nhất thì đó là CHÚ TÂM CÓ TÂM CÓ TỬ, là đặc trưng của thiền định ngoại đạo có từ thời xa xưa trước khi Đức Phật ra đời. Hiểu biết như vậy là Vô minh, Tà kiến nên không bao giờ có thể đạt được trạng thái Định. Vì sao vậy? Vì không bao giờ có một tâm cố định và một cảnh cố định để nhất tâm trên một cảnh, để buộc chặt tâm vào một cảnh duy nhất vì tâm cảnh đều sinh diệt, vô thường. Nhưng tại sao ngoại đạo với chú tâm Có Tâm Có Tử như vậy mà họ vẫn đạt được Định? Tại vì trạng thái Định phát sinh khi có SỰ CHÚ TÂM LIÊN TỤC từ đối tượng sinh diệt này tới đối tượng sinh diệt khác. Trong sáu loại đối tượng của thực tại có thể chú tâm là cảm giác hình ảnh, cảm giác âm thanh, cảm giác mùi, cảm giác vị, cảm giác xúc chạm và cảm giác pháp trần thì thiền định ngoại đạo chỉ chú tâm các cảm giác pháp trần do Ý tiếp xúc với thông tin Pháp trần mà phát sinh và nói nôm na cho dễ hiểu là được tưởng ra chứ không thực hành chú tâm đối với 5 đối tượng thực tại còn lại, vì vậy Định đó gọi là Định Tưởng hay Định trên đối tượng được tưởng ra. Ví như thực hành với kasina Đất thì người đó, sau khi nhìn kỹ mô hình đất rồi nhắm mắt lại để tưởng ra hình ảnh, màu sắc của mô hình rồi duy trì sự chú tâm liên tục vào hình ảnh được tưởng ra đó. Chú tâm như vậy là chú tâm Có Tâm Có Tử, nhưng đối tượng được chú tâm là hình ảnh được tưởng ra đó cũng hoàn toàn không cố định, không phải là một hình ảnh được tưởng ra duy nhất mà nó cũng đang sinh diệt

rất nhanh chóng, thay đổi rất vi tế, nên sự chú tâm xảy ra đó cũng là CHÚ TÂM LIÊN TỤC từ đối tượng sinh diệt này sang đối tượng sinh diệt khác rất nhanh chóng và vi tế chứ không phải trên một đối tượng cố định như cách hiểu sai của ngoại đạo. Khi thực hành nhắm mắt lại như vậy sẽ không có đối tượng cảm giác hình ảnh, cảm giác mùi, cảm giác vị cũng ít ảnh hưởng, chỉ có cảm giác âm thanh và cảm giác trên thân còn ảnh hưởng nên phải tìm một chỗ thanh vắng để ngồi. Chú tâm có tầm có tứ trên hình ảnh tưởng ra của kasina đất phải có sự nỗ lực rất mạnh mới dần dà ỨC CHẾ được lộ trình tâm xảy ra với các cảm giác trên thân, lúc đó mới có thể nhất tâm trên đối tượng được tưởng ra và tâm chỉ còn biết cảm giác hình ảnh pháp trần được tưởng ra đó mà thôi, không còn biết đến các đối tượng khác. Các loại Định với kasina nước, lửa, màu sắc, không vô biên xứ, thức vô biên xứ, vô sở hữu xứ, phi tưởng phi phi tưởng xứ cũng tương tự như vậy và chỉ duy nhất là Chú tâm Có Tầm Có Tứ.

Sự khác biệt giữa Định của ngoại đạo và Chánh Định của Đức Phật là Đức Phật phát kiến có hai sự chú tâm: Chú tâm CÓ TẦM CÓ TỨ và Chú tâm KHÔNG TẦM KHÔNG TỨ. Trong đêm thành đạo, sau khi từ bỏ lối tu khổ hạnh, trải cỏ ngồi dưới cội cây Bồ đề, Ngài nhớ lại sự kiện hồi nhỏ Ngài đã nhập định Sơ thiền khi tham dự lễ hạ điền của vua cha và Ngài đã nhanh chóng nhập định Sơ thiền với chú tâm có tầm có tứ. Không dừng lại đó mà phát kiến VĨ ĐẠI NHẤT đã góp phần làm cho Ngài đắc được Chánh Định

Giác là diệt tầm diệt tứ chứng và trú Nhị thiền rồi Tam thiền, rồi Tứ thiền. Đây là các tầng ĐỊNH KHÔNG TẦM KHÔNG TỨ có công năng cao hơn hẳn ĐỊNH CÓ TẦM CÓ TỨ của Sơ thiền. Trong mô tả mà Đức Phật đã đưa ra: Ly dục, ly bất thiện pháp chứng và trú Sơ thiền một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh với (chú tâm) có tầm có tứ. Diệt (chú tâm) có tầm có tứ chứng và trú Nhị thiền, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, với (chú tâm) không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Với sự mô tả này, có thể thấy đối với Sơ thiền có hai loại chú tâm Có Tầm Có Tứ và Không Tầm Không Tứ, và để đạt được Nhị thiền trên cơ sở của Sơ thiền, thì phải diệt đi sự chú tâm Có Tầm Có Tứ và còn lại duy nhất là chú tâm Không Tầm Không Tứ. Nhưng sự Chú tâm KHÔNG TẦM KHÔNG TỨ là chú tâm như thế nào? Đó là chú tâm tự động xảy ra từ đối tượng này sang đối tượng khác mà không hướng đến (KHÔNG TẦM) và không giữ (KHÔNG TỨ) sự chú tâm trên bất kỳ đối tượng nào. Ví như, quý vị mở mắt và hướng đến chú tâm và duy trì sự chú tâm đối với đối tượng hình ảnh bông hoa trước mặt nhưng đồng thời quý vị cũng nhớ đến chú tâm các cảm giác trên thân. Lúc đó quý vị vừa thấy rõ hình ảnh bông hoa do có chú tâm và chú tâm đó là chú tâm Có Tầm Có Tứ nhưng quý vị cũng biết rõ cảm giác thở vô, cảm giác thở ra và các cảm giác khác trên thân. Sở dĩ quý vị biết rõ cảm giác thở vô, cảm giác thở ra và các cảm giác khác trên thân là nhờ có sự chú tâm vào các cảm giác đó nhưng sự chú tâm này tự động xảy ra từ cảm giác này sang cảm giác khác mà



không hề có sự hướng đến, không hề giữ sự chú tâm trên một đối tượng nào và đó là chú tâm Không Tầm Không Tứ. Hãy thực hành chỉ vài ba phút như vậy là biết rõ hai loại chú tâm có tầm có tứ và không tầm không tứ này.

Trong bốn tầng của Chánh Định là Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền và Tứ thiền thì Sơ thiền có cả chú tâm Có Tầm Có Tứ lẫn chú tâm Không Tầm không Tứ còn Nhị thiền, Tam thiền và Tứ thiền là các tầng định cao hơn thì chỉ có chú tâm Không Tầm Không Tứ. Như vậy Chánh Định không phải là thực hành chú tâm vào một đối tượng duy nhất, không phải là tâm nhất cảnh mà chú tâm vào NHIỀU ĐỐI TƯỢNG KHÁC NHAU theo tiến trình sinh diệt của chúng. Chánh Định chú tâm vào mọi đối tượng của thực tại, là những gì được mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm và cả những gì được tưởng ra chứ không phải chỉ một đối tượng duy nhất được tưởng ra như Định Tưởng của ngoại đạo. Đây là một lối sống như trong kinh Niệm xứ đã khẳng định, vị Tỷ kheo SỐNG TRÚ quán thân nơi thân, SỐNG TRÚ quán thọ nơi thọ... Đối tượng chú tâm của Chánh Định là mọi đối tượng của thực tại bao gồm các pháp thuộc về Thân Thọ Tâm Pháp. Điều này khác xa với ngoại đạo chủ trương chỉ có Định Có tầm Có Tứ, chú tâm trên một đối tượng duy nhất. Chính vì chấp cứng vào hiểu biết tà kiến về Định mà Nigantha thuộc phái ngoại đạo Ni kiến tử đã phỉ báng Đức Thế Tôn khi đối đáp với cư sĩ Cita được ghi lại trong Tăng Chi Bộ kinh: Sa môn Gotama là dối trá, là hư vọng. Sa môn Gotama chủ trương

Định Không Tầm Không Tứ là chủ trương dùng cái lưới để buộc gió lại giữa hư không, là điều không tưởng. Kể cả trong các tông phái Phật giáo hiện nay, các Luận sư cũng hiểu biết y chang ngoại đạo về Định như vậy, nên trong các bộ luận, trong các chú giải cũng chủ trương chú tâm vào một đối tượng duy nhất để đạt được tâm nhất cảnh. Vì thế trong các luận, các chú giải và các vị thiền sư hiện nay chỉ giảng dạy mô tả kỹ càng về chú tâm Có Tầm Có Tứ, không ai giảng dạy, đề cập, mô tả được chú tâm Không Tầm Không Tứ là cái gì. Chính vì điều này mà có sự mâu thuẫn trong chủ trương Thiền Định và Thiền Quán của các bộ luận và chú giải. Theo đó thì Thiền định là buộc tâm vào một đối tượng duy nhất còn Thiền quán là phải quan sát các đối tượng để thấy các đối tượng đó vô thường, khổ, vô ngã và như vậy Thiền định thì không thể Quán và muốn Thiền quán thì phải ra khỏi định, vì không thể buộc tâm vào một đối tượng duy nhất mà quán được. Do mâu thuẫn giữa Thiền định và Thiền quán như vậy mà một số chủ trương Thiền định cản trở Thiền quán, Thiền định không giúp gì cho Thiền quán nên không cần tu tập Thiền định và họ phủ nhận Chánh Định với Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền mà Đức Phật đã dày công thuyết giảng.

## 2 - Chánh Niệm là nhân của Chánh Định:

Nhất tâm là định nhưng nhất tâm là gì? Nhất tâm hiểu theo tà kiến ngoại đạo là một tâm buộc vào một cảnh hay tâm chỉ biết một cảnh duy nhất. Điều này là vô minh, tà

kiến vì tâm cảnh đều đang sinh diệt nên không có một cái tâm nào, một cảnh nào thường hằng, cố định để mà buộc lại với nhau. Vì vậy, NHẤT TÂM trong một khoảng thời gian nào đó được hiểu là KHÔNG PHÂN TÂM, nghĩa là chỉ có một loại Niệm duy nhất trong thời gian đó. Có thể là Chánh Niệm nhớ đến chú tâm quan sát thân nơi thân, Chánh Niệm nhớ đến chú tâm quan sát thọ nơi thọ, Chánh Niệm nhớ đến chú tâm quán sát tâm nơi tâm hay Chánh Niệm nhớ đến chú tâm quán sát pháp nơi pháp. Ví như khi thực hành thiền đi, nếu trong 20 phút mà Chánh Niệm về thân tức NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM CÁC CẢM GIÁC NƠI THÂN khởi lên liên tục không gián đoạn, không Nhớ Đến bất cứ một cái gì trên đời tức Tà Niệm không khởi lên, không xen vào thì trong thời gian đó KHÔNG PHÂN TÂM và được gọi là NHẤT TÂM. Trong thời gian 20 phút nhất tâm như vậy, do chỉ có một niệm duy nhất là nhớ đến chú tâm các cảm giác trên thân nên chú tâm các cảm giác trên thân sẽ tự động xảy ra liên tiếp từ cảm giác này đến cảm giác khác từ cảm giác chân trái rồi chân phải chạm đất đến cảm giác chuyển động của vai phải vai trái, và các cảm giác khác trên toàn thân. Và nhờ sự chú tâm liên tục các cảm giác trên thân theo thứ tự đang sinh diệt của chúng như vậy mà tâm biết Thân thức sẽ GHI NHẬN các đối tượng đó một cách rõ ràng minh bạch và suy nghĩ (ý thức) không khởi lên. Tâm biết Thân thức GHI NHẬN thuần túy đối tượng như vậy, không có Ý thức khởi lên, nên không có Băn ngã xen vào thì đó gọi là TỈNH GIÁC.

Giả sử đến phút thứ 21 một Tà Niệm khởi lên, nhớ đến chiều nay sẽ đi cửa hàng để mua một cái xe mới. Do Nhớ đến như vậy mà sẽ Nghĩ đến (tư duy) và do Nghĩ đến như vậy mà sẽ phát sinh tư tưởng và bị cuốn trôi vào các tư tưởng đó. Do Tà Niệm khởi lên như vậy mà Chánh Niệm nhớ đến chú tâm các cảm giác trên thân diệt và do Chánh Niệm diệt mà sự Chú tâm diệt và do Chú tâm diệt mà tâm biết Tỉnh giác diệt và lúc đó không còn tâm biết Tỉnh giác, không còn biết cảm giác chạm đất của chân trái, chân phải nữa mà hoàn toàn "quyên mình theo vật". Từ phút 21 đã bị PHÂN TÂM không còn NHẤT TÂM nữa. Trong khoảng thời gian 20 phút KHÔNG PHÂN TÂM hay NHẤT TÂM như vậy sẽ phát sinh trạng thái CHÁNH ĐỊNH, vì vậy nên nói Nhất Tâm Là Định. Và điều này cũng thuyết minh rõ ràng CHÁNH NIỆM LÀ NHÂN CHO CHÁNH ĐỊNH, là điều kiện tiên quyết cho Chánh Định sinh khởi trong lộ trình NIỆM - ĐỊNH - TUỆ.

a - Định Sơ thiền: Được Đức Phật mô tả là: ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh với chú tâm có tầm có tứ. Nếu một người thực hành mà trạng thái tâm có những đặc tính nêu trên thì đó là trạng thái Định Sơ Thiền.

Nếu thực hành thiền đi thì cứ bước đi một cách tự nhiên như nhiên nhưng theo nhịp bước niệm thẩm thân thân thân. Hành vi niệm thẩm thân thân thân không phải là Chánh Niệm mà nó nhắc nhở làm cho Chánh Niệm



nhớ đến chú tâm các cảm giác trên thân sinh khởi liên tục không gián đoạn. Nếu trong 20 phút nhờ niệm thẩm thân thân mà Chánh Niệm liên tục khởi lên, không có Tà Niệm, không có nhớ đến bất kỳ một thứ gì trên đời khởi lên xen vào thì 20 phút đó là Nhất tâm và trạng thái Định sẽ phát sinh. Do trong 20 phút có Chánh Niệm nhất tâm nên không khởi lên, không hướng đến, không suy nghĩ tới bất kỳ một niềm vui, hạnh phúc, lạc thú, một Dục lạc nào, tâm cũng vắng lặng, không có bất kỳ một tư tưởng ác, bất thiện pháp nào. Đó gọi là ly dục, ly bất thiện pháp. Do có sự chú tâm liên tục từ cảm giác này sang cảm giác khác nên chỉ có tâm biết Tỉnh giác biết các đối tượng mà tâm biết ý thức không khởi lên nên tâm vắng lặng mọi tư tưởng, rỗng không, ly dục, ly bất thiện pháp, vì vậy phát sinh một trạng thái vui nhẹ gọi là hỷ và trên thân cảm nhận cảm giác thoải mái dễ chịu gọi là lạc. Sự chú tâm liên tục xảy ra từ cảm giác này sang cảm giác khác trên thân tự động xảy ra, không hướng đến, không giữ lại sự chú tâm trên đối tượng nào thì đó là chú tâm không tầm không tứ nhưng hành giả vẫn phải chú tâm vào cảm giác hình ảnh đường đi. Sự chú tâm vào đối tượng cảm giác hình ảnh đường đi phải hướng đến và phải duy trì sự chú tâm trên đối tượng đó thì đó là chú tâm có tầm có tứ. Như vậy, nếu một người thực hành thiền đi mà trong 20 phút nhất tâm như vậy thì sẽ tự thấy, tự biết, tự kinh nghiệm được là: có ly dục, ly bất thiện pháp, có hỷ, có lạc, có tầm có tứ thì đó là trạng thái Định Sơ thiền. Và nếu phút 21 Tà Niệm nhớ đến chiều nay đi mua xe thì

bị phân tâm, Chánh Niệm diệt, không còn nhất tâm nữa và Sơ Thiền diệt. Sơ thiền cũng sinh diệt theo sự sinh diệt của Chánh Niệm, không phải là chứng Sơ thiền là tâm mãi mãi ở Sơ thiền, mãi mãi ly dục, ly bất thiện pháp mà khi Tà Niệm khởi lên Sơ thiền diệt thì Bát Tà Đạo lại khởi lên, tham sân si lại khởi lên.

b - Định Nhị Thiền: Sơ thiền có thể đạt được trong mọi tư thế, đi đứng nằm ngồi nhưng Nhị thiền chỉ đạt được khi ngồi hoặc nằm. Trạng thái Định Nhị thiền được mô tả: Diệt tầm diệt tứ chứng và trú Nhị thiền một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Từ trạng thái Định Sơ thiền thì khi chú tâm tự động xảy ra mà không hề hướng đến, không hề giữ sự chú tâm trên một đối tượng nào cả thì lúc đó chỉ có chú tâm Không Tầm Không Tứ không còn loại chú tâm Có Tầm Có Tứ nữa thì thời điểm đó gọi là diệt tầm diệt tứ và Sơ thiền sẽ chuyển thành Nhị thiền có hỷ, có lạc, có chú tâm Không Tầm Không Tứ và rất vững chắc như bánh xe lửa bám chặt đường ray, không có phóng tâm ra ngoài (nội tĩnh nhất tâm). Để tọa thiền chứng và trú Nhị thiền thì hành giả ngồi kiết già (hay bán già) lưng thẳng an trú Chánh Niệm trước mặt. Chánh Niệm ở đây là Niệm Thân, tức Nhớ Đến chú tâm các cảm giác trên thân theo thứ tự xảy ra như sau. Khởi đầu là chú tâm Có Tầm Có Tứ, là chú tâm có hướng đến và duy trì đối với cảm giác đầu lưỡi chạm vào hàm răng trên hoặc nướu hàm răng trên khi hai hàm răng xiết nhẹ vào nhau và đó là một cảm giác vi tế nhưng rất nổi trội, tiếp đến cảm giác

thở vô khởi lên thì sự chú tâm sẽ tự động xảy ra với cảm giác thở vô, tiếp đến chú tâm sẽ tự động xảy ra với cảm giác ngưng thở khi kết thúc hơi thở vô, tiếp đến chú tâm sẽ tự động xảy ra khi cảm giác thở ra xuất hiện và khi hết cảm giác thở ra thì chú tâm lại hướng đến cảm giác nơi lưỡi và chu kỳ tiếp lại diễn ra tương tự như vậy. Hành giả chỉ cần xiết nhẹ hai hàm răng và chạm đầu lưỡi vào hàm răng trên để tạo một cảm giác rồi duy trì sự chú tâm vào cảm giác đó và để tự nhiên như nhiên thì sự chú tâm sẽ tự động xảy ra theo lộ trình trên. Lúc đầu còn có chú tâm Có Tầm Có Tú với cảm giác nơi lưỡi nhưng một lúc sau nó tự nhiên dần và đến lúc sự chú tâm tự động xảy ra theo lộ trình trên mà không còn phải hướng đến cảm giác nơi lưỡi thì lúc đó hành giả sẽ kinh nghiệm được trạng thái Nhị thiên với các đặc tính đã nêu trên. Chú tâm Không Tầm Không Tú xảy ra theo một vòng tròn như vậy, được lặp đi lặp lại với BA CẢM GIÁC NỔI TRỘI làm thành BA ĐIỂM CHÍNH cố định của vòng tròn là CẢM GIÁC THỞ VÔ, CẢM GIÁC THỞ RA và CẢM GIÁC NƠI LƯỠI. Lúc này các cảm giác khác trên thân như đau, ngứa hay các chuyển động vi tế của thân... đều được chú tâm và nó ĐAN XEN vào khoảng giữa ba cảm giác nổi trội cố định. Tuy sự chú tâm chỉ xảy ra với các cảm giác trên thân do Niệm Thân nhưng các đối tượng khác như cảm giác âm thanh hay cảm giác pháp trần (những hình ảnh xuất hiện trước mặt khi mắt nhắm) đều được Ghi nhận với tâm biết Tỉnh giác. Ba cảm giác nổi trội làm thành ba điểm chính cố định của vòng tròn mà sự chú

tâm sẽ vận hành theo, trong đó có cảm giác nơi đầu lưỡi rất quan trọng nên trong kinh có đề cập đến là lưỡi uống cong đề nên nóc họng để tạo nên cảm giác nơi đầu lưỡi. Để tăng cường cảm giác phát sinh nơi đầu lưỡi quý vị có thể dùng một nút áo nhỏ đặt lên trên gần đầu lưỡi và ngậm răng lại thì sẽ phát sinh một cảm giác rất nổi trội và quý vị chỉ cần duy trì sự chú tâm vào cảm giác nơi lưỡi và để tự nhiên như nhiên thì quý vị sẽ kinh nghiệm được chú tâm tự động xảy ra và vào Định Sơ thiên rồi Nhị thiên rất dễ dàng.

c - Định Tam thiên: Từ Định Nhị thiên tinh tấn tiếp tục thì mức độ chú tâm Không Tầm Không Tú được tăng cường và do vậy mà cảm giác thở vô, cảm giác thở ra và các cảm giác khác trên thân nhẹ đi, vi tế dần và xuất hiện đan xen thêm nhiều cảm giác pháp trần trước mặt và trạng thái hỷ biến mất chỉ còn cảm giác thoải mái, lạc thọ trên thân. Đây là Định Nhị thiên đã chuyển thành Tam thiên. Đức Phật mô tả trạng thái Định Tam thiên là: Ly hỷ trú xả (tâm không còn vui mà bình thản, không vui không buồn) thân cảm lạc thọ mà bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú chứng và trú Tam thiên.

d - Định Tứ thiên: Từ Định Tam thiên tinh tấn tiếp tục thì sẽ xảy ra trạng thái các cảm giác trên thân nó nhẹ, vi tế đến nỗi mà cảm giác hơi thở vô, cảm giác hơi thở ra cũng không còn cảm nhận được nữa và chỉ còn cảm giác rất vi tế nơi đầu lưỡi đan xen với các cảm giác pháp trần là những màn mỏng manh vi tế trước mặt. Nhiều người cảm nhận

" mất thân" dưới chỉ còn cảm nhận từ lưỡi trở lên (vì còn cảm nhận cảm giác nơi lưỡi). Đó là Định Tứ thiền được Đức Phật mô tả: Xả lạc xả khổ (không còn cảm giác lạc thọ, khổ thọ nơi thân) diệt trừ hỷ ưu đã cảm thọ trước đây (tâm vắng lặng không có vui buồn) chứng và trú Tứ thiền, tâm được thanh tịnh nhờ xả.

### **3 - Chánh Niệm và Chánh Định là nhân cho Tỉnh Giác và Chánh Kiến:**

a - Chánh Niệm và Chánh Định làm nhân cho Tỉnh Giác: Khi thực hành Niệm Thân và Niệm Thọ thì sự chú tâm xảy ra liên tục từ đối tượng này đến đối tượng khác theo thứ tự sinh diệt của chúng làm phát sinh trạng thái Chánh Định và làm cho lộ trình tâm DỪNG LẠI (CHỈ) tâm biết trực tiếp giác quan, GHI NHẬN đối tượng mà tâm biết Ý thức không khởi lên, không có Bản ngã xen vào (không có Ta thấy, Ta nghe...) cho nên Thấy chỉ là thấy, Nghe chỉ là nghe, Cảm nhận chỉ là cảm nhận không thêm bớt. Đó chính là Tâm biết Tỉnh Giác vô niệm, vô ngôn, vô phân biệt (không khái niệm, ngôn từ, phân biệt). An trú tâm biết Tỉnh Giác thì sẽ không có tham sân si, phiền não, đó chính là an trú Tâm Giải Thoát.

b - Chánh Niệm và Chánh Định là nhân cho Chánh Tri Kiến: Khi thực hành Niệm Tâm và Niệm Pháp thì sự chú tâm liên tục từ đối tượng này đến đối tượng khác theo thứ tự sinh diệt của chúng làm phát sinh trạng thái Chánh Định và làm phát sinh Chánh Tư Duy và Chánh Tư Duy

làm phát sinh Ý thức Chánh Tri Kiến (QUÁN). Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ BIẾT ĐÚNG SỰ THẬT đối tượng đó là Cảm Thọ (Cảm Giác) do Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh, nó vô thường, vô chủ (vô ngã), có vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly. Ý thức Chánh Tri Kiến này là Trí Tuệ giác ngộ Tứ Thánh Đế và an trú Ý thức Chánh Tri Kiến này là an trú Tuệ Giải Thoát.

Từ khi bắt đầu tìm hiểu Đạo Phật tôi đã rất mê mẩn thiền định, tôi đã học thuộc lòng ngay lập tức mô tả các trạng thái định Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền và Tứ thiền. Tôi đã đọc kỹ rất nhiều lần cuốn Thanh Tịnh Đạo nhất là phần Định, tôi đã đọc tác phẩm của rất nhiều thiền sư đương thời nổi tiếng để nghiên cứu học hỏi về tu tập thiền định nhưng suốt 16 năm trời tuy rất thích thú, nỗ lực thực hành nhưng gần như không có kết quả gì. Đôi khi cũng đạt được hỷ lạc, rất sung sướng nhưng là tình cờ không lặp lại được. Sự chú tâm vào một đối tượng, buộc tâm vào một đối tượng mà tôi đã học kỹ và thực hành đúng theo chỉ dẫn không làm xảy ra trong tôi các trạng thái Sơ thiền, Nhị thiền... mà tôi đã ghi nhớ. Tôi không thể thoát khỏi hôn trầm, phóng tâm thậm chí khi ngồi tôi không dám nhắm mắt vì nó dẫn dắt tôi đi từ suy nghĩ chuyện này đến chuyện khác. Khi tôi từ bỏ không đặt tâm nơi điểm xúc chạm giữa hơi thở và môi trên mà chú tâm vào cảm giác hơi thở thì có thoải mái, tiến bộ hơn chút ít. Tôi cũng đã tham khảo rất nhiều trường phái khác nhau và một vị thầy Mật tông có hướng dẫn chỉ chú tâm vào hơi thở 75% còn lại để tự

do nhưng tôi vẫn không đạt được Định. Duy chỉ có thiền đi, tôi không buộc tâm vào giờ bước đạp mà chú tâm vào cảm giác bước chân, cảm giác chạm đất tuần tự nên có thành công hơn và vì vậy tôi thường xuyên tu tập thiền hành nhiều hơn thiền tọa. Nhưng những năm đó, tôi miệt mài nghiên cứu các bộ kinh Nikaya nhất là Trung Bộ và Tương Ưng Bộ thường xuyên hàng ngày không gián đoạn. Hiểu biết về Pháp học của tôi có nhiều tiến bộ vượt bậc và nhất là nó khơi dậy cảm hứng tu tập trong tôi. Cái cốt lõi mà tôi biết được là sống trong thực tại này là sống với sáu loại Cảm thọ và chia ra theo tính chất là Lạc thọ, Khổ thọ và Bất khổ bất lạc thọ và muốn sống an ổn, sống với chấm dứt khổ thì phải thực hành để không có Tham với Lạc thọ, không có Sân với Khổ thọ, không có Si với Bất khổ bất lạc thọ. Tôi đã cố gắng thực hành chú tâm vào những Cảm thọ (Cảm giác) xảy ra trong cuộc sống. Khi có một Cảm giác dễ chịu kéo dài hay một Cảm giác khó chịu kéo dài xảy ra tôi cố gắng duy trì sự chú tâm liên tục trên các đối tượng đó và tôi kinh nghiệm được không có tham đối với Lạc thọ nên không bị nó cuốn hút, không có Sân với Khổ thọ nên không có khổ vì các Cảm thọ đó. Tôi tiến bộ rất nhiều và kinh nghiệm hết khổ khi chú tâm vào các Cảm thọ kéo dài riêng rẽ như vậy. Tôi biết đây là Quán Thọ nhưng tôi không tìm được cách làm sao thực hành cho được liên tục. Lúc đó vào năm 2008, tôi nhận được thông tin khoá tu 10 ngày Quán Thọ của Thiền Sư Gôenka và tôi đã tham gia khoá thiền. Nhưng đến ngày thứ 4 mới bắt đầu nghe giảng,

hướng dẫn về Quán Thọ thì tôi thất vọng ngay vì phương pháp đó là nhắm mắt lại rồi di chuyển sự chú tâm đi tuần tự trên cơ thể giống như đi tìm kiếm cảm thọ, mà thực chất cũng là một loại Định Tưởng, không đúng như kinh nghiệm của tôi là chú tâm vào Cảm thọ đang xảy ra để tham sân si không khởi lên. Sau khi nghe giảng, trong lúc nghỉ giải lao tôi đi vào nhà vệ sinh thì một luồng khí nóng mạnh lao thẳng vào tôi làm phát sinh một Cảm giác rất nổi trội. Lập tức đầu óc tôi loé lên tư tưởng: Cảm giác nổi trội, thời điểm nào cũng có cảm giác nổi trội và chỉ cần chú tâm từ cảm giác nổi trội này sang cảm giác nổi trội khác là tham sân si sẽ không khởi lên và sẽ sống yên ổn. Khi vào lại thiền đường, tôi thực hành ngay theo phát hiện đó. Thiền đường đó thỉnh thoảng có tiếng động máy cửa, xe tải cả tiếng máy bay hạ cánh, thỉnh thoảng có vài con ruồi, con kiến bò lên... và vì vậy tôi nhanh chóng thực hành được sự chú tâm liên tục từ cảm giác nổi trội này sang cảm giác nổi trội khác kể cả các cảm giác trên thân. Lần đầu tiên tôi cảm nhận được sự thoải mái, cái vui nhẹ của Định Sơ thiền và những thời tọa thiền sau, tôi lặp lại được cách thức và trạng thái đó rất dễ dàng. Chính cách thiền định đó đã giúp tôi quán sát được lộ trình tâm Bát Tà Đạo và Bát Chánh Đạo, làm thay đổi tận gốc rễ mọi hiểu biết của tôi, thay đổi hoàn toàn cuộc đời tôi. Vì thế, tôi không còn có thể tiếp tục sống trong cuộc đời thế tục này được nữa và tôi đã xuất gia trong truyền thống Phật Giáo Theravada.



## TỈNH GIÁC VÀ TÁNH KHÔNG

Tỉnh Giác là một từ được nhắc đến rất nhiều trong các bộ kinh Nikaya nhưng không có một lời mô tả, giải thích để người học hiểu được, hình dung được Tỉnh giác là cái gì. Ví như, trong Kinh thường mô tả: Vị Tỷ kheo khi đi tới, khi đi lui đều tỉnh giác, khi nhìn tới, nhìn lui đều tỉnh giác, khi mang bát, đắp y đều tỉnh giác, khi đại tiện, tiểu tiện đều tỉnh giác, khi đi đứng ngồi nằm, nói năng, im lặng đều tỉnh giác. Cặp đôi Chánh Niệm - Tỉnh Giác là những pháp rất vi tế, sâu kín, khó thấy, khó biết thuộc về Siêu thế chỉ dành cho bậc trí đã thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế thuần thực tự mình giác hiểu. Vì thế trong các bộ luận, các chú giải, các Luận sư đã không đề cập, không giải thích được Tỉnh Giác là cái gì. Vì không hiểu biết như thật về Tỉnh Giác, có một số người đã dùng từ Tỉnh Thức thay cho Tỉnh Giác do không hiểu được Tỉnh Thức là chỉ cho trạng thái đầu óc tỉnh táo, không hôn trầm, không ngủ gục nơi mọi người kể cả Phạm phu còn Tỉnh Giác chỉ có nơi một bậc Thánh hữu học hay vô học đang sống với lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế. Vậy Tỉnh Giác là gì?

Đối với loài người khi có một đối tượng xuất hiện thì cũng đồng thời xuất hiện Tâm Biết đối tượng đó nhưng Tâm Biết đối tượng lại có Hai Loại Tâm Biết chứ không phải chỉ có một loại tâm biết thuần túy. Cụ thể như sau:

- **Một là:** Tâm biết trực tiếp giác quan (Tàu dịch trong các bộ A Hàm là Biết Trực giác) có phạm sự Ghi Nhận hay Nhận Biết đối tượng nhưng chưa biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao nên khoa Tâm lý học gọi là NHẬN THỨC CẢM TÍNH đối tượng. Đó chính là Nhãn thức thấy đối tượng hình ảnh, Nhĩ thức nghe đối tượng âm thanh, Tỷ thức cảm nhận đối tượng mùi, Thiệt thức cảm nhận đối tượng vị, Thân thức cảm nhận đối tượng xúc chạm và Tưởng thức cảm nhận đối tượng pháp trần. Tâm biết trực tiếp giác quan này được gọi chung là Tưởng và thuộc nhóm Tưởng uẩn, do Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh, nó vô thường, vô chủ (vô ngã), vô niệm (không có khái niệm), vô ngôn (không có ngôn từ), vô phân biệt (không có phân biệt cái này với cái kia) mà già trẻ, Thánh Phạm, con người và các loài động vật đều có như nhau. Hãy hình dung Tâm biết trực tiếp giác quan nơi một đứa trẻ vừa đẻ ra, khi sáu Căn của nó tiếp xúc sáu Trần thì nó vẫn Thấy, Nghe, Cảm Nhận các đối tượng đó nhưng nó KHÔNG BIẾT đối tượng đó là cái gì, tính chất đối tượng đó ra sao. Tâm biết trực tiếp giác quan này gọi tắt là THẤY (gồm thấy, nghe, cảm nhận đối tượng).

- **Hai là:** Tâm biết Ý thức khởi lên tiếp theo, có phạm

sự BIẾT đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao nên khoa Tâm lý học gọi là NHẬN THỨC LÝ TÍNH đối tượng. Tâm biết Ý thức do Niệm, Tư duy mà khởi lên theo lộ trình Niệm - Tư duy - Ý thức nên nó phụ thuộc vào những tri thức, kinh nghiệm đã học hỏi, tích lũy trong quá khứ được lưu giữ trong kho chứa tâm thức nên tánh chất của nó là có khái niệm, có ngôn từ, có phân biệt. Nó chính là Thức uẩn, vì vậy, Tâm biết Ý thức biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao của Thánh Phạm, người và động vật, già trẻ đều khác nhau. Tâm biết Ý thức của Phạm phu là Tà Tri Kiến, là Vô minh, là hiểu biết sai sự thật đối tượng, là Không Liễu tri đối tượng. Tâm biết Ý thức của bậc Thánh là Chánh Tri Kiến, là Minh, là Trí Tuệ, là hiểu biết đúng sự thật đối tượng, là Liễu tri đối tượng. Tâm biết Ý thức gọi tắt là BIẾT.

1 - Đối với Phạm phu khi xuất hiện một đối tượng thì THẤY đối tượng, rồi BIẾT đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao khởi lên nối tiếp với THẤY ngay, không gián đoạn. Do vậy THẤY và BIẾT đi liền nhau, không tách rời nhau và Kinh Pháp Môn Căn Bản thuộc Trung Bộ Kinh gọi THẤY như vậy là TƯỚNG TRI đối tượng, BIẾT như vậy là KHÔNG LIỄU TRI đối tượng. Do BIẾT, là Tà Tri Kiến, là KHÔNG LIỄU TRI đối tượng mà sẽ phát sinh DỤC HỖ đối tượng. Và do DỤC HỖ là Căn Bản của khổ mà sâu bi khổ ưu não, sinh già bệnh chết không thể kể xiết khởi lên.

2 - Đối với bậc Thánh khi thực hành Niệm Thân hoặc Niệm Thọ nhờ có Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn -

Chánh Định, lộ trình tâm sẽ DỪNG LẠI THẤY MÀ BIẾT KHÔNG KHỞI LÊN. Lúc này chỉ có thuần túy Tâm biết trực tiếp giác quan, Ghi nhận đối tượng không có Tâm biết Ý thức vô minh chấp ngã xen vào. Sự Ghi nhận đối tượng thuần túy với với Tâm biết trực tiếp giác quan như vậy gọi là TỈNH GIÁC, mà trong kinh Pháp Môn Căn Bản gọi là THẮNG TRI đối tượng. Lúc đó chỉ có Nhân thức thấy, Nhĩ thức nghe, Tỷ thức cảm nhận, Thiệt thức cảm nhận, Thân thức cảm nhận, Tưởng thức cảm nhận đối tượng mà Ý thức không khởi lên, không biết đối tượng đó là cái gì nên không phát sinh thái độ tham sân si, không quan tâm để ý đến đối tượng, không dính mắc ràng buộc với đối tượng. Ví như, một cô hoa hậu sexy bốc lửa xuất hiện trước mặt một nam thanh niên 25 tuổi và một đứa bé trai vừa sinh ra. Lúc đó, Nhân thức THẤY đối tượng hình ảnh của anh thanh niên và đứa trẻ trai mới đẻ hoàn toàn giống nhau nhưng Ý thức anh thanh niên khởi lên, BIẾT đó là cô hoa hậu rất đẹp, rất hấp dẫn. Và do THẤY như vậy, BIẾT như vậy mà anh ta thích thú (tham) và bị cuốn hút vào đối tượng. Còn đứa trẻ chỉ THẤY thôi, KHÔNG BIẾT đối tượng đó là cái gì vì chưa có tri thức kinh nghiệm nên Ý thức chưa khởi lên, vì vậy nó sẽ không thích ghét, không quan tâm để ý đến đối tượng, không dính mắc vào đối tượng như anh thanh niên kia. Cũng y như vậy khi có Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định thì lộ trình tâm chỉ có tâm biết trực tiếp giác quan nên thấy chỉ là thấy, nghe chỉ là nghe, cảm nhận chỉ là cảm nhận không thêm bớt và tâm biết trực tiếp giác quan

thuần túy như vậy gọi là TỈNH GIÁC thì sẽ không có Tham Sân Si, không có Phiền não. Giải thoát khi an trú Tỉnh Giác gọi là Tâm Giải Thoát.

### 3 - Tánh Không:

- Tâm biết TỈNH GIÁC chính là tâm biết trực tiếp giác quan có tánh chất vô niệm, vô ngôn, vô phân biệt (còn gọi là Tâm Vô Phân Biệt) nên trong Tỉnh Giác không có khái niệm to nhỏ, vuông tròn dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, không có sinh diệt, như sạch, tăng giảm, không có khái niệm sắc thọ tưởng hành thức, không có khái niệm mắt tai mũi lưỡi thân ý, không có khái niệm sắc thanh hương vị xúc pháp, không có khái niệm nhân giới cho đến ý thức giới, không có khái niệm vô minh cũng như minh, không có khái niệm khổ tập diệt đạo, không có khái niệm chứng đắc... Những khái niệm, ngôn từ, phân biệt đó là tánh chất của tâm biết Ý thức, không có trong tâm biết Tỉnh Giác, vì vậy nên tánh chất của tâm biết Tỉnh Giác là KHÔNG TÁNH. An trú Tỉnh Giác cũng là an trú Không Tánh và giải thoát do an trú Không Tánh gọi là Không Tánh Giải Thoát hay còn gọi tắt là Không Giải Thoát, là một trong ba giải thoát là Không Giải Thoát, Vô Tướng Giải Thoát và Vô Tác Giải Thoát.

- Sự Giác Ngộ của Đức Phật là giác ngộ về Tâm chứ không phải giác ngộ về Thế giới vũ trụ. Vì vậy trong kinh điển Ngài đã giảng dạy về Tánh Không, thâm sâu, ý nghĩa sâu kín, thuộc về siêu thế và Tánh Không đó thuộc về tâm

Bát Chánh Đạo siêu thế của bậc Thánh. Đó chính là Không, Vô Tướng, Vô Tác hay nói theo Tiếng Việt cho sát nghĩa không là Không Tánh, Không Tướng, Không Tác. Không Tánh là tánh chất của Tâm biết Tỉnh Giác, Không Tướng là tánh chất của Tâm biết Ý thức Chánh Tri Kiến, Không Tác là tánh chất của lời nói, hành động (không tạo tác nghiệp) trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế của bậc Thánh. Các Tánh Không này không có trong tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu. Sau khi Đức Phật nhập diệt, trải qua 100 năm sau, khi mà các bậc Thánh Tăng phần nhiều đã vắng bóng, những nghĩa lý sâu xa về Không Tánh, Không Tướng, Không Tác dần dà bị mai một, lúc đó các Luận sư không có tu chứng, không có chứng ngộ xuất hiện nở rộ như năm mùa xuân, đã dùng tư duy lý luận suông của mình để giải thích về Không Tánh, Không Tướng, Không Tác. Dựa trên hiểu biết vô minh của nhân loại với Tâm Biết Cảnh, nghĩa là Cái Biết là Tâm, đối tượng được biết là Cảnh, là Thế giới vũ trụ, Phật Giáo Phát Triển chảy theo LỐI MÒN của tư duy nhân loại ấy, không thể hiểu được Đức Phật giác ngộ về Tâm, họ vẫn định ninh chắc mẫm Đức Phật giác ngộ về Thế giới vũ trụ vạn hữu. Và vì vậy, họ lấy hiểu biết vô minh, sai lạc của mình GÁN CHO ĐỨC PHẬT giác ngộ về Vũ trụ, về Thế giới, nên họ đã giải thích Không Tánh và Không Tướng là BẢN CHẤT CỦA THẾ GIỚI VŨ TRỤ. Tuy có rất nhiều trường phái Tánh Không khác nhau, có chủ trương khác nhau, giải thích về Tánh Không khác nhau, thậm chí là mâu thuẫn, cãi lộn nhau, chung quy đều nói về Tánh



Không rất mơ hồ khó hiểu, thiên về nguy biến trườn uốn như lươn nhưng thống nhất là đều nói về TÁNH KHÔNG CỦA THẾ GIỚI VŨ TRỤ chứ không phải nói về TÁNH KHÔNG CỦA TÂM BIẾT như Chân Nghĩa mà Đức Phật đã chứng ngộ và tuyên thuyết. Đỉnh cao tinh hoa các quan điểm của Phật giáo phát triển là Tâm Kinh Bát Nhã nói về Thế giới vũ trụ bản thể Tánh Không hay Chân Không Vô Tướng. Nội dung của Tâm Kinh Bát Nhã y chang như nội dung Không Tánh của tâm biết Tỉnh Giác đã mô tả ở phần trước. Vì hiểu biết sai lạc do tư duy lý luận suông theo LỐI MÒN VÔ MINH như vậy nên Phật giáo phát triển chỉ có tụng đọc nó, xem nó như một thần chú mà không hề có một cách thức tu tập nào để chứng ngộ và thể nhập nội dung của bài kinh. Trong lúc đó Phật Giáo Nguyên Thủy thực hành Chánh Niệm Về Thân hoặc Chánh Niệm Về Thọ là có thể chứng ngộ và thể nhập Không Tánh, đó chính là chứng ngộ và thể nhập Tỉnh Giác, còn gọi là chứng ngộ và thể nhập Tâm Giải Thoát. Nhưng khác với hiểu biết của Phật Giáo Phát Triển cho rằng chứng ngộ Không Tánh theo Bát Nhã Tâm Kinh là Giác Ngộ tột cùng, còn Phật Giáo Nguyên Thủy hiểu biết rằng, chứng ngộ và thể nhập Không Tánh như Bát Nhã Tâm Kinh, mới chỉ là NHIẾP PHỤC tham sân si, phiền não chứ không thể ĐOẠN TẬN tham sân si, phiền não. Muốn Giác Ngộ tột cùng còn phải tu Quán bằng Chánh Niệm Về Tâm và Chánh Niệm Về Pháp để chứng ngộ và thể nhập Không Tướng (Vô Tướng), chính là thể nhập Trí Tuệ Giác Ngộ Tứ Thánh Đế, là tánh

chất của Tâm biết Ý thức Chánh Tri Kiến còn gọi là chứng ngộ và thể nhập Tuệ Giải Thoát. Chính Tuệ Giải Thoát đó mới ĐOẠN TẬN VÔ MINH, THAM SÂN SI, PHIỀN NÃO. Và đó chính là tu tập Tứ Niệm Xứ, tu tập Niệm Thân, Niệm Thọ, Niệm Tâm, Niệm Pháp mà Đức Phật đã dày công thuyết giảng.



## THỰC TẠI LÀ CẢM THỌ

Thực tại là những sự thật của đời sống nhân loại, là những sự vật, hiện tượng đang xảy ra trong giây phút hiện tại. Ví như, khi Mắt THẤY đối tượng, tiếp đến tâm BIẾT đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Do tâm BIẾT đối tượng như vậy mà sẽ phát sinh THÁI ĐỘ thích hay ghét đối tượng. Do THÁI ĐỘ với đối tượng như vậy mà phát sinh PHẢN ỨNG với lời nói hoặc hành động với đối tượng. Do PHẢN ỨNG với đối tượng như vậy mà phát sinh KẾT QUẢ là Khổ hay Vui. Lộ trình tương tự như vậy đều xảy ra với tất cả Sáu Căn và Sáu Trần. Vậy thì trong đời sống nhân loại, ĐỐI TƯỢNG được thấy, được nghe, được ngửi, được nếm, được xúc chạm, được tưởng ra gọi tắt là THẤY, rất quan trọng. Vì rằng, THẤY rồi BIẾT, rồi phát sinh THÁI ĐỘ, rồi phát sinh PHẢN ỨNG, rồi phát sinh KẾT QUẢ đều là với ĐỐI TƯỢNG của Thực Tại. ĐỐI TƯỢNG của thực tại là cái gì? Nó có hay không có, thật hay giả đang còn là tranh cãi giữa quan điểm Duy vật và Duy tâm chưa có hồi hết. Hiểu biết của nhân loại cho dù là Duy tâm hay

Duy vật, đều cho rằng THỰC TẠI là THẾ GIỚI được phân chia thành HAI PHẠM TRÙ, Thế giới vật chất và Thế giới tinh thần mà thuật ngữ Phật học gọi là DANH và SẮC. Nói một cách khác thì Thực Tại bao gồm Cái Biết và Đối Tượng được biết, trong đó Cái Biết là Tâm và đối tượng được biết là Cảnh (Vật), là Thế Giới. Cụ thể là Nhân thức thấy Sắc trần, Nhĩ thức nghe Thanh trần, Tỉ thức cảm nhận Hương trần, Thiệt thức cảm nhận Vị trần, Thân thức cảm nhận Xúc trần, Ý thức biết Pháp trần. Đây gọi là Nhị Nguyên Tâm Vật trong hiểu biết của nhân loại.

### 1 - QUAN ĐIỂM DUY VẬT:

Quan điểm Duy vật chấp nhận một "Tiên Đề" là, Thế giới vật chất vốn tự có, không sinh không diệt (vật chất không sinh ra cũng không mất đi mà chỉ biến đổi từ vật này sang vật khác, từ trạng thái này sang trạng thái khác) và Tinh thần là sản phẩm phát sinh từ vật chất. Vì vậy, Vật Chất có trước Tinh Thần có sau và Thực Tại mà nhân loại đang sống là Thế Giới Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp trần. Tất cả mọi ĐỐI TƯỢNG được Thấy, Nghe, Cảm Nhận như to nhỏ, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, đàn ông, đàn bà, xe cộ, người vật, hạnh phúc, khổ đau, sum la vạn tượng... là Thế Giới vật chất, hoặc là tính chất của Thế giới vật chất.

- Mọi Sắc pháp đã SẴN CÓ, LUÔN LUÔN CÓ, THƯỜNG HẰNG, THƯỜNG TRÚ trong thế giới vật chất. Ví như, ngọt có trong đường, mặn trong muối, ngon dở

trong thức ăn, cứng mềm thô mịn, nặng nhẹ có trong địa đại, sự sống có trong các hạt vật chất, năng lượng có trong dầu lửa, trong ánh sáng...

- Mọi Danh pháp như hiểu biết, cảm xúc, thái độ... đều do hoạt động của vật chất não bộ mà hình thành. Sự nhận thức là nhận thức về thế giới: "Thế giới khách quan được phản ánh qua đầu óc chủ quan của con người". Chính vì vậy: ĐỐI TƯỢNG vật chất là cái có trước và TÂM BIẾT đối tượng là cái có sau và trong hiểu biết đó xuất hiện cặp đôi: CHỦ THỂ và ĐỐI TƯỢNG, tức chủ thể nhận thức và đối tượng được nhận thức, và đó là Bản Ngã và Thế Giới. Quan điểm Duy Vật phủ nhận hoàn toàn một thế giới tâm linh không sinh không diệt, phủ nhận một Linh hồn, một Phật tánh, một Thế giới bản thể vô tướng, một Chân tâm thường trụ, một Thượng đế, một Tâm thức không sinh không diệt, phủ nhận sự tái sinh luân hồi.

- Quan điểm Duy vật cũng thấy các Sắc pháp đang biến đổi từ vật này sang vật khác từ dạng này sang dạng khác theo quy luật Nhân Quả: Nhân chính biến đổi thành Quả có Nhân phụ hoặc Duyên trợ giúp (không biết như thật hai nhân bình đẳng tương tác nhau rồi cùng diệt mới phát sinh quả) nên nhân trong quả, quả trong nhân, nhân và quả tương tức tương nhập, nên "Một có trong Tất Cả, Tất Cả có trong Một".

- Hạnh Phúc và Khổ Đau: Quan điểm Duy vật như vậy đã thâm căn cố đế trong tâm thức, nên nhân loại cho rằng

Hạnh phúc sẵn có, thường hằng, thường trú trong Thế giới ngoại cảnh, trong sắc đẹp, tiếng hay, hương thơm, vị ngon, xúc chạm êm ái, Đau khổ cũng sẵn có, thường hằng, thường trú nơi những hoàn cảnh khó khăn tối tệ của Thế giới ngoại cảnh. Chính sự nhận thức Khổ, Nguyên nhân Khổ, Sự chấm dứt Khổ (là Hạnh phúc) sẵn có nơi thế giới ngoại cảnh nên Con đường chấm dứt Khổ là thay đổi thế giới ngoại cảnh. Hiểu biết Khổ Tập Diệt Đạo nơi thế giới ngoại cảnh theo Duy vật như vậy đang từng giây phút chi phối đời sống nhân loại và vì vậy mà nhân loại đang cố gắng học hỏi, khám phá thế giới để thay đổi nó. Từng giây phút một có vô vàn lao tâm khổ trí, vô vàn phát minh để thay đổi thế giới với hy vọng giúp cho loài người hết khổ. Chính vì vậy mà con người lao vào học tập nghề nghiệp để sản xuất, buôn bán, kinh doanh, lao vào những cuộc cạnh tranh vô cùng khốc liệt để giành giật, chiếm hữu, sở hữu những đối tượng vật chất tốt đẹp, để chấm dứt khổ. Nhưng mặc cho thế giới đang thay đổi từng giây phút một, có nhiều cái tốt đẹp hơn rất nhiều cái đã qua nhưng loài người thì không hết khổ mà chỉ đổi cái khổ này lấy cái khổ khác mà thôi. Vì sao vậy? Tại vì, hiểu biết THỰC TẠI, hiểu biết Khổ Tập Diệt Đạo theo quan điểm Duy vật như vậy là sai sự thật, là vô minh, tà kiến. Quan điểm Duy vật được Đức Phật gọi là THƯỜNG KIẾN hay CHẤP CÓ.

## 2 - QUAN ĐIỂM DUY TÂM:

Quan điểm Duy tâm lại mặc định một "Tiên Đề" là có

một Thế giới tâm linh không sinh không diệt được hiểu như một Tâm Thức Vũ Trụ với các tên gọi khác nhau tùy theo các tôn giáo (Thượng đế, Đức Chúa Trời, Đại Ngã, Đấng Sáng Tạo, Chân Không, Tánh Không, Thế Giới Bản Thể, Chân Tâm Thường Trụ, Phật Tánh...) và Thế giới vật chất có sanh có diệt mà con người đang sống là do Năng Lực của Thế giới tâm linh hoá hiện ra và điều khiển. Và như vậy, Thế giới tâm linh (Tinh thần) có trước Thế giới vật chất có sau.

- Mọi Danh pháp được giải thích theo truyền thống Duy tâm của kinh Cựu Ước là từ Đức Chúa mà đến với con người như truyền thuyết đã mô tả. Đức Chúa làm ra A đam và E ve và Chúa đã thổi linh hồn của Ngài vào hai thân thể được Chúa nặn ra. Và đó là thủy tổ loài người với linh hồn từ Chúa trao truyền. Tiểu ngã và Đại ngã của Ba la môn giáo cũng được hiểu tương tự. Một số trường phái Phật Giáo Phát Triển chủ trương Tánh Thấy, Tánh Nghe rồi Phật Tánh, Chân Tâm không sinh không diệt nơi mỗi chúng sinh thực chất cũng theo "lối mòn" Duy tâm mà chủ trương có một Tâm Thức Vũ Trụ, không sinh không diệt như vậy, thực chất là tên gọi khác của Thượng đế toàn năng của Cựu ước mà thôi. Tuy chủ trương có tâm thức không sinh không diệt như vậy nhưng Phật Giáo Phát Triển vẫn không lập luận được rõ ràng nên rất mơ hồ, trừu tượng, là Tâm thức vũ trụ đó làm sao mà vào cư ngụ được trong thân thể con người, không rõ ràng, minh bạch như lập luận của Cựu Ước là Chúa thổi linh hồn Chúa vào trong mỗi người.

Hiểu biết theo quan điểm Duy tâm đã ăn sâu, bám rễ trong kho chứa tri thức, hiểu biết của nhân loại nên đa số người học Phật và thậm chí có tông phái còn thuyết minh Tâm thức cư ngụ trong thể xác lấy sáu căn làm sáu cửa để thấy biết Thế giới và khi thân xác tan rã nó lại thoát ra đầu thai vào một thân xác mới. Nói tóm lại quan điểm Duy tâm cho rằng có một Tâm Thức Vũ Trụ TỰ CÓ, không sinh không diệt được gọi bằng các tên gọi khác nhau tùy theo mỗi tôn giáo, là Thượng đế, là Đức Chúa, là Tạo Hoá, là Đại ngã, là Chân tâm thường trụ, là Thế giới bản thể, là Phật tánh, là Tánh thấy Tánh nghe không sinh không diệt... "THẨM NHUẦN" vào mọi chúng sanh. Và khi một chúng sanh tu hành đã thành mãn thì cái linh hồn, tiểu ngã, Phật tánh, Tánh thấy tánh nghe không sinh không diệt nơi chúng sanh đó sẽ không còn bị giam hãm trong cái thể xác vô thường này nữa mà trở về hoà nhập với Tâm thức vũ trụ không sinh diệt ban đầu đó.

- Mọi Sắc pháp đều do năng lực tâm linh của Tâm thức vũ trụ hay Thượng đế toàn năng hoá hiện ra như Cựu Ước đã mô tả, Đức Chúa đã làm ra Thế Giới này trong sáu ngày. Mọi quy luật, mọi định luật về vận hành của thế giới vật chất này đều do năng lực thế giới tâm linh sáng chế và điều khiển. Cũng y như vậy, Phật giáo Đại thừa là Phật giáo phát triển sau này đã y chỉ theo tư tưởng Duy tâm này mà phát kiến ra rất nhiều cách nói khác nhau để giải thích về thế giới vật chất hiện tượng sinh diệt là do năng lực tâm linh tạo ra. Đó là "Nhất thiết duy tâm tạo" nghĩa là tất cả các

pháp (các sự vật hiện tượng) đều do Tâm tạo ra. Ví như, Do nguyện lực của Phật ADi Đà mà Thế giới tây phương cực lạc được phát sinh ra, như thuyết A lại da duyên khởi, Chân như duyên khởi, Tánh không duyên khởi... đều cùng một lối tư duy là Thế giới bản thể, Chân đế, Chân Không tuyệt đối vô tướng là nền tảng mà từ đó thế giới hiện tượng vật chất sinh diệt (Tục đế) được biểu hiện ra.

- Hạnh Phúc và Khổ Đau: theo quan điểm Duy tâm vẫn có trong thế giới vật chất, như Hạnh phúc có trong tiền bạc, tài sản, có trong sắc đẹp, tiếng hay... Khổ Đau có mặt trong người hoàn cảnh khó khăn, tồi tệ. Nhưng những thứ vật chất tốt đẹp hay tồi tệ đó mà con người có được đều do Thế giới tâm linh "Thượng Phật" con người. Theo Cựu Ước thì sở dĩ loài người chịu nhiều đau khổ hiện nay là do bị Chúa trừng phạt vì tội lỗi của tổ tông. Đó là tội của A đam và E ve ăn quả cấm cây tri thức trong vườn địa đàng mà Chúa đã ra lệnh cấm ăn. Trong tín ngưỡng Á đông, mọi may mắn hanh thông hay trắc trở thất bại trong cuộc đời đều do tổ tiên đã quá vãng phù hộ hoặc trừng phạt. Như vậy, Duy tâm hiểu biết Khổ, Nguyên nhân Khổ là sự trừng phạt từ Thế giới tâm linh, Sự chấm dứt Khổ là Hạnh phúc từ Thế giới tâm linh ban tặng. Vì vậy, Con đường chấm dứt Khổ là thờ phụng, ăn năn, lễ bái, cầu nguyện, làm hài lòng mãn nguyện thế giới tâm linh. Các tôn giáo đều chủ trương Hạnh phúc tuyệt đối là nơi thế giới tâm linh, hạnh phúc thế gian này là giả tạm, không thật. Chỉ khi nào tu hành thành mãn, linh hồn được hoà nhập vào thế giới tâm

linh đó mới là hạnh phúc tuyệt đối vĩnh cửu. Cũng không ngoại lệ, một số tông phái Phật Giáo phát triển dựa trên tư tưởng Duy tâm, xem Niết Bàn là Bản thể tuyệt đối có tính chất Thường Lạc Ngã Tịnh nên khi tu hành thành mãn thì Phật tánh không còn luân hồi, không còn bị giam giữ trong thân xác vô thường mà nhập vào Niết Bàn, nơi đó là Hạnh phúc chân thật, tuyệt đối, vĩnh cửu. Chính vì tin vào Hạnh phúc hay Đau khổ từ Thế giới tâm linh thường phạt con người mà các tín đồ tôn giáo hàng ngày tụng kinh, trì chú, cầu nguyện, lễ bái, ăn năn sám hối, xây dựng nhà thờ, đền miếu, bảo tháp nguy nga đồ sộ, lăng mộ hoành tráng, tôn thờ xá lợi, nghi lễ trang nghiêm, hiến tế đầy đủ, giỗ chạp linh đình, cầu siêu bạt độ... với hy vọng có được phước báo, hạnh phúc từ thế giới tâm linh ban thưởng. Đó chính là vô minh, là tà kiến.

Quan điểm Duy tâm được Đức Phật xếp vào ĐOẠN KIẾN hay CHẤP KHÔNG.

### 3 - GIÁC NGỘ THỰC TẠI CẢM THỌ CỦA ĐỨC PHẬT:

Cho dù là Duy vật hay Duy tâm đều hiểu biết Thực Tại mà con người đang sống là Thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp trần. Trên thế gian này, từ cổ chí kim, độc nhất vô nhị, có một con người không thầy chỉ dạy đã tự mình giác ngộ sự thật thực tại này là Cảm Thọ. Đó là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Bản kinh Phạm Võng là bản kinh đầu tiên của Trường Bộ Kinh, một bản kinh dài nhưng



được cấu trúc đặc biệt nhằm đăng tải và chỉ rõ tuyên bố về sự giác ngộ của Đức Phật là giác ngộ thực tại Cảm thọ. Tuy bài kinh đề cập rất nhiều chủ đề nhưng đều nhằm mục đích nhấn mạnh tuyên bố được lặp đi lặp lại gần cả trăm lần trong bản kinh của Đức Phật: "Này các Tỷ kheo, Như Lai nhờ như thật tuệ tri sự sinh diệt của Thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không còn chấp thủ". Muốn hiểu rõ được sự giác ngộ của Đức Phật, phải quan sát sự thực thực tại khi sáu căn tiếp xúc sáu trần và tuệ tri Sáu Xúc Xứ đó.

a - Tuệ tri sự sinh diệt của Thọ:

- ĐỐI TƯỢNG của Thực Tại là CẢM THỌ: Ví như một người khoẻ mạnh khi ăn khúc mía khởi lên hiểu biết: khúc mía ngọt, nghĩa là NGỌT là tính chất vật chất, sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú nơi khúc mía, là của khúc mía. Đây là quan điểm Duy vật. Nhưng cũng với khúc mía đó một người khác bị bệnh đã 6 - 7 ngày khi ăn lại thấy cây mía đắng và người ấy kết luận NGỌT không có trong cây mía, NGỌT không có thật, Ngọt do tâm tạo. Đây là quan điểm Duy tâm. Nếu quan sát sự thật: Khúc mía là một nhân và Lưỡi là nhân thứ hai. Có hai nhân nhưng chưa tiếp xúc với nhau thì chưa có NGỌT hay ĐẮNG nào xuất hiện. Khi hai nhân Lưỡi và Khúc mía tiếp xúc nhau thì lập tức phát sinh CẢM GIÁC NGỌT (hay ĐẮNG tùy khoẻ hay bệnh) và đồng thời phát sinh cái biết trực tiếp giác quan THIỆT THỨC ghi nhận hay nhận biết CẢM GIÁC NGỌT.

Lưỡi tiếp xúc Khúc mía (Vị trần) phát sinh: < Cảm giác ngọt - Thiệt thức> . XÚC sinh thì <Cảm giác ngọt - Thiệt thức> sinh, XÚC diệt thì < Cảm giác ngọt - Thiệt thức> diệt. Vì thế, Cảm giác ngọt và Thiệt thức sinh lên rồi diệt đi, không thường hằng, không thường trú nơi khúc mía, hay nơi lưỡi nên nó Vô Thường. Cảm giác ngọt và Thiệt thức không phải của Lưỡi, cũng không phải của Khúc mía nên nó Vô Chủ (Vô ngã). Vậy ĐỐI TƯỢNG của Thực Tại là CẢM GIÁC NGỌT (hay ĐẮNG) thuộc phạm trù Tâm chứ không phải là KHÚC MÍA NGỌT thuộc Thế giới vật chất. THIỆT THỨC biết CẢM GIÁC NGỌT chứ không phải THIỆT THỨC biết KHÚC MÍA NGỌT. Sự thực là Tâm biết Tâm (Cảm giác) chứ không phải Tâm biết Cảnh (Thế giới) như hiểu biết của nhân loại. Tương tự như vậy:

Mắt tiếp xúc Sắc trần phát sinh: < Cảm giác hình ảnh - Nhãn thức>.

Tai tiếp xúc Thanh trần phát sinh: <Cảm giác âm thanh - Nhĩ thức>.

Mũi tiếp xúc Hương trần phát sinh: <Cảm giác mùi - Tĩ thức>.

Lưỡi tiếp xúc Vị trần phát sinh: <Cảm giác vị - Thiệt thức>.

Thân với Xúc trần phát sinh: <Cảm giác xúc chạm - Thân thức>.

Ý tiếp xúc Pháp trần phát sinh: <Cảm giác pháp trần - Tưởng thức>.

Năm cảm giác hình ảnh, âm thanh, mùi, vị, xúc chạm xảy ra liền được lưu vào kho chứa dưới dạng thông tin đã được mã hoá. Khi Ý tiếp xúc Pháp thì các Cảm giác đó được "tái hiện" lại và gọi đó là Cảm giác pháp trần và ghi nhận hay nhận biết Cảm giác pháp trần là Tưởng thức. ĐỐI TƯỢNG của Thực Tại là những gì được thấy, được nghe, được cảm nhận là sáu loại Cảm giác, bao gồm: Cảm giác hình ảnh, Cảm giác âm thanh, Cảm giác mùi, Cảm giác vị, Cảm giác xúc chạm và Cảm giác pháp trần thuộc phạm trù Tâm chứ không phải là thế giới Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp thuộc phạm trù vật chất như hiểu biết sai của nhân loại. Các Cảm giác này do Căn Trần tiếp xúc mà sanh ra, nên nó Vô thường, Vô chủ (Vô ngã). SỰ THẬT là Nhân thức thấy Cảm giác hình ảnh chứ không phải Nhân thức thấy Sắc trần. Nhĩ thức nghe Cảm giác âm thanh chứ không phải Nhĩ thức nghe Thanh trần, Tỷ thức cảm nhận Cảm giác mùi chứ không phải Tỷ thức biết Hương trần, Thiệt thức cảm nhận Cảm giác vị chứ không phải biết Vị trần, Thân thức cảm nhận Cảm giác xúc chạm chứ không phải biết Xúc trần, Tưởng thức biết Cảm giác pháp trần chứ không phải biết Pháp trần. ĐỐI TƯỢNG thực tại mà nhân loại đang sống như to nhỏ, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, đàn ông đàn bà, nhà cửa cây cối, xe cộ, sum la vận tượng... được con người Thấy, Nghe, Cảm Nhận là các Cảm giác (CẢM THỌ) do Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh ra chứ không phải là thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc

Pháp trần. Trong trường hợp ngủ say không mộng mị, gây mê sâu khi mổ, ngắt đi trong một tai nạn thì lúc đó Sáu Căn không hoạt động nên không có XÚC, và vì vậy không có Thực tại, không có ĐỐI TƯỢNG thực tại.

- ĐỐI TƯỢNG và TÂM BIẾT PHÁT SINH ĐỒNG THỜI: Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh Sáu Thọ và Sáu Tưởng viết gộp lại như sau: XÚC → <Thọ - Tưởng>. Sáu Tưởng là sáu tâm biết trực tiếp giác quan (gọi tắt là trực giác) gồm Nhân thức, Nhĩ thức, Tỷ thức, Thiệt thức, Thân thức và Tưởng thức có phận sự ghi nhận hay nhận biết Sáu Thọ (tâm lý học gọi là nhận thức cảm tính đối tượng).

\* Tâm biết trực tiếp Tưởng sinh lên rồi diệt đi đồng thời với đối tượng Thọ, không trước không sau, bởi quan sát sự thật thì thấy rõ, XÚC sinh <Thọ - Tưởng> sinh, XÚC diệt <Thọ - Tưởng> diệt. Sự thật này trái ngược với Duy vật, đối tượng vật chất có trước, tâm biết đối tượng có sau, trái ngược với Duy tâm là tâm biết đối tượng có trước, đối tượng vật chất được biết có sau. Vật lý lượng tử mới đây cũng có một phát hiện mới rất quan trọng phù hợp với sự thật: Người quan sát (tâm biết) và Đối Tượng được quan sát xuất hiện cùng một lúc, không trước không sau.

\* Tâm biết gián tiếp Ý thức phát sinh theo lộ trình:

XÚC → <Thọ - Tưởng> → Niệm → Tư Duy → <Tư tưởng - Ý thức >



Hành vi Tư duy xảy ra với các thông tin do tâm biết Tưởng cung cấp nên phát sinh ra TƯ TƯỞNG và đồng thời phát sinh Ý THỨC biết TƯ TƯỞNG vừa phát sinh. Ý thức biết tư tưởng và ĐỐI TƯỢNG được biết là tư tưởng cũng đồng sinh đồng diệt, không có trước sau như Duy tâm và Duy vật. Tâm biết Ý thức do tư duy, suy luận nên là tâm biết gián tiếp dựa vào các thông tin đã lưu giữ từ quá khứ trong kho chứa thông tin, nhưng các thông tin đã được lưu giữ đó lại là các THÔNG TIN VỀ CẢM THỌ chứ không phải THÔNG TIN VỀ THẾ GIỚI nên hiểu biết Ý thức KHÔNG PHẢI LÀ HIỂU BIẾT về Thế Giới Vật Chất hay Thế Giới Tâm Linh. Nhân loại với quan điểm Duy tâm và Duy vật cho rằng Ý thức Hiểu biết về Thế Giới Vật Chất hay Thế Giới Tâm Linh là hoàn toàn nhầm lẫn vì Ý thức phát sinh do tư duy, suy luận dựa trên các thông tin, kinh nghiệm về Cảm Thọ, không phải là thông tin về Thế Giới. Nếu Suy luận HỢP LÝ dựa trên kinh nghiệm về Cảm thọ thì có thể kết luận là CÓ THẾ GIỚI VẬT CHẤT, CÓ SẮC PHÁP còn nó là cái gì, ra sao thì không biết được. Ví như, dựa trên Cảm giác hình ảnh mà Nhân thức thấy, có thể Suy luận hợp lý là các Sắc trần đang tương tác theo quy luật: Hai nhân tương tác nhau rồi cùng diệt mà phát sinh quả, nên Sắc trần Vô thường, Vô chủ (Vô ngã). Đó là GIỚI HẠN ĐỎ của hiểu biết nhân loại về Thế giới vật chất, về Sắc pháp. Chính vì vậy mà một số nhà khoa học xuất sắc lỗi lạc đã công nhận sự thật: Cho đến nay, một điều chắc chắn là, chúng ta không biết vật chất là cái gì. Vì vậy, hiểu biết

của nhân loại về Thế Giới Vật Chất và Thế Giới Tâm Linh là do SUY DIỄN, TƯỞNG TƯỢNG, không phải là hiểu biết đúng sự thật.

b - Tuệ tri vị ngọt: Thực tại có ba loại Thọ, Lạc thọ, Khổ thọ và Bất khổ bất lạc thọ trong đó Lạc thọ là Hạnh phúc, là Vị ngọt nên Thực tại không phải chỉ có duy nhất Đau khổ mà có cả Hạnh phúc và Khổ đau. Nhưng Hạnh phúc và Khổ đau là các Cảm giác do duyên Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh nơi thân chứ không thường hằng, thường trú nơi Thế giới vật chất như Duy vật hay Thế giới tâm linh như Duy tâm. Khi có một Lạc thọ phát sinh nơi các giác quan, tâm Tham liền khởi lên và thông tin tâm tham đó được dẫn truyền về các tế bào nội tạng như tim phổi gan ruột... và do tương tác giữa lượng thông tin tham với các tế bào nội tạng tương ứng mà phát sinh một "làn sóng" Cảm giác dễ chịu vi tế. Đó chính là Cảm thọ Hạnh phúc mà con người cảm nhận. Tương tự khi có Khổ thọ, Bất khổ bất lạc thọ thì Sân, Si ưu não khởi lên và cũng phát sinh một "làn sóng" Cảm giác khó chịu vi tế nơi tế bào nội tạng tương ứng. Đó chính là Cảm thọ Khổ đau mà con người cảm nhận.

c - Tuệ tri sự nguy hiểm: Lạc thọ là vô thường, vô chủ, nó sinh lên rồi diệt ngay, không thể nắm giữ hay xua đuổi, vì thế nếu Tham ái Lạc thọ sẽ muốn nắm giữ nó tồn tại mãi với mình nên khi nó biến hoại, biến diệt, mất đi Sầu Bi Khổ Ưu Não sẽ khởi lên. Nếu Thấy, Nghe, Cảm nhận một Lạc thọ mà không tham đắm thì khi nó mất đi, Khổ không

khởi lên. Vậy thì, Tham ái Lạc thọ là NGUY HIỂM, vì nó phát sinh Khổ. Sân đối với Khổ thọ, Si đối với Bất khổ bất lạc thọ là NGUY HIỂM là các "biến thể" của Tham. Như vậy, Khổ và Nguyên nhân Khổ thuộc NỘI TÂM do duyên Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh chứ không phải từ Thế giới vật chất hay Thế giới tâm linh ngoại cảnh mà đến với con người.

d - Tuệ tri sự xuất ly của Thọ: Khi thấy, nghe, cảm nhận các đối tượng của Thực tại mà TUỆ TRI các đối tượng đó là Cảm thọ do duyên Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh, nó Vô thường, Vô chủ (Vô ngã), có vị ngọt, có sự nguy hiểm thì sẽ KHÔNG CÓ THAM với Lạc thọ, KHÔNG CÓ SÂN với Khổ thọ, KHÔNG CÓ SI với Bất khổ bất lạc thọ. Đó gọi là Tuệ tri sự xuất ly của Thọ, đồng nghĩa với Tuệ tri Khổ diệt, Tuệ tri Niết bàn. Như vậy, Khổ diệt và Con đường Khổ diệt xảy ra nơi NỘI TÂM, nơi Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần mà phát sinh chứ không phải nơi Thế giới vật chất hoặc Thế giới tâm linh ngoại cảnh như hiểu biết Duy vật và Duy tâm của nhân loại.

4 - KẾT LUẬN: Nội dung giác ngộ của Đức Phật là: Tuệ tri sự sinh diệt của Thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ là cách diễn nói khác của Tứ Thánh Đế. Cách diễn đạt khác như vậy toát lên: Sự thật Khổ, Sự thật Nguyên nhân Khổ, Sự thật Chấm dứt Khổ, Sự thật Con đường Chấm dứt Khổ đều thuộc về Thực tại Cảm thọ, thuộc về NỘI TÂM chứ không thuộc Thế giới ngoại cảnh vật chất

hoặc Thế giới ngoại cảnh tâm linh như hiểu biết mê lầm Duy tâm hoặc Duy vật của nhân loại. Ngài lại còn tuyên bố: Ta tuyên bố, thế gian, nguồn gốc thế gian, sự chấm dứt thế gian và con đường chấm dứt thế gian đều nằm nơi tấm thân dài hơn thước mấy có Tưởng và Thức này. Thế gian chứ không phải Thế giới, là thực tại của phàm phu có Khổ và Nguyên nhân Khổ. Chấm dứt thế gian là chấm dứt thực tại phàm phu khi thể nhập Thực tại Xuất thế gian của bậc Thánh có Khổ diệt và Con đường Khổ diệt. Vì vậy, tu tập để chứng ngộ Tứ Thánh Đế là tu tập nơi thân này, TUỆ TRI SÁU XÚC XỬ nơi thân này chứ không cần phải tu tập nơi hang sâu núi thẳm, khám phá cấu trúc vũ trụ hay thể nhập Tánh thấy, Tánh nghe hay một cảnh giới tâm linh không sinh không diệt nào đó.



## CÓ CẦN THIẾT HỖ LẠC CỦA CHÁNH ĐỊNH KHÔNG

Đây là bài viết bình luận về bài viết của Tuệ Đông tựa đề: HÀNH GIẢ CÓ THỂ DÍNH MẮC VỚI ĐỊNH KHÔNG, nhưng chắc dài quá, đăng không thành công trong phần bình luận. Vì thế, không có đầu đuôi minh bạch mà chỉ là phản biện một số tư tưởng đương thời xuất hiện trong các bình luận đó.

Thứ nhất là Hạnh phúc không phải là Nguyên nhân Khổ nhưng vì hiểu sai Hạnh phúc là Nguyên nhân Khổ mà Ngoại đạo đã chủ trương xa lánh, sợ hãi Hạnh phúc nên đi đến Khổ Hạnh, một cực đoan khác của thế gian. Đức Phật đã chỉ ra Sự thật kẻ Phàm phu vì bị vô minh che đậy, bị tham ái chi phối khi cảm nhận Hạnh phúc thì CHẤP CÓ hoặc CHẤP KHÔNG đối tượng đó nên Tham ái Hạnh phúc và do Tham ái nên Nắm giữ (Ràng buộc, muốn nó còn mãi với mình), vì vậy khi nó mất đi, khổ sẽ khởi lên. CHẤP CÓ hạnh phúc là tư tưởng Duy vật cho rằng Hạnh phúc sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú

trong Sắc đẹp, Tiếng hay, Hương thơm, Vị ngon, Xúc chạm êm ái, tức sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú trong thế giới vật chất ngoại cảnh. CHẤP KHÔNG là tư tưởng Duy tâm cho rằng Hạnh phúc do Thượng đế, do Phật, bồ tát, do công đức tổ tiên... đưa đến cho con người. Đức Phật nhờ TUỆ TRI Hạnh phúc là Cảm giác (Cảm thọ), nó vô thường, vô chủ (vô ngã), nó có vị ngọt, SỰ NGUY HIỂM và sự xuất ly. SỰ NGUY HIỂM là, hạnh phúc là cảm giác, nó vô thường sinh diệt, nếu tham ái thì sẽ nắm giữ nên khi nó biến hoại, biến diệt, mất đi Sầu bi khổ ưu não sẽ khởi lên. Ngài đã tuyên bố sự giác ngộ của mình trong kinh Phạm võng: Nay các Tỷ kheo, Như Lai nhờ tuệ tri sự sinh diệt của thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không còn chấp thủ. Người Phật tử không nên NHẢM LẤN hạnh phúc là nguyên nhân đau khổ mà phải ghi nhớ THAM ÁI HẠNH PHÚC là nguyên nhân đau khổ. Vì hiểu nhầm tiền bạc là nguyên nhân đau khổ, không hiểu như thật Tham ái tiền bạc là nguyên nhân khổ mà Thiển tông Trung hoa đã ca ngợi hạnh vi đồ tất cả tài sản vàng bạc xuống sông của một vị cư sĩ, rồi làm nghề đan sọt mà cả nhà đắc đạo.

Thứ hai là vì không quan sát, không hiểu biết Chánh Định (gồm Sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền) trong lộ trình tâm Bát Chánh đạo siêu thế bao gồm cả TÁM CHI PHẦN trong đó có ba chi phần quan trọng nhất CHÁNH NIỆM - CHÁNH ĐỊNH - CHÁNH KIẾN gọi tắt là NIỆM - ĐỊNH - TUỆ nên các Chú Giải sau này đã suy diễn về

tu tập Thiền định và Thiền quán riêng rẽ, không quan sát trong mối liên hệ nhân quả với bảy chi phần còn lại, nên không đúng với Kinh mà Đức Phật thuyết giảng. Tu tập theo lời giảng của Đức Phật là tu tập Bát Chánh đạo để chứng ngộ và an trú ba chi phần cơ bản là NIỆM gồm Tứ Niệm xứ (Chánh Niệm về Thân thọ tâm pháp), ĐỊNH gồm Tứ Thiền, TUỆ gồm Tứ Thánh đế (khổ đế, tập đế, diệt đế, đạo đế). Đương nhiên khi tu tập Bát Chánh đạo siêu thế thì phải có Chánh Định, tức phải an trú được tối thiểu sơ thiền hoặc các tầng định cao hơn và đương nhiên có hỷ lạc của sơ thiền, nhị thiền, lạc của tam thiền, hiện tại lạc trú của tứ thiền. Đây có thể gọi là hạnh phúc nội tâm của bậc Thánh hữu học và vô học. Khi an trú được hỷ lạc nội tâm này thì mới tuệ tri đây là Thánh lạc, Chánh giác lạc, an tịnh lạc và mới tuệ tri được Dục lạc thế gian do sắc đẹp, tiếng hay... mà phạm phu mê đắm có tính chất vui ít, khổ nhiều, não nhiều mà nguy hiểm lại nhiều hơn là Phạm phu lạc, ô uế lạc, bất tịnh lạc. Đương nhiên khi an trú sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền thì hành giả "hưởng thụ" hạnh phúc nội tâm nhưng hoàn toàn không có Tham ái hạnh phúc đó vì lộ trình tâm Bát Chánh Đạo với Niệm - Định - Tuệ thì không thể có tham ái. Nhưng khi rời sự tu tập BCD, lộ trình tâm Bát Tà Đạo của phạm phu khởi lên, hồi tưởng về hỷ lạc đã có được khi tu tập, lúc đó Tham ái hỷ lạc (đã qua) khởi lên. Đây chính là tham ái hỷ lạc của định, xảy ra nơi lộ trình tâm Bát Tà Đạo. Nhưng Tham ái này không đáng sợ hãi vì Tham này đưa đến Muốn tu tập BCD siêu thế và Tham

Muốn này chính là Dục Như Ý Túc trong Tứ Như Ý túc mà Đức Phật đã giảng dạy, cần phải phát triển tu tập, nó thuộc về Bát Chánh Đạo hiệp thế.

Trong Tiểu Kinh Khổ Uẩn, Đức Phật đã giảng giải cho Ma Ha Nam khi ông ấy trình bày với Đức Phật là tại sao tuy ông ấy đã nhận thức, đã tuệ tri Các Dục (Dục lạc thế gian) vui ít khổ nhiều, não nhiều mà nguy hiểm lại càng nhiều hơn nhưng tham vẫn chiếm cứ tâm, sân vẫn chiếm cứ tâm, si vẫn chiếm cứ tâm, là tại vì chưa chứng được sơ thiền hoặc các tầng định cao hơn. Rõ ràng nếu tu tập BCD mà chưa chứng tối thiểu là sơ thiền thì lộ trình tâm đó vẫn là BTĐ, vẫn bị chi phối, lôi kéo, khống chế của Dục lạc thế gian vui ít khổ nhiều. Vì sao vậy? Vì còn tham ái. Chừng nào mà tu tập chứng được tối thiểu là Sơ thiền, có hỷ lạc nội tâm thì mới xa lánh, từ bỏ, viễn ly, ly tham Dục lạc thế gian. Chính vì lý do đó mà trong Kinh Trung Bộ, rất nhiều lần, rất nhiều lần, Đức Phật khuyến khích tu tập để đạt được sơ, nhị thiền... để có được hỷ lạc nội tâm này và phải thân cận, đừng sợ hãi, đừng xa lánh hỷ lạc này như Tuệ Đông đã trích dẫn.

Đức Phật nói rằng chứng được tứ thiền một cách không khó khăn, một cách không mệt nhọc, một cách không phí sức, còn sau này vì hiểu không đúng, thực hành không đúng, không chứng ngộ và an trú các tầng định nên các Luận sư, các Chú giải thuộc Tạng Luận có tư tưởng tà kiến phủ nhận sự tu tập Định theo các tầng thiền với tà kiến là

nó cản trở Thiền quán. Họ chủ trương Quán là phải xuất định, là không có Định và lúc đó mới tư duy được. Thực chất không có định thì lộ trình tâm đó là Bát Tà Đạo và Tư duy như vậy là Tà Tư Duy. Do tư duy như vậy mà phát sinh hiểu biết, nhưng hiểu biết do Tà Tư Duy như vậy chỉ là Tà Tri Kiến chứ không thể là Chánh Tri Kiến. Trong Tạng Kinh, Chỉ và Quán phải song hành và đã được khẳng định bởi rất nhiều bản kinh như sau: Vị ấy ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. VỚI TÂM ĐỊNH TĨNH, NHU NHUYỄN, DỄ SỬ DỤNG, VỮNG CHẮC, BÌNH THẢN, KHÔNG CẤU NHIỄM NHƯ VẬY (trạng thái tứ thiền), vị ấy hướng đến (Chánh Tư Duy) và BIẾT NHƯ THẬT, đây là sự thật về khổ, đây là sự thật về nguyên nhân khổ, đây là sự thật về Chấm dứt khổ, đây là sự thật về Con đường chấm dứt khổ. Do THẤY NHƯ VẬY, BIẾT NHƯ VẬY mà mọi lậu hoặc được đoạn tận. Chánh Trí khởi lên, vị ấy biết Sanh đã tận... Cả Văn và Nghĩa đều nói rõ phải an trú trong trạng thái định Tứ thiền mới Chánh Tư Duy và phát sinh Chánh Tri Kiến, là hiểu biết đúng như thật (là Trí Tuệ, Minh) mới xoá bỏ được Vô Minh và giác ngộ Tứ Thánh Đế. Tuy nhiên an trú sơ thiền, nhị thiền, tam thiền vẫn đạt được điều đó nhưng tứ thiền thì hiệu quả nhanh hơn. Không an trú trong định thì không thể Quán như vậy được. Sự thành đạo của Đức Phật đã khẳng định như vậy, CHỈ VÀ QUÁN SONG HÀNH.

Trong Thất Giác Chi có Hỷ giác chi là một trong 7 yếu tố của giác ngộ, nó hiện hữu nơi các vị đã giác ngộ và nó

hiện hữu khi tu tập BCD siêu thế của hành giả đang tu tập, đó chính là hỷ lạc của các tầng định sơ thiền, nhị thiền... Vì vậy, sự phủ nhận tu tập Chánh Định với sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền là Tà Kiến của các luận sư, của các chú giải, của tất cả những ai chủ trương như vậy.





## DUYÊN KHỞI CHÁNH TRI KIẾN

Trong bài kinh Đại Kinh Phương Quảng thuộc Trung Bộ Kinh, có câu hỏi và câu trả lời như sau:

- Nay Hiền giả, có bao nhiêu duyên khiến Chánh Tri Kiến sanh khởi?

- Nay Hiền giả, có hai duyên khiến Chánh Tri Kiến sanh khởi: TIẾNG CỦA NGƯỜI KHÁC và NHƯ LÝ TÁC Ý. Nay Hiền giả, do hai duyên này mà Chánh Tri Kiến sanh khởi.

Chánh Tri Kiến là tâm biết ý thức, biết đúng như thật đối tượng đó là gì, tính chất ra sao, còn có tên gọi là Minh, là Trí Tuệ, và trong kinh Pháp Môn Căn Bản gọi là Liễu tri các pháp. Vì sao Chánh Tri Kiến hay Tuệ sanh khởi do hai duyên như vậy? Tuệ hay Chánh Tri Kiến mà Giáo Pháp của Đức Thế Tôn thuyết giảng có ba loại Tuệ, nếu nói chính xác là có ba cấp độ Tuệ: Tuệ do nghe giảng gọi là Văn Tuệ, Tuệ do tư duy về những điều đã được nghe giảng gọi là Tư Tuệ và Tuệ do tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế gọi là Tu Tuệ.

1- Tuệ sanh khởi do tiếng của người khác: Khi được nghe Như Lai hoặc đệ tử Như Lai đã Liễu tri các pháp thuyết giảng mà CÓ ĐƯỢC HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT về Lý Duyên Khởi, về Vô thường, về Vô ngã, về Khổ, về Nguyên nhân Khổ, về Chấm dứt Khổ (Niết bàn), về Con đường chấm dứt Khổ thì đó là Chánh Tri Kiến khởi lên. Chánh Tri Kiến khởi lên do duyên tiếng nói người khác như vậy gọi là Văn Tuệ.

2 - Tuệ sanh khởi do Như lý tác ý: Tác ý là một hành vi thuộc phạm trù Tâm (còn được gọi là tâm hành) là một hành vi rất vi tế, khó thấy, khó biết. Tác ý là nhân phát sinh ra lời nói, hành động hoặc một lộ trình tâm mới, nói nôm na theo tiếng Việt là quyết định làm. Ví như, muốn giơ tay lên nhưng chỉ có muốn đó thôi thì hành vi giơ tay không xảy ra, mà muốn rồi phải tác ý giơ tay khởi lên thì hành động giơ tay mới xảy ra. Tác ý phát sinh do hiểu biết không đúng như thật (Vô minh) gọi là Phi như lý tác ý. Tác ý phát sinh trên hiểu biết đúng như thật (Minh) gọi là Như lý tác ý.

- Tư Tuệ phát sinh do duyên Như lý tác ý: Sau khi nghe giảng hoặc tự đọc kinh điển có được Văn Tuệ và những thông tin về Văn Tuệ đó được lưu giữ trong kho chứa Pháp trần, nếu có tác ý hướng tâm đến tư duy về những điều đã được nghe trên thì tác ý như vậy gọi là Như lý tác ý. Do Như lý tác ý như vậy mà hành vi Tư Duy xảy ra. Hành vi Tư Duy về Văn Tuệ như vậy sẽ phát sinh hiểu biết đúng

như thật về những điều đã nghe sâu sắc hơn, rộng lớn hơn Văn Tuệ. Hiểu biết phát sinh do Tư Duy như vậy chính là Chánh Tri Kiến và được gọi là Tư Tuệ.

- Tư Tuệ phát sinh do duyên Như lý tác ý: Do Văn Tuệ và Tư Tuệ như vậy mà phát sinh Như lý tác ý, là tác ý đến tu tập, để khởi lên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế với ba yếu tố hay ba chi phần căn bản và là trực chính, là xương sống của Bát Chánh Đạo siêu thế. Đó là: Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Tri Kiến nói tắt là: NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Chánh Tri Kiến hay Tuệ trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế là sự trải nghiệm, là sự chứng ngộ, là THẤY BIẾT NHƯ THẬT những điều đã học (Văn Tuệ), đã tư duy (Tư Tuệ), là sự Giác Ngộ về Thực Tại, về Duyên Khởi, về Vô Thường, Vô Ngã, về Khổ Tập Diệt Đạo.

Đó là lý do để nói lên Chánh Tri Kiến sanh khởi do hai duyên: Tiếng nói người khác và Như lý tác ý. Điều này cũng khẳng định tính nhất quán, xuyên suốt trong sự thuyết giảng của Đức Thế Tôn, là muốn có Giải Thoát tối hậu, muốn đạt được Chánh Trí: Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm không còn trở lui trạng thái (hiện hữu) này nữa thì không thể có lộ trình nào khác ngoài lộ trình VĂN - TƯ - TU, để phát sinh ba loại Tuệ. Trong lộ trình Văn - Tư - Tu, ba loại Tuệ đều rất quan trọng nhưng Văn Tuệ là nền tảng mà từ đó phát triển và hoàn thiện thành Tư Tuệ và Tu Tuệ. Vì vậy, nếu không nghe Như Lai hoặc đệ tử Như Lai (đã có Văn Tuệ và Tư Tuệ hoặc cả ba) thì không thể nào có Tuệ Giải Thoát.

Trí Tuệ này khởi lên là phải do duyên TIẾNG NÓI NGƯỜI KHÁC, nó không có sẵn trong Phật tánh không sinh không diệt, không có sẵn trong Tánh Biết không sinh không diệt, không có sẵn trong một cái tâm nào đó để tâm truyền tâm (truyền tâm ấn), không phải là Vô sư trí không thầy chỉ dạy có sẵn nơi tâm mỗi người, không phải do Định mà phát Tuệ này, không phải do định phát sinh ánh sáng trí tuệ soi rõ pháp giới. Tuệ này chỉ do một người duy nhất, độc nhất vô nhị, không thầy chỉ dạy đạt được và thuyết giảng. Đó là Bạc Chánh Đẳng Giác Thích ca mâu ni. Trước khi chứng ngộ Trí Tuệ này, Ngài vẫn còn Vô minh, không có sẵn Trí Tuệ này nhưng với trí thông minh đặc biệt, Ngài đã quan sát sự thật và Tư Duy trên sự thật quan sát đó mà Ngài có được Trí Tuệ. Cùng là quan sát khám phá sự thật như khoa học, nhưng sự khác biệt của Ngài và các nhà khoa học cũng quan sát khám phá sự thật là: Các nhà khoa học sau khi quan sát sự thật lại Tư Duy để hiểu biết về sự thật quan sát bằng TRI THỨC KINH NGHIỆM ĐÃ TÍCH LŨY TRONG QUÁ KHỨ và do vậy mà hiểu biết do Tư Duy như vậy sẽ là hiểu biết sai sự thật, là vô minh do những tri thức kinh nghiệm quá khứ của nhân loại đã tích lũy là vô minh, là không đúng sự thật. Đức Phật cũng quan sát sự thật rồi Tư Duy trên sự thật quan sát, mà KHÔNG SỬ DỤNG CÁC TRI THỨC, KINH NGHIỆM VÔ MINH ĐÃ TÍCH LŨY TRONG QUÁ KHỨ và do vậy mà có được Trí Tuệ, có được HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT các sự vật và hiện tượng, các pháp.



## ĐÃ BIẾT VÔ THƯỜNG SAO CÒN PHIỀN NÃO

Đây là một câu hỏi nhưng gần như không có câu trả lời cho đa số những người tu học theo Phật Giáo. Câu trả lời chỉ đến với một số người trí khi lật lại vấn đề. Có phải biết các pháp vô thường thì chấm dứt phiền não không? Vậy tại sao những người tu học nói là đã biết vô thường nhưng họ vẫn than phiền không hết phiền não? Câu trả lời là tại vì, hiểu biết về Vô thường của những người đó "ĐANG CÓ VẤN ĐỀ", chưa đúng với SỰ THẬT VÔ THƯỜNG nên còn phiền não. Vậy thì, biết các pháp VÔ THƯỜNG cho đến MỨC ĐỘ NHƯ THẾ NÀO thì mới chấm dứt phiền não? Để chấm dứt được Phiền não, chấm dứt được Khổ không những phải Tuệ tri vô thường mà còn phải Tuệ tri sự nguy hiểm, và Tuệ tri sự xuất ly.

1 - TUỆ TRI VÔ THƯỜNG: Phải nhận thức rằng, BIẾT các pháp (Danh và Sắc) là vô thường có hai loại: Biết vô thường không đúng với sự thật, do tưởng tượng ra gọi là Vô Minh hay Tà Tri kiến thuộc về Phàm phu, phát sinh

trên lộ trình tâm Bát tà Đạo và Biết vô thường đúng như thật gọi là Minh, là Tuệ tri, là Chánh Tri kiến thuộc về bậc Thánh, phát sinh trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo.

**A - Hiểu biết vô thường không đúng như thật cho nên vẫn phiền não:**

- Một là: Hiểu biết của nhân loại các pháp VÔ THƯỜNG theo nghĩa là các pháp đang BIẾN ĐỔI từ cái này sang cái kia. Hạt gạo biến đổi thành hạt cơm, trẻ biến đổi thành già, thân thể biến đổi từ khoẻ sang bệnh, không khí từ lạnh sang nóng, mùa hạ sang thu, từ hoa sang trái, từ xanh sang chín, từ sống sang chết...vv. Theo nghĩa này thì sau khi thấy, nghe, cảm nhận một đối tượng, Tư Duy Suy Diễn theo kinh nghiệm cá nhân khởi lên, SUY ĐOÁN đối tượng đó sẽ mất đi, sẽ không còn tồn tại trong một tương lai xa hay gần nào đó, và vì vậy, đối tượng đó vô thường. Ví như nhìn một đứa bé rồi khởi lên, mấy chục năm nữa nó sẽ chết, nó sẽ vô thường. Thấy một cô thiếu nữ xinh đẹp rồi hiểu rằng xinh đẹp đó sẽ vô thường trong mười lăm năm sắp tới. Thấy một bông hoa đang nở tươi rói nhưng nghĩ rằng nó sẽ vô thường vì một tuần sau nó sẽ tàn lụi. Thấy một toà nhà cao tầng hiện đại, nghĩ rằng nó sẽ bị huỷ hoại, sẽ vô thường biến mất sau một ngàn năm nữa... Hiểu biết các đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận sẽ biến đổi thành cái khác, sẽ vô thường TRONG TƯƠNG LAI chứ không phải nó vô thường trong giây phút hiện tại là SUY DIỄN TƯỚNG TƯỢNG ra vô thường mà KHÔNG TRỰC

TIẾP thấy vô thường. Với hiểu biết vô thường như vậy thì vẫn còn rất nhiều thời gian để mà tận hưởng Dục lạc, tận hưởng niềm vui, hạnh phúc dài dài từ các đối tượng đó. Hiểu biết vô thường như vậy sẽ đưa đến một lối sống gấp, tận hưởng mọi lạc thú, không để nó trôi qua một cách uống phí kiểu như, "nhanh lên chứ, vội vàng lên với chứ. Em, em ơi, tình non sắp già rồi"... Hiểu biết vô thường do duy diễn, tưởng tượng như vậy thì Tham ái càng mãnh liệt và Phiền não càng tăng thêm nên mới ca thán, "đã biết vô thường, sao lại còn phiền não".

- Hai là: Hiểu biết vô thường nhưng thực chất là Thường kiến: Hiểu biết bởi Ý thức của nhân loại là Nhị Nguyên TÂM CẢNH, nghĩa là cái biết là TÂM và đối tượng được biết là CẢNH, là THẾ GIỚI sắc thanh hương vị xúc pháp, vì vậy những đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận, được nhận thức là THẾ GIỚI NGOẠI CẢNH. Tất cả các pháp như to nhỏ, vuông tròn dài ngắn, đẹp xấu, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn... là tính chất của thế giới ngoại cảnh, SẮN CỐ, THƯỜNG XUYÊN CỐ, THƯỜNG HẰNG, THƯỜNG TRÚ nơi thế giới ngoại cảnh, như ngọt ở trong đường, mặn trong muối, ngon dở trong thức ăn, nóng ở trong lửa, lạnh ở trong nước đá, cứng mềm thô mịn, nặng nhẹ ở trong hòn đá, trong địa đại, Hạnh phúc sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú trong thế giới ngoại cảnh. Hạnh phúc có trong sắc đẹp, tiếng hay, hương thơm, vị ngon, xúc chạm êm ái, trong tiền bạc, xe cộ, nhà cửa, tài sản, trong sắc đẹp,

thành đạt, danh tiếng... Hiểu biết này không đúng sự thật, là vô minh tà kiến mà thuật ngữ Phật học gọi là THƯỜNG KIẾN hay CHẤP CỐ. Hiểu biết vô thường của đa số người học Phật trên nền tảng THƯỜNG KIẾN hay CHẤP CỐ như vậy nên vẫn khát ái tìm cầu hạnh phúc chỗ này chỗ kia trong thế giới ngoại cảnh và vì vậy vẫn cứ phiền não nên ca thán hoài, "đã biết vô thường sao lại còn phiền não".

### **B - Hiểu biết đúng như thật vô thường:**

- Muốn có được hiểu biết như thật vô thường hay Tuệ tri vô thường thì phải có được hiểu biết đúng như thật về Định Luật Nhân Quả hay Lý Duyên Khởi mà cụ thể là các pháp phát sinh theo quy luật: Hai nhân tiếp xúc nhau (tương tác) rồi cùng diệt mới phát sinh quả, chứ không phải một nhân biến đổi thành quả hay nhân chính biến đổi thành quả có các nhân phụ hay duyên trợ giúp như hiểu biết vô minh của nhân loại. Với quy luật này, nếu quan sát theo thời gian thì các pháp sinh lên rồi diệt đi, chỉ xuất hiện và tồn tại một lần duy nhất trong một khoảng thời gian rất ngắn ngủi, không lặp lại lần thứ hai nên nó Vô thường, nếu quán sát theo chiều không gian thì các pháp là Vô chủ, vô sở hữu (hay Vô ngã).

- Thấu hiểu THỰC TẠI này là các CẢM THỌ chứ không phải THẾ GIỚI: Quan sát Lý Duyên Khởi để thấy biết sự thật, THỰC TẠI mà nhân loại đang sống là SÁU LOẠI CẢM GIÁC (CẢM THỌ) do Sáu Căn tiếp xúc (tương tác) Sáu Trần mà phát sinh gồm: Cảm giác hình ảnh, Cảm giác

âm thanh, Cảm giác mùi, Cảm giác vị, Cảm giác xúc chạm và Cảm giác pháp trần. Nhân loại đã nhầm lẫn (vô minh) một cách căn bản là Nhân thức thấy Sắc trần, Nhĩ thức nghe Thanh trần, Tỷ thức ngửi Hương trần, Thiệt thức nếm Vị trần, Thân thức cảm nhận Xúc trần và Ý thức biết Pháp trần (Tâm biết Cảnh) mà SỰ THẬT là Nhân thức thấy Cảm giác hình ảnh, Nhĩ thức nghe Cảm giác âm thanh, Tỷ thức cảm nhận Cảm giác mùi, Thiệt thức cảm nhận Cảm giác vị, Thân thức cảm nhận Cảm giác xúc trần và Tưởng thức cảm nhận Cảm giác pháp trần (Tâm biết Tâm). Vì vậy, tất cả các pháp như to nhỏ, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn nặng nhẹ, nóng lạnh, đàn ông, đàn bà, xe cộ, nhà cửa, sum la vạn tượng... mà nhân loại lầm tưởng là thế giới hiện tượng, CHÍNH LÀ CÁC CẢM GIÁC do Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh chứ không phải là Thế giới ngoại cảnh sắc thanh hương vị xúc pháp trần. Khi BIẾT NHƯ THẬT các đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận đó là CẢM GIÁC thì cũng BIẾT NHƯ THẬT NGAY LIỀN NÓ VÔ THƯỜNG. Ví như Phàm phu thấy cái bàn gỗ lim rồi hiểu biết khởi lên, cái bàn CỨNG, thì CỨNG là tính chất của cái bàn, sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú nơi cái bàn. Cái bàn đó sẽ bị hư hoại, sẽ biến mất trong vài ba chục năm nữa và lúc đó CỨNG của cái bàn cũng hoại diệt, lúc đó CỨNG SẼ VÔ THƯỜNG. Đó là Phàm phu chấp thường hay chấp có và thấy vô thường như vậy là do suy diễn, tưởng tượng. Nếu quan sát sự thật Bàn là một

nhân và Bàn tay là nhân thứ hai nhưng chưa tiếp xúc thì chưa có CỨNG nào xuất hiện. Khi Bàn tay tiếp xúc Bàn thì lập tức phát sinh CẢM GIÁC CỨNG mà Thánh hay Phàm đều cảm nhận được và Cảm giác cứng này mới là Thực tại của cuộc sống. XỨC sinh Cảm Giác Cứng sinh, XỨC diệt Cảm Giác Cứng diệt. Cảm Giác Cứng sinh lên rồi diệt đi, nó VÔ THƯỜNG, nó không sẵn có, không thường xuyên có, không thường hằng, không thường trú nơi cái bàn gỗ lim. Đây là thấy biết vô thường TRỰC TIẾP không phải là Suy Diễn Tưởng Tượng vô thường. Các pháp khác cũng quan sát tương tự như vậy. Khi Tuệ tri SÁU XỨC XỬ như vậy, sẽ Tuệ tri các pháp vô thường, bằng một cái biết trực tiếp về vô thường và quan trọng nhất là Tuệ tri được Hạnh Húc (Vị ngọt) là CẢM GIÁC ĐỂ CHỊU (Lạc Thọ) do Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh, nó Vô thường, nó sinh lên rồi diệt đi tức thì, nó không sẵn có, không thường xuyên có, không thường hằng, không thường trú trong thế giới ngoại cảnh, nó không có trong sức khỏe, sắc đẹp, tiền bạc, tài sản, thành đạt, danh tiếng. Ví như, khi lưỡi tiếp xúc với một loại thức ăn thượng vị, phát sinh một cảm giác (Lạc thọ) và phát sinh tâm thích thú (Tham) cảm giác đó, và do thích thú cảm giác đó mà phát sinh một cảm giác hạnh phúc. Nếu bắt ăn món ăn thượng vị đó nhiều ngày liên tục thì cảm giác ngon không còn nữa, cảm giác hạnh phúc không còn phát sinh mà phát sinh cảm giác nhàm chán, đau khổ. Vì vậy, hạnh phúc là cảm giác, nó không có trong món ăn thượng vị. Một người lúc mới bắt đầu có tài sản một tỷ đô

la sẽ rất thích thú khi nghĩ đến khối tài sản mà mình có được và do thích thú đó mà phát sinh cảm giác hạnh phúc, nhưng anh ta không thể nào suốt ngày chỉ nghĩ đến khối tài sản và cảm nhận hạnh phúc như vậy, anh ta còn có rất nhiều việc phải làm, phải lo nghĩ, phải toan tính, phải đối phó để giữ gìn và tăng trưởng khối tài sản nên lúc đó cảm giác hạnh phúc diệt đi, cảm giác bức xúc, đau khổ phát sinh. Vì vậy, hạnh phúc không có trong một tỷ đô la kia vì nếu có ở đó thì anh ta đã hạnh phúc liên tục suốt ngày, vì hạnh phúc chỉ là cảm giác. Nếu Tuệ tri Sáu Xúc Xứ, biết như thật Thực Tại là sáu loại Cảm Giác, Hạnh phúc chỉ là Cảm Giác, nó Vô thường, Vô chủ thì mới thấy nhân loại này quá vô minh, quá ngu si khi tham ái và nắm giữ Cảm Giác Hạnh phúc, là đối tượng không bao giờ có thể nắm giữ được vì nó vô thường và vô chủ.

## 2 - TUỆ TRI SỰ NGUY HIỂM:

- Thực Tại Cảm Giác là cuộc sống hàng ngày của con người và Thực Tại đó đang sinh diệt nhanh chóng, liên tục, không có bất kỳ một đối tượng nào của Thực Tại tồn tại lâu dài. Từ khi mở mắt thức dậy cho đến khi nhắm mắt nằm ngủ, đã có vô số, vô lượng Cảm giác hình ảnh, những đối tượng được thấy, LIÊN TỤC SINH LÊN RỒI DIỆT ĐI. Mắt tiếp xúc với Sắc trần này làm phát sinh Cảm giác hình ảnh này và phát sinh Nhãn thức thấy đối tượng đó rồi Mắt lại tiếp xúc với Sắc trần khác làm phát sinh Cảm giác hình ảnh khác và phát sinh Nhãn thức thấy đối tượng khác.

Khi đối tượng khác là Cảm giác hình ảnh khác phát sinh thì đối tượng này là Cảm giác hình ảnh này đã diệt. Các đối tượng được thấy là các Cảm giác hình ảnh đang SINH DIỆT nhanh chóng như vậy. Các đối tượng phát sinh nơi các giác quan khác cũng đang sinh diệt tương tự.

Thực Tại không những đang sinh diệt, Vô Thường mà nó còn có tính chất là Vô chủ, Vô sở hữu nghĩa là không có một cái gì, không có một ai, không có một cái Ta nào là chủ nhân, chủ sở hữu, điều khiển các đối tượng thực tại hay thuật ngữ Phật học gọi là VÔ NGÃ

Thấy được các đối tượng của Thực Tại đang sinh diệt là phần quan trọng để đi đến thể nhập TRÍ TUỆ VỀ SỰ SINH DIỆT CỦA CÁC PHÁP mà như Kinh Pháp Cú đã xác nhận: "Ai sống một trăm năm. Không thấy pháp sanh diệt. Không bằng sống một ngày. Thấy được pháp sanh diệt".

- Các đối tượng của Thực Tại, trong đó có Lạc Thọ là vô thường, sinh diệt nên nếu Tham ái (thích thú) các Lạc thọ thì sẽ nắm giữ, muốn nó tồn tại mãi. Vì vậy, khi nó vô thường, biến hoại, biến diệt, mất đi thì sầu bi khổ ưu não sẽ khởi lên. Đây chính là SỰ NGUY HIỂM, THAM ÁI LẠC THỌ LÀ NGUY HIỂM vì nó sẽ đưa đến khổ. Vì tham ái và nắm giữ Lạc thọ nên khi không có Lạc thọ mà xuất hiện Khổ thọ thì Sân (chán ghét) khởi lên làm phát sinh khổ, hoặc xuất hiện Bất khổ bất lạc thọ thì Si khởi lên, tìm kiếm một Lạc thọ để thay thế Bất khổ bất lạc thọ nên cũng sẽ



phát sinh khổ. Vì vậy, THAM ÁI LẠC THỌ LÀ NGUYÊN NHÂN KHỔ.

- Không những phải Tuệ tri các đối tượng của Thực Tại là Cảm Giác, Vô Thường, Vô Chủ mà còn phải Tuệ tri SỰ NGUY HIỂM tức Tuệ tri Tham ái lạc thọ là Nguyên Nhân Khổ, thì lúc đó mới Chấm Dứt Khổ, mới chấm dứt Phiền não. Lúc đó mới thực sự kinh nghiệm, "biết vô thường thì không còn phiền não". Ví như, cùng thấy một hòn than lửa đỏ nhưng đứa trẻ một, hai tuổi không biết Sự nguy hiểm nên nó cầm lên chơi và kết quả bỏng tay rất đau khổ. Trái lại, người lớn đã trải nghiệm nên khi thấy hòn than cháy đỏ liền biết rõ Sự nguy hiểm nên không thể tay trần cầm lấy hòn than cháy đỏ nên không bỏng tay, không đau khổ.

### 3 - TUỆ TRI SỰ XUẤT LY VÀ CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN XUẤT LY:

Nếu thấy, nghe, cảm nhận đối tượng thực tại mà HIỂU BIẾT NHƯ THẬT hay CHÁNH KIẾN khởi lên, BIẾT RÕ đối tượng đó là Cảm Thọ, nó Vô thường, Vô chủ, có vị ngọt (Lạc thọ), có sự nguy hiểm thì sẽ BIẾT RÕ SỰ XUẤT LY, nghĩa là biết rõ không có Tham Sân Si với đối tượng, cũng có nghĩa là biết rõ Khổ Diệt hay thuật ngữ Phật học gọi là biết rõ Niết Bàn. Nhưng không thể chỉ NGHE và TƯ DUY về Vô thường, về Sự nguy hiểm như vậy là có thể chấm dứt được Tham ái, chấm dứt được Khổ mà phải tu tập Bát Chánh Đạo mới có thể Tuệ tri về sự xuất ly, tuệ tri về Khổ Diệt. Tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế cũng có

nghĩa là thực hành Tứ Niệm Xứ, thực hành Chánh Niệm về Thân Thọ Tâm Pháp mà thực chất là luyện tập TRÍ NHỚ, để Nhớ được các nội dung quan trọng đã Nghe và Tư Duy trên. Luyện tập Chánh Niệm nghĩa là luyện tập Trí Nhớ cho thuần thực đến mức độ, sau khi thấy, nghe, cảm nhận đối tượng bởi tâm biết trực tiếp giác quan (gọi là Tỉnh Giác) LẬP TỨC Trí Nhớ về nội dung đã nghe, đã tư duy như trên khởi lên, và cái đó gọi là CHÁNH NIỆM. Do có Chánh Niệm như vậy mà Chánh Tư Duy khởi lên làm phát sinh Chánh Kiến, là tâm biết ý thức, BIẾT đối tượng đó là Cảm thọ, nó Vô thường, Vô chủ, nó có vị ngọt, có SỰ NGUY HIỂM. Với CHÁNH KIẾN biết đối tượng như vậy thì sẽ biết ngay, không có Tham Sân Si, không có Phiền não với đối tượng. Đó gọi là biết rõ SỰ XUẤT LY. Sự luyện tập Chánh Niệm, luyện tập Trí Nhớ với nội dung này phải liên tục, phải kỳ công hình dung như khi học ngoại ngữ. Người học ngoại ngữ sau khi thấy hình ảnh chữ đó, nghe âm thanh chữ đó phải liên tục luyện tập trí nhớ, để nhớ được nội dung chữ viết và âm thanh đó kể cả phải thực tập phiên dịch trực tiếp cho đến khi thành tựu. Lúc đó, hễ nhìn hay nghe thì Trí nhớ về nội dung đó TỰ ĐỘNG THUẦN THỰC khởi lên. Sự tinh tấn, tinh cần, liên tục luyện tập Chánh Niệm (Trí nhớ có nội dung trên) sẽ đưa đến xoá bỏ Vô minh và thành tựu sự Giác Ngộ mà Đức Phật đã tuyên bố trong Kinh Phạm Võng thuộc Trường Bộ Kinh: "Này các Tỷ kheo, Như Lai nhờ như thật tuệ tri sự sinh diệt của Thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không có chấp thủ".



## LUÂN HỒI TÁI SINH

Luân hồi tái sinh là vấn đề được đề cập đến trong các tín ngưỡng và tôn giáo Đông phương và đặc biệt được đề cập đến như một vấn đề chính yếu trong Phật Giáo. Nếu nói một cách chính xác thì Phật Giáo khảo sát luân hồi tái sinh nhằm THẤY BIẾT NHƯ THẬT KHỔ do Luân Hồi Tái Sinh khởi lên và CHẤM DỨT KHỔ do chấm dứt Luân Hồi Tái Sinh. Chính vì vậy mà trong Phật Giáo có một thành ngữ phổ biến "Sinh Tử Sự Đại". Nhưng từ xưa cho đến nay, khái niệm Tái Sanh Luân Hồi được hiểu rất mơ hồ trừu tượng. Mơ hồ trừu tượng ở chỗ CÁI GÌ ĐI TÁI SANH, cái gì luân chuyển từ người chết này sang một người sống trong kiếp kế tiếp. Theo các tôn giáo tin tưởng có một Linh Hồn thì sau khi chết, Linh Hồn được quan niệm theo Cấu Trúc Nguyên Khối sẽ rời bỏ thể xác đang tan rã, nhập vào một thể xác đang được đầu thai là một điều khá dễ hiểu. Nhưng Phật Giáo phủ nhận Linh Hồn, đồng thời phủ nhận một Tâm Thức theo kiểu Cấu Trúc Nguyên Khối, không sinh không diệt, thì CÁI GÌ ĐI TÁI SINH là vấn đề nan

giải mà các LUẬN GIẢI, CHÚ GIẢI, CÁC TÔNG PHÁI đều không có câu trả lời rõ ràng hoặc né tránh. Ngay trong Đại Kinh Đoạn Tận Ái thuộc Kinh Trung Bộ, sau khi phủ nhận không có Thức (Tâm Thức) đi tái sinh vì Thức do Duyên khởi, nên Thức có tính Sinh Diệt, Vô thường, không thường hằng, không thường trú, vì vậy không thể có Tâm Thức di chuyển từ thân xác này sang một thân xác khác ở đời sau, nhưng bản Kinh cũng không nói rõ cái gì đi đầu thai. Theo Bản Kinh này: Khi cha mẹ có giao hợp, người mẹ trong thời kỳ có thai và có HƯƠNG ẤM hiện tiền thì mới xuất hiện bào thai. Như vậy CÁI ĐI ĐẦU THAI là HƯƠNG ẤM. HƯƠNG ẤM là cái gì, tính chất ra sao, do cái gì có mặt mà Hương Ấm có mặt thì không có một lời giải thích nên cũng là một khái niệm hết sức mơ hồ, trừu tượng. Một số chủ trương NGHIỆP đi tái sinh, nhưng NGHIỆP là Thân hành, Khẩu hành, Ý hành sinh lên rồi diệt đi, cũng vô thường mà nói nó đi đầu thai cũng rất mơ hồ và mang tính Thường kiến. Vậy cái gì đi đầu thai, cái gì di chuyển từ một người chết vào bào thai? Để có câu trả lời minh bạch phải quan sát sự thật đang xảy ra.

### A - Luân hồi tái sinh của các loài thực vật:

Nếu có những hạt thóc H1 được xem là một nhân tố và cho tiếp xúc với thửa ruộng đã cày bừa kỹ, được xem là nhân tố thứ hai thì sẽ phát sinh ruộng mạ theo quy luật Nhân Quả (Hai nhân tiếp xúc nhau cùng diệt và phát sinh các quả). Rồi ruộng mạ tiếp xúc với môi trường (nước,

phân, không khí, ánh sáng...) sẽ phát sinh ruộng lúa có bông. Ruộng lúa có bông tiếp xúc máy gặt sẽ phát sinh các hạt lúa H2 và quá trình Nhân Quả cứ diễn tiến như thế không ngừng nghỉ. Giữa hạt lúa H1 và H2 có mối quan hệ nhân quả, nhưng thành phần vật chất (mà thuật ngữ Phật học gọi là Sắc pháp) thì khác nhau, không phải là Sắc pháp H1 tái sinh lại thành Sắc pháp H2, mà lượng THÔNG TIN DI TRUYỀN (thuật ngữ Phật học gọi là Danh pháp) được lưu giữ trong cấu trúc ADN của hạt thóc H1 đã được trao truyền, ĐÃ ĐƯỢC TÁI SINH sang cấu trúc ADN của hạt lúa H2. Vậy quá trình hạt lúa H1 diệt và hạt lúa H2 sinh, có thể gọi hạt lúa H2 tái sinh và cái phần tái sinh không phải là Sắc pháp (vật chất) mà là lượng THÔNG TIN DI TRUYỀN được lưu giữ trong cấu trúc ADN, là Danh pháp. Trong quá trình Luân Hồi Tái Sinh của thực vật qua sinh sản hữu tính hoặc vô tính, cái luân hồi tái sinh là THÔNG TIN DI TRUYỀN được lưu giữ trong ADN.

### **B - Luân hồi tái sinh của người và động vật:**

1 - DANH VÀ SẮC: Loài người và động vật gồm hai phần: phần vật chất gọi là SẮC và phần tinh thần gọi là DANH. Đối với loài người Danh và Sắc còn được chia làm NĂM NHÓM: SẮC THỌ TƯỚNG HÀNH THỨC mà tiếng Tàu gọi là NĂM UẨN. Trong đó SẮC gồm sáu Căn: Mắt Tai Mũi Lưỡi Thân Ý. DANH gồm Thọ Tướng Hành Thức, trong đó Nhóm Thọ là sáu cảm giác do sáu căn tiếp xúc sáu trần phát sinh, chính là các đối tượng của

thực tại, Nhóm Tướng là sáu tâm biết trực tiếp giác quan cũng do sáu căn tiếp xúc sáu trần phát sinh bao gồm nhãn thức, nhĩ thức, tỉ thức, thiệt thức, thân thức, tưởng thức có phận sự Nhận biết hay Ghi nhận sáu đối tượng của thực tại, tức sáu cảm thọ. Nhóm Hành gồm rất nhiều tâm hành như niệm, tư duy, ham muốn, chú tâm, tinh tấn, lời nói, hành động, khổ, vui... Nhóm Thức là tâm biết ý thức, hiểu biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Nhóm Hành và Nhóm Thức phát sinh lên được và tính chất của nó như thế nào thì phụ thuộc vào "kho chứa thông tin" đã được học hỏi, tích lũy, kinh nghiệm từ quá khứ. Trong kho chứa thông tin này, lưu giữ các thông tin bao gồm: các tri thức đã học hỏi, đã kinh nghiệm, đã luyện tập, các tính cách, năng khiếu, ham muốn, xu hướng... của mỗi một người, trong đó có cả những hiểu biết sai sự thật (Vô minh), những hiểu biết đúng sự thật (Minh), những tư tưởng chấp thủ "cái này là của ta, là ta"... Khi lộ trình tâm khởi lên, Niệm và Tư duy thuộc Hành uẩn sẽ dò tìm, kích hoạt các thông tin trong kho chứa và sử dụng thông tin đó làm phát sinh tâm biết ý thức (Thức uẩn), biết về các đối tượng là cái gì, tính chất ra sao và do tâm biết ý thức mà phát sinh Thái Độ với đối tượng, do Thái Độ như vậy mà phát sinh Lời nói, Hành động với đối tượng, do Lời nói và Hành động mà phát sinh kết quả là Khổ hay Vui. Thông tin lưu giữ trong kho chứa quyết định sự hiểu biết (ý thức), vì vậy nó quyết định lối sống của mỗi loài, mỗi cá thể. Thông tin này mỗi cá thể đều khác nhau, là yếu tố chính để phân biệt tâm thức loài

này với loài kia, người này với người kia, Phàm và Thánh. Lượng thông tin này chính là PHÁP TRẦN, là đối tượng của Ý cần được nói đến trong Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp trần. Khoa học thông tin cũng bắt chước cấu trúc Danh Sắc của con người mà chế tạo ra máy tính, cũng bao gồm Danh và Sắc. Máy tính bao gồm Phần Cứng và Phần Mềm. Phần Cứng là vật chất, là Sắc bao gồm các linh kiện, các vi mạch... Phần Mềm là lượng thông tin, là các lập trình được cài đặt trong bộ nhớ, là tinh thần, là Danh.

2 - KHO CHỨA THÔNG TIN: Cái kho để lưu giữ các thông tin này nằm ở đâu?. Đa phần từ xưa tới nay, đều cho rằng, lượng thông tin PHÁP TRẦN này được lưu giữ nơi tâm vì đa phần đều quan niệm tâm theo CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI. Nhưng sự thật tâm là một phạm trù, bao gồm các Danh pháp đang sinh và diệt theo một "lộ trình" tuân theo định lý Duyên khởi, không phải cấu trúc nguyên khối nên không thể lưu giữ thông tin. Có trường phái để ra A lại da thức hay Tàng thức có công năng lưu giữ các chủng tử (hạt giống, thông tin) và như vậy đương nhiên phải công nhận A lại da thức không sinh không diệt. Chủ trương này cũng giống như các tôn giáo Duy Tâm, công nhận một Năng lực tinh thần tuyệt đối, một Thượng đế toàn năng không sinh không diệt. Chủ trương đó trái với định luật Duyên khởi, trái với sự thật tâm vô thường, và không thể thuyết minh được: do cái gì có mặt mà A lại da thức có mặt, do cái gì không có mặt mà A lại da thức không có mặt.

Lượng thông tin về tâm ấy không thể được lưu giữ nơi tâm mà chỉ có thể lưu giữ nơi thân, vì chỉ có vật chất mới có khả năng lưu giữ thông tin. Lượng thông tin về tâm chỉ có thể lưu giữ ở một chỗ duy nhất là nơi CẤU TRÚC ADN của các tế bào. Khoa học đã nghiên cứu rất kỹ càng về THÔNG TIN DI TRUYỀN và khi giải mã bản đồ gen người, khoa học phát hiện lượng thông tin di truyền chỉ có trong khoảng 5% lượng gen, còn 95% lượng gen còn lại chứa đựng cái gì thì hiện khoa học đang bó tay. Chính 95% lượng gen không chứa thông tin di truyền, lại là nơi lưu giữ lượng THÔNG TIN VỀ TÂM mà khoa học chưa biết đến. Bằng chứng của sự thật này là việc ghép tạng trong y khoa đã làm thay đổi tính cách của người nhận tạng theo tính cách của người cho tạng. Trước đây, Jaime Sherman chẳng bao giờ nghĩ có lúc mình sẽ chơi thể thao hoặc ăn món ăn Mexico nhưng sau ca ghép tim, mọi chuyện đã khác hẳn. Cô tham gia đội bóng chày, tập bơi và không bỏ sót một trận bóng đá nào trên truyền hình. Cô mê mẩn trước những món cay xé lưỡi của đất nước Trung Mỹ. Ngạc nhiên vì sự thay đổi của mình, cô tìm hiểu và được biết, tất cả những thói quen đó là của người đã tặng cho cô trái tim. Anh ấy là vận động viên nghiệp dư của một trường đại học bang Kansas, Mỹ. Một người đàn ông 47 tuổi sau khi ghép tim, đột nhiên say mê các giai điệu cổ điển, đặc biệt là các bản nhạc viết cho đàn violon, mặc dù từ nhỏ ông là người mù về âm nhạc. Thì ra trái tim mới của ông trước đây thuộc về một thiếu nữ yêu nhạc cổ điển và chơi violon. Một người khác, sau

khi được ghép tim của một cô gái mắc bệnh biếng ăn bỗng xuất hiện các triệu chứng khó chịu, buồn nôn khi ngửi thấy mùi xào nấu. Một doanh nhân 58 tuổi ở bang Arizona, Mỹ vốn là người say mê công việc và gần như suốt đời chỉ có mỗi bận tâm duy nhất là tiền bạc, sau khi được ghép tim của một nhà hoạt động xã hội đã từ bỏ kinh doanh và dành phần lớn thời gian để làm từ thiện... (tham khảo ghép tạng thay đổi tính cách trên Google).

Khi ghép tạng, thí dụ như thay tim thì lượng THÔNG TIN VỀ TÂM của người chết được lưu giữ trong ADN của các tế bào tim sẽ được truyền dẫn vào ADN của các tế bào trong thân thể người sống và trong ADN của người được ghép tạng sẽ có HAI LƯỢNG THÔNG TIN VỀ TÂM của cả người sống và người chết. Vì vậy, khi lộ trình tâm khởi lên sẽ sử dụng cả hai lượng thông tin nên người được ghép tạng sẽ xuất hiện các tính cách mới. Ví như anh thanh niên được thay tim của một thanh niên bị tai nạn giao thông thì khi mắt thấy cha mẹ, bạn bè của người sống, nhãn thức chỉ Thấy hay Ghi nhận hình ảnh mà không biết đối tượng đó là gì. Tiếp đến, thông tin về hình ảnh được nhãn thức thấy sẽ được truyền về kho chứa thông tin trong ADN của tế bào thần kinh não bộ để xử lý và Niệm (Trí nhớ) sẽ tìm kiếm các thông tin hình ảnh tương hợp đã được lưu vào kho chứa từ quá khứ. Tiếp đến, Tư duy sẽ phân tích, so sánh, đối chiếu, tổng hợp, kết luận và làm phát sinh tâm biết ý thức, biết đây là cha mẹ, bạn bè của ta... (của người sống) và sẽ có thái độ, cách cư xử của người sống. Nếu mắt thấy

cha mẹ, bạn bè người chết thì Niệm và Tư duy sẽ so sánh, đối chiếu với thông tin của người chết và ý thức khởi lên vẫn biết đây là cha mẹ, bạn bè của ta... (của người chết) và sẽ có thái độ, cách cư xử của người chết. Ở đây không phải có hai linh hồn hay hai tâm thức cư ngụ trong một cơ thể mà lộ trình tâm sử dụng hai lượng thông tin của người sống và người chết được lưu giữ trong cấu trúc ADN của tế bào.

Vậy thì, trong cấu trúc ADN của các tế bào trong thân thể có HAI LƯỢNG THÔNG TIN, đó là THÔNG TIN DI TRUYỀN và THÔNG TIN VỀ TÂM. Tuy nhiên THÔNG TIN DI TRUYỀN trong mọi tế bào đều giống nhau nhưng THÔNG TIN VỀ TÂM được lưu giữ trong các loại tế bào khác nhau tuy có phần giống nhau nhưng cũng có những phần khác nhau tùy theo chức năng của từng loại tế bào. Ví như THÔNG TIN VỀ TÂM ở tế bào não, tuy có một số giống, nhưng có một số thông tin khác với tế bào tim, gan, thận, tay, chân...

### 3 - CHẾT VÀ TÁI SANH THÀNH HOÁ SANH:

Khi một người chết không phải các Sắc pháp, cũng không có linh hồn, bản ngã hay tâm thức tái sinh mà chính LƯỢNG THÔNG TIN DI TRUYỀN và LƯỢNG THÔNG TIN VỀ TÂM được lưu giữ trong cấu trúc ADN của tế bào thần kinh não bộ đi tái sinh. Lúc một người hấp hối và chết thì trong những lộ trình tâm khởi lên có sự khao khát sống, mong muốn sống, bám víu sự sống, sợ chết, hoảng loạn trước cái chết do Niệm (trí nhớ) kích hoạt thông tin

HỮU ÁI (Tham ái sự sống, sự hiện hữu) đã được huân tập, lưu giữ trong quá khứ. Các thông tin này "kích động" kho chứa thông tin trong ADN cho đến khi tế bào não bộ chết thì một sự "ĐỘT BIẾN" xảy ra. Theo thuyết lượng tử, các electron của các tế bào thần kinh não bộ đang ở "mức" năng lượng cao "nhảy" xuống một mức năng lượng thấp hơn sẽ làm phát sinh các "lượng tử". Đây là dạng vật chất đặc biệt vi tế mang lưỡng tính SÓNG HẠT có khả năng "cop pi" toàn bộ lượng thông tin, bao gồm THÔNG TIN DI TRUYỀN và THÔNG TIN VỀ TÂM trong tế bào não bộ thoát ra ngoài. Thực thể thoát ra khỏi xác chết không phải là Linh Hồn, không phải là TINH THẦN thuần túy mà nó gồm hai phần, Vật chất và Tinh thần hay DANH và SẮC. Điều này xảy ra giống như khi viết một tin nhắn trên điện thoại và bấm Ok, thì sẽ phát sinh sóng điện từ (vật chất) mang lượng thông tin là tin nhắn đó chuyển đi. Sóng điện từ là SẮC, tin nhắn đó là Danh và cặp Danh SẮC này đến tương tác với một điện thoại khác và Danh (tin nhắn) được tách ra khỏi SẮC (sóng điện từ). Có thể sau này, khoa học công nghệ sẽ chế tạo được các camera ghi lại sự thoát xác của cặp Danh SẮC này.

Thực thể thoát ra khỏi xác chết gồm Danh và SẮC có đặc điểm như một chúng sanh nên gọi là HOÁ SANH. Hoá sanh đó, do có sự tương tác giữa Danh và SẮC mà thực chất là tương tác giữa các lượng thông tin nên vẫn phát sinh lộ trình tâm và lộ trình tâm của Hoá Sanh tương tự lộ trình tâm thứ 6 (Ý tiếp xúc Pháp trần) của con người với tâm biết

Tưởng thức và Ý thức. Điều này tương tự như con người thấy biết trong mộng nhưng những cảnh giới ấy không phải ở bên ngoài mà do các thông tin đã lưu vào trong kho chứa tương tác nhau mà phát sinh. Hoá sanh không những biết những cảnh do các thông tin trong kho chứa tương tác mà phát sinh (nói nôm na là cảnh ảo) và tuy không có mắt tai mũi lưỡi thân như con người, không thể thấy, nghe, cảm nhận trực tiếp thực tại nhưng vì Sắc pháp của nó có lưỡng tính sóng hạt (lượng tử) nên có thể xuyên qua tường vách, cây cối, người vật... và vì vậy, khi Hoá sanh xuyên qua một người thì xảy ra tương tác giữa thông tin của hoá sanh và thông tin trong kho chứa của người đó. Do tương tác đó, mà phát sanh lộ trình tâm và hoá sanh sẽ thấy biết thực tại thông qua thấy biết thực tại của người đó. Đây là khả năng tha tâm thông, biết được tâm người khác. Nhưng hoá sanh thấy biết về thực tại thông qua mắt tai mũi lưỡi thân của người khác cũng chỉ là "cảnh ảo". Với THẤY và BIẾT các cảnh ảo như vậy, đời sống của Hoá sanh vẫn thích ghét, vui buồn, hờn giận, hạnh phúc, khổ đau, vẫn khao khát ăn uống, tình dục, hưởng thụ lạc thú nhưng không thể nào được thoả mãn, cho dù là chút xíu vì tất cả đều là "cảnh ảo".

Các Hoá sanh tồn tại trong không gian này với loài người và có sự tương tác với con người với vô vàn mức độ khác nhau. Các Hoá sanh có thể chia làm ba loại: Loại thứ nhất mà vui và hạnh phúc là chủ yếu, khổ không có nhiều do khi còn là con người đã tạo tác vô số thiện nghiệp. Các tôn giáo quan niệm đó là Chư Thiên. Loại thứ hai mà đau



khổ kinh hoàng, khủng khiếp do khi còn là con người đã tiếp thu tà kiến và tạo tác vô số ác nghiệp khốc liệt. Loại này các tôn giáo quan niệm đó là Địa Ngục. Loại thứ ba là các hoá sanh còn lại, rất đa dạng về chủng loại và phức tạp về năng lực và tính cách, tuy cũng có một số niềm vui, hạnh phúc nho nhỏ nhưng khổ đau vẫn là phần chính, và đó là nỗi thống khổ mà đời sống loài người khó hình dung nổi. Loại này tôn giáo quan niệm là Atula, Ngạ quỷ hay Phi nhân, vong linh, người cõi âm.... Sự tồn tại của các Hoá Sanh này dài bao lâu, tùy thuộc vào các nghiệp lực đã tạo tác khi còn là con người, có thể một hai giờ, một hai ngày cho đến hàng ngàn vạn năm. Hoá Sanh tồn tại cho đến khi sự tương tác các thông tin làm cho nghiệp lực tạo tác trong đời "cạn kiệt", lúc đó Hoá Sanh sẽ tương tác được với trứng và tinh trùng đã kết hợp, Hoá Sanh chấm dứt tại đây và phát sinh một bào thai mới.

#### 4 - HOÁ SANH TÁI SANH THÀNH TRỨNG SANH HOẶC THAI SANH:

Khi nghiệp lực tạo tác trong quá khứ của kiếp người đã cạn kiệt theo vận hành của đời sống Hoá sanh, thì Hoá sanh đó tương tác được với "trứng và tinh trùng" đã kết hợp. Đương nhiên, tương tác chỉ xảy ra khi có sự "tương hợp" giữa lượng thông tin của Hoá sanh và lượng thông tin của cha mẹ. Ví như hai điện thoại có hai số sim khác nhau gọi cho nhau, khi đó sẽ có sự tương hợp giữa hai loại thông tin này thông qua mạng viễn thông và tín hiệu từ

máy một sẽ duy nhất tới máy hai cho dù hai máy đặt cạnh nhau hay cách nhau nửa vòng quả đất, tín hiệu sẽ không đến với một máy thứ ba nào hết. Tương tự như vậy, khi có tương tác giữa Hoá sanh và Hợp thể (trứng đã kết hợp với tinh trùng), cả hai cùng diệt đi và phát sinh một Bào thai. Bào thai gồm hai phần: DANH và SẮC.

- DANH bao gồm: THÔNG TIN DI TRUYỀN CỦA BỐ MẸ, THÔNG TIN DI TRUYỀN NGƯỜI CHẾT và THÔNG TIN VỀ TÂM NGƯỜI CHẾT.

- SẮC là phần vật chất của trứng và tinh trùng.

Bào thai này lại tương tác với Dưỡng chất từ cơ thể người mẹ mà phân chia và phát triển thành các loại tế bào khác nhau. Quá trình phân chia và phát triển này chịu sự chi phối của BA LOẠI THÔNG TIN trên, vì vậy khi được sinh ra cơ thể không chỉ tiếp thu THÔNG TIN DI TRUYỀN từ bố mẹ mà còn từ người đã chết ở kiếp trước nên những đứa trẻ có thể giống cha hoặc mẹ hoặc khác hẳn cha mẹ (giống người ở tiền kiếp), nên những đứa trẻ sinh ra cùng cha mẹ nhưng khác hẳn nhau, hoặc có những căn bệnh bẩm sinh không phải di truyền từ cha mẹ, từ dòng họ mà di truyền từ con người kiếp trước... Mỗi đứa trẻ sinh ra tâm tính đã khác hẳn nhau vì trong ADN của nó, trong kho chứa thông tin đã có THÔNG TIN VỀ TÂM của người tiền kiếp. Trong quá trình phát triển của bào thai, có những "đột biến gen" nên một số thông tin "trôi lên" làm cho nhiều đứa trẻ thần đồng nhớ lại ngay từ nhỏ những năng khiếu ở kiếp trước

của mình. Rất nhiều người do những "tai nạn" đặc biệt làm "đột biến gen" nên nhớ được nhiều chi tiết về tiền kiếp.

C - Kết Luận: Luân hồi tái sinh phải được hiểu là một chúng sanh gồm DANH và SẮC và khi một DANH SẮC này diệt sẽ làm phát sinh một DANH SẮC kế tiếp. Cụ thể là Danh Sắc người hoặc thú diệt phát sinh Danh Sắc của Hoá sanh, rồi Danh Sắc Hoá sanh diệt lại phát sanh Danh Sắc người hoặc thú. Quá trình cứ diễn tiến như thế mãi nếu trong DANH của DANH SẮC ấy còn Vô minh và Hữu ái. Đây gọi là LUÂN HỒI TÁI SANH. Danh Sắc cũ diệt là nhân duyên cho Danh Sắc mới phát sinh nên quan hệ giữa Danh Sắc cũ và Danh Sắc mới là quan hệ nhân quả: nhân diệt quả sanh. Cái đi luân hồi tái sinh, cái chuyển từ Danh Sắc cũ sang Danh Sắc mới, cái chuyển từ kiếp sống cũ sang kiếp sống mới chính là LƯỢNG THÔNG TIN DI TRUYỀN và LƯỢNG THÔNG TIN VỀ TÂM chứ không phải một linh hồn, một bản ngã, một tâm thức không sinh không diệt. Bản thân HAI LƯỢNG THÔNG TIN này cũng đang tương tác, đang sinh diệt, có tăng có giảm trong từng giây phút chứ không phải một khối lượng cố định, không thay đổi với thời gian. Nhưng có một loại thông tin được truyền từ kiếp sống này qua kiếp sống khác, miên viễn như vậy trong luân hồi tái sinh là tư tưởng chấp thủ "CÁI NÀY LÀ CỦA TA, LÀ TA". Chính hiểu biết sai lạc, mê lầm, vô minh này làm phát sinh Hữu ái và Phi Hữu ái là nguyên nhân của luân hồi tái sinh, là nguyên nhân phát sinh Khổ của Sinh Già Bệnh Chết.

Khi một người đã thành tựu trí tuệ, đã xoá bỏ thông tin Vô minh, thông tin "ta và của ta" trong kho chứa thông tin nơi ADN của các tế bào thì khi Danh Sắc này diệt, không còn phát sanh một Danh Sắc nào khác nữa. Đó là chấm dứt luân hồi tái sinh, là Niết bàn vô dư, là Vô thượng an ổn thoát khỏi mọi khổ ách, là Nhập diệt.



## SỐNG TRONG THỰC TẠI HIỆN TIỀN

Thực tại hiện tiền là gì? Thực tại hiện tiền là những SỰ THẬT đang xảy ra trong hiện tại, nói nôm na là những gì được mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm và những gì được "tưởng" ra, những gì được nhận thức ngay bây giờ và tại đây. Những đối tượng đó là thực tại hiện tiền và Thánh hay Phàm đều đang sống với những đối tượng thực tại hiện tiền đó. Nhưng có HAI CÁCH SỐNG TRONG THỰC TẠI HIỆN TIỀN, là cách sống trong thực tại hiện tiền của Phàm phu và cách sống trong thực tại hiện tiền của bậc Thánh.

### 1 - SỐNG TRONG THỰC TẠI HIỆN TIỀN CỦA PHẠM PHU:

- Phàm phu THẤY, NGHE, CẢM NHẬN các đối tượng thực tại với cái biết trực tiếp giác quan (gọi tắt là trực giác) hay triết học và tâm lý học ngày nay gọi là "nhận thức cảm tính" đối tượng bao gồm Nhân thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức (gọi tắt là Tưởng) có

nội dung là NHẬN BIẾT hay GHI NHẬN đối tượng không thêm bớt. Tâm biết trực tiếp giác quan mà thuật ngữ Phật học gọi là Tưởng này đối với Phàm và Thánh đều như nhau, không sai khác và tính chất là VÔ NIỆM, VÔ NGÔN, VÔ PHÂN BIỆT (gọi là KHÔNG TÁNH), nhưng đối với Phàm thì gọi là TƯỚNG TRI đối tượng.

- Sau khi Tưởng Tri đối tượng, Tâm biết Ý thức khởi lên để hiểu biết đối tượng đó là gì, tính chất ra sao. Tâm biết Ý thức của Phàm phu là Nhị nguyên Tâm Vật, nghĩa là có hai phần chủ thể biết là BẢN NGÃ và đối tượng được biết là THỂ GIỚI ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp trần. Tâm biết Ý thức Phàm phu biết rằng những đối tượng của thực tại như to nhỏ, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm, thô mịn, đàn ông, đàn bà, xe cộ, mây núi... đều thuộc về thể giới vật chất (THỂ GIỚI) hoặc thuộc về thể giới tâm linh (BẢN NGÃ). Hiểu biết như vậy không đúng với SỰ THẬT THỰC TẠI, nên Tâm biết Ý thức đó là Vô Minh, KHÔNG LIỄU TRI các pháp mà thuật ngữ Phật học gọi là Tà Tri Kiến. Do Vô Minh mà HIỂU BIẾT SAI LẠC THỰC TẠI nên DỤC HỮY đối tượng. Vì vậy, Phàm phu sống trong thực tại hiện tiền với Tham Sân Si với Sầu Bi Khổ Ưu Não, sống trong thực tại hiện tiền theo cách "truy tìm quá khứ, ước vọng tương lai hoặc đắm chìm trong hiện tại"

2 - SỐNG TRONG THỰC TẠI HIỆN TIỀN CỦA BẬC THÁNH: Là an trú Bốn Niệm Xứ với CHỈ và QUÁN.

a - CHỈ: Bậc Thánh sau khi THẤY, NGHE, CẢM NHẬN đối tượng với tâm biết trực tiếp giác quan, sẽ có CHÁNH NIỆM (nhớ đến chú tâm quán sát thân nơi thân và thọ nơi thọ) khởi lên. Do có Chánh Niệm mà phát sinh CHÁNH TINH TẮN, do Chánh Tinh Tấn mà phát sinh CHÁNH ĐỊNH (chú tâm vào đối tượng). Do CHÁNH ĐỊNH như vậy mà lộ trình tâm sẽ DỪNG LẠI tâm biết trực tiếp giác quan và do vậy tâm biết Ý thức không khởi lên, nên không tìm hiểu, phán đoán, phán xét đối tượng là cái gì, tính chất ra sao. Lúc đó THẤY chỉ là THẤY, NGHE chỉ là NGHE, CẢM NHẬN chỉ là CẢM NHẬN không có tri thức kinh nghiệm, nên không có Vô Minh, không có Tham Sân Si, không có Phiền não. Nhờ có Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định như vậy, nên chỉ NHẬN BIẾT hoặc GHI NHẬN đối tượng bởi tâm biết trực tiếp nên thuật ngữ Phật học gọi là TỈNH GIÁC hay THẮNG TRI đối tượng. Lộ trình này gọi là CHỈ, và Giải thoát này gọi là Tâm Giải Thoát hay Không Giải Thoát.

b - QUÁN: Đức Phật đã tuyên bố trong Kinh Năm Ba thuộc Trung Bộ Kinh: "Vô thượng tịch tĩnh, tối thắng đạo được Như Lai Chánh Đẳng Giác sau khi như thật tuệ tri Sáu Xúc Xú" hay cụ thể hơn trong Kinh Phạm Võng thuộc Trường Bộ Kinh: "Này các Tỷ kheo, Như Lai nhờ như thật tuệ tri sự tập khởi, sự đoạn diệt (sinh diệt) của THỌ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của THỌ, mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không có chấp thủ". Vì vậy, Đức Phật giác ngộ các ĐỐI TƯỢNG THỰC TẠI là CÁC CẢM

THỌ do Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh ra chứ không phải là THỂ GIỚI ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp trần như hiểu biết sai lạc của Phàm phu. Những đối tượng của thực tại như to nhỏ, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, đàn ông, đàn bà, xe cộ, mây núi... là các CẢM THỌ hay CẢM GIÁC thuộc phạm trù tâm (không phải vật) do Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh, tất thủy đều Vô thường, Vô ngã.

Khi THẤY, NGHE, CẢM NHẬN đối tượng rồi CHÁNH NIỆM (nhớ đến chú tâm quán sát tâm nơi tâm và pháp nơi pháp) khởi lên thì sẽ THẤY, NGHE, CẢM NHẬN đối tượng với TỈNH GIÁC rồi do Chánh Niệm - Chánh Tư Duy mà Tâm biết Ý thức sẽ khởi lên BIẾT NHƯ THẬT đối tượng đó là CẢM THỌ, DO DUYÊN CĂN TRẦN KHỞI LÊN, NÓ VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ, NÓ CÓ VỊ NGỌT, SỰ NGUY HIỂM VÀ SỰ XUẤT LY. Tâm biết Ý thức, BIẾT NHƯ THẬT đối tượng như vậy gọi là Minh, là Trí Tuệ, là Chánh Tri Kiến, là LIỄU TRI CÁC PHÁP sẽ chấm dứt Vô minh, chấm dứt Tham Sân Si, chấm dứt Phiền não. Giải thoát được khởi lên do Trí Tuệ như vậy gọi là Tuệ Giải Thoát hay Vô Tướng Giải Thoát. Bậc Thánh sống trong thực tại hiện tiền với CHỈ và QUÁN như vậy nên "không truy tìm quá khứ, không ước vọng tương lai, không đắm chìm trong hiện tại"

TÓM LẠI: Quan trọng là THẤY và BIẾT.

Phàm phu sống trong thực tại hiện tiền với THẤY

(Nghe, Cảm nhận) là TƯỚNG TRI và BIẾT là KHÔNG LIỄU TRI đối tượng thực tại hiện tiền. Do vậy có DỤC HỖ đối tượng và đây là nguyên nhân Khổ.

Bậc Thánh sống trong thực tại hiện tiền với THẤY (Nghe, Cảm nhận) là TỈNH GIÁC hay THẮNG TRI và BIẾT là LIỄU TRI đối tượng thực tại hiện tiền. Do vậy KHÔNG DỤC HỖ đối tượng và không còn nguyên nhân Khổ.



## CÚ SỐC BẠO LỰC

Truy sát kinh hoàng tại chùa Bửu Quang. Ba vị sư đổ máu, một cô tu nữ thiệt mạng. Bạo lực đã xuất hiện nơi chùa chiền, một cú sốc lớn đối với rất nhiều người. Nhưng nếu hiểu biết cho thấu đáo, HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT thì chùa chiền cũng thuộc về Thế Gian, mà Bạo Lực là một thuộc tính của Thế Gian. Sự thật thì con người gây ra vụ truy sát kinh hoàng tại chùa Bửu Quang bị một "ngoại lực" chiếm cứ và điều khiển, hoàn toàn không còn biết gì về hành vi bạo lực của mình và nếu đem so sánh với bức tranh toàn cảnh về hành vi bạo lực có chủ ý của con người, thì sẽ còn sốc gấp nhiều lần. Trong một nhà máy biết bao công trình sư tài giỏi, đội ngũ công nhân lành nghề với vẻ ngoài rất lương thiện, với đầu óc vô cùng tinh táo đang thiết kế, sản xuất ra những công cụ, những vũ khí tân tiến, tối tân... với mục đích làm đổ máu, làm chết càng nhiều người càng tốt. Một viên phi công với đầu óc tinh táo, ném những quả bom với mục đích phá huỷ mục tiêu và truy sát càng nhiều người càng tốt. Một cuộc nhảy múa, reo hò ăn mừng chiến



thắng của những con người rất tinh táo khi giết chết được vô số người khác trên chiến tuyến... Đó chính là sự thật về Bạo Lực Thế gian, xảy ra với tất cả con người kể cả những đầu óc thông minh và tinh táo nhất. Nhưng phải quan sát để thấy như thật Nguyên Nhân Bạo Lực không phải ở bên ngoài, không ở nơi thế giới ngoại cảnh mà nó có mặt trong "kho chứa thông tin" của tâm thức nhân loại. Thế Gian này vận hành bởi VÔ MINH và THAM ÁI, mà lượng thông tin VÔ MINH và THAM ÁI đã và đang có mặt trong kho chứa tâm thức của mỗi một con người. Do Vô minh và Tham ái mà phát sinh tư tưởng HƠN THUA, và do tư tưởng HƠN THUA mà phát sinh BẠO LỰC. Tư tưởng bạo lực đã có sẵn, được lưu giữ trong kho chứa tâm thức và khi có nhân duyên bên ngoài thì nó bật phát ra thành Lời nói hoặc Hành động bạo lực. Ví như, xem một video clip về một nữ sinh nhỏ tuổi bị túm tóc, bị đấm đá, bị chà đạp lên mặt bởi các nữ sinh hung hãn khác, tất cả đều phẫn nộ, đều muốn tát tai, đá đít các nữ sinh hung hãn kia. Đó là phản ứng thường tình của con người, của nhân loại, là phản ứng BẠO LỰC TRƯỚC BẠO LỰC. Phản ứng bạo lực xảy ra trong nội tâm và mỗi một lần phản ứng như vậy, bạo lực đang từng giây phút được nuôi dưỡng, được lưu vào kho chứa và nó sẽ bật phát thành lời nói và hành động bạo lực trong tương lai. Thấy biết như thật Bạo Lực chính là SÂN, là bản chất, là thật tánh của Thế Gian, chính là Giác Ngộ Sự Thật Khổ và Sự Thật Nguyên Nhân Khổ, sẽ đưa đến nhàm chán, ly tham Thế Gian, hướng đến Xuất Thế Gian.

Trên đường vào bệnh viện cấp cứu có người đã nói với tôi. "Xuất gia vào chùa rồi mà vẫn còn tai nạn, vẫn còn khổ, vẫn không yên". Thực chất trong Thế Gian này, cho dù trên trời cao, dưới biển sâu, giữa sa mạc hoang vắng hay nơi đô thị phồn hoa không có chỗ nào không có tai nạn, không có chỗ nào mà thân này được yên ổn. Bản thân Đức Phật vẫn bị đệ tử của mình là Đề Bà Đạt Đa âm mưu lăn đá giết chết và Ngài bị một mảnh đá đâm vào chân chảy máu. Ma ha Mục Kiền Liên bị ngoại đạo đánh chết... Vì sao vậy? Vì thân này là kết quả của Nghiệp quá khứ và nơi thân này còn lưu giữ các thông tin về Nghiệp nhân đã tạo tác trong quá khứ nên khi có tác nhân xảy ra trong hiện tại, tương tác được với Nghiệp nhân đó thì sẽ phát sinh các kết quả trên thân. Kết quả đó chính là sự tiếp xúc giữa Sáu Căn (Thân) và Sáu Trần (Thế Giới) phát sinh các Cảm Thọ: Lạc thọ, Khổ thọ hoặc Bất khổ bất lạc thọ. Đó có thể là các Khổ thọ do đá ném, gậy đâm, dao cắt... tiếp xúc với thân này. Nếu người không có Văn Tư Tu về Tứ Thánh Đế thì khi thân bị gậy đâm, đá ném, dao cắt phát sinh một Khổ thọ trên thân thì nội tâm tức tối, hoảng hốt, lo sợ, đau khổ. Họ bị trúng hai mũi tên, kết quả là thân khổ và tâm khổ. Lộ trình đó là Bát Tà Đạo mà Đức Phật đã chỉ rõ:

XÚC - Thọ - Ái - Thủ - Hữu - Khổ

Những người đã thuần thực Tứ Thánh Đế, lộ trình tâm là Bát Chánh Đạo siêu thế thì khi thân bị gậy đâm, đá ném, dao cắt tuy vẫn phát sinh một Khổ thọ nhưng NỘI TÂM

TỊCH TĨNH, họ an trú Không giải thoát, Vô tướng giải thoát, Vô tác giải thoát. Lộ trình đó là:

XÚC → Thọ → Không → Vô Tướng → Vô Tác

An trú Bát Chánh Đạo siêu thế là an trú Không Giải Thoát, Vô Tướng Giải Thoát, Vô Tác Giải Thoát hay Tâm Giải Thoát, Tuệ Giải Thoát là an trú NỘI TÂM bậc Thánh, mới là nơi không còn tai nạn, nơi không có bạo lực, nơi vô thượng an ổn khỏi các khổ ách. Đó chính là Xuất Thế Gian.

Khi con dao xúc chạm vào cánh tay, tôi cảm nhận Cảm Giác đó nhưng Chánh Niệm BUÔNG (nhớ đến BUÔNG) tự động khởi lên, và Chánh Kiến BUÔNG liên tục có mặt. Vì vậy, khi bước ra cổng, đi trên đường, nằm lên giường cấp cứu, trên bàn mổ và cả mấy ngày nằm viện vẫn Thấy, Nghe, Cảm Nhận các sự việc nhưng trong đầu vắng lặng, chỉ có một chữ BUÔNG. Nội tâm vắng bật mọi tư tưởng, mọi suy nghĩ, không có những hình ảnh vừa xảy ra, không có vui, không có buồn. Nội tâm tịch tĩnh, tất cả đều CHÁNH NIỆM TĨNH GIÁC TRÚ XẢ.

Không thể có được sự yên ổn tuyệt đối nơi tấm thân này vì nó vẫn thuộc về Thế Gian mà chỉ có an trú nội tâm Bát Chánh Đạo siêu thế mới là nơi vô thượng an ổn khỏi mọi khổ ách, nơi đó không có Vô minh, không có Tham ái, không có hờn thua, không có bạo lực, không có kỳ thị, không có khổ đau. Nơi đó, Bát Chánh Đạo chính là Xuất Thế Gian hay Siêu Thế.

Để an trú Bát Chánh Đạo siêu thế, nơi vô thượng an ổn thoát khỏi mọi khổ ách thì phải từ bỏ mọi nương tựa, từ bỏ tư tưởng chư Phật, bồ tát, chư thiên, long thần, hộ pháp sẽ gia hộ cho thân này được xinh đẹp, mạnh khỏe, sống lâu, vô bệnh, không còn bị tai nạn nước lửa, gươm đao... Đức Phật và các Bậc giác ngộ không gia trì, không bảo hộ được cho bất kỳ một ai, kể cả dòng họ Thích ca của Ngài vẫn bị tàn sát khi Ngài còn tại thế, vì vậy, phải ghi khắc Phật ngôn: "Hãy tự mình nương tựa nơi chính mình, nương tựa nơi Chánh Pháp, đừng nương tựa một gì khác. Và thế nào là tự mình nương tựa nơi chính mình, nương tựa nơi Chánh Pháp, không nương tựa một gì khác? Đó là, vị Tỷ kheo sống trú quán thân nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời, sống trú quán thọ nơi thọ..., sống trú quán tâm nơi tâm..., sống trú quán pháp nơi pháp với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời. Đó là tự mình nương tựa nơi chính mình, nương tựa nơi Chánh Pháp, không nương tựa một gì khác".

Một số người đã nghe tôi giảng dạy và hướng dẫn thực hành Chánh Pháp, trong số đó khi nghe "sư Nguyên Tuệ" bị truy sát tại chùa Bửu Quang, một số bị sốc, một số khác không còn bị sốc mà vẫn bình thản. Những người chưa thuần thục trong an trú Tứ Niệm Xứ, họ vẫn còn nhiều nương tựa, đặc biệt là nương tựa vào vị thầy của mình. Còn nương tựa là còn dao động nên khi thầy bị dao đâm, đá ném, họ sẽ lo lắng cho tính mạng và sức khỏe của thầy, họ sợ mất đi chỗ nương tựa, do đó họ bị sốc. Những người

tu tập Tứ Niệm Xứ thuần thực, họ đã tự mình nương tựa nơi chính mình, nương tựa nơi Chánh Pháp nên cho dù rất kính trọng, rất tri ân thầy, nhưng không ràng buộc với thầy, họ không còn bị sốc. Khi thấy họ bị dao đâm, đá ném mà họ bình thản được thì khi sự việc tương tự có xảy ra nơi thân họ thì họ sẽ không còn sốc mà sẽ bình thản, Chánh Niệm Tỉnh Giác Trú Xả.

Sẽ có hai thái độ đối với hiện tượng bạo lực xảy ra tại chùa Bửu Quang phát sinh trên hai tư tưởng cực đoan Chấp Ngã. Một là, những người có tư tưởng "Phật giáo là CỦA TA, LÀ TA" khi nghe tin đó sẽ bị sốc, sẽ đau buồn, bức xúc bởi tư tưởng "Phật giáo là của Ta, là Ta" sẽ làm cho họ vui khi Phật giáo thành công, sẽ làm cho họ buồn khi Phật giáo thất bại. Hai là, những người theo đạo giáo đối lập có tư tưởng "Phật giáo KHÔNG PHẢI LÀ CỦA TA, KHÔNG PHẢI LÀ TA" sẽ vui mừng, hoan hỷ bởi tư tưởng đó làm cho họ vui khi Phật giáo thất bại và buồn khi Phật giáo thành công. Khi một người thực hành Bát Chánh Đạo, an trú Tứ Niệm Xứ thì chấm dứt cả hai tư tưởng cực đoan Chấp Ngã "Phật giáo là CỦA TA, LÀ TA" cũng như "Phật giáo KHÔNG PHẢI CỦA TA, KHÔNG PHẢI LÀ TA". Do vậy, họ không còn bị sốc, bình thản với mọi thăng trầm của Phật giáo, của Chánh Pháp.

Trong Kinh Mật Hoàn thuộc Trung Bộ Kinh, Đức Phật đã tuyên bố: "Pháp mà Ta thuyết giảng không tranh luận một ai ở đời". Vì vậy, những ai thấy Pháp, ngộ Pháp, liễu

tri Pháp, thuần thực Pháp sẽ không còn tranh cãi, hơn thua với bất cứ một ai ở đời. Trong tám năm, kể từ khi tôi bắt đầu giảng dạy và hướng dẫn tu tập Chánh Pháp từ 2009 đã có biết bao nhiêu sự chống đối mà đặc biệt là các thế lực vô hình, các phi nhân đã nhiều lần tấn công mà nổi bật nhất là sự kiện tại chùa Bửu Quang. Cho dù như vậy, nhưng chưa một lần nào trong tôi khởi lên tư tưởng "từ bỏ gánh nặng của thiện pháp này".



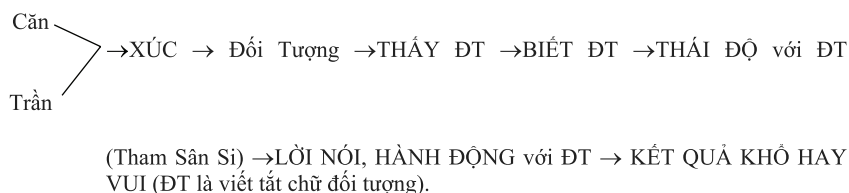
## CUỘC ĐỜI ĐÃ ĐƯỢC LẬP TRÌNH

Khi nghe nói Cuộc đời đã được lập trình thì nhiều người nghĩ ngay đến thuyết định mệnh. Rằng mọi cái trên đời từ khi sinh ra đã được lập trình sẵn, đã được an bài, không thể thay đổi được. Số mệnh đã an bài, Thượng Đế toàn năng đã an bài cuộc đời và vì vậy tu hành để thay đổi cuộc đời đã an bài, đã được lập trình là điều không thể. Vậy thì, cuộc đời đã được lập trình hay nó xảy ra một cách ngẫu nhiên, hay có một Bản Ngã, một Thượng Đế điều khiển, vận hành nó? Hãy quan sát cuộc đời bất kỳ một ai, già trẻ, gái trai, giàu nghèo, ngu trí, dân tộc, tôn giáo nào cũng không xảy ra một cái ngẫu nhiên, mà nó đều xảy ra theo QUY LUẬT NHẤT ĐỊNH. Quy luật nhất định đó chính là LẬP TRÌNH, vì vậy, cuộc đời đã được LẬP TRÌNH. Ví như, cuộc đời bất cứ ai cũng xảy ra theo LẬP TRÌNH Sinh Già Bệnh Chết, không cuộc đời một ai có thể thoát ra khỏi cái quy luật đã được lập trình ấy. Cuộc đời có rất nhiều lập trình từ Thô đến Tế đã được cài đặt, nơi tám thân vật chất này thôi, nhưng có hai lập trình quan trọng nhất cần phải khám phá và hiểu biết

tường tận. Khám phá và hiểu biết tường tận hai lập trình cơ bản đó thì mới Thấy Biết Đúng Sự Thật là Con người bao gồm DANH và SẮC hay Thân và Tâm phát sinh và vận hành một cách hoàn toàn "MÁY MÓC" theo LẬP TRÌNH đã cài đặt. Lúc đó mới Thấy Biết Như Thật THỰC TÁNH của DANH và SẮC là VÔ THƯỜNG và VÔ NGÃ. Đặc biệt là VÔ NGÃ nghĩa là DANH và SẮC phát sinh và vận hành một cách hoàn toàn "MÁY MÓC" không có ai, không có Thượng Đế hay Bản Ngã điều khiển.

1 - LẬP TRÌNH CỦA NHÂN LOẠI: Đây là lập trình cho toàn thể Nhân loại chỉ ngoại trừ các bậc Thánh đã Giác ngộ. Khi con người ngủ say không mộng mỵ, thì cái lập trình đó tuy vẫn tồn tại nhưng không vận hành, giống như một máy tính tuy có cắm điện, có các lập trình đã cài đặt nhưng không vận hành. Khi thức tỉnh, LẬP TRÌNH sẽ lập tức vận hành. Nếu quán sát một cách Thô (không tỉ mỉ) sẽ thấy ngay có CĂN TRẦN tiếp xúc và phát sinh Các Đối Tượng và Các Tâm Biết, có phạm sự Nhận Biết hay Ghi Nhận các đối tượng ấy. Đó là Nhận thức thấy Hình ảnh, Nhĩ thức nghe Âm thanh, Tỉ thức cảm nhận Mùi, Thiệt thức cảm nhận Vị... Đây là Thấy, Nghe, Cảm nhận đối tượng (hay Nhận thức cảm tính đối tượng) gọi tắt là THẤY đối tượng. Tiếp đến Tâm Biết Ý thức sẽ khởi lên BIẾT đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Cụ thể Ý thức BIẾT đối tượng đó là cái gì, tên gì, đặc tính ra sao, Dễ chịu, Khó chịu hay Trung tính và so sánh Ta hơn, Ta kém hay Ta bằng đối tượng. Do BIẾT về đối tượng như vậy mà sẽ phát sinh

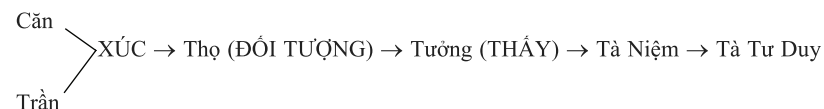
THÁI ĐỘ đối với đối tượng: Dễ chịu thì Thích (Tham), Khó chịu thì Ghét (Sân), Trung tính thì tìm kiếm một đối tượng Dễ chịu để thay thế (Si). Do có THÁI ĐỘ như vậy mà sẽ phát sinh LỜI NÓI, HÀNH ĐỘNG tương ứng. Do có LỜI NÓI, HÀNH ĐỘNG tương ứng như vậy mà sẽ phát sinh KẾT QUẢ là KHỔ hay VUI.



Đây là một lập trình cứ lặp đi lặp lại đối với các Đối Tượng phát sinh khi Sáu Căn (Mắt Tai Mũi Lưỡi Thân Ý) tiếp xúc Sáu Trần (Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp). Điều này xảy ra tương tự như một LẬP TRÌNH đã được "cài đặt" nơi một chiếc xe đạp. Khi Bàn Chân tiếp xúc (tương tác) với Bàn Đạp thì sẽ phát sinh Chuyển Động của Dĩa ; Chuyển Động Dĩa tiếp xúc với Dây Xích phát sinh Chuyển Động Xích ; Chuyển Động Xích tiếp xúc với Líp phát sinh Líp Quay ; Líp Quay tương tác với Bánh Xe phát sinh Bánh Xe quay ; Bánh Xe quay tiếp xúc với Đường phát sinh Chuyển Động di chuyển. Chỉ cần Bàn Chân tiếp xúc (tương tác) với Bàn Đạp thì LẬP TRÌNH đã "cài đặt" vận hành và KẾT QUẢ là Xe Đạp di chuyển. Lập trình này vận hành hoàn toàn MÁY MÓC, bản thân người ngồi trên xe đạp, không

phải là CHỦ NHÂN, không thể ĐIỀU KHIỂN các bộ phận như Dĩa, Xích, Líp, Bánh Xe, Chuyển Động di chuyển, mà những Kết Quả đó là do tương tác phát sinh, phụ thuộc vào chất lượng cũng như tương tác giữa các bộ phận.

Nếu quan sát tỉ mỉ, vi tế hơn sẽ thấy được LẬP TRÌNH đã cài đặt nơi con người vận hành theo một lộ trình mà theo thuật ngữ Phật học gọi là Bát Tà Đạo:



Tà Tri Kiến (BIẾT) → Tham Sân Si (THÁI ĐỘ) → Tà Định → Dục (MUỐN) → Tà Tinh Tấn → Phi Như Lý tác ý → Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng → Kết Quả là KHỔ hoặc VUI.

Đây là một LẬP TRÌNH đã được cài đặt và hễ có tiếp xúc (hay tương tác) giữa CĂN và TRẦN xuất hiện một Cảm thọ tức là xuất hiện ĐỐI TƯỢNG thì LẬP TRÌNH đó vận hành. Lộ trình đó vận hành xong, diệt đi thì một đối tượng khác xuất hiện và lộ trình khác, tương tự như vậy do đã được LẬP TRÌNH lại tự động khởi lên.

#### A - Có tác giả, có chủ nhân của LẬP TRÌNH này không?

Một rô bốt có thể phát ra lời nói và hành động để phản ứng lại ngoại cảnh do Camera ghi nhận (THẤY) do LẬP TRÌNH đã được cài đặt vào ổ cứng của máy. Các nhà khoa học đã quan sát LẬP TRÌNH đã được cài đặt nơi con người



để bắt chước và hoàn thiện dần các LẬP TRÌNH cài đặt cho Rô bốt. Nhưng cái LẬP TRÌNH đã được cài đặt nơi "ổ cứng", nơi "kho chứa thông tin" của con người thì nó ở ngay nơi cấu trúc ADN của mỗi tế bào trong thân thể con người. Trong cái "ổ cứng" đó, lưu giữ thông tin về các tri thức hiểu biết, các thói quen, kinh nghiệm, năng khiếu... mà mỗi một lộ trình tâm trong quá khứ của đời này và các đời trước đã lưu vào. Trong các thông tin đó có thông tin VÔ MINH là những hiểu biết sai sự thật về thực tại, hiểu sai về Vô thường, Vô ngã, hiểu sai về Khổ Tập Diệt Đạo, những tư tưởng sai, chấp thủ cái này là của Ta, là Ta, là bản ngã của Ta. Chính VÔ MINH cùng với CẤU TRÚC THÂN THỂ đã hình thành nên cái LẬP TRÌNH ấy và cái LẬP TRÌNH ấy được hoàn thiện dần theo lịch sử tiến hoá nhiều đời nhiều kiếp trong cấu trúc ADN, là "kho chứa thông tin" của con người theo quá trình tái sinh. Hãy quan sát là các thông tin được cài đặt vào kho chứa là do học hỏi và tự cài đặt mà không phải được "bên ngoài" cài đặt vào. Ví như, một đứa trẻ khi đẻ ra và khi CĂN TRẦN tiếp xúc, nó vẫn Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng nhưng nó không biết đối tượng là cái gì, không biết xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay... Quá trình lớn lên nó học qua nhiều cách để hiểu biết về các đối tượng được Thấy, Nghe, Cảm nhận và một cách TỰ ĐỘNG các thông tin đó được lưu vào kho chứa, củng cố và hoàn thiện LẬP TRÌNH. Vì vậy, KHÔNG CÓ AI LÀ TÁC GIẢ, LÀ CHỦ NHÂN, KHÔNG CÓ THƯỢNG ĐẾ, KHÔNG CÓ BẢN NGÃ LÀ TÁC GIẢ,

LÀ CHỦ NHÂN CỦA LẬP TRÌNH. Hiện nay, các nhà khoa học đã thành công ở một mức độ nào đấy trong việc bắt chước LẬP TRÌNH này của con người nên đã sáng tạo ra phần mềm cho các Rô bốt tự học, tự cài đặt các kiến thức và tự phản ứng trên những gì tự học được. Nhưng cho đến hiện nay, Rô bốt cũng chỉ bắt chước được nhưng đang còn thô thiển hai trong sáu lộ trình là thấy, nghe còn ngửi, nếm, xúc chạm và "tưởng lại" thì chưa thể bắt chước con người. Quan sát thật sâu sắc và tỉ mỉ, thì rốt cuộc con người cũng là một "rô bốt" sinh học hoàn thiện, TỰ cài đặt các dữ liệu, TỰ cài đặt các LẬP TRÌNH trong quá trình tiến hoá lâu dài theo các chu kỳ tái sinh mà không có một ai, không có một Thượng Đế toàn năng, không có một Bản Ngã, không có một Bản Tâm không sinh không diệt nào, là Chủ Nhân, Chủ Sở Hữu, điều khiển cái "cỗ máy sinh học" rất tinh vi và hoàn thiện này.

**B - Đức Phật là người đầu tiên khám phá ra LẬP TRÌNH:**  
Đức Phật không phải là tác giả, không phải là chủ nhân của LẬP TRÌNH mà là con người đầu tiên, độc nhất vô nhị, không thầy chỉ dạy, tự mình khám phá, chứng ngộ và thuyết giảng về cái LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo này. Ngài đã quảng bá, phân tích, hiển thị, chỉ dẫn rành mạch rằng: Con người là Danh và Sắc được phân chia thành Năm Nhóm Sắc Thọ Tưởng Hành Thức (Năm Uẩn) đang vận hành theo một LẬP TRÌNH:

Lục Nhập → Xúc → Thọ → Ái → Thủ → Hữu → Sinh  
Già Bệnh Chết Sầu Bi Khổ Ưu Não (Thập Nhị Nhân Duyên)  
mà tỉ mỉ hơn là Lộ trình Bát Tà Đạo:

Lục Nhập → Xúc → Thọ → Tưởng → Tà Niệm → Tà Tư  
Duy → Tà Tri Kiến → Tham Sân Si → Tà Định → Dục →  
Tà Tinh Tấn → Phi như lý tác ý → Tà ngữ, Tà Nghiệp, Tà  
mạng → KHỔ và VUI.

Vận hành của LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo này đưa đến  
KẾT QUẢ là KHỔ lẫn VUI và đó cũng chính là Thực Tại  
Thế Gian của Nhân loại " Vui ít, khổ nhiều, não nhiều mà  
nguy hiểm lại càng nhiều hơn". Trong Thực Tại Thế Gian  
khởi lên do LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo, có VÔ MINH, có  
THAM SÂN SI, có KHỔ. Giác Ngộ LẬP TRÌNH Bát Tà  
Đạo là Giác Ngộ KHỔ ĐỂ và TẬP ĐỂ trên nền tảng Giác  
Ngộ các pháp là VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ. Điều này cũng  
có nghĩa là không thể tu hành mà THAY ĐỔI được Thực  
Tại Thế Gian, không thể chấm dứt Tham Sân Si, chấm dứt  
Khổ nơi Bát Tà Đạo, nơi Thực Tại Thế Gian vì nó đã được  
LẬP TRÌNH. Nhưng không phải chỉ có duy nhất một lập  
trình như vậy, mà còn có một LẬP TRÌNH khác, và nếu  
được cài đặt vận hành thì sẽ chấm dứt LẬP TRÌNH Bát Tà  
Đạo, chấm dứt Thực Tại Thế Gian, khởi lên Thực Tại Xuất  
Thế Gian không có Tham Sân Si, không có Khổ.

2 - LẬP TRÌNH CỦA BẬC THÁNH: Không những

khám phá LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo mà Đức Phật cũng là  
người đầu tiên, độc nhất vô nhị, không thầy chỉ dạy, tự  
mình khám phá, chứng ngộ và thuyết giảng về một LẬP  
TRÌNH khác nữa là Bát Chánh Đạo. Ngài cũng đã quảng  
bá, phân tích hiển lộ, chỉ dẫn rành mạch về LẬP TRÌNH  
Bát Chánh Đạo, vận hành nơi bậc Thánh. Đó là:

Lục Nhập → Xúc → Thọ → Tưởng → Chánh Niệm →  
Chánh Tinh Tấn → Chánh Định → (Tỉnh Giác) → Chánh  
Tư Duy → Chánh Tri Kiến → Như lý tác ý → Chánh ngữ,  
Chánh nghiệp, Chánh mạng.

LẬP TRÌNH Bát Chánh Đạo này, khởi lên Thực Tại Xuất  
Thế Gian cũng là Năm Nhóm Sắc Thọ Tưởng Hành Thức  
nhưng không có VÔ MINH, không có Tham Sân Si, không  
có KHỔ và VUI, mà nói theo cách khác là có KHÔNG  
GIẢI THOÁT, VÔ TƯỚNG GIẢI THOÁT, VÔ TÁC GIẢI  
THOÁT.

Để cài đặt LẬP TRÌNH Bát Chánh Đạo này phải VẮN  
và TƯ nghĩa là phải Nghe và Tư Duy về Giáo Pháp mà Đức  
Thế Tôn khéo léo thuyết giảng. Nhờ Nghe và Tư Duy mà  
có được HIỂU BIẾT ĐÚNG SỰ THẬT về Duyên khởi lên  
các pháp, về Vô thường, Vô ngã, lộ trình tâm Bát Tà Đạo  
với Khổ Để và Tập Để, lộ trình tâm Bát Chánh Đạo với  
Diệt Để và Đạo Để, về Vị ngọt, sự Nguy hiểm, sự Xuất ly.  
Những hiểu biết đúng sự thật này là MINH sẽ được lưu

vào kho chứa và như vậy trong kho chứa của một người có VĂN TUỆ và TU TUỆ như vậy, đã được cài đặt HAI LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo và Bát Chánh Đạo. Nếu người này kích hoạt VÔ MINH thì LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo khởi lên, nếu kích hoạt MINH thì LẬP TRÌNH Bát Chánh Đạo khởi lên. Sự kích hoạt MINH (bằng Chánh Niệm, Tứ Niệm Xứ) để LẬP TRÌNH Bát Chánh Đạo vận hành thì gọi là TU và nhờ TU liên tục mà đến mức độ LẬP TRÌNH Bát Chánh Đạo xoá bỏ được LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo (Thông tin MINH xoá bỏ Thông tin VÔ MINH trong kho chứa) thì Chánh Trí sẽ khởi lên: Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm, không còn trở lại cuộc đời này nữa. Đây chính là lộ trình tu học mà Bạc Đạo Sư đã dày công thuyết giảng VĂN - TU - TU để cài đặt MINH và xoá bỏ VÔ MINH trong kho chứa.

Những ai không có VĂN TU TU theo giảng dạy của Đức Phật thì cuộc đời sẽ vận hành theo LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo và sẽ nhận được kết quả là có KHỔ lẫn VUI mà trong đó VUI thì ít, KHỔ thì nhiều, nào nhiều mà nguy hiểm lại càng nhiều hơn. Khi chết đi, Thức tái sinh sẽ di chuyển cái LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo đó vào một bào thai mới và lại tiếp tục một chu kỳ mới của Sinh Già Bệnh Chết với sự vận hành của LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo. Nên nhớ cho rằng, không có ai, không có linh hồn hay một tâm thức nào đi đầu thai mà chính là cái LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo tái sinh trở lại thôi.

Những ai có VĂN TU TU theo lời dạy của Đức Phật sẽ TỰ MINH cài đặt LẬP TRÌNH Bát Chánh Đạo để trong đời hiện tại sống với KHÔNG GIẢI THOÁT, VÔ TƯỚNG GIẢI THOÁT, VÔ TÁC GIẢI THOÁT, sống với sự vắng mặt cả KHỔ lẫn VUI của thế gian và khi chết đi sẽ chấm dứt tái sinh của cả LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo lẫn Bát Chánh Đạo, chấm dứt Sinh Già Bệnh Chết trong tương lai, chấm dứt luân hồi sinh tử. Đó chính là ĐOẠN TẬN KHỔ ĐAU là VÔ DƯ NIẾT BÀN.

3 - KẾT LUẬN: Cuộc đời cho dù Phàm hay Thánh đều đã được LẬP TRÌNH và sự vận hành LẬP TRÌNH đó đưa đến KẾT QUẢ cuộc sống của mỗi hạng người. Đối với Phàm phu thì do sự vận hành của lập trình Bát Tà Đạo mà đưa đến Kết Quả là có cả Hạnh Phúc và Khổ Đau nhưng Hạnh Phúc thì ít mà Đau Khổ thì nhiều, cay đắng nhiều mà nguy hiểm lại càng nhiều hơn. Đối với bậc Thánh, do sự vận hành của lập trình Bát Chánh Đạo mà đưa đến Kết Quả là vắng mặt cả Hạnh Phúc và Khổ Đau và gọi đó là Niết Bàn. Nhân loại có quyền chọn lựa LẬP TRÌNH cho cuộc đời mình. Những ai muốn sống một cuộc đời KHÔNG CÓ KHỔ, VẮNG MẶT KHỔ, CHẤM DỨT KHỔ thì hãy TỰ MINH cài đặt LẬP TRÌNH Bát Chánh Đạo để phá huỷ LẬP TRÌNH Bát Tà Đạo theo lộ trình VĂN - TU - TU mà Bạc Đạo Sư đã dày công giảng dạy.

## TAM PHÁP ẤN, ĐÚNG HAY SAI?

PHÁP ẤN được hiểu là Dấu Ấn của Chánh Pháp, xác định đó là Chánh Pháp, là Sự Thật do Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết giảng. Pháp Ấn là khái niệm phát sinh sau này trong các Chú Giải, là chủ trương của các tông phái Phật Giáo mà không có trong Tạng Kinh là tạng Đức Phật thuyết giảng. Vì vậy, hai trường phái lớn là Bắc tông và Nam tông có chủ trương về Pháp Ấn khác nhau. Theo Nam tông là TAM PHÁP ẤN gồm VÔ THƯỜNG, KHỔ, VÔ NGÃ, còn theo Bắc tông là TỬ PHÁP ẤN gồm VÔ THƯỜNG, KHỔ, KHÔNG, VÔ NGÃ. Điều này được hiểu là tất cả các pháp có tính chất, có tự tánh, có thực tánh theo Nam tông là Vô thường, Khổ, Vô ngã, theo Bắc tông là Vô thường, Khổ, Không, Vô ngã.

Đương nhiên tính chất, tự tánh, thực tánh các pháp là VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ là Sự Thật, là Chân Lý đã được Đức Phật thuyết giảng nhất quán, xuyên suốt toàn bộ kinh điển nên không có gì phải bàn. Nhưng ở đây trong Tam

Pháp Ấn và Tử Pháp Ấn của cả Nam tông và Bắc tông đều khẳng định: tính chất, tự tánh, thực tánh các pháp là KHỔ, hay CÁC PHÁP LÀ KHỔ là điều cần phải quan sát lại với trí tuệ.

### 1 - CÁC PHÁP LÀ KHỔ KHÔNG ĐÚNG SỰ THẬT:

- Nếu tất cả Danh và Sắc hay Năm Uẩn Sắc Thọ Tưởng Hành Thức là Khổ thì Năm Uẩn nơi Phàm cũng là Khổ và Năm Uẩn nơi Thánh cũng Khổ. Như thế một vị A La Hán cũng là Danh và Sắc, cũng là Năm Uẩn, cũng cứ là Khổ, chứ không thể Khổ Diệt, Niết Bàn được. Và nếu như vậy, thì Đức Phật Giác Ngộ và thuyết giảng về Khổ Diệt và Con đường Khổ Diệt (Diệt Đế và Đạo Đế) là HƯ NGUY ư? Nhưng lời giảng của Đức Thế Tôn, Bậc Chánh Đẳng Giác không thể hư nguy, vì vậy CÁC PHÁP LÀ KHỔ không đúng với Diệt Đế và Đạo Đế mà Đức Phật thuyết giảng.

- Nếu các pháp là Khổ thì phải hiểu là Khổ sẵn có, tự nhiên có, luôn luôn có, thường hằng, thường trú nơi các pháp, Khổ là của các pháp. Điều này là trái với Sự thật Duyên Khởi, Khổ khởi lên phải do nhân do duyên. Đây chính là tư tưởng Vô minh, là Thường kiến và Ngã kiến của Phàm phu theo mô thức ngọt trong đường và của đường, mặn trong muối và của muối, ngon dở trong thức ăn và của thức ăn, nóng trong lửa và của lửa, lạnh trong nước đá và của nước đá... Do bị tư tưởng Vô minh che đậy, các LUẬN SƯ đã không THẤY BIẾT NHƯ THẬT VỀ KHỔ, không Giác Ngộ KHỔ ĐẾ theo thuyết giảng của Bậc Đạo Sư. Đức

Phật đã dày công thuyết giảng, tất cả các pháp, kể cả Khổ đều phát sinh theo Định Luật Duyên Khởi: "Do cái này có, cái kia có, do cái này sinh, cái kia sinh. Do cái này không có, cái kia không có, do cái này diệt, cái kia diệt". Ví như có viên đường và lưỡi (một người khoẻ mạnh) là hai nhân nhưng chưa tiếp xúc thì chưa có "ngọt" nào cả. Khi Lưỡi tiếp xúc với Viên đường thì phát sinh Cảm giác ngọt. XÚC sinh Cảm giác ngọt sinh (Cái này có thì Cái kia có). XÚC diệt Cảm giác ngọt diệt (Cái này diệt thì Cái kia diệt). Cảm giác ngọt sinh lên rồi diệt, nó Vô Thường, Vô Chủ (không phải của đường hay của lưỡi). Vì vậy, "ngọt" không phải là vật chất mà là Cảm Giác (hay Cảm Thọ) thuộc phạm trù Tâm, nó Vô thường, Vô chủ nên nó không sẵn có, không luôn luôn có, không thường hằng, không thường trú nơi viên đường, không phải của viên đường. Cũng y như vậy, Đức Phật cũng đã thuyết minh, Khổ phát sinh theo một lộ trình Duyên Khởi: Do có Lục Nhập mà có XÚC; do có XÚC mà có Thọ; do có Thọ mà có Ái; do có Ái mà có Thủ; do có Thủ mà có Hữu; do có Hữu mà có Sinh Già Bệnh Chết, Sầu Bi Khổ Ưu Não không thể kể xiết. Nghĩa là toàn bộ Khổ Uẩn TẬP KHỞI.

Lục Nhập → XÚC → Thọ → Ái → Thủ → Hữu → Sinh Già Bệnh Chết, Sầu Bi Khổ Ưu Não.

Hay quan sát tỉ mỉ hơn thì KHỔ phát sinh theo lộ trình Bát Tà Đạo:

XÚC → Thọ → Tưởng → Tà Niệm → Tà Tư Duy → Tà Tri Kiến → Tham Sân Si → Tà Định → Dục → Tà Tinh Tấn → Phi như lý tác ý → Tà (ngũ, nghiệp, mạng) → Sầu Bi Khổ Ưu Não, Sinh Già Bệnh Chết.

Như vậy, KHỔ LÀ PHÁP DUYÊN KHỞI, nó là CẢM THỌ, nó VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ, nó không tự nhiên có, không sẵn có, không thường hằng, thường trú trong Danh và Sắc, hay trong Sắc Thọ Tưởng Hành Thức. Khổ bao gồm Khổ thọ trên thân và Hoại Khổ, Khổ Khổ, Hành Khổ thuộc về Nội Tâm nhưng con người cảm nhận Hoại Khổ, Khổ Khổ, Hành Khổ bởi các Cảm Giác khó chịu (Khổ thọ) do Nội Xúc bên trong các tế bào nội tạng gây ra nên cũng là Cảm thọ.

- Các LUẬN SỬ cho rằng các pháp là Khổ, nghĩa là SẮC THỌ TƯỚNG HÀNH THỨC LÀ KHỔ trái với thuyết giảng của Đức Phật trong toàn bộ kinh điển mà mở đầu bằng bài kinh Chuyển Pháp Luân là: Sinh là Khổ, Già là Khổ, Bệnh là Khổ, Chết là Khổ, Cầu mà không được là Khổ... TÓM LẠI NĂM THỦ UẨN LÀ KHỔ. Năm Thủ Uẩn là Khổ chứ KHÔNG PHẢI NĂM UẨN LÀ KHỔ như các Chú Giải chủ trương, nghĩa là CHẤP THỦ NĂM UẨN là của Ta, là Ta, là Bản Ngã (Tự Ngã) của Ta sẽ phát sinh Tham Sân Si, do Tham Sân Si mà XUNG ĐỘT với Thực Tại, do XUNG ĐỘT mà KHỔ phát sinh.



- Các LUẬN SỰ đã không quán sát các pháp với Trí Tuệ nên đã y chỉ vào Kinh điển, y chỉ vào một chi tiết hiểu biết sai không biết là do kết tập hay truyền miệng sai lời văn là: "Sắc Thọ Tướng Hành Thức là vô thường, nên Sắc Thọ Tướng Hành Thức là Khổ". Với lời văn này, ý nghĩa cần phải hiểu: Nguyên nhân Khổ là do các pháp Vô thường, hay Vô thường là Nguyên nhân Khổ. Điều này là hoàn toàn mâu thuẫn, trái ngược với thuyết giảng của Đức Phật xuyên suốt kinh điển: Nguyên nhân Khổ là Tham ái bao gồm Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái. Đức Phật là bậc Đại Trí Tuệ đã đoạn diệt Vô minh, không bao giờ lại tự mình mâu thuẫn với chính mình nên biết rằng "Sắc Thọ Tướng Hành Thức là vô thường, Cái gì vô thường thì cái đó là khổ" không phải là lời dạy của Đức Thế Tôn.

- Đức Phật Giác Ngộ nhờ: Tuệ Tri sự tập khởi, sự đoạn diệt của Thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ. Ngài đã Giác Ngộ Thực Tại của Phàm hay Thánh là Sáu loại Cảm Thọ do Sáu Căn và Sáu Trần tiếp xúc mà phát sinh và mỗi một loại Cảm Thọ gồm ba là Lạc thọ, Khổ thọ và Bất khổ bất lạc thọ. Thực Tại không phải chỉ có duy nhất là Khổ thọ, không chỉ duy nhất là KHỔ mà còn có Lạc thọ, có VUI là Vị Ngọt. Vì có Lạc thọ, có Vui, có Vị Ngọt nên Phàm phu mới Tham ái vị ngọt, nếu tất cả đều là Khổ thì đâu có thể phát sinh Tham Ái. Đức Phật đã nói rõ: Ta đã tuệ tri vị ngọt là vị ngọt. Nghĩa là Vị ngọt, Hạnh phúc là có thực nhưng nó là Cảm thọ, là Lạc thọ và nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu vì thế nếu Tham ái Vị ngọt thì sẽ Nắm giữ nên khi nó

biến hoại, biến diệt, mất đi, Sáu Bi Khổ Ưu Não sẽ khởi lên. Đây là sự nguy hiểm, Tham ái vị ngọt là nguy hiểm vì nó đưa đến Khổ. Các LUẬN SỰ vì bị Vô minh Thường kiến và Ngã kiến che đậy, KHÔNG THẤY BIẾT NHƯ THẬT lời dạy của Bậc Đạo Sư VỀ KHỔ đã chủ trương sai lạc, xuyên tạc lời dạy của Phật thành CÁC PHÁP LÀ KHỔ và đã "Nhồi Sọ" tư tưởng đó cho biết bao thế hệ, làm cho họ không biết được SỰ THẬT VỀ KHỔ. Hiện trạng này giống như trong kinh điển đã đưa ra hình ảnh một đoàn người mù ôm nhau mà đi, người trước không thấy, người giữa không thấy, người sau không thấy. Chủ trương hành thiền Vipassana hay Minh Sát để THẤY CÁC PHÁP LÀ KHỔ là Hoang Tưởng và nếu có người nào Hoang Tưởng đến độ THẤY CÁC PHÁP LÀ KHỔ, thì cũng giống như người bị bệnh trầm cảm rất nặng, họ cũng Hoang Tưởng TẤT CẢ LÀ KHỔ thì họ sẽ tìm cách tự sát.

## 2 - GIÁC NGỘ TƯ THÁNH ĐỂ LÀ GIÁC NGỘ VỀ KHỔ:

Giác Ngộ về Khổ là THẤU TRIỆT bốn phương diện của Khổ. Đó là:

- THẤU TRIỆT KHỔ: Là hiểu thấu thực tánh Duyên khởi, thực tánh Vô thường, Vô ngã (Vô chủ, Vô sở hữu) của Khổ, do quán sát quá trình Duyên khởi lên Bát Tà Đạo, Duyên khởi lên Khổ, do vậy Chấm dứt được tà kiến là Thường kiến và Đoạn kiến về Khổ (Chấp Có và Chấp Không về Khổ)

- THẤU TRIỆT TẬP KHỞI KHỔ: Là hiểu thấu Nguyên Nhân phát sinh Khổ là Tham Sân Si trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo

- THẤU TRIỆT ĐOẠN DIỆT KHỔ: Là khi Bát Tà Đạo được nhiếp phục hoặc đoạn tận thì Tham Sân Si được nhiếp phục hoặc đoạn tận, lúc đó có Khổ Diệt hay Niết Bàn. Nhiếp phục là hữu học, đoạn tận là vô học.

- THẤU TRIỆT CON ĐƯỜNG ĐOẠN DIỆT KHỔ: Là khi Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên sẽ nhiếp phục và đi đến Đoạn tận Bát Tà Đạo.

Khi đã THẤU HIỂU và ĐẠT ĐƯỢC Tứ Thánh Đế sẽ phân biệt rành rẽ HAI THỰC TẠI Thế Gian và Xuất Thế Gian. THỰC TẠI không phải là THỂ GIỚI ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp mà THỰC TẠI, những đối tượng Thấy, Nghe, Cảm Nhận LÀ SÁU CẢM THỌ do SÁU CĂN (của người đó) tiếp xúc với THỂ GIỚI mà phát sinh. THỰC TẠI mỗi mỗi người là khác nhau tuy rất vi tế và phân thành hai loại: THỰC TẠI THỂ GIÂN của Phàm phu phát sinh theo lộ trình Bát Tà Đạo, THỰC TẠI XUẤT THỂ GIÂN của bậc Thánh phát sinh theo lộ trình Bát Chánh Đạo.

a - THỰC TẠI THỂ GIÂN của Phàm phu có VÔ THƯỜNG, KHỔ, VÔ NGÃ, BẤT TỊNH. Nghĩa là trong THỰC TẠI THỂ GIÂN các pháp đều Vô Thường, Vô Ngã, có KHỔ (Sầu Bi Khổ Ưu Nỗi, Khổ của Sinh Già Bệnh Chết) chứ không phải tất cả pháp trong thực tại này là Khổ.

BẤT TỊNH nghĩa là Niềm vui, Hạnh phúc, Dục lạc thế gian vui ít khổ nhiều, náo nhiễu mà nguy hiểm càng nhiều hơn. Đó là Phàm phu lạc, Ô uế lạc, Bất tịnh lạc chứ BẤT TỊNH không phải là Thân bất tịnh.

b - THỰC TẠI XUẤT THỂ GIÂN của bậc Thánh khởi lên khi tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế có VÔ THƯỜNG, KHỔ DIỆT, VÔ NGÃ, THANH TỊNH. Nghĩa là trong THỰC TẠI XUẤT THỂ GIÂN các pháp đều Vô Thường, Vô Ngã, KHÔNG CÓ KHỔ. THANH TỊNH nghĩa là có hỷ lạc của sơ thiền, hỷ lạc của nhị thiền, lạc của tam thiền và hiện tại lạc trú của tứ thiền không còn vui ít khổ nhiều nữa mà hoàn toàn vô hại, được gọi là Thánh lạc, Chánh giác lạc, An tịnh lạc. Đó là nghĩa Thanh Tịnh chứ không phải là Thân thanh tịnh.



## HIỂU LÂM VỀ TỨ THÁNH ĐẾ

Tứ Thánh Đế là Bốn Chân Lý hay Bốn Sự Thật có tính phổ quát mà Bạc Thánh đã Giác Ngộ. Bốn Sự Thật đó thuộc về Hai Thực Tại. KHỔ ĐẾ và TẬP ĐẾ thuộc về thực tại Thế Gian của Phàm phu còn DIỆT ĐẾ và ĐẠO ĐẾ thuộc về thực tại Xuất Thế Gian của bậc Thánh.

**1 - THỰC TẠI THẾ GIAN** của Phàm phu là pháp Duyên Khởi, do duyên Sáu Căn và Sáu Trần tiếp xúc mà phát sanh theo lộ trình Bát Tà Đạo. Trong Thực Tại Thế Gian có VÔ MINH, có THAM SÂN SI, có RÀNG BUỘC, có SẴU BI KHỔ UƯU NÃO, SINH GIÀ BỆNH CHẾT. Có thể diễn tả Thực Tại Thế Gian bằng một lộ trình đơn giản: XÚC - THỌ - ÁI - THỦ - HỮU. Khi đang ở trong Thực Tại Thế Gian, bị VÔ MINH che đậy nên kẻ Phàm phu không thể Thấy Biết Như Thật về KHỔ, không thể Thấy Biết Như Thật về THAM SÂN SI là Nguyên Nhân Khổ nên không thể Giác Ngộ KHỔ ĐẾ và TẬP ĐẾ. Bạc Thánh với Minh, với Trí Tuệ đã Giác Ngộ SỰ THẬT PHỔ QUÁT là Thực Tại Thế Gian

có KHỔ và có THAM SÂN SI là Nguyên nhân Khổ. Vì vậy, có quan điểm chủ trương rằng, sống trong Thực Tại Thế Gian, chỉ cần quan sát, Ghi Nhận Tâm có Tham, có Sân, có Si thì Tham Sân Si sẽ diệt và sống trọn vẹn với sự quan sát, Ghi nhận như vậy là HẾT KHỔ; SỰ KIỆN NHƯ VẬY KHÔNG THỂ XẢY RA. Vì rằng dù có biết Tham Sân Si có mặt hay không biết Tham Sân Si có mặt, thì TỰ TÁNH của Tham Sân Si là Vô thường, sinh diệt nên Tham Sân Si đó sẽ diệt. Nhưng rồi theo Tự Tánh của Bát Tà Đạo một Tham Sân Si khác sẽ khởi lên và Khổ lại khởi lên. Quá trình sẽ tiếp diễn như thế mãi và cái Thực Tại Thế Gian sinh diệt đó luôn luôn có mặt THAM SÂN SI, luôn luôn có mặt KHỔ, không thể có KHỔ DIỆT, NIẾT BÀN, không thể có GIẢI THOÁT KHỔ. Lại có quan điểm chủ trương rằng, thực hành là để sửa đổi cái Thực Tại Thế Gian đó, bằng Chánh Niệm Quán Sát Tham Sân Si, mà không biết rằng hễ có Tham Sân Si thì lúc đó chỉ có Tà Niệm, Tà Tư Duy, Tà Tri Kiến, Tà Định, Tà Tinh Tấn, Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng, lấy đầu ra Chánh Niệm, Chánh Tinh Tấn, Chánh Định, Chánh Tư Duy, Chánh Tri Kiến để mà Quán Sát, để mà THẤY BIẾT NHƯ THẬT về Tham Sân Si, về Khổ. Hoặc có chủ trương ĐỪNG TRỐN CHẠY, ĐỪNG CHỐI BỎ, HÃY CHẤP NHẬN cái Thực Tại Thế Gian có Tham Sân Si, có Khổ đó mà hãy Chánh Niệm để SỐNG TRỌN VẸN VỚI THỰC TẠI ĐÓ. Những chủ trương, quan điểm như vậy do hiểu biết lệch lạc về Tứ Thánh Đế, mới chỉ đề cập tới KHỔ ĐẾ và TẬP ĐẾ nơi Thực Tại Thế Gian mà không

biết rằng Đức Phật không những đã chứng ngộ và thuyết giảng về KHỔ ĐỂ và TẬP ĐỂ mà Ngài cũng đã chứng ngộ và thuyết giảng về DIỆT ĐỂ và ĐẠO ĐỂ nơi Thực Tại Xuất Thế Gian.

**2 - THỰC TẠI XUẤT THẾ GIAN** của bậc Thánh Hữu học hay Vô học cũng là pháp Duyên Khởi, do duyên Sáu Căn và Sáu Trần tiếp xúc mà khởi lên theo lộ trình Bát Chánh Đạo. Trong Thực Tại Xuất Thế Gian không có VÔ MINH, không có THAM SÂN SI, không có RÀNG BUỘC, không có KHỔ mà có KHÔNG GIẢI THOÁT, VÔ TUỞNG GIẢI THOÁT, VÔ TÁC GIẢI THOÁT. Có thể diễn tả Thực Tại Xuất Thế bằng một lộ trình đơn giản: XÚC - THỌ - KHÔNG - VÔ TUỞNG - VÔ TÁC. Vì vậy, tu tập Bát Chánh Đạo là AN TRÚ THỰC TẠI XUẤT THẾ GIAN với mục đích là Giác Ngộ DIỆT ĐỂ và ĐẠO ĐỂ, tức Giác Ngộ KHỔ DIỆT và Giác Ngộ BÁT CHÁNH ĐẠO LÀ CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT.

**A - MỘT LÀ**, tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế là để THẤU ĐẠT (Thấu Hiểu và Đạt Được) KHỔ DIỆT hay NIẾT BÀN. Trong thời gian tu tập đúng, Thực Tại Xuất Thế khởi lên theo lộ trình Bát Chánh Đạo, nên Thực Tại Thế Gian được nhiếp phục, Bát Tà Đạo được nhiếp phục, không khởi lên, nên Chánh Tri Kiến trên lộ trình Bát Chánh Đạo BIẾT RÕ KHÔNG CÓ THAM SÂN SI với các đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận, được nhận thức, vì vậy nên không có bất kỳ một Phiền Não, không có bất

kỳ một cái Khổ nào nữa. Đó chính là Tuệ Tri KHỔ DIỆT hay Tuệ Tri NIẾT BÀN. Vì vậy, mục đích của Pháp Hành là để THẤY HẾT KHỔ, THẤY KHỔ DIỆT. Quan điểm phổ biến hiện nay được tiếp thu từ các Chú Giải là thực hành (Thiền Vipassana, Thiền Minh Sát) là để Thấy được các pháp là VÔ THƯỜNG, KHỔ, VÔ NGÃ. Đây là quan điểm sai lạc, là THỰC HÀNH ĐỂ THẤY KHỔ. Sự thực trần trụi đã được phơi bày là THỰC HÀNH ĐỂ THẤY KHỔ DIỆT chứ không phải thực hành để thấy KHỔ. Sẽ có lý luận biện hộ cho quan điểm sai trái này là THỰC HÀNH ĐỂ THẤY CÁC PHÁP LÀ KHỔ mới "đưa đến" Nhàm chán, Ly tham các pháp. Sự thực là khi thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế thì KHỔ ĐÂU CÒN CÓ MẶT mà có thể thấy Khổ được nữa, Ly Tham đã xảy ra trong hiện tại rồi đâu còn Tham Sân Si để mà thấy Tham Sân Si, để mà "đưa đến" Ly tham nữa.

**B - HAI LÀ**, tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế là để THẤU ĐẠT (Thấu Hiểu và Đạt Được) BÁT CHÁNH ĐẠO là CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT bao gồm tám chi phần: Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định - Chánh Tư Duy - Chánh Tri Kiến - Chánh (ngũ, nghiệp, mạng) mà có ba chi phần căn bản, chính yếu cần phải THẤU ĐẠT. Đó là Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Tri Kiến gọi tắt là NIỆM - ĐỊNH - TUỆ.

a - NIỆM: Cần phải HIỂU THẤU và ĐẠT ĐƯỢC Tứ Niệm Xứ:

+ Niệm Thân: NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát thân nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

+ Niệm Thọ: NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát thọ nơi thọ với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

+ Niệm Tâm: NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát tâm nơi tâm với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

+ Niệm Pháp: NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát pháp nơi pháp với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

b - ĐỊNH: Cần phải HIỂU THẤU và ĐẠT ĐƯỢC Tứ Thiền:

+ Sơ Thiền: Ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú Sơ Thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh với chú tâm có tầm có tứ.

+ Nhị Thiền: Diệt chú tâm có tầm có tứ, chứng và trú Nhị Thiền, một trạng thái hỷ lạc do định sanh với chú tâm không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm.

+ Tam Thiền: Ly hỷ trú xả, thân cảm lạc thọ mà bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Tam Thiền

+ Tứ Thiền: Xả lạc xả khổ, diệt trừ hỷ ưu, chứng và trú Tứ Thiền, không lạc không khổ, xả niệm thanh tịnh.

c - TUỆ: Cần phải HIỂU THẤU và ĐẠT ĐƯỢC Tứ Thánh Đế:

+ HIỂU THẤU hay Giác Ngộ KHỔ ĐỂ

+ HIỂU THẤU hay Giác Ngộ TẬP ĐỂ

+ HIỂU THẤU và ĐẠT ĐƯỢC DIỆT ĐỂ

+ HIỂU THẤU và ĐẠT ĐƯỢC ĐẠO ĐỂ

Đa phần người tu học hiểu được cần chứng ngộ và an trú KHỔ DIỆT hay NIẾT BÀN mà chưa nhận thức đầy đủ là phải chứng ngộ và an trú cả BÁT CHÁNH ĐẠO với ba yếu tố căn bản NIỆM - ĐỊNH - TUỆ thì mới Giác Ngộ Tứ Thánh Đế.





## BẢN NGÃ

Ngôn từ là pháp được chế định, dùng làm phương tiện truyền thông, nhằm trở đến một "một sự vật, một hiện tượng, hay một pháp" nào đó. Để THẤU ĐẠT một pháp do từ ngữ đó ám chỉ, thì không phải là nghiên cứu cấu trúc từ ngữ ấy do những ngữ căn nào cấu tạo nên, xuất xứ từ đâu để suy diễn ra pháp đó mà phải quan sát sự thật để thấy ra ngôn từ ấy nhằm trở đến sự vật, hiện tượng nào. Muốn THẤU TRIỆT pháp được gọi tên là BẢN NGÃ, phải quan sát sự thật để Thấu Triệt bốn phương diện hay bốn khía cạnh của Bản Ngã:

- Thấu triệt bản ngã (Nội dung, Tính chất Bản Ngã)
  - Thấu triệt tập khởi bản ngã (Nguyên nhân phát sinh Bản Ngã)
  - Thấu triệt đoạn diệt bản ngã
  - Thấu triệt con đường đoạn diệt bản ngã
- 1 - THẤU TRIỆT BẢN NGÃ: Kẻ Phàm phu sống với

một cái TA (Tiếng Tàu gọi là NGÃ), Xưa và Nay (Bản Lai) vốn có cái TA đó, không sinh không diệt, thường hằng thường trú gọi là BẢN NGÃ. Cái TA, BẢN NGÃ đó là Chủ Nhân, Chủ Sở Hữu của Năm Uẩn Sắc Thọ Tưởng Hành Thức. Vì vậy, khi Thấy, Nghe, Cảm Nhận các đối tượng của Thực Tại, Tâm Biết Ý Thức của Phàm phu khởi lên:

- Ta thấy, Ta nghe, Ta ngửi, Ta nếm, Ta xúc chạm, Ta tưởng đến, Ta biết đối tượng. Nghĩa là có cái TA, BẢN NGÃ là Chủ nhân, Chủ sở hữu của các Tâm Biết đó.

- Nhà của Ta, xe của Ta, con của Ta, thân Ta, tâm Ta, đất nước Ta, quả đất Ta... Nghĩa là có một cái TA, BẢN NGÃ là Chủ nhân, Chủ sở hữu của các đối tượng được biết.

- Có sự so sánh TA với đối tượng nên khởi lên: TA HƠN, TA KÉM hay TA BẰNG đối tượng.

Tâm Biết Ý Thức của Phàm phu có các nội dung "TA BIẾT, CỦA TA, TA HƠN KÉM BẰNG" như vậy, mà Kinh Điển dùng tiếng Tàu là " NGÃ KIẾN, NGÃ SỞ KIẾN, NGÃ MẠN TUỖ MIÊN". Với Tâm Biết Ý Thức đã khởi lên tư tưởng BẢN NGÃ như vậy thì sẽ phát sinh Thái Độ: Đối tượng nào phù hợp với TA thì thích thú (Tham ái); đối tượng nào không phù hợp với TA thì chán ghét (Sân) ; đối tượng nào trung tính với TA thì sẽ tìm kiếm đối tượng phù hợp để thay thế (Si). Khi BẢN NGÃ được khen ngợi, ca tụng thì Thích thú ; khi BẢN NGÃ bị chê bai, phê phán thì Giận dữ; khi BẢN NGÃ không được ca tụng hay chê bai thì Tìm Kiếm đối tượng để làm hài lòng BẢN NGÃ. Mọi Thái

Độ Tham Sân Si đưa đến Lời nói, Hành động phát sinh từ CHẤP NGÃ đều nhằm vun vén, tô bồi, đề cao cái BẢN NGÃ ấy. Do Tham Sân Si như vậy mà Sáu Bi Khổ Ưu Nãi khởi lên.

Tâm Biết Ý Thức của Phàm phu khởi lên tư tưởng BẢN NGÃ là Chủ nhân, Chủ sở hữu cũng là tư tưởng SỞ HỮU, LÀM CHỦ, ĐIỀU KHIỂN đối tượng cho phù hợp với BẢN NGÃ. Vì thế, mọi định chế trên thế gian này từ những Công ước của Liên Hợp Quốc đến luật pháp của một nước, hương ước một làng xã đến những luật lệ bất thành văn giữa các thành viên, đều đặt nền móng trên tư tưởng SỞ HỮU, tư tưởng CHỦ NHÂN, tư tưởng LÀM CHỦ. Mọi lối sống, mọi giá trị vật chất và tinh thần, mọi nền văn hoá với các quan niệm Chân Thiện Mỹ khác nhau, mọi cách cư xử giữa con người với nhau, đều hình thành và phát triển trên nền móng tư tưởng CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU. Tuy chủ nghĩa Mác Lê nin có phủ nhận tư tưởng Sở Hữu, nhưng chỉ phủ nhận tư tưởng Sở Hữu Cá Nhân mà thiết lập tư tưởng Sở Hữu Tập Thể, thực chất không phủ nhận Sở Hữu mà chủ trương thay đổi đối tượng chủ nhân sở hữu.

Vì sống với tư tưởng CHẤP THỦ BẢN NGÃ như vậy nên cả nhân loại, mỗi đất nước, mỗi dân tộc, mỗi giai cấp, mỗi một cá nhân đang sống với tư tưởng CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU ; đang từng giây, từng phút nỗ lực cố gắng tích góp, chiếm hữu, khẳng định QUYỀN LÀM CHỦ, QUYỀN SỞ HỮU của mình. Ai cũng đang phấn đấu để Sở

Hữu, để Làm Chủ. Làm chủ cuộc đời, làm chủ hạnh phúc, gia đình, tài sản, tình yêu, tương lai, ước mơ, làm chủ thiên nhiên, làm chủ xã hội... Người tu hành thì đa phần hiểu tu là để làm chủ thân khẩu ý, làm chủ nghiệp, làm chủ tái sinh, làm chủ thân tâm, làm chủ sinh già bệnh chết...

Kẻ Phàm phu vì Vô Minh che đậy, không Tuệ Tri Lý Duyên Khởi nên không Hiểu Biết Đúng Như Thật: Tất cả các pháp đều VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU. Nghĩa là không có BẤT KỲ CÁI GÌ LÀ CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU của các Danh pháp và Sắc pháp. Điều này cũng đồng nghĩa KHÔNG CÓ BẢN NGÃ, KHÔNG CÓ CÁI TA là chủ nhân, chủ sở hữu các pháp, hay các pháp là VÔ NGÃ. Kẻ Phàm phu sống với tư tưởng Vô Minh, Tà Kiến, CHẤP NGÃ là sống với ẢO TƯỢNG, sống với cái KHÔNG CÓ THẬT, sống với LÔNG RỪA, SỪNG THỎ. Và vì tư tưởng CHẤP NGÃ không đúng với sự thật thực tại, mâu thuẫn với thực tại nên XUNG ĐỘT xảy ra. Vì thế cha xung đột với con, vợ chồng xung đột với nhau, hàng xóm, dòng họ, giai cấp, đất nước, tôn giáo... xung đột nhau. Do xung đột mà Sáu Bi Khổ Ưu Nãi khởi lên. Rồi do mong ước Bản Ngã được trường tồn mà phát sinh Thức Tái Sinh tiếp tục các chu kỳ luân hồi sinh tử, chịu cái khổ của sinh già bệnh chết. Tư tưởng CHẤP NGÃ, tư tưởng CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU chính là NĂM THỦ UẨN đưa đến xung đột với Thực Tại, do xung đột mà phát sinh Khổ, vì vậy Đức Phật đã khẳng định: TÓM LẠI NĂM THỦ UẨN LÀ KHỔ, nghĩa là Chấp

Thủ Năm Uẩn là TA, là của TA, là BẢN NGÃ (tự ngã) của TA sẽ khởi lên Khổ.

2 - THẤU TRIỆT TẬP KHỞI BẢN NGÃ: Nguyên nhân làm phát sinh BẢN NGÃ là do Tà Niệm - Tà Tư Duy mà phát sinh Tâm Biết Ý Thức gọi là Tà Tri Kiến trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu. Khi Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng (XÚC - Thọ - Tưởng) rồi Tà Niệm khởi lên sẽ "dò tìm, kích hoạt thông tin" trong kho chứa. Tà Niệm sẽ kích hoạt các thông tin "TA, của TA" do Thấy Biết Vô Minh trong quá khứ lưu giữ trong kho chứa, như Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân, Ý là TA, là của TA, nhà của Ta, con Ta, xe của Ta... Tiếp đến Tà Tư Duy sẽ phân tích đối chiếu, tổng hợp, phán đoán thông tin đối tượng vừa được Thấy, Nghe, Cảm Nhận với thông tin được Tà Niệm kích hoạt có cái TA đó. Với Tà Niệm - Tà Tư Duy như vậy sẽ phát sinh Ý Thức Tà Tri Kiến, chấp thủ có một cái TA, BẢN NGÃ là chủ nhân, chủ sở hữu của Tâm Biết và các Đối Tượng được biết. Lộ trình tâm Bát Tà Đạo đưa đến CHẤP NGÃ như sau:

Căn  
Trần > XÚC → Thọ → Tưởng → TÀ NIỆM → TÀ TƯ DUY → TÀ TRI KIẾN →

Tham Sân Si ...

3 - THẤU TRIỆT ĐOẠN DIỆT BẢN NGÃ: Khi tu tập Bát Chánh Đạo với Niệm Thân, Niệm Thọ, Niệm Tâm, Niệm Pháp, lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên, sẽ THẤY, NGHE, CẢM NHẬN đối tượng với Tỉnh Giác và BIẾT đối tượng với Chánh Tri Kiến nên tư tưởng CHẤP NGÃ, tư tưởng CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU bị đoạn diệt. Đặc biệt khi Niệm Pháp với Chánh Niệm: Nhớ đến chú tâm quán sát đối tượng là Vô chủ, Vô sở hữu (hay Vô ngã) thì lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên. Sau khi Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng với cái biết Tỉnh Giác rồi Chánh Tư Duy khởi lên, sẽ phân tích, so sánh, đối chiếu thông tin đối tượng vừa Thấy, Nghe, Cảm Nhận với thông tin mà Chánh Niệm đã dò tìm, kích hoạt (đối tượng đó Vô chủ, Vô sở hữu hay Vô ngã). Chánh Tư Duy không còn đối chiếu với thông tin "TA, của TA" nên sẽ phát sinh Ý Thức Chánh Tri Kiến, BIẾT NHƯ THẬT đối tượng đó VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU hay VÔ NGÃ. Trên lộ trình Bát Chánh Đạo với Chánh Tri Kiến có tư tưởng VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU hay VÔ NGÃ thì Tà Tri Kiến bị đoạn diệt nên tư tưởng CHẤP NGÃ, tư tưởng CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU đoạn diệt. Lộ trình tâm Bát Chánh Đạo đó là:

Căn  
Trần > XÚC → Thọ - Tưởng → CHÁNH NIỆM → CHÁNH T. TÁN → CHÁNH

ĐỊNH → (Tỉnh Giác) → CHÁNH TƯ DUY → CHÁNH TRI KIẾN.

4 - THẤU TRIỆT CON ĐƯỜNG ĐOẠN DIỆT BẢN NGÃ: Không thể MUỐN buông Bản ngã xuống mà buông được, không thể chỉ NGHE và TƯ DUY như trên mà buông Bản ngã được, một số chủ trương không cần phương pháp mà vẫn buông Bản ngã xuống được, thì đó chỉ là tư duy, lý luận suông, chỉ là "Thiền Nói". Để buông xuống Bản ngã, đoạn diệt BẢN NGÃ phải thực hành BÁT CHÁNH ĐẠO siêu thế với Chánh Niệm quán Vô Ngã. Thấu triệt Con đường đoạn diệt Bản ngã là Bát Chánh Đạo thì tư tưởng VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU hay VÔ NGÃ được tu tập, được THẤU TRIỆT sẽ xoá đi tư tưởng LÀM CHỦ, tư tưởng SỞ HỮU, tư tưởng CHẤP NGÃ, đưa đến giải thoát tối hậu, là quả A la hán.

Giáo Pháp mà Đức Thế Tôn khéo thuyết giảng với mục đích xoá bỏ, đoạn diệt tư tưởng LÀM CHỦ, tư tưởng SỞ HỮU, tư tưởng CHẤP NGÃ nên những ai còn chủ trương tu để làm chủ thân tâm, làm chủ thân khẩu ý, làm chủ nhân quả nghiệp báo, làm chủ tái sinh, làm chủ sinh già bệnh chết... là những kẻ MÙ LOÀ trong Giáo Pháp của Bạc Đạo Sư. Giáo Pháp mà Đức Phật thuyết giảng là để CHẤM DỨT Sinh Già Bệnh Chết, CHẤM DỨT luân hồi sinh tử nên những ai tự xưng đã giác ngộ mà tuyên bố là đã LÀM CHỦ SINH GIÀ BỆNH CHẾT (đó chính là tư tưởng LÀM CHỦ của BẢN NGÃ) thì đó là những kẻ MÙ LOÀ vô phương cứu chữa. Những bậc Giác Ngộ thực sự thì không còn ấu trĩ, không thể nhầm lẫn giữa CHẤM DỨT Sinh Già Bệnh Chết với LÀM CHỦ Sinh Già Bệnh Chết.

## ĐẠO QUẢ - NIẾT BÀN

Theo các Chú Giải được lưu truyền trong TẠNG LUẬN có Bốn Đạo, Bốn Quả và Niết Bàn là chín. Bốn Đạo hay Bốn Con Đường đưa đến Bốn Quả là Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm và A La Hán. Mỗi một Đạo khởi lên thì ngay liền có Quả và vị đó thấy rõ Niết Bàn. Niết Bàn được hiểu là một, duy nhất. Phải lần lượt và tuần tự thấy rõ Niết Bàn bốn lần như vậy. Đây là quan điểm của các LUẬN SƯ không phải do sự Tu Chứng có được, mà chỉ là Tư Duy Lý Luận Suông, suy diễn tưởng tượng ra như vậy. Những quan điểm này chỉ lưu truyền trong TẠNG LUẬN, là quan điểm của các LUẬN SƯ mà không có nơi TẠNG KINH, là tạng do ĐỨC PHẬT thuyết giảng. Những quan điểm trong TẠNG LUẬN như vậy không phù hợp, thậm chí là trái ngược với TẠNG KINH do Đức Phật thuyết giảng.

Xuyên suốt toàn bộ TẠNG KINH Đức Phật chỉ thuyết một ĐẠO DUY NHẤT, một CON ĐƯỜNG DUY NHẤT là BÁT CHÁNH ĐẠO, không có Con Đường thứ hai, thứ

ba, thứ tư nào hết. Khi thực hành **BÁT CHÁNH ĐẠO**, tùy theo sự **THẤU ĐẠT** Bát Chánh Đạo đến đâu sẽ **THẤU ĐẠT** Niết Bàn đến đó và sẽ có **KẾT QUẢ** tùy thuộc vào sự **THẤU ĐẠT** đó. Kết quả có thể được chia làm **BỐN MỨC ĐỘ**: Tu Đà Hoàn hay Nhập Lưu, Tư Đà Hàm hay Nhất Lai, A Na Hàm hay Bất Lai và A La Hán.

1 - **TU ĐÀ HOÀN** hay Quả Nhập Lưu: Một vị nhờ Nghe và Tư Duy mà có được **VĂN TUỆ** và **TU TUỆ** là **HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT** về Duyên Khởi các pháp, về Vô Thường, Vô Ngã (Vô chủ, Vô sở hữu), về Khổ Tập Diệt Đạo. Vị ấy nhờ Nghe và Tư Duy mà **THẤU ĐẠT** được Bát Chánh Đạo, **THẤU ĐẠT** được Khổ Diệt hay theo ngôn ngữ Ấn độ là Niết Bàn, nghĩa là **THẤU ĐẠT** Đạo Đế và Diệt Đế. **THẤU ĐẠT** nhờ Văn và Tư đến **MỨC ĐỘ** Đoạn Trừ được Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ thì mọi Phiền não do Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ được đoạn trừ, lúc đó vị ấy đạt được Quả Tu Đà Hoàn hay là bậc Thánh Nhập Lưu. Niết Bàn của một vị Nhập Lưu là sự chấm dứt, sự vắng mặt, sự vắng bóng hoàn toàn **PHIỀN NÃO** do Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ gây nên, vì vị Nhập Lưu đã đoạn trừ được ba kiết sử là Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ. Quả Tu Đà Hoàn có thể xảy ra do "đột chuyển" đối với các bậc thượng căn, thường trí chỉ nhờ Nghe và Tư Duy về Tứ Thánh Đế, còn đa phần xảy ra một cách "từ từ" khi Nghe, Tư Duy và Tu Tập Bát Chánh Đạo siêu thế. Một vị Nhập Lưu như vậy, nếu thân hoại mạng chung thì theo Kinh Điển có thể tái

sinh tối đa là bảy lần nữa trong cõi trời và cõi người sẽ đạt Giác Ngộ.

2 - **TƯ ĐÀ HÀM** hay Quả Nhất Lai: Một vị Nhập Lưu sẽ thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế và khi thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế, Tham ái Dục lạc do Sắc đẹp, Tiếng hay, Hương thơm, Vị ngon, Xúc chạm êm ái khởi lên được giảm thiểu. Khi Tham ái đối với năm thứ Dục lạc được giảm thiểu thì Sân (thái độ đối với các đối tượng ngược với Năm Dục) cũng được giảm thiểu. Do Tham và Sân được giảm thiểu mà các Phiền não do Tham Sân giảm thiểu đó khởi lên đã được đoạn trừ. Vị ấy do có Văn Tư Tu như vậy mà **THẤU ĐẠT** Bát Chánh Đạo và Niết Bàn đến **MỨC ĐỘ** đoạn trừ được Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ và làm muội lược Tham Sân đối với Năm Dục, thì đó là vị Tư Đà Hàm hay Nhất Lai. Niết Bàn mà vị ấy chứng ngộ và an trú là Vắng Mặt Phiền Não do Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ và phần Tham Sân đã được muội lược khởi lên. Trong ba Tham ái, nguyên nhân Khổ là Dục ái, Hữu ái và Phi Hữu ái, bậc Thánh này mới chỉ làm **MUỘI LƯỢC** chứ chưa đoạn trừ được Dục ái nên nếu tại đây, vị ấy thân hoại mạng chung thì vị đó sẽ còn tái sinh trở lại làm người một lần nữa nên gọi là Nhất Lai.

3 - **A NA HÀM** hay Quả Bất Lai: Vị Nhất Lai tiếp tục tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế và khi thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế, đến lúc Dục Ái được đoạn tận, nghĩa là Tham và Sân đối với Năm Dục được đoạn tận. Vị ấy **THẤU ĐẠT**



Bát Chánh Đạo và Niết Bàn cho đến MỨC ĐỘ đoạn trừ được Năm Hạ Phần Kiết Sử là Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ, Tham, Sân (đối với Năm Dục). Niết Bàn mà vị ấy chứng ngộ và an trú là Vắng Mặt Phiền Não do Năm hạ phần kiết sử gây nên. Đây là vị Bất Lai, và nếu tại đây vị ấy thân hoại mạng chung thì sẽ tái sinh làm chư thiên và tại đây Nhập Diệt, không còn trở lui cuộc đời này nữa. Đối với vị Bất Lai, trong ba Ái là Dục ái, Hữu ái và Phi Hữu ái mới chỉ đoạn trừ Dục ái, còn Hữu ái và Phi Hữu ái vẫn còn, và như vậy vẫn còn Nhân cho tái sinh. Các kiết sử mà vị ấy chưa đoạn trừ được là Hữu ái (Tham ái hiện hữu có thân) trong kinh gọi là Sắc tham, Phi Hữu ái (Tham ái sự hiện hữu không thân) trong kinh gọi là Vô sắc tham, Vô Minh, Mạn (Ta hơn, Ta kém, Ta bằng), Trạo cử hối quá (chính là Si). Đây chính là Năm Thượng Phần Kiết Sử chưa được đoạn trừ nơi vị Bất Lai nên vị ấy còn tái sinh thành chư thiên một lần chót.

4 - A LA HÁN: Vị Bất Lai tiếp tục tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế và khi thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế, đến lúc Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái được đoạn tận. Cho đến lúc đó, vị ấy THẤU ĐẠT Bát Chánh Đạo và Niết Bàn đến MỨC ĐỘ mà cả MƯỜI KIẾT SỬ ĐƯỢC ĐOẠN TẬN. Do mười kiết sử được đoạn tận, Vô Minh, Tham Sân Si được đoạn tận mà Sầu Bi Khổ Ưu Não, Sinh Già Bệnh Chết được đoạn tận. Đây là KHỔ DIỆT hay NIẾT BÀN của vị A la hán. Đột chuyển xảy ra khi kiết sử cuối cùng là VÔ MINH được đoạn tận, CHÁNH TRÍ khởi lên nơi vị ấy: Sanh đã tận,

phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm, không còn trở lui cuộc đời này nữa.

Trong bốn quả vị thuộc về bậc Thánh, ba quả đầu là Tu Đà Hoàn, Tư Đà Hàm, A Na Hàm hay là Nhập Lưu, Nhất Lai, Bất Lai là bậc Thánh hữu học (đang tu học), quả A La Hán là bậc thánh vô học (không còn phải tu học). Ba quả đầu thông thường chỉ xảy ra "từ từ" nên không phân biệt được một cách minh bạch, rành rẽ, mà chỉ có quả A La Hán do "đột chuyển" nên vị ấy nhận ngay ra liền khi xảy ra "đột chuyển". Vì vậy, trong Kinh thường không mô tả thời điểm cũng như cách thức đạt được quả Nhập Lưu, Nhất Lai và Bất Lai mà chỉ mô tả thời điểm và cách thức đạt được quả A La Hán:... với tâm định tĩnh, nhu nhuyễn dễ sử dụng, vững chắc, bình thản, không cấu nhiễm, vị ấy hướng đến, Chánh Tư Duy và BIẾT NHƯ THẬT: Đây là Khổ, Đây là Nguyên nhân Khổ, Đây là Khổ Diệt, Đây là Con đường Khổ Diệt. BIẾT NHƯ THẬT: Đây là Lậu hoặc, Đây là Nguyên nhân Lậu hoặc, Đây là Lậu hoặc Diệt, Đây là Con đường Lậu hoặc Diệt. DO THẤY NHƯ VẬY, BIẾT NHƯ VẬY mà MỌI LẬU HOẶC ĐƯỢC ĐOẠN TẬN. Tại thời điểm đó, Minh xóa bỏ hoàn toàn Vô Minh, "đột chuyển" xảy ra và CHÁNH TRÍ khởi lên nơi vị ấy: Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm xong, không còn trở lại cuộc đời này nữa.

## BẠC THẤU THỊ

Bạc Thấu Thị là Bạc Nhìn Thấu, bậc Thấu Suốt. Chỉ có Đức Phật Chánh Đẳng Giác và các vị A La Hán, đệ tử Thanh Văn của Ngài là các bậc thấu thị. Nhưng các Bạc Giác Ngộ đó đã THẤU THỊ những gì?

Chư vị Giác Ngộ đó đã Thấu Thị TẤT CẢ PHÁP như thấy rõ quả xoài trong lòng bàn tay với công thức Tứ Thánh Đế:

- Thấu Rõ NỘI DUNG PHÁP ĐÓ
- Thấu Rõ TẬP KHỞI PHÁP ĐÓ
- Thấu Rõ ĐOẠN DIỆT PHÁP ĐÓ
- Thấu Rõ CON ĐƯỜNG ĐOẠN DIỆT PHÁP ĐÓ

Có thể kể ra các pháp quan trọng nhất mà các bậc Giác Ngộ đã thấu thị:

**1 - Một là,** các Ngài đã THẤU THỊ, đã NHÌN THẤU Thực Tại của mỗi một chúng sanh dù là Phàm hay Thánh

KHÔNG PHẢI LÀ THỂ GIỚI ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp MÀ LÀ SÁU CẢM THỌ do Sáu Căn và Sáu Trần DUYÊN KHỞI lên. Thực Tại CẢM THỌ đó có tự tánh DUYÊN KHỞI, VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ, CÓ VỊ NGỌT, CÓ SỰ NGUY HIỂM, CÓ SỰ XUẤT LY.

**2 - Hai là,** các Ngài đã THẤU THỊ, đã NHÌN THẤU các pháp thuộc về NỘI TÂM như Niệm, Tư Duy, Ý Thức, Dục, Định, Tinh Tấn, Tác Ý, Lời Nói, Hành Động, Sáu Bi Khổ Ưu Não. Trong đó Niệm có hai loại Tà Niệm và Chánh Niệm ; Tư Duy có hai loại Tà Tư Duy và Chánh Tư Duy ; Ý Thức có hai loại Tà Tri Kiến (Vô Minh) và Chánh Tri Kiến (Minh) ; Tinh Tấn có hai loại Tà Tinh Tấn và Chánh Tinh Tấn ; Định của hai loại Tà Định và Chánh Định ; Tác Ý có hai loại Phi Như Lý Tác Ý và Như Lý Tác Ý ; Lời nói, Hành động có hai loại Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng và Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng. Ví như: NHÌN THẤU nội dung Tà niệm, NHÌN THẤU tập khởi (nguyên nhân) Tà Niệm, NHÌN THẤU đoạn diệt của Tà Niệm, NHÌN THẤU con đường đoạn diệt Tà Niệm (Bát Chánh Đạo). NHÌN THẤU nội dung Chánh Niệm, NHÌN THẤU tập khởi (nguyên nhân) Chánh Niệm, NHÌN THẤU đoạn diệt Chánh Niệm (Vô Dư Niết Bàn), NHÌN THẤU con đường đoạn diệt Chánh Niệm (Bát Chánh Đạo đưa đến Vô Dư Niết Bàn). Đối với các pháp khác cũng NHÌN THẤU như vậy.

**3 - Ba là,** nhờ THẤU THỊ thực tại Cảm thọ và các pháp thuộc Nội tâm nên các Ngài đã

- THẤU THỊ lộ trình Duyên Khởi lên BÁT TÀ ĐẠO thuộc về Phạm phu có KHỔ ĐỂ và TẬP ĐỂ:

XÚC → Thọ - Tưởng → TÀ NIỆM → TÀ TƯ DUY → TÀ TRI KIẾN → Tham Sân Si → TÀ ĐỊNH → Dục → TÀ TINH TẤN → Phi Như lý tác ý → TÀ (Ngũ, Nghiệp, Mạng) → Sầu Bi Khổ Ưu Não.

Nói gọn lại là: XÚC → THỌ → ÁI → THỦ → HỮU.

- THẤU THỊ lộ trình Duyên Khởi lên BÁT CHÁNH ĐẠO thuộc bậc Thánh có KHỔ DIỆT và CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT (DIỆT ĐỂ và ĐẠO ĐỂ):

XÚC → Thọ - Tưởng → CHÁNH NIỆM → CHÁNH TINH TẤN → CHÁNH ĐỊNH → (Tĩnh Giác) → CHÁNH TƯ DUY → CHÁNH TRI KIẾN → Như Lý tác ý → CHÁNH (Ngũ, Nghiệp, Mạng).

Nói gọn lại là: XÚC → THỌ → KHÔNG → VÔ TƯỚNG → VÔ TÁC.

VĂN - TƯ - TU

Bốn mươi lăm năm thuyết pháp, Đức Phật đã dày công

thiết lập nên lộ trình TU CHỨNG duy nhất là VĂN - TƯ - TU. Vì thế, không có phương pháp tu tập nào, không có cách thức nào có thể Giác Ngộ mà không tuân thủ lộ trình VĂN - TƯ - TU.

- VĂN là được nghe giảng từ bậc Chánh Đẳng Giác hoặc tự mình nghiên cứu kinh điển của bậc Chánh Đẳng Giác lưu truyền mà có được HIỂU BIẾT ĐÚNG SỰ THẬT về tất cả pháp gọi là LIỄU TRI tất cả pháp. Trong đó có Liễu Tri Duyên Khởi, Liễu Tri Vô Thường, Vô Ngã, Liễu Tri Vị ngọt, Sự Nguy Hiểm, Sự Xuất Ly, Liễu Tri Khổ Tập Diệt Đạo. Sự LIỄU TRI này còn có các tên gọi khác là MINH, là TRÍ TUỆ, là CHÁNH TRI KIẾN do Nghe mà có, nên gọi là VĂN TUỆ.

- TƯ là tư duy về các vấn đề VĂN TUỆ đã tiếp thu, làm cho HIỂU BIẾT ĐÚNG SỰ THẬT về các pháp được sâu sắc và lớn rộng hơn Văn Tuệ. Trí Tuệ do tư duy mà đạt được, gọi là TƯ TUỆ.

- TU là thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế bao gồm tám chi phần: Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định - Chánh Tư Duy - Chánh Tri Kiến - Chánh ngũ, Chánh nghiệp, Chánh mạng. Pháp tu này thực hành cả TÁM CHI PHẦN trong mỗi quan hệ Duyên Khởi lên các chi phần (bao gồm CHỈ và QUÁN) chứ không được hiểu sai là chỉ Hành Thiền Vipassana, chỉ là tu tập Định.

Một là, khi thực hành Bát Chánh Đạo với các chi phần: Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định, lộ trình tâm

sẽ DỪNG LẠI THẤY, NGHE, CẢM NHẬN đối tượng với Tâm Biết Trực Tiếp (Nhân thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức) mà Tâm Biết Gián Tiếp (Ý thức) không khởi lên. THẤY, NGHE, CẢM NHẬN đối tượng mà không có Ý thức khởi lên, sẽ không biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao, thì THẤY, NGHE, CẢM NHẬN đó gọi là TỈNH GIÁC. Đây gọi là THẤY các pháp như chúng đang là. An trú TỈNH GIÁC sẽ kinh nghiệm được Tâm Giải Thoát hay Không Tánh Giải Thoát. Đây là lộ trình tu CHỈ.

Hai là, khi thực hành Bát Chánh Đạo (Niệm Tâm, Niệm Pháp) có các chi phần: Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định - Chánh Tư Duy - Chánh Tri Kiến, lộ trình tâm sẽ khởi lên Chánh Tri Kiến, là cái biết Ý thức, HIỂU BIẾT ĐÚNG SỰ THẬT về đối tượng. Chánh Tri Kiến biết đối tượng đó là CẢM THỌ, nó Vô thường, Vô chủ, có Vị ngọt, sự Nguy hiểm, sự Xuất ly (biết như thật Khổ Tập Diệt Đạo). An trú Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ kinh nghiệm và an trú được Tuệ Giải Thoát hay Vô Tướng Giải Thoát. Chánh Tri Kiến là Trí Tuệ Liễu Tri tất cả pháp, do tu tập mà đạt được nên gọi là TU TUỆ. TU TUỆ được tu tập viên mãn sẽ xoá bỏ VÔ MINH đưa đến giải thoát tối hậu, quả A la hán. Đây là lộ trình tu QUÁN.

KẾT LUẬN: CHÁNH TRI KIẾN hay MINH, hay TRÍ TUỆ đưa đến Giác Ngộ và Giải Thoát phải được phát triển và viên mãn theo lộ trình VĂN - TƯ - TU đã được Đức

Phật dày công thuyết giảng, trong đó TU TẬP là làm viên mãn, là sống với TRÍ TUỆ đã được VĂN và TƯ tiếp thu. Vì vậy VĂN TUỆ là bước khởi đầu, là nền móng, là điều kiện không thể thiếu đối với Giác Ngộ. Trên thế gian này, từ cổ chí kim, độc nhất vô nhị, chỉ một người duy nhất là Đức Phật Thích Ca, không thầy chỉ dạy, đã tự mình tìm ra và chứng ngộ TRÍ TUỆ và Ngài đã tuyên bố, quảng bá, phân tích, chỉ dạy rành mạch về Giác Ngộ và Con Đường Giác Ngộ. TRÍ TUỆ này không sẵn có, không phải là phẩm tánh của tâm Phàm phu, không thể quay về nơi tâm Phàm phu mà tìm thấy Trí Tuệ, không thể hành thiền Vipassana mà có thể phát sinh Trí Tuệ, không thể trở về nơi Tánh Thấy, Tánh Biết mà có được Trí Tuệ, không thể dùng tâm truyền tâm, từ thầy sang trò mà có được Trí Tuệ, mà muốn có Trí Tuệ TRƯỚC TIÊN phải NGHE và TƯ DUY về Giáo Pháp mà bậc Chánh Đẳng Giác đã thuyết giảng. Kẻ Phàm phu bị Vô Minh che đậy nên THẤY đối tượng vốn là sợi dây lại BIẾT lầm nó là con rắn, chỉ duy nhất Đức Phật Thích Ca không thầy chỉ dạy, tự mình THẤY đối tượng vốn là sợi dây lại BIẾT NHƯ THẬT là sợi dây. Chỉ có Đức Phật Thích Ca mới TƯ BIẾT và CHỈ DẠY được Thực Tại này là sáu loại CẢM THỌ do duyên sáu Căn và sáu Trần mà phát sinh, nó Vô thường, Vô ngã, có Vị ngọt, sự Nguy hiểm và sự Xuất ly chứ không phải là Thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp. Nhưng nếu chỉ có NGHE và TƯ DUY về Giáo Pháp mà không có TU TẬP Bát Chánh Đạo thì chỉ chất chứa kiến thức, chỉ tranh cãi hơn thua,

chỉ để Ngã Mạn tăng trưởng. Muốn Giác Ngộ Giải Thoát, TRƯỚC TIÊN phải NGHE và TƯ DUY và TIẾP ĐẾN là TU TẬP Bát Chánh Đạo siêu thế để chứng ngộ và an trú Tâm Giải Thoát, Tuệ Giải Thoát. Đó là lộ trình VẤN - TƯ - TU, do Đức Phật thuyết giảng, không có một cách thức nào khác ngoài VẤN - TƯ - TU mà có thể có TRÍ TUỆ để Giác Ngộ và Giải Thoát.



## HAI CON ĐƯỜNG

Đức Phật đã chỉ rõ, có hai con đường:

*Đường này đến Thế Gian*

*Đường kia đến Niết Bàn*

*Tỷ kheo, đệ tử Phật*

*Phải ý thức rõ ràng*

Đường đến Thế Gian là Bát Tà Đạo có KHỔ có VUI. Đường đến Niết Bàn là Bát Chánh Đạo, VẮNG MẶT cả KHỔ lẫn VUI. Vì vậy, Bát Chánh Đạo là CON ĐƯỜNG CHẤM DỨT KHỔ, Con đường THANH TỊNH cả Hạnh phúc lẫn Khổ đau. Đây là con đường Đức Phật hiển thị, phân tích, chỉ dẫn rành mạch và khuyến khích các đệ tử tu học. Con đường này chỉ NHẤT HƯỚNG NHÀM CHÁN, LY THAM HẠNH PHÚC, nó đi ngược lại mọi xu hướng, mọi hiểu biết của Nhân loại và chỉ dành cho một thiểu số người trí tự mình giác hiểu. Hãy từ bỏ con đường Bát Tà Đạo, con đường tìm kiếm Hạnh phúc vì nó sẽ đưa đến Khổ



đau và hãy bước đi trên con đường Bát Chánh Đạo, con đường không có tìm kiếm Hạnh phúc mà sẽ có Khổ diệt, Niết bàn.

Đức Phật không khuyến khích đệ tử CON ĐƯỜNG ĐI ĐẾN HẠNH PHÚC HAY CON ĐƯỜNG TÌM KIẾM HẠNH PHÚC như các Tôn Giáo khác vì đó là Con đường đến Thế gian, con đường đi đến Sinh già Bệnh Chết, Sầu Bi Ưu Não. Đa phần Nhân loại, bị Vô minh che đậy, bị Tham ái dẫn dắt nên chỉ thích thú CON ĐƯỜNG TÌM KIẾM HẠNH PHÚC, họ đến với Đạo Phật, đến với sự tu học là CHUYỂN ĐỔI THAM ÁI HẠNH PHÚC từ ĐỜI sang ĐẠO mà thôi. Chính vì vậy, diễn giả Phật giáo nào, Giảng sư nào, Thiền sư nào càng nói nhiều về Hạnh phúc, càng nói nhiều về sự thành đạt Hạnh phúc trong cuộc sống, nói nhiều đến Hạnh phúc chứa đầy trong sự mầu nhiệm của cuộc sống, càng dộn mên cổ với ngôn ngôn món ngon Hạnh phúc, kích thích THAM ÁI HẠNH PHÚC, thì được đông đảo quần chúng đón chào, hoan hỷ, tôn sùng, thậm chí được xem là bậc Thánh. Nhưng đó chỉ là Con đường Thế gian được sơn phết bằng các ngôn từ Phật Giáo, đi ngược lại Giáo Pháp mà Đức Thế Tôn đã khéo thuyết giảng.

## HAI LOẠI XÚC CỦA PHÀM VÀ THÁNH

Đó là sự tiếp xúc(hay tương tác) giữa Sáu Căn và Sáu Trần thuộc về Phàm phu và Thánh nhân.

1- XÚC của Phàm phu là: XÚC → THỌ → ÁI → THỦ → HỮU.

XÚC của Phàm phu phát sinh sáu Thọ nhưng vì VÔ MINH mà phát sinh Ái đối với Thọ. Do Ái mà phát sinh Thủ (Ràng Buộc). Do Thủ mà phát sinh Hữu (sự sinh ra, sự hiện hữu trong luân hồi sinh tử với sầu bi khổ ưu não). XÚC này là: ÁI XÚC - THỦ XÚC - HỮU XÚC.

2- XÚC của bậc Thánh là: XÚC → THỌ → KHÔNG → VÔ TƯỚNG → VÔ TÁC

XÚC của bậc Thánh cũng phát sinh sáu Thọ nhưng vì có MINH, nên không phát sinh Ái - Thủ - Hữu, mà phát sinh Không Giải Thoát - Vô Tướng Giải Thoát - Vô Tác Giải Thoát. XÚC này là KHÔNG XÚC → VÔ TƯỚNG XÚC → VÔ TÁC XÚC.

## BUÔNG XẢ LÀ CHẤM DỨT TƯ TƯỞNG SỞ HỮU

BẢN TÁNH các pháp là VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU, điều này đồng nghĩa với không có một cái TA hay không có một BẢN NGÃ thường hằng, không sinh không diệt nào là CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU các pháp. Một cách nói khác là các pháp VÔ NGÃ. Nhưng nhân loại bị Vô Minh che đậy, không thể Thấy Biết sự thật VÔ NGÃ, do chấp thủ một cái TA hay BẢN NGÃ thường hằng, và vì vậy từng giây từng phút một sống với TƯ TƯỞNG LÀM CHỦ, TƯ TƯỞNG SỞ HỮU. Chính TƯ TƯỞNG LÀM CHỦ, TƯ TƯỞNG SỞ HỮU (Cái này là của TA) đưa đến sự Ràng buộc vào các đối tượng và chính sự Ràng buộc (Thủ) làm phát sinh Sầu Bi Khổ Ưu Nỗi, Sinh Già Bệnh Chết.

Nếu Thấy Biết như thật các pháp là VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU (VÔ NGÃ) thì sẽ sống với TƯ TƯỞNG VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU, do vậy Ràng buộc (Thủ) sẽ chấm dứt và Sầu Bi Khổ Ưu Nỗi, Sinh Già Bệnh Chết cũng sẽ chấm dứt. Hãy quán sát nơi Thực Tại theo ĐỊNH THỨC tổng quát

là: Hai sự vật, hiện tượng là HAI NHÂN TƯỚNG TÁC với nhau mới phát sinh QUẢ. Như vậy CÁC NHÂN và CÁC QUẢ đều bình đẳng, độc lập, không có pháp nào là Chủ nhân, Chủ sở hữu của pháp nào. Do vậy, khi quan sát các mối quan hệ cha con, vợ chồng, bạn bè, đối tác, nhà cửa, xe cộ... theo ĐỊNH THỨC HAI NHÂN TƯỚNG TÁC, thì sẽ biết rõ, không có ai là chủ nhân, chủ sở hữu của ai, của vật gì. Lúc đó cũng sẽ nhận ra, tư tưởng LÀM CHỦ, tư tưởng SỞ HỮU là Vô Minh, đưa đến XUNG ĐỘT. Vì vậy, hãy tập sống với tư tưởng VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU, hãy tập sống: CHỈ SỬ DỤNG MÀ KHÔNG SỞ HỮU bất kỳ một đối tượng nào. Ngay đó sẽ chứng nghiệm: độc lập không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy với mọi đối tượng.

Nhưng sống với tư tưởng VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU không phải MUỐN mà được, không phải NGHE mà được, không phải TƯ DUY lý luận suông mà được. Muốn sống với TƯ TƯỞNG VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU, cách duy nhất là THỰC HÀNH Bát Chánh Đạo siêu thế, sống an trú BỐN NIỆM XỨ, lúc đó trong chi phần Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ có tư tưởng VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU, lúc đó mới gọi là BUÔNG XẢ, mới chấm dứt tư tưởng CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU.

## SỰ HIỂU LÂM VỀ TÂM

Hiểu biết về Tâm của nhân loại, bao gồm quan niệm của người bình dân, của Triết học, của Tâm lý học cổ điển hay hiện đại, kể cả hiểu biết của số đông tín đồ Phật Giáo, đều hiểu Tâm là một CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI, và cái TÂM CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI ấy có nhiều tính năng, có nhiều tác dụng khác nhau. Tâm với CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI ấy là Chủ nhân, Chủ sở hữu của các tính năng, của các tác dụng ấy và các tính năng, các tác dụng ấy gọi là các Tâm Sở. Tâm như vậy, có thể di chuyển từ chỗ này đến chỗ khác, thấy biết đối tượng này đến đối tượng khác, ràng buộc vào đối tượng này hay đối tượng khác. Tâm được quan niệm như vậy, với Linh Hồn chỉ khác nhau về tên gọi, còn nội dung thì y chang nhau, được quan niệm cư trú trong thân thể, lấy sáu Căn làm sáu cửa để biết về Thế Giới và khi chết, thân thể tan rã, nó lại di chuyển (đầu thai) sang một thân thể khác hoặc có thể tồn tại không cần thân xác trong một Thế giới Tâm linh nào đó. Tâm với CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI ấy vốn thanh tịnh, vốn đầy đủ trí tuệ,

vốn sáng chói, nhưng đã bị ô nhiễm bởi các yếu tố ngoại lai. Vì thế mới chủ trương buộc tâm vào một đối tượng, không cho nó phóng dật, làm chủ tâm, chế ngự tâm, thanh lọc tâm cho hết mọi ô nhiễm. Lại còn chia nó ra làm hai phần: phần Tục Đế là Tâm sinh diệt vô thường, phát sinh từ phần Chân Đế, là Bản Thể không sinh không diệt. Dù có chia Tâm ra phần Bản Thể, Tánh (Chân Đế) và phần Hiện Tượng, Tướng (Tục Đế) thì vẫn từ quan niệm về CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI. Thấy và Biết về Tâm như vậy của Nhân loại, phát sinh từ quan điểm TỈNH TẠI, một loại tư tưởng TÀ KIẾN, mà thuật ngữ Phật học gọi là THƯỜNG KIẾN. Thấy Biết THƯỜNG KIẾN đó, sẽ ngăn che làm cho nhân loại không thể nào Thấy Biết được tự tánh Duyên khởi của Tâm: Do cái gì có, mà Tâm có. Do cái gì sinh, mà Tâm sinh. Do cái gì không có mà Tâm không có. Do cái gì diệt, mà Tâm diệt. Nghĩa là không thể Thấy Biết Tâm đúng theo Trung Đạo Duyên Khởi, điều mà Đức Phật đã chứng ngộ và tuyên thuyết.

Tâm phải được hiểu đúng như bản chất của nó là một Phạm Trù (theo thuật ngữ Triết học), trong hai Phạm Trù Vật Chất và Phạm Trù Tinh Thần mà cả hai Phạm Trù đều bao gồm rất nhiều sự vật và hiện tượng Vật chất và Tinh thần(hay Tâm và Vật). Theo thuật ngữ Phật học, các sự vật, hiện tượng thuộc Phạm trù Vật chất thì gọi là các SẮC PHÁP và các sự vật hiện tượng thuộc Phạm trù Tinh thần thì gọi là DANH PHÁP. Các Danh Pháp và Sắc Pháp, không ở trong trạng thái TỈNH TẠI mà nó đang SINH

DIỆT theo các lộ trình, tuân theo tính chất Duyên Khởi: HAI NHÂN tiếp xúc(hay tương tác nhau) rồi cùng diệt và phát sinh CÁC QUẢ.

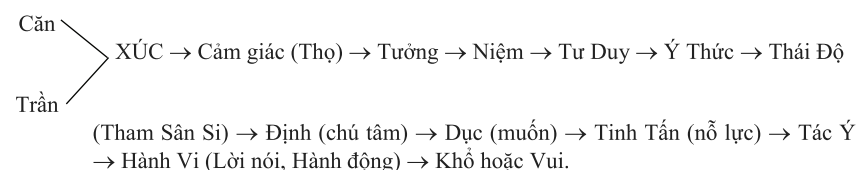
1- PHẠM TRÙ VẬT CHẤT: Bao gồm các Sắc pháp, đang sinh lên và diệt đi theo các lộ trình Nhân Quả nối tiếp nhau. Ví như bao thóc giống tiếp xúc thửa ruộng đã làm đất kỹ, phát sinh ruộng mạ. Tiếp đến ruộng mạ tiếp xúc môi trường (ánh sáng, nhiệt độ, phân, nước...) phát sinh ruộng lúa chín vàng. Ruộng lúa chín vàng tiếp xúc máy gặt, phát sinh bao thóc. Bao thóc tiếp xúc máy xay, phát sinh bao gạo. Bao gạo tiếp xúc với nồi (nước, lửa...) phát sinh nồi cơm... và quá trình lại tiếp diễn theo nguyên lý, hai nhân tiếp xúc nhau cùng diệt và phát sinh các quả như thế mãi. Ở đây, có LỘ TRÌNH SINH DIỆT NỐI TIẾP NHAU xảy ra: bao thóc diệt, ruộng mạ sinh, tiếp đến ruộng mạ diệt, ruộng lúa chín vàng sinh, tiếp đến ruộng lúa chín vàng diệt, bao thóc sinh, bao thóc diệt, bao gạo sinh...

XÚC → Ruộng mạ → Ruộng lúa chín → Bao thóc → Bao gạo → Nồi cơm...

Nếu bao thóc tiếp xúc với đàn vịt, thì một lộ trình nhân quả, sinh diệt liên tiếp nhau khác, sẽ phát sinh. Nếu bao thóc tiếp xúc đồng lửa, đường nhựa, cối xay... thì sẽ có các lộ trình nhân quả sinh diệt liên tiếp khác nhau, sẽ xảy ra. Như vậy PHẠM TRÙ VẬT CHẤT bao gồm rất nhiều SẮC

PHÁP đang sinh và diệt theo các lộ trình khác nhau, các SẮC PHÁP ấy tương tác với nhau, nhưng quan hệ giữa chúng là quan hệ Nhân Quả, chúng độc lập với nhau không có Sắc pháp nào là Chủ nhân, Chủ sở hữu của Sắc pháp nào. Tất cả các Sắc Pháp đều Vô Thường, Vô Ngã (Vô chủ, Vô sở hữu). Vì vậy KHÔNG HỀ CÓ MỘT THỂ GIỚI VẬT CHẤT THEO KIỂU CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI, TỈNH TẠI BAO GỒM CÁC SẮC PHÁP ĐỒNG THỜI HIỆN HỮU VÀ NỐI KẾT CHẴNG CHẶT VỚI NHAU.

2- PHẠM TRÙ TÂM: Bao gồm RẤT NHIỀU DANH PHÁP do Sáu Căn và Sáu Trần tiếp xúc (tương tác) phát sinh ra. CÁC DANH PHÁP ẤY SINH RỒI DIỆT LIÊN TIẾP NHAU THEO LỘ TRÌNH:



Trong lộ trình Nhân Quả liên tiếp này XÚC là Căn Trần tiếp xúc nhau, là Nhân phát sinh Thọ - Tưởng. Thọ - Tưởng là Nhân phát sinh Niệm. Niệm là Nhân phát sinh Tư Duy. Tư Duy là Nhân phát sinh Ý Thức. Ý Thức là Nhân phát sinh Tham Sân Si. Tham Sân Si là Nhân phát sinh Định. Định là Nhân phát sinh Dục. Dục là Nhân phát sinh Tinh Tấn. Tinh Tấn là Nhân phát sinh Tác Ý. Tác Ý là Nhân phát sinh Hành vi (Lời nói, Hành động). Lời nói, Hành động là Nhân phát sinh Khổ hay Vui.

Đây cũng là LỘ TRÌNH SINH DIỆT LIÊN TIẾP NHAU: XÚC diệt, Thọ Tướng sinh. Tiếp đến Thọ - Tướng diệt, Niệm sinh. Niệm diệt, Tư Duy sinh. Tư Duy diệt, Ý Thức sinh. Ý thức diệt, Thái Độ (Tham Sân Si) sinh. Tham Sân Si diệt, Định sinh. Định diệt, Dục sinh. Dục diệt, Tinh Tấn sinh. Tinh Tấn diệt, Lời nói, Hành động sinh. Lời nói, Hành động diệt, Khổ hay Vui sinh. Lộ trình sẽ kết thúc tại đó và một lộ trình khác do Căn Trần tiếp xúc lại khởi lên tương tự và cũng diệt đi tương tự. Quá trình cứ tiếp diễn liên tiếp nhau cho đến khi không còn Duyên XÚC. Các Danh pháp sinh lên, diệt đi TỪNG CÁI MỘT LIÊN TIẾP NHAU, chứ không ĐỒNG SINH ĐỒNG DIỆT trên một đối tượng, ngoại trừ một trường hợp duy nhất là Thọ - Tướng là hai pháp đồng sinh đồng diệt. Mỗi một thời điểm chỉ tồn tại duy nhất một Danh pháp (ngoại trừ Thọ - Tướng) chứ không phải một TÂM CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI với nhiều TÂM SỞ đồng sanh đồng diệt trên cùng một đối tượng. Tất cả các Danh pháp đều do duyên XÚC mà phát sinh và nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu (Vô ngã).

a - Ngoại Xúc: sự tiếp xúc giữa Sáu Căn và Sáu Trần phát sinh THỌ - TƯỚNG bao gồm Sáu Cảm Giác (Cảm Thọ) và Sáu Cái Biết Trực Tiếp (gọi chung là Tướng), có phạm sự Nhận Biết Sáu Cảm Giác, bao gồm: Nhận thức thấy Cảm giác hình ảnh, Nhĩ thức nghe Cảm giác âm thanh, Tỉ thức nhận biết Cảm giác mùi, Thiệt thức nhận biết Cảm giác vị, Thân thức nhận biết Cảm giác xúc chạm, Tướng thức nhận biết Cảm giác pháp trần. Cặp đôi THỌ - TƯỚNG

phát sinh do XÚC tại các giác quan nên gọi là Ngoại Xúc, để phân biệt với Nội Xúc, xảy ra bên trong các tế bào thần kinh não bộ và các tế bào chức năng trong cơ thể. Hiểu biết của nhân loại đã MẶC ĐỊNH, không thể thấy được Tâm, không thể nghe được Tâm, không thể ngửi được Tâm, không thể nếm được Tâm... vì Tâm là một cái gì khó tưởng tượng ra nổi. Nhưng không phải như vậy, đó là hiểu lầm về Tâm, mà ở đây, trong cặp THỌ - TƯỚNG thì TƯỚNG bao gồm Nhận thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tướng thức không hình không tướng thuộc Phạm trù Tâm không thể thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm được chúng, nhưng còn những đối tượng được thấy, được nghe, được ngửi, được nếm, được cảm nhận trên thân, những gì được "tưởng ra" đều là các Cảm Giác hay THỌ, đều thuộc Phạm trù Tâm và đều thấy được, nghe được, ngửi được, nếm được... Vì vậy, các đối tượng được thấy (hình ảnh), được nghe (âm thanh), được cảm nhận (mùi, vị, xúc chạm, pháp trần) cũng đều là Tâm cả. Thực chất là TÂM BIẾT TÂM CHỨ KHÔNG PHẢI TÂM BIẾT CẢNH như hiểu biết lầm của nhân loại.

b - Nội Xúc: là sự tiếp xúc giữa HAI LƯỢNG THÔNG TIN, xảy ra trong "kho chứa thông tin" được lưu giữ trong ADN tế bào thần kinh não bộ và tế bào chức năng làm phát sinh các Danh pháp còn lại như Niệm, Tư Duy, Ý Thức, Thái Độ, Định, Dục, Tinh Tấn, Tác Ý, Hành Vi, Khổ, Vui... KHO CHỨA THÔNG TIN của mỗi người chứa các thông tin đã được mã hoá về các tri thức hiểu biết, kinh nghiệm,



thói quen, tính cách... đã tích lũy từ quá khứ, các thân hành, khẩu hành, ý hành đều được lưu giữ trong kho chứa này (gọi là Nghiệp). Những hiểu biết Vô Minh, Chấp Thủ (của Ta, là Ta) và cả những hiểu biết Minh do Văn Tuệ và Tư Tuệ cũng được lưu giữ ở đây (Các thông tin về tâm này cũng được lưu giữ trong ADN nhưng Khoa học mới chỉ biết đến thông tin di truyền lưu giữ trong ADN). Khi các thông tin về đối tượng (Thọ) do Tướng nhận biết từ các giác quan bên ngoài, được dẫn truyền về Kho chứa thông tin và tại đây sẽ xảy ra sự tiếp xúc (tương tác) giữa hai lượng thông tin: Thông tin về Thọ được dẫn vào và Thông tin trong kho chứa. Do NỘI XÚC này mà sẽ phát sinh Niệm. Niệm là hành vi tìm kiếm, dò tìm, kích hoạt Thông tin tương hợp với Thông tin dẫn vào. Tiếp đến Thông tin về Thọ được dẫn vào sẽ tiếp xúc, tương tác (XÚC) với Thông tin được Niệm dò tìm, kích hoạt. Do NỘI XÚC đó mà phát sinh Tư Duy. Các Danh pháp khác cũng là do duyên NỘI XÚC giữa hai lượng thông tin mà phát sinh tương tự. Đối với Hành Vi (lời nói, hành động) đều là các Cảm giác do Thông tin phát sinh từ hành vi Tác Ý ở tế bào thần kinh não bộ, được dẫn truyền đến các tế bào chức năng tương ứng. Tại ADN của các tế bào tương ứng này sẽ xảy ra tương tác (XÚC) giữa Thông tin tác ý với Thông tin đã được lập trình trong quá khứ do luyện tập (tập nói, tập đi...). Do NỘI XÚC này mà phát sinh các Cảm giác chuyển động tay, chân, cổ, họng, lưỡi... chính là các lời nói, hành động. Thông tin Khổ, Vui cũng phát sinh nơi tế bào thần kinh não bộ, được truyền

dẫn đến các tế bào nội tạng như tim, phổi, gan, thận, ruột... và tại đây xảy ra tương tác giữa lượng thông tin Khổ Vui với Thông tin trong tế bào. Do NỘI XÚC này mà phát sinh Cảm giác lâng lâng Hạnh phúc, Cảm giác Khổ đau.

c - Hai lộ trình tâm: BÁT TÀ ĐẠO và BÁT CHÁNH ĐẠO.

XÚC → Thọ - Tướng xảy ra nơi các giác quan, chưa liên quan đến thông tin trong kho chứa, vì vậy không bị chi phối bởi tri thức, kinh nghiệm quá khứ, không mang tính chất Vô Minh hay là Minh, người và động vật, Phàm và Thánh đều chung quy luật, không khác nhau. Khi lượng thông tin về đối tượng Thọ, được dẫn truyền vào kho chứa thông tin, sẽ xảy ra tiếp xúc, tương tác với một trong hai nhóm thông tin MINH hoặc VÔ MINH và lộ trình tâm có thể xảy ra hai trường hợp:

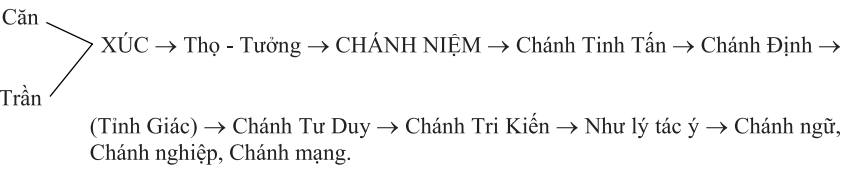
- NỘI XÚC xảy ra giữa thông tin đối tượng Thọ được dẫn vào, với nhóm thông tin VÔ MINH, phát sinh Tà Niệm và do Tà Niệm mà toàn bộ lộ trình tâm BÁT TÀ ĐẠO sẽ khởi lên theo tính chất Duyên khởi. Trên lộ trình tâm BÁT TÀ ĐẠO, do Nhân như vậy, Duyên như vậy mà sẽ có Vô Minh (Tà Tri Kiến), có Tham Sân Si, có Sầu Bi Khổ Ưu Não.

Căn  
Trần

XÚC → Thọ → Tướng → TÀ NIỆM → Tà Tư Duy → Tà Tri Kiến → Tham

Sân Si → Tà Định → Dục → Tà Tinh Tấn → Phi như lý tác ý → Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng → Sầu Bi Khổ Ưu Não.

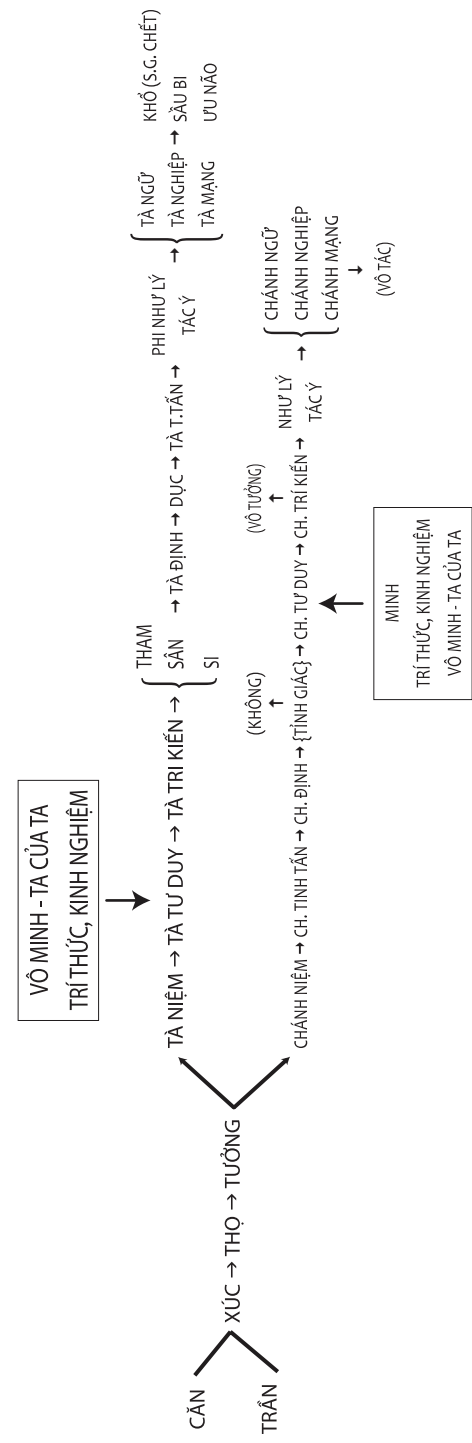
- NỘI XÚC xảy ra giữa thông tin đối tượng Thọ được dẫn vào, với nhóm thông tin MINH, phát sinh Chánh Niệm và do Chánh Niệm mà toàn bộ lộ trình tâm BÁT CHÁNH ĐẠO sẽ khởi lên theo tính chất Duyên khởi. Trên lộ trình BÁT CHÁNH ĐẠO, do Nhân như vậy, Duyên như vậy mà sẽ có TỈNH GIÁC và MINH (Chánh Tri Kiến) nên không có Vô Minh, không có Tham Sân Si, không có Sầu Bi Khổ Ưu Não, nghĩa là Bát Chánh Đạo không có Khổ hay gọi là Khổ Diệt, Niết Bàn.



KẾT LUẬN: Như vậy, Tâm là một PHẠM TRÙ bao gồm các Danh Pháp phát sinh do duyên XÚC giữa Sáu Căn và Sáu Trần, và các Danh pháp ấy sinh lên rồi diệt đi theo hai lộ trình BÁT TÀ ĐẠO hoặc BÁT CHÁNH ĐẠO. Vì vậy, Tâm không phải là một CẤU TRÚC NGUYÊN KHỐI với các tính năng, tác dụng (Tâm Sở), đồng sanh, đồng diệt trên cùng một đối tượng.

Toàn cảnh về Phạm trừ Tâm được diễn tả trong sơ đồ sau:

BÁT TÀ ĐẠO VÀ BÁT CHÁNH ĐẠO



## TẠI SAO CHỈ LÀ THAM ÁI?

Trong hiểu biết đúng đắn của người học đạo cũng như trong tinh thần thấm nhuần toàn bộ Kinh điển, Nguyên nhân Khổ là Tham Sân Si, nhưng tại sao trong bài kinh Chuyển Pháp Luân và một số bài kinh quan trọng khác Đức Phật chỉ nói Tham ái là Nguyên nhân Khổ. Cụ thể Nguyên nhân Khổ là do "Tham ái đưa đến tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái". Muốn hiểu tại sao Đức Phật chỉ nói Tham ái là Nguyên nhân Khổ, mà không nói đến Sân Si cũng là Nguyên nhân khổ, phải quan sát sự thật, đang xảy ra trong đời sống hàng ngày của nhân loại.

- Khi đối diện với một đối tượng DỄ CHỊU mà thực chất là một Cảm giác dễ chịu (thuật ngữ Phật học gọi là Lạc thọ) thì Phàm phu thích thú đối tượng (Tham ái). Do Tham ái đối tượng mà muốn chiếm hữu, muốn sở hữu, muốn nắm giữ đối tượng (Thù). Vì đối tượng Vô Thường nên khi nó biến hoại, biến diệt, biến mất, Sầu bi khổ ưu não sẽ khởi

lên. Nếu đối diện đối tượng dễ chịu mà không yêu thích thì không muốn chiếm hữu, không muốn sở hữu, không nắm giữ nên khi nó mất đi, Sầu bi khổ ưu não không thể khởi lên. Vì vậy Tham ái là Nguyên nhân phát sinh Khổ.

- Đã bị Tham ái đối tượng DỄ CHỊU chi phối, thì khi không có đối tượng dễ chịu, mà lại có đối tượng KHÓ CHỊU (thực chất là Cảm giác khó chịu, Khổ thọ) thì chán ghét đối tượng khởi lên (Sân) và do Sân mà phát sinh Sầu bi khổ ưu não. Nếu không yêu thích đối tượng dễ chịu thì sẽ không chán ghét đối tượng khó chịu và Khổ không thể khởi lên. Vậy Sân là Nguyên nhân phát sinh Khổ, cũng có nguồn gốc sâu xa từ Tham ái.

- Đã bị Tham ái đối tượng DỄ CHỊU chi phối, thì khi không có đối tượng dễ chịu, mà lại có đối tượng TRUNG TÍNH (thực chất là Cảm giác trung tính, Bất khổ bất lạc thọ) thì không thích, không ghét (không Tham, không Sân) nhưng lại tìm kiếm một đối tượng dễ chịu để thay thế đối tượng trung tính đó, hành vi này do Si khởi lên và do Si mà khởi lên Sầu bi khổ ưu não. Nếu không yêu thích đối tượng dễ chịu, thì sẽ không tìm kiếm đối tượng dễ chịu để thay thế đối tượng trung tính và Khổ sẽ không khởi lên. Vậy Si là Nguyên nhân phát sinh Khổ, cũng có nguồn gốc sâu xa từ Tham ái.

Qua quán sát như vậy để Thấy Biết như thật Sân Si là những "BIẾN THỂ" của Tham ái, vì vậy Đức Phật chỉ cần thuyết minh Tham ái là Nguyên Nhân phát sinh Khổ.

Lời dạy của Đức Phật rất ngắn gọn, rất súc tích dành cho người trí sử dụng như một phương tiện, để tự mình quan sát, tự mình tìm hiểu, tự mình tư duy nơi SỰ THẬT, để tự mình thấy ra sự thật nơi lời dạy của Phật. Không thể hiểu đúng như thật lời dạy của Phật, nếu tiếp thu lời dạy của Phật theo phương thức NHỒI SỢ, theo phương thức ĐÚC TIN vì Giáo pháp là ĐẾN ĐỂ MÀ THẤY không phải NGHE ĐỂ MÀ TIN.



## GIỚI ĐỊNH TUỆ hay NIỆM ĐỊNH TUỆ

Giới - Định - Tuệ được đa phần người tu học Phật giáo cho rằng, đây là tiến trình tu tập đúng đắn duy nhất. Trên trang FB này thì chỉ luận bàn, giảng giải sự tu tập theo lộ trình NIỆM - ĐỊNH - TUỆ mà không luận bàn về GIỚI - ĐỊNH - TUỆ. Tại sao lại như vậy?

Trong 20 năm đầu của 45 năm Đức Phật giáo hoá, Ngài chưa chế định một giới điều nào. Các giới điều mà Phật tử tại gia thực hành ngày nay như Năm Giới, Bát Quan Trai Giới (Tám Giới) và Thập Thiện Giới (Mười Giới) đã sẵn có trong đời sống tôn giáo ở Ấn Độ trước khi Đức Phật ra đời, Đức Phật không chế định các điều giới đó. Giới Sa di, giới Tỷ kheo hay Thúc xoa ma na ni, Sa di ni, Tỷ kheo ni chỉ được Đức Phật chế định sau 20 năm thành lập Tăng đoàn. Vì vậy trong hai mươi năm đầu thuyết giảng, Đức Phật không có thể giảng dạy tu theo lộ trình GIỚI - ĐỊNH - TUỆ. Trong 37 chi phần thuộc Đạo Đế bao gồm: Tứ Niệm Xứ, Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc, Ngũ Căn, Ngũ

Lực, Thất Giác Chi và Bát Chánh Đạo không có lộ trình GIỚI - ĐỊNH - TUỆ mà chỉ có lộ trình Ngũ Căn, Ngũ Lực: Tín - Tấn - NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Đây là mô tả lộ trình Văn - Tư - Tu trong đó Tín - Tấn do Văn và Tư khởi lên thuộc về Bát Chánh Đạo hiệp thể và NIỆM - ĐỊNH - TUỆ do Tu mà khởi lên là Bát Chánh Đạo siêu thể. Bát Chánh Đạo siêu thể diễn tiến theo trục chính với ba yếu tố căn bản là Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Kiến gọi tắt là NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Sẽ có ý kiến cho rằng Bát Chánh Đạo là con đường gồm Tám chi phần đã được giảng nói trong Kinh điển theo thứ tự: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh Niệm, Chánh Định bao gồm: Chánh Kiến - Chánh Tư duy là TUỆ, Chánh ngữ - Chánh nghiệp - Chánh mạng là GIỚI, Chánh Tinh tấn - Chánh Niệm - Chánh Định là ĐỊNH. Và như vậy Bát Chánh Đạo bao gồm Giới Định Tuệ. Tuy rằng Bát Chánh Đạo được hiểu bao gồm Giới Định Tuệ như trong Kinh điển đã giảng dạy, nhưng nếu theo thứ tự đó, thì đây là lộ trình TUỆ - GIỚI - ĐỊNH chứ không phải lộ trình GIỚI - ĐỊNH - TUỆ. Thứ tự các pháp trong Bát Chánh Đạo như vậy dùng để giảng dạy cho dễ hiểu, thuộc về Bát Chánh Đạo hiệp thể (Nghe và Tư Duy) chứ không phải là lộ trình Bát Chánh Đạo siêu thể, khởi lên khi tu tập phải theo thứ tự NIỆM - ĐỊNH - TUỆ.

Quan sát cuộc sống thực hàng ngày sẽ thấy, khi xuất hiện một đối tượng thì cũng phát sinh Cái biết trực tiếp giác quan có phạm sự Nhận Biết đối tượng (Nhãn thức, Nhĩ

thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức) và tiếp theo Ý thức khởi lên có phạm sự Hiểu Biết đối tượng, xác định đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao, đẹp hay xấu, thơm hay thúi, ngon hay dở... Do Hiểu Biết về đối tượng mà sẽ phát sinh Thái Độ thích hay ghét đối tượng, do Thái Độ mà phát sinh Phản Ứng bằng Lời Nói, Hành Động. Và do Lời Nói, Hành Động mà phát sinh Kết Quả Khổ hay Vui. Vậy thì Ý thức Hiểu Biết đối tượng như thế nào sẽ quyết định Thái Độ, Thái Độ như thế nào sẽ quyết định Lời Nói, Hành Động và Lời Nói, Hành Động sẽ quyết định Kết Quả là Khổ hay Vui.

Đối với Phàm phu, Ý thức phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo là Hiểu Biết không đúng như thật đối tượng, là Vô Minh có nội dung Thường kiến, Ngã kiến được gọi là Tà Tri Kiến nên sẽ phát sinh Thái Độ Tham Sân Si, do Thái Độ Tham Sân Si mà phát sinh Lời Nói, Hành Động Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng và do Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng mà phát sinh Kết Quả là Sầu Bi Khổ Ưu Não. Đối với Phàm phu, Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng trong đó sẽ có sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu, và các ác, bất thiện pháp, suy cho đến cùng là do Ý thức Tà Tri Kiến, Vô Minh mà khởi lên. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy thực hành lộ trình tâm Bát Chánh Đạo, để khi lộ trình tâm Bát Chánh Đạo khởi lên thì Ý thức Chánh Tri Kiến, là Minh sẽ đoạn trừ Ý thức Tà Tri Kiến, Vô Minh. Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ Hiểu Biết như thật đối tượng, có nội dung Vô thường, Vô ngã, biết như thật về Khổ Tập Diệt



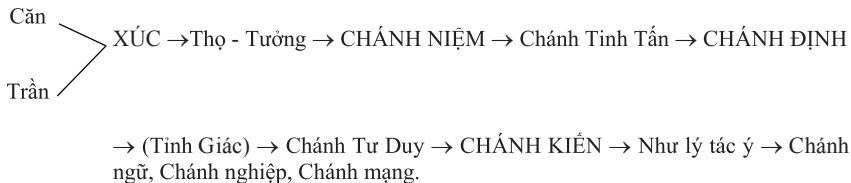
Đạo được gọi là Minh nên sẽ không có Thái Độ Tham Sân Si và vì vậy Lời Nói, Hành Động không còn bị chi phối bởi Tham Sân Si. Lời Nói, Hành Động không bị chi phối bởi Tham Sân Si, sẽ do Minh, do Trí Tuệ khởi lên và gọi là Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng. Do Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng mà Khổ không có mặt, Khổ chấm dứt. CHÁNH NGŨ, CHÁNH NGHIỆP, CHÁNH MẠNG trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế là do Ý Thức CHÁNH TRI KIẾN là MINH, là TRÍ TUỆ khởi lên nên hoàn toàn không thể có sát sanh, trộm cắp, hành dâm, nói dối, uống rượu, không có bất kỳ một ác bất thiện pháp nào cả. Đã là lộ trình tâm Bát Chánh Đạo thì phải có Chánh Định với bốn mức độ định là Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền mà tối thiểu phải là Sơ thiền và đã là Sơ thiền thì phải: Ly dục, ly bất thiện pháp mới chứng và trú Sơ thiền. Tâm Bát Chánh Đạo đã ly dục, ly bất thiện pháp thì không còn bất kỳ một giới nào cần phải giữ gìn nữa. VÌ VẬY TRONG THỜI GIAN TU TẬP AN TRÚ BÁT CHÁNH ĐẠO KHÔNG TỒN TẠI BẤT KỲ MỘT ĐIỀU GIỚI NÀO PHẢI GÌN GIỮ, TẤT CẢ GIỚI ĐÃ TRONG SẠCH. Giới được trong sạch, được hoàn hảo khi và chỉ khi lộ trình tâm người đó là Bát Chánh Đạo với Ý thức Chánh Tri Kiến không Tham Sân Si, còn khi lộ trình tâm là Bát Tà Đạo với Ý thức Tà Tri Kiến với Tham Sân Si thì thực hành Giới chỉ là "đề nén", nên đề nén được chỗ này thì nó lại "phụt ra" ở chỗ kia thôi, không thể nào có Giới trong sạch, hoàn hảo. Chính vì Nguyên Lý như vậy nên 20 mười năm

đầu của lịch sử Tăng đoàn Đức Phật đã không chế định một điều giới nào mà chỉ dạy tu tập Bát Chánh Đạo. Trong Kinh Phạm Võng thuộc Trường Bộ Kinh đã có mô tả: Người nào tán thán Như Lai về tiểu giới, trung giới, đại giới mà Như Lai đầy đủ, trọn vẹn không tỳ vết thì Đức Phật khẳng định đó là những điều nhỏ nhặt, không quan trọng, chỉ thuộc giới luật mà kẻ phàm phu dùng để tán thán Như Lai, Như lai không kể đến. Còn có những pháp sâu kín, khó thấy, khó chứng, tịch tịnh, mỹ diệu, vượt qua mọi tư duy lý luận suông chỉ có người trí mới có khả năng giác hiểu, những pháp ấy Như Lai đã tự mình chứng tri và tuyên thuyết. Và những ai như thật tán thán Như Lai về những pháp đó, Như Lai mới kể đến là người chân chánh tán thán Như Lai.

Nhưng thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế phải được CHUẨN BỊ bởi Văn Tuệ và Tư Tuệ, mà điều này không phải ai ai cũng làm được. CHỈ CÓ NGƯỜI TRÍ mới có khả năng nhờ Nghe và Tư Duy mà phát sinh HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT VỀ KHỔ TẬP DIỆT ĐẠO, vì vậy Pháp mà Đức Thế Tôn khéo giảng chỉ dành "Cho Người Trí Tự Mình Giác Hiểu", không phải cho mọi hạng người, mà người trí so với nhân loại như Kinh điển đã đề cập là như vàng bạc so với đất đá trên quả đất này. Không phải là người trí, không có Hiểu Biết Đúng Như Thật Về Khổ Tập Diệt Đạo thì không thể tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế, vì thế sau 20 mười năm trong lịch sử Tăng đoàn rất nhiều đối tượng không phải là người trí, không thấy Pháp, không ngộ Pháp do Văn và Tư vẫn xuất gia trong Tăng đoàn, và

vì những hạng người này mà vô số tệ nạn đã xuất hiện. Vì sự tu tập của các Tỷ kheo hiền thiện, vì để những người đã có lòng tin Giáo Pháp không bị thối thất, vì để cho những người chưa có lòng tin phát sinh lòng tin Giáo Pháp, và vì để ngăn chặn các lậu hoặc mà Đức Phật đã chế định các điều giới cho hàng xuất gia.

Đối với người trí việc giữ giới không còn quan trọng bởi nó diễn ra một cách tự nhiên khi người đó đã biến sự tu tập Tứ Niệm Xứ thành lối sống của mình. Khi có Chánh Niệm khởi lên thì toàn bộ Bát Chánh Đạo siêu thế sẽ tự động khởi lên theo Định Luật Duyên Khởi mà trong đó Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng thuộc về Giới của bậc Thánh, trong sạch không tì vết. Trong Kinh Niệm Xứ Đức Phật đã dạy: Vị Tỷ kheo SỐNG TRÚ quán thân nơi thân, với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời. SỐNG TRÚ quán thọ nơi thọ, SỐNG TRÚ quán tâm nơi tâm, SỐNG TRÚ quán pháp nơi pháp, chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời. Lộ trình tâm Bát Chánh Đạo như sau:



Khi một người an trú Tứ Niệm Xứ là đang an trú Bát Chánh Đạo, tâm không có Tham, không có Sân, không có Si thì không thể nào có sát sanh, trộm cắp, hành dâm, nói dối, nói lưỡi hai chiều, nói lời đâm thọc, nói lời thô ác... không có Giới nào cần phải giữ gìn, phải quan tâm, phải tu tập. Nếu đã tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế như vậy thì đâu cần phải đề ra pháp Giữ Giới riêng biệt nữa, đâu có thể nào Phạm giới mà phải đề ra giữ giới nữa.

Đối với người không có trí, kẻ Phàm phu không có Nghe và Tư Duy (hoặc có được Nghe nhưng không có lắng nghe, không có chú tâm), nên không có Hiểu Biết Như Thật Về Khổ Tập Diệt Đạo, chưa có "lòng tóc dựng ngược" trước sự thật về Khổ, nhưng do Đức Tin Tôn Giáo họ cũng giữ giới. Sự giữ giới của họ xảy ra với lộ trình tâm Bát Tà Đạo, lộ trình tâm của Phàm phu với Vô Minh, với Tham, với Sân, với Si. Sự giữ giới đó không với mục đích đoạn tận Tham, đoạn tận Sân, đoạn tận Si mà với Tham Ái, với mục đích có được Phước báu để tương lai có được sống lâu, sắc đẹp, giàu có, khoẻ mạnh, thành đạt, để được sinh lên cõi trời... Sự giữ giới đó là "đề nén", chịu đựng để có phước báo trong tương lai chứ không phải do Trí Tuệ khởi lên. Tuy nhiên sự giữ giới như vậy không phải là không có Phước báo, nhưng Phước báo đó thuộc hữu lậu, đưa đến quả sanh y, nó chỉ quần quanh trong luân hồi sinh tử, quần quanh nơi Khổ mà thôi. Những đạo sĩ loã thể Ấn giáo xưa và nay, đã từ bỏ mọi vật dụng, sống loã thể, họ đã "ĐỀ NÉN" được Dục Ái và Hữu Ái, đến nỗi người đàn bà dùng tay xoa xoa

"cái ấy" của họ để trôi lên đầu thì "cái ấy" vẫn không cương lên, nên nếu nói về Giới thì khó có ai sánh bằng và vì thế mà được quần chúng Ấn độ tôn sùng. Các đạo sĩ loã thể ấy dùng tất cả năng lực đè nén Dục Ái và Hữu Ái nhưng lại dồn năng lực cho Phi Hữu Ái. Nghĩa là khao khát tìm cầu sự hiện hữu khi không còn thân xác, gọi là Phi Hữu Ái mà cụ thể là khi chết đi, không còn thân xác thì linh hồn được hoà nhập vào Thượng Đế hay Đại Ngã (Đại Linh Hồn). Vị đạo sĩ loã thể có Giới như vậy, do đè nén Tham Ái đối với Dục và Hữu nhưng lại dồn mọi năng lực cho Tham Ái Phi Hữu, là thực hành Giới bởi Tham Ái, tăng cường Tham Ái, không phải thực hành Giới bởi Trí Tuệ để đoạn diệt Tham Ái và nó chỉ thay thế đối tượng Tham Ái từ Dục và Hữu sang Phi Hữu mà thôi. Một người có thể đè nén để tròn đủ giới không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời đâm thọc, không nói lời thô ác... nhưng với mục đích Phước báu thì tâm người ấy vẫn Tham, vẫn Sân, vẫn Si, chỉ đổi đối tượng Tham Ái này sang một đối tượng khác và vẫn quanh quẩn nơi Khổ. Có lý luận cho rằng: làm như vậy cũng tốt lắm rồi, bởi điều đó rất khó làm. Nếu Tham Ái Phước Báu ở tương lai càng mãnh liệt bao nhiêu thì càng dễ làm bấy nhiêu như các đạo sĩ loã thể kia, hoặc như một người Tham đắm khối tài sản của một người khác, với mưu đồ chiếm đoạt khối tài sản đó, với nội tâm xảo quyệt nhưng vì mục đích quá lớn người đó có thể "thành tựu" hành động thương mến, chăm sóc, lời nói hoà ái, dịu dàng đối với người kia

trong nhiều năm liền một cách dễ dàng. Ví như thực hành Nhẫn Nhục thực chất là dùng một Sân Lớn đè nén một Sân Nhỏ, là "Nuốt" cảm hận vào trong để lúc đó được an toàn, để được ca ngợi có bản lãnh, hoặc để chứng tỏ với người khác một "Bản Ngã Hoàn Thiện". Nhẫn nhục là dồn nén sân hận vào trong, không cho biểu hiện ra bên ngoài nhưng khi đã đầy ắp, đủ nhân duyên thì nó bật phát ra bên ngoài rất ghê ghớm. Đức Phật không dạy Nhẫn Nhục mà Ngài dạy Bát Chánh Đạo để không có Tham, không có Sân, không có Si và lúc đó Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng sẽ có mặt, và đó là sự thản nhiên trước mọi nghịch cảnh từ tâm Vô Tham, Vô Sân, Vô Si mà biểu hiện ra chứ không "nhẫn nhục chịu đựng" cái gì cả. Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng là sản phẩm phát sanh từ Chánh Tri Kiến, từ Minh, từ Trí Tuệ là biểu hiện ra bên ngoài của nội tâm bậc Thánh một cách tự nhiên như nhiên không còn phải cố gắng nỗ lực thực hành, nếu muốn đặt tên cho nó là bố thí, trì giới, từ bi hỷ xả, là gì gì cũng được.

Hai mươi năm kể từ lúc Tăng đoàn ra đời Đức Phật chưa chế giới, và thời kỳ đầu này của Giáo Pháp là dành cho người trí, chưa có Giới Luật, nên chưa có thể thuyết minh tu theo lộ trình GIỚI - ĐỊNH - TUỆ mà theo lộ trình NIỆM - ĐỊNH - TUỆ nhưng thời kỳ này số người đắc quả nhiều hơn rất nhiều so với thời kỳ sau này có Giới Luật. Hai mươi lăm năm tiếp theo Đức Phật chế giới nhưng Giới Luật mà Đức Phật chế định với mục đích thực hành để đoạn trừ Tham Sân Si chứ không phải với mục đích tích lũy

Phước báu. Sự thực hành Giới Luật ấy phải dựa trên Hiểu Biết Như Thật về Khổ Tập Diệt Đạo, về Tứ Thánh Đế và phải hiểu rằng sự thực hành Giới như vậy sẽ tạo Duyên cho Chánh Niệm khởi lên, GIỚI LÀM DUYÊN CHO CHÁNH NIỆM chứ không phải Giới làm duyên cho Chánh Định. Có Chánh Niệm thì sẽ có Chánh Định, có Chánh Định sẽ có Chánh Kiến. Nếu thực hành đúng như vậy thì có thể hiểu tu tập theo lộ trình NIỆM - ĐỊNH - TUỆ hay tu tập theo lộ trình GIỚI - ĐỊNH - TUỆ không có gì mâu thuẫn.



## MỤC ĐÍCH GIÁO PHÁP

Trong Tương Ưng Bộ Kinh, tập 4, Chương Một: Tương Ưng Sáu Xứ, Phẩm Bệnh mô tả Đức Phật thăm hỏi một Tỷ kheo bị bệnh nặng. Đây là trích đoạn của bản kinh đó:

10 - Nay Tỷ kheo, nếu đối với giới của mình, Ông không có gì để khiển trách, thời này Tỷ kheo, thế nào Ông cũng có nghi ngờ đối với vấn đề gì đó, cũng có hối hận gì đó.

- Bạch Thế Tôn, con không hiểu pháp Thế Tôn dạy về mục đích thanh tịnh trì giới.

11- Nay Tỷ kheo, nếu Ông không hiểu pháp Ta dạy về mục đích thanh tịnh trì giới, Ông hiểu pháp Ta dạy như thế nào?

- Bạch Thế Tôn, con hiểu pháp do Thế Tôn dạy là THAM và ĐOẠN THAM.

12 - Lành thay, lành thay, nay Tỷ kheo! Lành thay, nay Tỷ kheo ! Ông hiểu pháp ta dạy là tham và đoạn tham. Với MỤC ĐÍCH THAM VÀ ĐOẠN THAM, NÀY TỶ KHEO, LÀ PHÁP TA DẠY.

Lời Bàn: Đức Thế Tôn đã tán thán vị Tỷ kheo đó đến HAI LẦN, vì vị Tỷ kheo ấy đã thấu hiểu MỤC ĐÍCH CỦA GIÁO PHÁP KHÔNG PHẢI THANH TỊNH TRÌ GIỚI MÀ LÀ HIỂU BIẾT NHƯ THẬT THAM (Nguyên nhân Khổ) VÀ ĐOẠN THAM. Và rằng, nếu một người hiểu biết như thật, tham là Nguyên nhân Khổ, người đó sẽ thực hành đoạn tham, lúc đó tham được nhiếp phục hoặc đoạn tận, và ngay lúc đó Lời nói, Hành động sẽ là Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, thuộc về Giới, đã TỰ THANH TỊNH thì đâu còn phải trì giới, đâu còn phải thực hành giới riêng biệt nữa.

## **GIỚI LUẬT LÀ GỐC HAY TRÍ TUỆ LÀ GỐC ĐẠO PHẬT**

Nhiều người cho rằng Giới Luật là Gốc của Đạo Phật, họ tuyên bố Giới Luật còn thì Đạo Phật còn. Quan điểm như vậy là do chấp thủ các hiểu biết sai lạc về lời dạy của Đức Thế Tôn, do Không Thấy Biết Như Thật lời dạy của Ngài. Những người đó tuy có nghe, có đọc Kinh điển nhưng bị Vô minh che đậy, bị tham ái triển phược nên không có cách nào để thẩm thấu nội dung mà Đức Thế Tôn thuyết giảng. Trong Kinh Phạm Võng, bản kinh mở đầu bộ kinh Trường Bộ, là bản tuyên ngôn về sự giác ngộ của Đức Phật, Ngài đã không đề cao Giới Luật, không xem Giới Luật là gốc của Đạo Phật. Sau mỗi lần kể đến một Tiểu Giới, một Trung

Giới, một Đại Giới thì đều có một khẳng định ngay liền: "Đó là những điều NHỎ NHẶT, KHÔNG QUAN TRỌNG, CHỈ THUỘC GIỚI LUẬT mà kẻ PHẠM PHU dùng để tán thán Như Lai, Như Lai không kể đến. Còn có NHỮNG PHÁP KHÁC, sâu kín, khó thấy, khó chứng, tịch tịnh, mỹ diệu, vượt qua mọi tư duy lý luận suông, chỉ có người trí mới có khả năng giác hiểu. Những pháp ấy Như Lai đã tự mình chứng ngộ và tuyên thuyết, và những ai như thật tán thán những pháp đó, Như Lai mới kể đến là người tán thán Như Lai". Và gì là những pháp sâu kín, khó thấy, khó chứng... mà Như Lai đã tự mình chứng ngộ và tuyên thuyết và những ai, như thật tán thán các pháp ấy, Như Lai mới kể đến là người tán thán Như Lai. "Này các Tỷ kheo, Như Lai nhờ như thật TUỆ TRI sự sinh diệt của Thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ, mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không có chấp thủ". Đây mới là GỐC của Đạo Phật. Và GỐC đó là sự Giác Ngộ của Đức Phật, là TRÍ TUỆ THẤY BIẾT NHƯ THẬT THỰC TẠI. Đức Phật không giác ngộ Thực Tại là Thế Giới Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp như hiểu biết mặc định (Vô minh) của Nhân loại mà Ngài Giác Ngộ Thực Tại được thấy, được nghe, được cảm nhận là SÁU LOẠI CẢM THỌ do Sáu Căn và Sáu Trần (Thế Giới) tiếp xúc nhau mà phát sinh, nó Vô Thường, Vô Chủ, Vô sở Hữu (Vô Ngã), nó có Vị Ngọt, có Sự Nguy Hiểm, có Sự Xuất Ly.

Chính cái GỐC của Đạo Phật là Sự Giác Ngộ, là THẤY BIẾT NHƯ THẬT THỰC TẠI nên bài kinh mở đầu Trung



Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy Pháp Môn Căn Bản của tất cả Giáo Pháp, là THAY ĐỔI THẤY BIẾT, từ THẤY và BIẾT của Phàm phu là " TUỞNG TRI VÀ KHÔNG LIỄU TRI" đối tượng, thành THẤY và BIẾT của bậc Thánh là "THẮNG TRI VÀ LIỄU TRI" đối tượng. Tại sao Pháp Môn Căn Bản của Đạo Phật dạy tu tập THẤY và BIẾT mà không dạy tu tập Thái Độ và Hành Vi, không dạy tu Giới Luật. Hãy quan sát một thí dụ để sáng tỏ. Ví như một người, THẤY hình ảnh một người đang đi đến, rồi BIẾT người này mang tiền thưởng đến cho Ta, thì do THẤY và BIẾT như vậy, sẽ phát sinh Thái Độ vui vẻ, thích thú. Và do Thái Độ vui vẻ thích thú mà có hành động, lời nói nhã nhặn, dễ thương với đối tượng. Nếu THẤY một người đang đi đến, rồi BIẾT người này đến để đòi nợ Ta, thì do THẤY và BIẾT như vậy, sẽ phát sinh Thái Độ chán ghét, tức tối. Do Thái Độ như vậy, sẽ phát sinh Hành Vi trốn chạy hoặc nói lời khiếm nhã với đối tượng.

Cũng y như vậy nếu THẤY và BIẾT phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu thì THẤY và BIẾT đó là VÔ MINH và do THẤY BIẾT VÔ MINH mà phát sinh Thái Độ Tham hoặc Sân, hoặc Si. Do Thái Độ Tham Sân Si mà phát sinh Hành Vi Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng.

Nếu THẤY và BIẾT phát sinh trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh, thì THẤY và BIẾT đó là MINH. Do THẤY BIẾT MINH mà sẽ phát sinh Thái Độ Vô Tham, Vô Sân, Vô Si, và do Thái Độ Vô Tham, Vô Sân, Vô Si mà

phát sinh Hành Vi Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng không có Tham Sân Si chi phối nữa.

Tóm lại: Hiểu Biết đối tượng như thế nào thì sẽ sống như thế đó. Nếu Hiểu Biết đối tượng là Vô Minh, không đúng với sự thật thì sẽ phát sinh Thái Độ và Hành Vi sống trái với sự thật, xung đột với sự thật và sẽ có Sầu Bi khổ ưu não. Nếu Hiểu Biết đối tượng là Minh, đúng sự thật thì sẽ có Thái Độ và Hành Vi tương ứng, và sống không xung đột với sự thật nên không có Sầu Bi Khổ Ưu Não. Vì vậy Pháp Môn Căn Bản của Đạo Phật là tu tập THẤY BIẾT để chấm dứt Vô minh, làm cho Minh khởi lên và sống với Minh.

Đối với một người đang thực hành và an trú lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế, thì do THẤY là Tỉnh Giác và BIẾT là Chánh Tri Kiến, Liễu Tri đối tượng nên có Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, là HỆ QUẢ tất yếu của Chánh Tri Kiến được biểu hiện ra bên ngoài. Các Hành Vi Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng do Vô tham, Vô Sân, Vô Si mà phát sinh nên không thể có Sát sanh, trộm cắp, hành dâm, nói dối, uống rượu và các bất thiện khác. Vì vậy đối với vị đó không còn ý niệm Giữ Giới và lúc đó Giới là điều NHỎ NHẶT, KHÔNG QUAN TRỌNG, không cần phải đề cao.

Nhưng để cho Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên và trên đó Giới được thanh tịnh toàn vẹn, viên mãn thì phải có công tác chuẩn bị. Đó là VĂN và TƯ, tức nghe giảng và tư duy về Duyên khởi, về Vô thường, Vô ngã, về Tứ Thánh

Đế. Nếu VĂN và TƯ đó, làm phát sinh THẤY BIẾT NHƯ THẬT về các vấn đề trên, thì đó là Văn Tuệ và Tư Tuệ, thuộc về Bát Chánh Đạo hiệp thể, là công tác CHUẨN BỊ cho Bát Chánh Đạo siêu thể khởi lên. Với THẤY BIẾT NHƯ THẬT do Văn Tuệ và Tư Tuệ, người Trí đó có thể chấm dứt Thân kiến, Nghi, Giới cấm thủ, trở thành bậc Nhập lưu, và sẽ tự điều chỉnh được Hành Vi. Do đó, đối với vị đó, sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu... sẽ được từ bỏ dễ dàng, không khó khăn. Đối với vị có Văn Tuệ, Tư Tuệ đầy đủ, chính xác như vậy thì việc Giữ Giới cũng là điều NHỎ NHẶT, KHÔNG QUAN TRỌNG vì tâm vị đó chỉ hướng đến điều quan trọng nhất là Trí Tuệ, Liễu Tri tất cả pháp. Pháp của Đức Thế Tôn khéo giảng "cho người trí tự mình giác hiểu" là dành cho hạng người trí ít ỏi này, chứ không phải cho mọi hạng người trong nhân loại.

Đối với đa số nhân loại, Văn Tuệ và Tư Tuệ còn nhiều thiếu sót, không đầy đủ, không chính xác, thậm chí là không có, đối với hạng người đó, ĐỨC TIN TÔN GIÁO là cơ bản thì phải đề cao giới luật, thực hiện giới luật là quan trọng. Bởi có như vậy mới chấm dứt được một số Phiền não thô và do vậy họ mới phát triển thêm ĐỨC TIN và cố gắng để có Văn Tuệ và Tư Tuệ. Chỉ khi nào Văn Tuệ và Tư Tuệ được đầy đủ và chính xác thì họ mới có CHÁNH TÍN và lúc đó mới sẵn sàng cho thực hành Bát Chánh Đạo siêu thể. Nhưng đây là một quãng đường rất dài đối với hạng người này.

Bài viết này được viết ra không có ý đồ phủ nhận sự nghiêm trì Giới Luật mà khẳng định phải ĐỀ CAO Trí Tuệ do VĂN, do TƯ, do TU. Nếu Trí Tuệ do VĂN TƯ TU được phát triển, được thành đạt, thì Trí Tuệ đó sẽ tự điều chỉnh Thái Độ và Hành Vi, lúc đó Giới sẽ thanh tịnh mà không phải "gồng mình" giữ giới.

## CHÁNH NIỆM VỀ THAM SÂN SI

Có vấn đề mà nhiều người tu tập băn khoăn: Có phải dùng Chánh Niệm để quan sát Tham Sân Si và lúc đó Tham Sân Si sẽ diệt đi không? Có phải khi Tham Sân Si khởi lên thì chỉ cần biết có Tham Sân Si là đủ và sống trọn vẹn với "cái thực tại đang là" ấy không? Đây là những hiểu lầm, hiểu sai rất tai hại khi tu tập Giáo Pháp, nó xuất phát từ tư duy, lý luận suông mà tưởng tượng ra các kiến giải như vậy. Người tu phải ngay nơi Pháp học, Pháp hành thấy biết như thật, có hai thực tại: Thực tại Thế gian của Phàm phu có Tham Sân Si và Thực tại Xuất thế gian của bậc Thánh (Hữu học và Vô học) Vô Tham, Vô sân, Vô Si.

1 - THỰC TẠI THẾ GIẠN: Phàm phu sau khi Thấy, Nghe, Cảm nhận đối tượng (gọi chung là THẤY) Tà Niệm - Tà Tư Duy khởi lên, phát sinh Ý thức, hiểu BIẾT sai lạc, không đúng sự thật đối tượng. BIẾT này gọi là Tà Tri Kiến, là Vô Minh và chính nó là nguyên nhân phát sinh Tham Sân Si và Tham Sân Si là nhân phát sinh Phiền Não. Đây là

lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu, có VÔ MINH, có THAM SÂN SI, có PHIỀN NÃO. Trong cái BIẾT Vô minh này có nội dung không đúng sự thật về Khổ Tập Diệt Đạo nên cũng biết không đúng như thật về Tham, về Sân, về Si. Cụ thể ý thức Tà Tri Kiến, Vô minh biết Tham là một đối tượng Dễ chịu, sẽ mang Hạnh phúc, mang đến Chấm dứt Khổ cho Ta, nên khi biết có Tham, thì Tham phát sinh tiếp (Tham sẽ tăng trưởng). Ý thức Tà Tri Kiến biết Sân là một đối tượng Khó chịu, sẽ mang Đau khổ đến cho Ta, phải xua đuổi nó, nên khi biết có Sân, thì Sân sẽ tiếp tục phát sinh, tăng trưởng. Ý thức Tà Tri Kiến biết Si là hành vi tìm kiếm đối tượng Dễ chịu (Hạnh phúc) để thay thế đối tượng Trung tính, sẽ Chấm dứt Khổ, nên khi biết có Si, thì Si sẽ tiếp tục phát sinh, tăng trưởng. Trong THỰC TẠI THỂ GIAN có Vô minh, có Tham Sân Si, có Phiền Nã, thì Ý thức Tà Tri Kiến khi có Tham vẫn biết có tham, khi có Sân vẫn biết có sân, khi có Si vẫn biết có si chứ không phải không biết, nhưng là BIẾT TÀ KIẾN về Tham Sân Si chứ không phải BIẾT CHÁNH KIẾN về Tham Sân Si, nên Tham Sân Si sẽ tăng trưởng chứ không đoạn diệt, bởi BIẾT TÀ KIẾN là NGUYÊN NHÂN PHÁT SINH THAM SÂN SI. Khi một lộ trình tâm mà có Tham Sân Si thì lộ trình tâm đó là Bát Tà Đạo thuộc về Phàm phu, đương nhiên lộ trình tâm đó có Ý thức Tà Tri Kiến là Vô minh do Tà Niệm - Tà Tư Duy phát sinh và như vậy, không thể có mặt Chánh Niệm để mà quan sát Tham Sân Si. Vì vậy, không thể có sự kiện dùng Chánh Niệm để quán sát, diệt trừ Tham Sân

Si, và càng không thể sống trọn vẹn với THỰC TẠI CÓ THAM SÂN SI mà lại là Giải thoát, mà lại không có Phiền nã. Sự kiện này không thể xảy ra.

2 - THỰC TẠI XUẤT THỂ GIAN: bậc Thánh (Hữu học và Vô học) sau khi Thấy, Nghe, Cảm nhận đối tượng (gọi chung là THẤY), Chánh Niệm khởi lên. Do Chánh Niệm khởi lên mà Bát Chánh Đạo sẽ khởi lên theo định luật Duyên khởi. Trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo có THẤY là Tỉnh Giác (Thắng tri) và BIẾT là Ý thức Chánh Tri Kiến, là Minh, là Trí Tuệ, hiểu biết như thật đối tượng, trong đó có hiểu biết đúng như thật về Khổ Tập Diệt Đạo, hiểu biết đúng như thật về Tham Sân Si là nguyên nhân của Phiền nã. Trên Bát Chánh Đạo KHÔNG CÓ VÔ MINH, KHÔNG CÓ THAM SÂN SI, KHÔNG CÓ PHIỀN NÃ. Vì vậy, trong THỰC TẠI XUẤT THỂ GIAN không thể có Tham Sân Si để mà quan sát nó, diệt trừ nó và hành giả sống trọn vẹn với Thực tại Xuất Thể Gian sẽ có Giải thoát, sẽ không có Phiền Nã.

3 - TU LÀ KHỞI LÊN BÁT CHÁNH ĐẠO: lúc đó THỰC TẠI XUẤT THỂ GIAN được khởi lên, vì vậy, THỰC TẠI THỂ GIAN được nhiếp phục, không khởi lên. Hành giả an trú THỰC TẠI XUẤT THỂ GIAN thì đâu có Tham Sân Si để mà quan sát.

Khi thực hành Tứ Niệm Xứ, thực hành bốn Chánh Niệm về Thân Thọ tâm Pháp trong 5 phút, 10 phút, một giờ, một ngày, một tháng... nếu Chánh Niệm khởi lên liên

tục thì Tà Niệm được nhiếp phục. Vì vậy, Bát Tà Đạo, Thực tại Thế gian được nhiếp phục, và trong khoảng thời gian đó Bát Chánh Đạo, Thực tại Xuất Thế Gian có mặt và Người tu sẽ an trú Thực Tại Xuất Thế gian không có Tham Sân Si. Trong khoảng thời gian đó không hề tồn tại Tham Sân Si, nên không thể có sự kiện, dùng Chánh Niệm để quan sát Tham Sân Si. Chỉ cần thực hành Chánh Niệm, lúc đó Bát Chánh Đạo khởi lên và Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ TUỆ TRI THỰC TẠI XUẤT THẾ GIAN KHÔNG CÓ THAM, KHÔNG CÓ SÂN, KHÔNG CÓ SI và đó cũng là TUỆ TRI KHỔ DIỆT, TUỆ TRI NIẾT BÀN. Sự thực hành mà Đức Phật dạy chỉ tóm gọn trong một câu: Ngồi kiết già lưng thẳng, an trú Chánh Niệm trước mặt.

Trong kinh Niệm Xứ thuộc Trung Bộ Kinh, phần Quán Tâm có nói: khi có tâm tham, "tuệ tri" tâm có tham, khi có tâm sân "tuệ tri" tâm có sân, khi có tâm si, "tuệ tri" tâm có si, có trái với giải thích trên không? Phải hiểu "tuệ tri" Tham Sân Si là cái BIẾT ý thức Chánh Tri Kiến trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo có nội dung, BIẾT NHƯ THẬT Tham Sân Si là Nguy hiểm, Tham Sân Si là Nhân sanh Khổ. Điều này phải xảy ra trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo vào thời điểm đã kết thúc lộ trình tâm Bát Tà Đạo với Tham Sân Si. Ví như trong khoảng thời gian 3 phút, Bát Tà Đạo có mặt với Tham Sân Si, nhưng hết 3 phút thì một lộ trình tâm có Chánh Niệm, tức Bát Chánh Đạo khởi lên, thì Ý thức Chánh Tri Kiến biết có Tham, hoặc biết có Sân, hoặc biết có Si của lộ trình Bát Tà Đạo TRƯỚC ĐÓ VÀ ĐÃ DIỆT.

Chánh Tri Kiến BIẾT NHƯ THẬT, Tham Sân Si là nguy hiểm, Tham Sân Si là nhân sanh khổ thì Tham Sân Si không thể tiếp tục khởi lên. Đây gọi là Tuệ tri Tham, Tuệ tri Sân, Tuệ tri Si.

## LẠC TU MÀ NHANH CHỨNG

Có bốn cách tu đã được đề cập đến trong Tăng Chi Bộ Kinh:

- Một là Khổ tu mà Chậm chứng. Đức Phật nói, đó là hạ liệt.
- Hai là Khổ tu mà Nhanh chứng. Đức Phật cũng cho là hạ liệt.
- Ba là Lạc tu mà Chậm chứng. Đức Phật vẫn cho là hạ liệt.
- Bốn là LẠC TU mà NHANH CHỨNG. Đây là pháp tu mà Đức Phật tán thán.

Và thế nào là LẠC TU mà NHANH CHỨNG. Đó là thực hành Bát Chánh Đạo với tám chi phần phát sinh tuần tự gồm: Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định - Chánh Tư Duy - Chánh Kiến - Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng. Khi thực hành Bát Chánh Đạo, Hành giả sẽ an trú Hỷ Lạc của Sơ thiền, Nhị thiền, Lạc của Tam thiền, Xả niệm thanh tịnh của Tứ thiền do Bát Chánh Đạo có

chi phần Chánh Định, với các mức độ Định là Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền. Đây chính là LẠC TU. Đức Phật đã khẳng định trong bài Kinh Niệm Xứ: Ai thực hành pháp này tối thiểu là BẢY NGÀY và tối đa là BẢY NĂM, thì sự chờ đợi là CHÁNH TRÍ (quả A La Hán) trong HIỆN TẠI, và nếu còn dư sót là quả BẤT LAI. Đây là NHANH CHỨNG. Lời này của Đức Thế Tôn không hề hư dối, không nhằm lừa gạt bất kỳ một ai.

## THẤY - BIẾT VÀ KINH PHÁP MÔN CĂN BẢN

Quá trình nhận thức một đối tượng xảy ra theo hai giai đoạn: Nhận thức cảm tính đối tượng và Nhận thức lý tính đối tượng mà nói ngắn gọn là THẤY và BIẾT đối tượng, và quá trình xảy ra theo tuần tự THẤY rồi mới BIẾT. Ví như một cái điện thoại tiếp xúc với mắt một đứa bé vừa sinh, Nhận thức khởi lên THẤY hình ảnh đó nhưng BIẾT không khởi lên, đứa bé không BIẾT đối tượng là cái gì. Tương tự, người lớn cũng THẤY hình ảnh như đứa trẻ mới sinh nhưng sau khi THẤY, BIẾT sẽ khởi lên, BIẾT đối tượng là cái điện thoại với các đặc tính to hay nhỏ, trắng hay vàng, đẹp hay xấu...

1 - THẤY là nói gộp của Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng, bao gồm Nhận thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức, là TÂM BIẾT TRỰC TIẾP đối tượng, đối tượng như thế nào thì NHẬN BIẾT đối tượng

như thế đó, không thêm bớt. ĐỐI TƯỢNG được THẤY là Thực tại, là Sự thật. THẤY của Phàm và Thánh đều giống nhau, nhưng Phàm thì gọi là Tưởng tri, Thánh gọi là Thắng tri hay Tĩnh giác.

2 - BIẾT là Ý thức, hiểu biết Đối Tượng được THẤY là cái gì, tính chất ra sao, là TÂM BIẾT GIÁN TIẾP đối tượng, do tư duy, suy luận mà có. BIẾT đối tượng có hai loại:

- BIẾT SAI, không đúng sự thật đối tượng, gọi là VÔ MINH thuộc Phàm phu, được ví như THẤY đối tượng vốn là "sợi dây" lại BIẾT là "con rắn". Vì vậy, đối tượng được biết của cái biết VÔ MINH là không có thật, là tưởng tượng, là lông rùa sừng thỏ. Đây là BIẾT của Nhân loại. THẤY và BIẾT của Nhân loại khởi lên theo lộ trình sau, trong đó "THẤY là Tưởng" và "BIẾT là Tà Tri Kiến".

Căn  
Trần > XÚC → Thọ - Tưởng → Tà Niệm → Tà Tư Duy → Tà Tri Kiến

- BIẾT ĐÚNG như thật đối tượng gọi là MINH thuộc bậc Thánh, đối tượng được biết là SỰ THẬT, là có thật, được ví như THẤY đối tượng vốn là "sợi dây" thì BIẾT nó là "sợi dây". Đây là BIẾT của Đức Phật đã chứng ngộ và thuyết giảng. Lộ trình khởi lên THẤY và BIẾT của bậc Thánh như sau, trong đó "THẤY là Tĩnh Giác" và "BIẾT là Chánh Tri Kiến".



Căn  
Trần > XÚC → Thọ - Tướng → Chánh Niệm → Chánh Tinh Tấn → Chánh Định →

(Tỉnh Giác) → Chánh Tư Duy → Chánh Tri Kiến.

Hãy ngay nơi Thực Tại, nơi Sự Thật, khám phá ra CÁI BIẾT VÔ MINH và CÁI BIẾT MINH để điều chỉnh, thay đổi CÁI BIẾT cho đúng với Sự Thật và như vậy sẽ điều chỉnh, thay đổi được cuộc sống của mình, chấm dứt được Khổ.

3 - KINH PHÁP MÔN CĂN BẢN thuộc Trung Bộ Kinh, là bản kinh quan trọng bậc nhất mà Đức Phật đã thuyết giảng. Nội dung của bản Kinh nói về THẤY và BIẾT.

- Đối với Phàm phu: THẤY là Tướng tri đối tượng, BIẾT là Tà Tri Kiến, là Vô Minh, Không Liều Tri đối tượng và do BIẾT là Vô Minh, Không Liều Tri đối tượng mà có Dục Hỷ đối tượng (Muốn có Niềm vui, Hạnh phúc từ đối tượng). Chính Dục Hỷ đối tượng là Căn bản của Khổ.

- Đối với vị Hữu học: THẤY là Thắng tri đối tượng (Tỉnh giác), BIẾT là Chánh Tri Kiến (chưa hoàn thiện) nên Có Thể Liều Tri đối tượng. Do THẤY như vậy, BIẾT như vậy mà Không Dục Hỷ đối tượng, Khổ không khởi lên.

- Đối với bậc A La Hán và Như Lai: THẤY là Thắng tri đối tượng (Tỉnh giác), BIẾT là Chánh Tri Kiến, là Minh, Liều Tri đối tượng. Do THẤY NHƯ VẬY, BIẾT NHƯ VẬY, mà MỌI LẬU HOẶC ĐƯỢC ĐOẠN TẬN, Dục Hỷ được đoạn tận, Khổ được đoạn tận.

Vì vậy PHÁP MÔN CĂN BẢN mà Phật dạy là tu tập để thay đổi THẤY và BIẾT, từ THẤY và BIẾT của Phàm phu gồm "TUỞNG TRI VÀ KHÔNG LIỄU TRI" đối tượng, thành THẤY và BIẾT của bậc Thánh gồm "THẮNG TRI VÀ LIỄU TRI" đối tượng. Do thay đổi được THẤY và BIẾT từ Phàm sang Thánh mà Thái độ và Hành vi đối với đối tượng sẽ thay đổi, là hệ quả tất yếu của sự thay đổi THẤY và BIẾT, vì vậy mà KHÔNG CẦN TU TẬP THÁI ĐỘ VÀ HÀNH VI.

Để chuyển đổi THẤY và BIẾT từ Phàm sang Thánh phải tu tập CHỈ và QUÁN. CHỈ do Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định, sẽ làm cho lộ trình tâm Dừng Lại THẤY, mà BIẾT không khởi lên, lúc đó sẽ chứng ngộ và an trú THẤY thuần túy, Thấy chỉ là Thấy, Nghe chỉ là Nghe, Cảm Nhận chỉ là Cảm Nhận đối tượng, không thêm bớt (Thấy đối tượng như chúng đang là). Do tu CHỈ mà THẤY như vậy, thì THẤY đó gọi là Tỉnh giác hay Thắng tri đối tượng. Khi tu QUÁN sẽ có Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định - (Tỉnh Giác) - Chánh Tư Duy - Chánh Tri Kiến và Chánh Tri Kiến là BIẾT với Trí Tuệ, là Minh, sẽ Liều Tri đối tượng.

## CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT - BỐN NIỆM XỨ

Mở đầu và Kết thúc bài Kinh Niệm Xứ, một bản kinh quan trọng bậc nhất cho Pháp Hành thuộc Trung Bộ Kinh, Đức Phật đã lặp đi, lặp lại hai lần: "Này các Tỷ kheo, đây là CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chánh trí, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn Niệm Xứ". Tại sao trong Tứ Thánh Đế, Đức Phật dạy Đạo Đế, Con đường Chấm dứt Khổ là Bát Chánh Đạo và trong Kinh điển, Đức Phật dạy đến 37 chi phần thuộc về Đạo Đế, nhưng tại đây Ngài lại khẳng định, Bốn Niệm Xứ là "con đường độc nhất". Vậy có gì mâu thuẫn trong lời dạy của Ngài?

Bản Kinh Niệm Xứ dạy thực hành bốn loại Chánh Niệm: Chánh Niệm về Thân, Chánh Niệm về Thọ, Chánh Niệm về Tâm, Chánh Niệm về Pháp. Nội dung thực hành cụ thể như sau:

1 - Chánh Niệm về Thân là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát THÂN nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời.

2 - Chánh Niệm về Thọ là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát THỌ nơi thọ với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời.

3 - Chánh Niệm về Tâm là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát TÂM nơi tâm với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời.

4 - Chánh Niệm về Pháp là NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM quán sát PHÁP nơi pháp với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời.

Nội dung cơ bản của bài Kinh là như vậy, phần còn lại là những hướng dẫn trải nghiệm khi thực hành bốn loại Chánh Niệm trên. Không những bản kinh Niệm Xứ nói đến thực hành Chánh Niệm, mà ba bản kinh nói về Pháp Hành, đều nói đến thực hành Chánh Niệm: Kinh Niệm Xứ, Kinh Niệm hơi thở vô, hơi thở ra, Kinh Thân hành Niệm. Câu kinh ngắn gọn nhất, mô tả về Pháp Hành chính xác và đầy đủ nhất là: "Ngồi kiết già lưng thẳng an trú CHÁNH NIỆM trước mặt"

Tại sao Đức Phật lại nói thực hành bốn loại Chánh Niệm mà không nói thực hành Bát Chánh Đạo? Bởi vì nếu đã có VĂN và TƯ, làm công việc chuẩn bị sẵn sàng thì khi TU, chỉ thực hành Chánh Niệm, vì khi CHÁNH NIỆM khởi lên thì toàn bộ BÁT CHÁNH ĐẠO siêu thể sẽ tự động, tuần tự khởi lên theo Định Luật Duyên Khởi. Vì vậy chỉ cần thực hành Chánh Niệm là đã thực hành Bát Chánh Đạo siêu thể rồi. Lộ trình đó như sau:

Căn  
Trần

XÚC → Thọ - Tưởng → CHÁNH NIỆM → Chánh Tinh Tấn → Chánh Định

(chú tâm) → (Tỉnh Giác) → Chánh Tư Duy → Chánh Tri Kiến → Như lý tác ý  
→ Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng.

Đây là lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế của một vị hữu học và vô học với ba yếu tố căn bản là Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Tri Kiến gọi tắt là NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Người tu chỉ thực hành Chánh Niệm rồi an trú mà không có làm gì thêm nữa. An trú Chánh Niệm tức cũng an trú Bát Chánh Đạo siêu thế và như vậy, sẽ kinh nghiệm và an trú Tâm Giải Thoát, Tuệ Giải Thoát hay nói theo cách khác là an trú Khổ Diệt (Niết Bàn), hay an trú Không Giải Thoát, Vô Tướng Giải Thoát, Vô Tác Giải Thoát.

Đức Phật dạy tu học theo lộ trình VĂN - TU - TU và TU, tức thực hành Chánh Niệm thì phải có bước chuẩn bị, đó là VĂN và TU, là nghe giảng và tư duy để có được HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT về Duyên khởi, về Vô thường, Vô ngã, về Khổ Tập Diệt Đạo, về Vị ngọt, Sự nguy hiểm, Sự xuất ly. Những thông tin về hiểu biết đúng như thật này gọi là Minh, sẽ được lưu vào kho chứa thông tin, sẽ là Nhân cho Chánh Niệm sinh khởi. VĂN và TU là bước chuẩn bị Nhân cho Chánh Niệm khởi lên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế, không có VĂN và TU, Chánh Niệm không có đủ Nhân sinh khởi, vì thế Bát Chánh Đạo không thể khởi lên. VĂN và TU thuộc về BÁT CHÁNH ĐẠO hiệp thế và TU là BÁT CHÁNH ĐẠO siêu thế.

Đức Phật nói đến 37 phẩm thuộc về Đạo Đế nhưng chung quy cả 37 phẩm đều thuyết minh cho lộ trình VĂN - TU - TU, là lộ trình đi từ BÁT CHÁNH ĐẠO hiệp thế, làm công việc chuẩn bị, sang BÁT CHÁNH ĐẠO siêu thế, để chứng ngộ và an trú Tâm Giải Thoát, Tuệ Giải Thoát.

Trong Ngũ Căn và Ngũ Lực bao gồm năm yếu tố căn bản của sự tu học: Tín - Tấn - Niệm - Định - Tuệ, thì Tín Căn và Tấn Căn được khởi lên và phát triển do VĂN và TU, là bước chuẩn bị, thuộc Bát Chánh Đạo hiệp thế, là Nhân cho Niệm Căn - Định Căn - Tuệ Căn sinh khởi và ba yếu tố căn bản này thuộc về Bát Chánh Đạo siêu thế.

Thất Giác Chi là bảy yếu tố giác ngộ nhưng bốn yếu tố Niệm Giác chi, Tỉnh Tấn Giác chi, Định Giác chi, Trạch Pháp Giác chi (Tuệ Giác chi) là bốn yếu tố thuộc về Bát Chánh Đạo siêu thế còn Hỷ Giác chi, Khinh An Giác chi, Xả Giác chi là sản phẩm phát sinh từ Bát Chánh Đạo siêu thế. Nói đến Thất Giác chi là cách nói khác về Bát Chánh Đạo siêu thế.

Tứ Như Ý Túc và Tứ Chánh Cần là thuyết minh tu học phải từ Bát Chánh Đạo hiệp thế sang Bát Chánh Đạo siêu thế. Cụ thể Dục Như Ý Túc và Tỉnh Tấn như ý túc là công việc chuẩn bị do VĂN và TU khởi lên và Định Như Ý Túc, Tuệ Như Ý Túc thuộc Bát Chánh Đạo siêu thế do TU. Tứ Chánh Cần thì có mặt cả trong Bát Chánh Đạo hiệp thế lẫn siêu thế.

## NIỆM HƠI THỞ VÔ, HƠI THỞ RA

Trong ba bản kinh chuyên về Pháp Hành thuộc Trung Bộ Kinh là Kinh Niệm Xứ, Kinh Nhập Tức Xuất Tức Niệm và Kinh Thân Hành Niệm, phần Niệm hơi thở, thuộc về Niệm Thân, đều giống nhau và được diễn tả như sau:

"Và như thế nào, này các Tỷ-kheo, là nhập tức xuất tức niệm được tu tập? Như thế nào, làm cho sung mãn, khiến bốn niệm xứ được viên mãn? Khi nào, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo thở vô dài, vị ấy biết: "Tôi thở vô dài". Hay khi thở ra dài, vị ấy biết "Tôi thở ra dài". Hay thở vô ngắn, vị ấy biết: "Tôi thở vô ngắn". Hay khi thở ra ngắn, vị ấy biết: "Tôi thở ra ngắn". "Cảm giác cả toàn thân, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "Cảm giác cả toàn thân, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập. "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập. Trong khi tùy quán thân trên thân, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham ưu ở đời".

Đối với đoạn kinh này hay bất kỳ một bản kinh nào khác, muốn hiểu rõ đoạn kinh truyền đạt nội dung gì, phải

quan sát và tư duy trên SỰ THẬT NGŨ CẢNH mà đoạn kinh nói đến. Vì vậy phải quan sát ngũ cảnh để hiểu, chứ không phải phân tích, chia chẻ ngôn từ. Quan sát ngũ cảnh đoạn kinh mô tả, sẽ thấy:

1 - HÀNH VI CHÚ TÂM: Để khi thở vô dài, biết thở vô dài, khi thở ra dài biết thở ra dài... thì phải có sự CHÚ TÂM vào đối tượng. Thông thường con người không có chú tâm vào hơi thở nên không biết hơi thở vô ra dài ngắn đang xảy ra như thế nào. Đoạn kinh này nói đến vị ấy tu tập nhưng phải hiểu: không phải là tu tập THỞ VÔ, THỞ RA mà tu tập CHÚ TÂM vào các đối tượng hơi thở vô, hơi thở ra, cảm giác toàn thân, an tịnh thân hành. Do tu tập sự CHÚ TÂM vào các đối tượng trên mà vị ấy NHẬN BIẾT RÕ hơi thở vô hay ra, dài hay ngắn, nhận biết rõ các Cảm giác cả toàn thân, nhận biết rõ Cảm giác trên thân đang được an tịnh.

2 - HÀNH VI CHÁNH NIỆM: Muốn có được sự CHÚ TÂM vào các đối tượng hơi thở vô, ra, cảm giác cả toàn thân, an tịnh thân hành thì phải NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM thì chú tâm mới xảy ra. Nếu hơi thở khởi lên mà không NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM mà lại NHỚ ĐẾN CHUYỆN KHÁC thì chắc chắn Chú Tâm không xảy ra. Vì vậy Nhớ Đến Chú Tâm khi xuất hiện các đối tượng hơi thở vô ra, cảm giác toàn thân, an tịnh thân hành là yếu tố tiên quyết phát sinh chú tâm. Hành vi NHỚ ĐẾN CHÚ TÂM được gọi là CHÁNH NIỆM. Có CHÁNH NIỆM mới có CHÁNH

ĐỊNH tức có chú tâm vào đối tượng, và sự thực hành là thực hành CHÁNH NIỆM. Vì thế cho nên trong Pháp Hành, Đức Phật chỉ dạy thực hành NIỆM bao gồm: Niệm Thân, Niệm Thọ, Niệm Tâm, Niệm Pháp, Niệm hơi thở vô, hơi thở ra, Niệm Thân Hành (Thân hành Niệm). Tại sao thực hành Bát Chánh Đạo lại chỉ thực hành Chánh Niệm. Bởi vì trong Duyên khởi lên Bát Chánh Đạo đã thấy rõ: Nếu Chánh Niệm khởi lên thì toàn bộ lộ trình Bát Chánh Đạo siêu thế sẽ tự động khởi lên theo Định luật duyên khởi.

3 - ĐỐI TƯỢNG CHÚ TÂM: Trong đoạn kinh này nói đối tượng chú tâm là hơi thở và Cảm giác cả toàn thân, an tịnh thân hành nhưng phải hiểu đối tượng chú tâm là CẢM GIÁC hay CẢM THỌ chứ không phải là hơi thở vô, ra. Vì sự thật xảy ra là chỉ có thể chú tâm trên những đối tượng được THẤY, được NGHE, được CẢM NHẬN một cách TRỰC TIẾP còn những đối tượng Không được Thấy, Không được Nghe, Không được Cảm nhận trực tiếp, mà chỉ biết nó GIÁN TIẾP qua suy luận thì không thể chú tâm. Mà những đối tượng được THẤY, được NGHE, được CẢM NHẬN là CẢM GIÁC hay CẢM THỌ chứ không phải SẮC PHÁP, còn hơi thở là luồng không khí chuyển động là Sắc pháp, không thể biết trực tiếp, mà chỉ có thể biết qua suy luận là có nó chứ không thể Thấy, Nghe, Cảm nhận trực tiếp luồng không khí. Ví như luồng gió tiếp xúc với thân thể phát sinh CẢM GIÁC MÁT LẠNH đồng thời phát sinh THÂN THỨC. Lúc này THÂN THỨC nhận biết hay cảm nhận TRỰC TIẾP CẢM GIÁC MÁT LẠNH chứ

THÂN THỨC không cảm nhận được luồng gió. Qua cảm nhận Cảm giác mát lạnh của Thân thức, ý thức khởi lên do tư duy, suy luận biết GIÁN TIẾP có luồng gió thổi. Và như vậy, chỉ có thể chú tâm vào Cảm giác mát lạnh và nhờ chú tâm mới cảm nhận rõ ràng CẢM GIÁC MÁT LẠNH, chứ không thể chú tâm vào luồng không khí, không thể cảm nhận trực tiếp luồng không khí. Cũng y như vậy, hơi thở là luồng không khí tiếp xúc với thân phát sinh Cảm giác thở vô, Cảm giác thở ra và Thân thức cảm nhận trực tiếp các Cảm giác ấy. Vì vậy chú tâm vào Cảm giác thở vô, Cảm giác thở ra và nhờ chú tâm mà biết rõ cảm giác thở vô dài hay cảm giác thở ra dài, cảm giác thở vô ngắn hay cảm giác thở ra ngắn, chứ không thể nào chú tâm vào hơi thở vô, ra, không thể nào biết trực tiếp hơi thở vô hay ra, dài hay ngắn. Và vì vậy BIẾT THÂN là biết CÁC CẢM GIÁC NƠI THÂN do THÂN THỨC là cái biết trực tiếp giác quan, BIẾT TRỰC TIẾP các CẢM GIÁC trên thân do NGOẠI XÚC hoặc NỘI XÚC gây ra chứ không phải biết THÂN THỂ SẮC PHÁP. Đây là những pháp rất vi tế, sâu kín, khó thấy, khó biết vì sự thật này trái với hiểu biết nhân loại. Nhân loại dựa trên Vô Minh Tâm biết Cảnh nên các đối tượng được Thấy, Nghe, Cảm nhận là Sắc pháp là Sắc Thanh Hương Vị Xúc trần, vì vậy đối tượng chú tâm là hơi thở là Sắc pháp. Đức Phật giác ngộ sau khi Tuệ Tri sáu xúc xứ nên Kinh Phạm Võng đã tuyên bố là Ngài Giác ngộ CẢM THỌ chứ không phải Giác ngộ Thế giới Sắc pháp. Trong Tiểu Kinh Đoạn Tận Ái cũng đã khẳng định tu tập với đối tượng là Cảm thọ. "Do

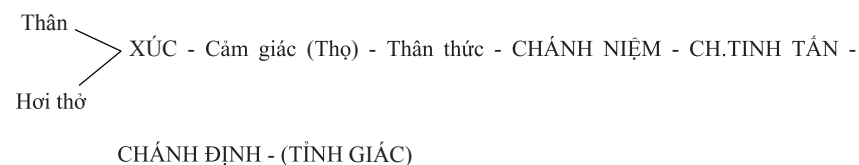


biết rõ ráo tất cả pháp, cho nên bất kỳ một CẢM THỌ nào khởi lên, Lạc thọ, Khổ thọ, Bất khổ bất lạc thọ, vị ấy sống quán tánh vô thường, quán tánh ly tham, quán tánh đoạn diệt, quán tánh xả ly nơi CẢM THỌ ĐÓ". Trong đoạn kinh này ngụ ý chú tâm vào hơi thở vô, hơi thở ra để biết rõ hơi thở vô hay ra, dài hay ngắn là sai lạc, và sự sai lạc này do đâu, do truyền khẩu, do người sau hiểu sai rồi sửa cho đúng ý mình... điều đó không cần phải phân giải, điều cần làm là quán sát SÁU XÚC XỮ để thấy ra ĐỐI TƯỢNG CHÚ TÂM LÀ CẢM THỌ, HAY "CẢM GIÁC HƠI THỞ VÔ RA" CHỮ KHÔNG PHẢI "HƠI THỞ VÔ RA".

4 - MỤC ĐÍCH TU TẬP NIỆM HƠI THỞ VÔ HƠI THỞ RA: Trong đoạn kinh này đã nói rõ mục đích của sự tu tập qua câu: "Trong khi tùy quán thân nơi thân, này các Tỷ kheo, vị Tỷ kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để NHIẾP PHỤC THAM ƯU ở đời". Tùy quán thân nơi thân là quán sát các cảm giác trên thân tùy thuận theo cách thức, thứ tự sinh diệt của các cảm giác trên thân, không điều khiển, không áp đặt. Tại một thời điểm, trên thân chỉ có duy nhất một Cảm giác sinh lên và tồn tại nhưng chỉ trong khoảng khắc cỡ phần trăm, thậm chí là cỡ phần ngàn giây, rồi diệt đi và một cảm giác khác lại sinh lên và diệt với khoảng thời gian tương tự. Một cảm giác hơi thở vô có vẻ "rất dài" nhưng kỳ thực nó gồm rất nhiều những cảm giác "cực ngắn" liên tiếp nhau mà thành, không những thế mà nó xảy ra đan xen với các cảm giác khác trên thân hoặc cảm giác âm thanh, cảm giác mùi... nên có cảm tưởng,

cùng một lúc cảm nhận nhiều cảm giác đồng thời xảy ra. Vì vậy, chú tâm không phải một đối tượng duy nhất là cảm giác hơi thở mà chú tâm cảm giác hơi thở đan xen với chú tâm các cảm giác khác trên thân theo thứ tự sinh diệt của chúng. Lặp lại chữ tùy quán "thân nơi thân" để nhấn mạnh là quán sát thân để BIẾT TRỰC TIẾP các CẢM GIÁC trên thân bởi THÂN THỨC chứ không phải BIẾT GIÁN TIẾP bởi Ý THỨC.

Vị Tỷ kheo trú, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nghĩa là trong sự thực hành này không những có chú tâm là Chánh Định mà có Chánh Niệm, nhiệt tâm là Chánh Tinh Tấn và nhờ Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định mà THÂN THỨC NHẬN BIẾT TRỰC TIẾP các CẢM GIÁC trên thân một cách rõ ràng minh bạch, từ Cảm giác này sang Cảm giác khác mà không có Ý Thức xen vào. Chỉ có Thân Thức biết như vậy, không có Ý thức khởi lên, nên cái biết trực tiếp Thân thức trong trường hợp này gọi là TỈNH GIÁC. Trong đoạn kinh trên nói rằng: thở vô dài, biết thở vô dài, thở vô ngắn biết thở vô ngắn, thở ra dài, biết thở ra dài, thở ra ngắn biết thở ra ngắn phải được hiểu là ý nói rằng: cảm giác hơi thở vô ra như thế nào thì NHẬN BIẾT như thế đó, không thêm bớt. Đó chính là Biết Trực Tiếp của THÂN THỨC. Lộ trình được diễn tả:



Khi an trú TỈNH GIÁC, kinh nghiệm được CÁI BIẾT TRỰC TIẾP Vô niệm, Vô ngôn, Vô phân biệt này thì sẽ kinh nghiệm được tâm vắng lặng mọi suy nghĩ, vắng lặng Tham Sân Si, vắng lặng Phiền Não. Đây chính là mục đích tu tập: Kinh nghiệm Giải thoát, kinh nghiệm Khổ diệt hay là như cách nói trong Kinh là kinh nghiệm được NHIẾP PHỤC THAM ƯU (Tham ái, Phiền não). Như vậy, mục đích tu tập đã được nêu rõ trong kinh là Nhiếp phục tham ưu cũng có nghĩa là kinh nghiệm Khổ Diệt, Niết Bàn, kinh nghiệm Giải Thoát và Sự Thật này khác xa hiểu biết hiện nay theo các luận giải, chú giải, mục đích tu tập để thấy tam tướng VÔ THƯỜNG, KHỔ, VÔ NGÃ của hơi thở.

5 - PHƯƠNG PHÁP THỰC HÀNH: Vì mục đích của tu tập là kinh nghiệm cái biết trực tiếp Tỉnh Giác, kinh nghiệm Giải thoát, độc lập không ràng buộc với bất kỳ một đối tượng nào, không phải mục đích buộc tâm vào một đối tượng để nó không phóng dật hay để thấy được tam tướng của hơi thở là Vô thường, Khổ, Vô ngã nên sự thực hành này không đặt tâm ở đâu cả, không đặt tâm nơi điểm xúc chạm của hơi thở với chóp mũi, cũng không đặt tâm vào phồng xẹp nơi bụng mà Cảm giác xuất hiện ở đâu thì chú tâm sẽ xảy ra tại Cảm giác đó. Sự chú tâm phải liên tục, từ cảm giác này sang cảm giác khác theo thứ tự sinh diệt của nó mới có trạng thái định. Nhưng có Chánh Niệm, Nhớ Đến chú tâm các cảm giác trên thân là chuyện không phải dễ, đạt được nhất tâm không phải dễ, vì thói quen Tà Niệm nhớ đến chuyện này chuyện kia là một thói quen vững chắc

từ vô thủy nên người mới thực hành rất dễ phân tâm. Cảm giác trên thân có rất nhiều, liên tiếp xuất hiện, có mạnh, có nhẹ, có thô, có tế, có dài, có ngắn khác nhau, nên khi mới thực hành không thể nào chú tâm tuần tự hết được mà chỉ có thể chú tâm vào những cảm giác nổi trội. Khi mới tọa thiền, cảm giác thở vô, thở ra nổi trội đều đặn khởi lên, vì vậy phải lấy nó làm "trục chính" và các cảm giác cả toàn thân sẽ đan xen với cảm giác thở vô, cảm giác thở ra. Khi đạt được định thì cảm giác hơi thở vô, ra sẽ xảy ra theo tuần tự: cảm giác thở vô, tiếp đến một khoảng ngưng thở ngắn trước khi thở ra, tiếp đến cảm giác thở ra, tiếp đến một khoảng dài ngưng thở trước khi thở vô, tiếp đến cảm giác thở vô và quá trình lại tiếp tục lặp lại như cũ. Hãy ghi nhớ là sẽ chú tâm liên tục từ cảm giác này sang cảm giác khác theo bốn giai đoạn của hơi thở như đã nêu trên. Khi ngồi kiết già hay bán già lưng thẳng, đầu thẳng, cổ thẳng một cách tự nhiên, hai hàm răng xiết nhẹ vào nhau, đầu lưỡi chạm vào hàm răng và khởi lên Chánh Niệm: nhớ đến chú tâm các cảm giác nơi thân theo thứ tự bốn giai đoạn của hơi thở đã nêu trên thì chú tâm theo trình tự trên sẽ tự động xảy ra và lúc đó sẽ trải nghiệm những gì sẽ xảy ra chứ không có làm thêm một cái gì khác nữa. Đương nhiên giữ được Chánh Niệm trong giai đoạn thở vô - ngưng thở - thở ra là việc dễ dàng, rất ít phân tâm bởi Tà Niệm trong giai đoạn này ít xảy ra, nhưng giai đoạn ngưng thở trước khi thở vô vì không có cảm giác gì cố định nên rất dễ bị phân tâm, Tà Niệm nhớ đến chuyện khác rất dễ phát sinh ở giai

đoạn này, vì vậy hãy tác ý lắc qua lắc lại thân, tạo ra cảm giác chuyển động qua lại nhẹ nhàng giống như chuyển động của quả lắc đồng hồ và sẽ tự động chú tâm vào cảm giác chuyển động đó. Đến khi cảm giác thở vô khởi lên lại lặp lại chu trình như cũ. Để cho quá trình chú tâm xảy ra liên tục, khít khao theo chu trình trên, **HÃY BẮT ĐẦU BẰNG CÁCH LẮC QUA LẮC LẠI VÀI LẦN KÈM THEO NIỆM THẨM thân thân (hay chú tâm, chú tâm) VÀ DỪNG LẠI, TIẾP ĐẾN SẼ CẢM NHẬN CẢM GIÁC THỞ VÔ - CẢM GIÁC NGỪNG THỞ - CẢM GIÁC THỞ RA** một cách tự nhiên. Hết cảm giác thở ra lại tiếp tục lắc qua, lắc lại vài ba cái kèm với niệm thẩm thân thân hay chú tâm chú tâm và dừng lại. Quá trình lại lặp lại chu trình như cũ. Khi đã thuần thục thì không cần niệm thẩm thân thân hay chú tâm chú tâm mà chỉ cần tăng cường chú tâm đối với cảm giác thở ra thì Định sẽ được tăng cường. Khi Chánh Niệm đã thuần thục, thì chú tâm liên tục, khít khao các đối tượng cảm giác theo trình tự trên, sẽ tự động xảy ra một cách tự nhiên, không còn có sự hướng đến đối tượng, hay điều khiển chú tâm và trở thành một lập trình tự động thì đó là chú tâm không tầm không tứ và sẽ kinh nghiệm được Định Nhị thiền. Tăng cường sự chú tâm tự động và khít khao đó bằng cách tăng cường sự chú tâm cảm giác thở ra thì sẽ lần lượt kinh nghiệm được Tam thiền và Tứ thiền.

Nếu ai đọc kỹ và thực hành đúng thì sẽ kinh nghiệm và an trú được Chánh Định tối thiểu là Nhị thiền và sẽ tự mình trải nghiệm được mục đích của tu tập Niệm Hơi Thở

Vô, Hơi Thở Ra là kinh nghiệm được TỈNH GIÁC và kinh nghiệm được NHIẾP PHỤC THAM ƯU là như thế nào.

## **CÁC HÀNH VÔ THƯỜNG CÁC PHÁP VÔ NGÃ**

Tất cả các sự vật và các hiện tượng được thuật ngữ Phật học gọi là các pháp. Những sự vật, hiện tượng thuộc về vật chất thì gọi là Sắc Pháp, các sự việc, hiện tượng thuộc tinh thần gọi là Danh pháp. Tất cả Sắc pháp và Danh pháp được phân chia hay sắp xếp thành Năm Nhóm mà thuật ngữ Phật học gọi là Năm Uẩn bao gồm: Sắc Thọ Tưởng Hành Thức. Tất cả các pháp thuộc Năm Uẩn Sắc Thọ Tưởng Hành Thức đều **VÔ THƯỜNG** và **VÔ NGÃ**. Nhưng trong Kinh điển có nhắc đến mệnh đề: **CÁC HÀNH VÔ THƯỜNG, CÁC PHÁP VÔ NGÃ** hay có chỗ nói Chư Hành vô thường, chư Pháp vô ngã có mâu thuẫn gì với Tất cả các pháp đều Vô thường, Vô ngã không?

Trong Tiểu Kinh Saccaka thuộc Trung Bộ Kinh có nói tới vấn đề này như sau: -- Này Aggivessana, như thế này, Thế Tôn huấn luyện đệ tử. Với những bộ môn như thế này, phần lớn Sa-môn Gotama giảng dạy được dành cho đệ tử: "Này các Tỷ-kheo, sắc là vô thường, thọ là vô thường, tưởng là vô thường, hành là vô thường, thức là vô thường. Này các Tỷ-kheo, sắc là vô ngã, thọ là vô ngã, tưởng là vô ngã, hành là vô ngã, thức là vô ngã. Tất cả hành là vô thường, tất cả pháp là vô ngã". Như vậy này Aggivessana, Thế Tôn

huấn luyện các đệ tử. Như vậy là các bộ môn mà phần lớn Thế Tôn giảng dạy được dành cho đệ tử.

Trong đoạn trích này phần trên đã khẳng định Sắc Thọ Tướng Hành Thức là Vô thường và Vô ngã nhưng đoạn dưới lại khẳng định: Tất cả hành là vô thường, tất cả pháp là vô ngã. Vậy thì, có gì khác nhau trong hai cách nói đó. Kinh điển được truyền khẩu nên rất ngắn gọn, không có giải thích dài dòng, nên phải quan sát kỹ để tìm ra ý nghĩa. Và ý nghĩa câu đó như sau:

- Sắc Thọ Tướng Hành Thức, nếu quán sát diễn tiến theo THỜI GIAN thì đều "sinh lên rồi diệt đi" không thường hằng, không thường trú, nên nó Vô thường. Sắc Thọ Tướng Hành Thức DIỄN TIẾN theo thời gian như vậy được gọi là HÀNH và như vậy CÁC HÀNH VÔ THƯỜNG. Nhân đây để khẳng định VÔ THƯỜNG phải hiểu theo nghĩa SINH DIỆT chứ không được hiểu theo nghĩa BIẾN ĐỔI.

- Sắc Thọ Tướng Hành Thức, nếu quán sát theo chiều KHÔNG GIAN thì sẽ thấy: Quan hệ giữa các pháp theo chiều không gian theo Lý Duyên Khởi là HAI NHÂN TIẾP XÚC NHAU RỒI CÙNG DIỆT MÀ PHÁT SINH QUẢ, nên hai nhân này bình đẳng nhau, không có nhân chính, nhân phụ, không nhân nào là chủ nhân, chủ sở hữu nhân nào. Như vậy các pháp đó VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU. Điều này đồng nghĩa không có cái Ta (tiếng Tàu là Ngã) hay Bản Ngã nào là chủ nhân, chủ sở hữu của Năm Uẩn, của Sắc Thọ Tướng Hành Thức, nghĩa là các pháp đó VÔ NGÃ.

Vậy nếu quán sát các pháp theo chiều THỜI GIAN thì các pháp là Vô thường hay còn gọi là các Hành vô thường, nếu quán sát các pháp theo KHÔNG GIAN thì các pháp là vô ngã. Vì vậy nói các pháp vô thường, các pháp vô ngã hay nói Các hành vô thường, các pháp vô ngã, là hai cách nói, không có gì mâu thuẫn.

## TỰ MÌNH NƯỞNG TỰA CHÍNH MÌNH

Một trong những Phật ngôn quan trọng mà người tu phải ghi nhớ: Hãy tự mình là ngọn đèn, tự mình là hải đảo, tự mình nương tựa nơi chính mình, nương tựa nơi Chánh Pháp, đừng nương tựa một gì khác. Nhưng còn quan trọng hơn là Phật ngôn kèm theo: Và thế nào là TỰ MÌNH NƯỞNG TỰA NƠI CHÍNH MÌNH, NƯỞNG TỰA NƠI CHÁNH PHÁP KHÔNG NƯỞNG TỰA MỘT GÌ KHÁC. Vị Tỷ kheo, sống trú quán thân nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời, sống trú quán thọ nơi thọ..., sống trú quán tâm nơi tâm..., sống trú quán pháp nơi pháp, với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục tham ưu ở đời, là Tỷ kheo tự mình nương tựa nơi chính mình, nương tựa nơi chánh pháp, không nương tựa một gì khác.

Với Phật ngôn này, thì khi thực hành Tứ Niệm Xứ, bao gồm Niệm Thân, Niệm Thọ, Niệm Tâm, Niệm Pháp là tự mình nương tựa chính mình, không nương tựa một gì



khác. Lúc đó Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên với ba yếu tố cơ bản Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Tri Kiến gọi tắt là NIỆM - ĐỊNH - TUỆ, hành giả sẽ kinh nghiệm được: không yêu thích, không chán ghét, độc lập, không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy với bất kỳ đối tượng nào. Đây chính là sống không nương tựa, không chấp trước bất kỳ một cái gì ở trên đời, kể cả Phật Pháp Tăng. Điều này khẳng định rằng chỉ khi thực hành Tứ Niệm Xứ, lúc đó lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên, thì mới có tự do, giải thoát, mới không ràng buộc với bất kỳ một đối tượng nào. Và đây là CON ĐƯỜNG ĐỘC NHẤT đi đến Tự Do và Giải Thoát. Điều này không chỉ là sự tu tập mà phải là một lối sống hàng ngày, LỐI SỐNG XUẤT THỂ GIAN, lối sống TỰ MÌNH NƯỞNG TỰA CHÍNH MÌNH, KHÔNG NƯỞNG TỰA MỘT GÌ KHÁC, và đây cũng là MỤC ĐÍCH của giáo pháp. Hãy ghi nhớ điều này, để luôn luôn có Chánh Niệm, Nhớ Đến tự mình nương tựa chính mình, không thể nương tựa một gì khác, không thể nương tựa tài sản, con cái, vợ chồng, anh em, bạn bè, những giá trị vật chất, tinh thần kể cả Phật Pháp Tăng và đặc biệt khi chết chỉ có tự mình vượt qua cái cửa ải ấy, không có Phật Pháp Tăng nào có thể giúp mình và chỉ như vậy mới ĐOẠN TẬN KHỔ.

Trong đời sống tôn giáo của Đạo Phật, người Phật tử phải quy y Tam Bảo, phải nương tựa vào Phật Pháp Tăng, vậy điều này có mâu thuẫn với Phật ngôn trên không? Để có được sự tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế với lối sống

không nương tựa bất kỳ cái gì ở trên đời, người Phật tử phải khởi đầu bằng nghe giảng hoặc nghiên cứu kinh điển để có được hiểu biết đúng như thật về PHẬT, về PHÁP, về TĂNG và tư duy để hiểu biết sâu sắc toàn diện về Phật Pháp Tăng. Một người trí, sau khi VĂN và TƯ như vậy sẽ phát sinh Đức Tin và Đức Tin đó là CHÁNH TÍN về PHẬT, về PHÁP, về TĂNG. Với Chánh Tín như vậy sẽ phát sinh nơi tự tâm một sự QUY NGUỒN sâu sắc, đó chính là QUY Y TAM BẢO, cho dù có được một vị Tăng làm lễ quy y hay không thì đó vẫn là sự quy y sâu sắc nhất. Bản chất lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu là nương tựa và nương tựa là Ràng Buộc, và Ràng Buộc sẽ phát sinh Phiền Não, nên Phàm phu nương tựa vào gia đình chồng vợ con cái, nương tựa tiền bạc của cải, nương tựa vào hạnh phúc vật chất tinh thần, nương tựa vào quá khứ vị lai, nương tựa vào lý tưởng sống, tóm lại là nương tựa vào những gì được xem là CỬA TA, LÀ TA (Năm Thủ Uẩn). Nương tựa TAM BẢO sẽ thay thế cho các nương tựa đó, chỉ ít cũng làm giảm thiểu, cắt bỏ bớt rất nhiều sự nương tựa trước đó và do vậy Phiền Não sẽ giảm đi. Nương tựa Tam Bảo sẽ phát sinh Tinh Tấn hướng đến tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế và vì vậy QUY Y TAM BẢO, nương tựa Phật Pháp Tăng do VĂN và TƯ là bước CHUẨN BỊ, không thể thiếu để khởi lên Bát Chánh Đạo siêu thế và nó thuộc về Bát Chánh Đạo HIỆP THỂ. Khi tu tập, Bát Chánh Đạo SIÊU THỂ khởi lên thì nương tựa Tam Bảo không còn nữa, lúc đó không nương tựa, không chấp trước bất kỳ một cái gì, kể cả Phật Pháp



Tăng. Khi không có Chánh Niệm, Bát Chánh Đạo siêu thế không khởi lên, thì lúc đó hành giả trở lại Bát Tà Đạo nhưng nhờ Bát Chánh Đạo hiệp thế nên quay về nương tựa Tam Bảo. Con đường tu học mà Phật giảng dạy đi từ Bát Chánh Đạo hiệp thế sang Bát Chánh Đạo siêu thế, **BẮT ĐẦU TỪ NƯƠNG TỰA TAM BẢO TIẾN ĐẾN KHÔNG NƯƠNG TỰA BẤT CỬ GÌ Ở TRÊN ĐỜI**. Nếu suốt đời nương tựa Tam Bảo mà không tu tập Bát Chánh Đạo để vượt qua sự nương tựa tối thượng cuối cùng ấy thì vẫn là Ràng Buộc, mà còn Ràng Buộc là còn Phiền Nảo, cho dù Ràng buộc bởi dây xích bằng sắt hay bằng vàng ròng. Bởi nương tựa Tam Bảo, nương tựa Phật Giáo là dựa trên tư tưởng Phật Giáo là CỬA TA, LÀ TA nên khi Phật Giáo được tôn sùng, được ca ngợi, thấy người khác thực hành chính xác lời dạy của Phật thì thích thú, mừng vui, ca ngợi, còn khi Phật Giáo bị phỉ báng, bị kỳ thị, thấy người khác hiểu và thực hành sai Kinh và Luật, thấy Kinh điển bị xuyên tạc, bị làm cho sai lạc, phạm giới cấm, làm hoen ố phẩm hạnh của Tăng thì tức tối, giận dữ, dả kích. Vì Bát Chánh Đạo hiệp thế vẫn là lộ trình tâm Bát Tà Đạo có chấp thủ của Ta, là Ta nên Văn Tuệ và Tư Tuệ đã được lưu giữ trong kho chứa lại là nhân duyên khởi lên NGÃ MẠN (Ta hơn) còn lớn hơn khi chưa có nó. Vì vậy Văn Tuệ và Tư Tuệ phải đưa đến tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế, đưa đến BÌNH THẢN trước mọi tốt xấu, đúng sai, chánh tà, trước tám pháp thế gian, nếu không thì nó lại là nhân duyên cho NGÃ MẠN.

## HẠNH PHÚC CÓ THẬT HAY KHÔNG

Trong đời sống thường ngày của Nhân loại, ai ai cũng **CẢM NHẬN** được Hạnh phúc. Hạnh phúc là Thực Tại, là có thật nhưng hiểu biết Hạnh phúc là cái gì, tính chất của nó ra sao thì hiểu biết của mỗi người lại khác nhau. Tuy vậy hiểu biết về Hạnh phúc của đa phần Nhân loại là sai lạc, không đúng như thật và Đức Phật đã xếp các hiểu biết đó thành hai cực đoan: **CHẤP CÓ** và **CHẤP KHÔNG**.

1 - **CHẤP CÓ**: Là hiểu biết cho rằng Hạnh phúc thuộc về thế giới vật chất ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp, Thường hằng, Thường trú trong thế giới ngoại cảnh, là của thế giới ngoại cảnh. Vì vậy, Hạnh phúc **SẴN CÓ**, **THƯỜNG XUYỀN CÓ** trong Sắc đẹp, Tiếng hay, Hương thơm, Vị ngon, Xúc chạm êm ái hay những điều kỳ diệu, mẫu nhiệm của thế giới. Hạnh phúc sẵn có, thường xuyên có trong tiền bạc, giàu sang, sắc đẹp, sức mạnh, thành đạt, nổi tiếng, có trong bốn pháp chúc mừng là sống lâu, sắc đẹp, an vui, sức mạnh... Khi đang cảm nhận Hạnh phúc thì lúc đó Khổ đau không có và do kinh nghiệm thiện cận như vậy mà phát sinh hiểu biết: **CÓ HẠNH PHÚC THÌ SẼ CHẤM DỨT ĐAU KHỔ** và hiểu biết này được củng cố, được bồi đắp, được lưu giữ, được trao truyền. Chính hiểu biết **CHẤP CÓ** này sẽ chi phối đời sống nhân loại làm phát sinh: Tham ái và tìm cầu Hạnh phúc trong thế giới ngoại cảnh để chấm dứt Khổ. Nhân loại đang từng

giây, từng phút, từng ngày, từng tháng, từng năm nỗ lực cố gắng để có được quyền làm chủ, quyền sở hữu những hoàn cảnh tốt đẹp vì có như vậy mới làm chủ, mới sở hữu được Hạnh phúc, vì Hạnh phúc sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú trong hoàn cảnh và CỬA hoàn cảnh tốt đẹp. CHẤP CÓ là cho rằng Thực Tại được thấy, được nghe, được cảm nhận là Thế giới vật chất (ngoại cảnh) Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp chứ không phải chấp Thế giới có thật ngược với cực đoan thứ hai chấp Thế giới không có thực.

2 - CHẤP KHÔNG: Là tư tưởng cho rằng Hạnh phúc không có thực, là huyền ảo, do Tâm tạo ra. Đây là tư tưởng Duy Tâm, là cách nói với ngôn từ khác của tư tưởng Thượng Đế Toàn Năng sinh ra muôn vật, muôn loài trong đó có Hạnh phúc và Khổ đau. CHẤP KHÔNG là tư tưởng của các tôn giáo, đã giáo dục, nhồi sọ các tín đồ. Tuy các tư tưởng CHẤP KHÔNG, chấp các pháp không có thực, chỉ do Tâm tạo, được giáo dục nhồi sọ, nhưng vì không thể kinh nghiệm, không thể chứng ngộ được bằng thực tiễn mà chỉ là tư duy lý luận suông nên khi các tín đồ của tôn giáo CHẤP KHÔNG đối mặt với Thực Tại, tư tưởng CHẤP CÓ lại có mặt, chi phối nên vẫn cho rằng Thực Tại là Thế giới Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp, vì thế vẫn Tham ái, tìm cầu Hạnh phúc trong Thế giới ngoại cảnh. Và vì vậy tuy CHẤP KHÔNG tuyên bố Thế giới là không có thật, Hạnh phúc không có thật, nhưng vẫn cứ Tham, cứ Sân, cứ Si với cái thế giới không thật đó, vẫn tham ái Hạnh phúc không có thật đó.

3 - SỰ THẬT VỀ HẠNH PHÚC: Hạnh phúc là Cảm Giác dễ chịu, thuật ngữ Phật học gọi là Lạc Thọ, thuộc Phạm trù Tâm, nhưng không phải do Tâm tạo, mà do Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh ra. Nó là pháp Duyên khởi, nên nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu (Vô ngã). Khi kẻ Phàm phu đối diện một đối tượng dễ chịu mà thực chất là một Lạc thọ, Tham ái khởi lên và "lượng thông tin tham ái" này phát sinh nơi tế bào thần kinh não bộ sẽ được truyền dẫn đến các tế bào nội tạng như tim, gan, thận, phổi, dạ dày, ruột... Tại nơi các tế bào nội tạng "tương hợp" sẽ có sự tương tác với lượng thông tin này và phát sinh NỘI XÚC, do Nội xúc này mà hàng loạt Cảm giác dễ chịu "thứ cấp" phát sinh và họ cảm nhận cảm giác lâng lâng Hạnh phúc. Đây là sự thật và cũng là điều Đức Phật Thích Ca Mâu Ni chứng ngộ và tuyên thuyết, đã được tuyên bố trong kinh Phạm Võng thuộc Trường Bộ Kinh: Nay các Tỷ kheo, Như Lai nhờ như thật tuệ tri sự sinh diệt của Thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không còn chấp thủ. Biết như thật Hạnh phúc là Cảm thọ (Cảm giác), thuộc phạm trù Tâm, thì cũng biết ngay liền nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu, biết ngay rằng Hạnh phúc không sẵn có, không thường hằng, không thường trú trong Thế giới vật chất, không phải CỬA Thế giới vật chất và như vậy chấm dứt được tư tưởng CHẤP CÓ, và cũng biết ngay rằng nó thực có, nên Thánh Phàm đều cảm nhận được, nó không phải do Tâm Tạo mà do Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh và như vậy chấm dứt được tư tưởng CHẤP KHÔNG.

(Tham khảo bài Chấp có chấp không và lý duyên khởi).

Biết như thật Hạnh phúc là Lạc thọ, nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu, có Vị ngọt, có sự Nguy hiểm (Tham ái Hạnh phúc thì sẽ nắm giữ, nên khi nó biến hoại, biến diệt, mất đi sâu bi khổ ưu não sẽ khởi lên) thì sẽ không Tham ái Hạnh phúc, đó gọi là sự Xuất ly Hạnh phúc. Do THẤY như vậy, BIẾT như vậy về Hạnh phúc mà đoạn tận tham ái Hạnh phúc, đoạn tận tìm cầu Hạnh phúc chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái. Đó là đoạn tận Nguyên nhân Khổ, đoạn tận Khổ.

Vì không Tuệ Tri Hạnh phúc là Cảm Giác, nó Vô thường, Vô ngã, có Vị ngọt, sự Nguy hiểm, sự Xuất ly, kẻ Phàm phu bị Vô Minh che đậy, HIỂU LẦM Hạnh phúc sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú trong Thế giới vật chất ngoại cảnh, HIỂU LẦM là có thể làm chủ, có thể sở hữu, có thể nắm giữ được Hạnh phúc và nhờ vậy Chấm dứt được Khổ. Chính HIỂU LẦM đó phát sinh KHÁT ÁI, tìm cầu Hạnh phúc chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái. Và đây chính là Nguyên nhân phát sinh Khổ. Khi đang cảm nhận Hạnh phúc, tức một Cảm giác dễ chịu thì không có Cảm giác khó chịu và Cảm giác trung tính nên không cảm nhận Đau khổ, nhưng vì Hạnh phúc là Cảm giác, nên nó diệt đi liền và lúc đó Cảm giác khó chịu hoặc Trung tính sẽ có mặt và Đau khổ xuất hiện. Lúc đó, lại phải tìm kiếm một Hạnh phúc khác để thay thế Đau khổ đang có mặt, và con người cứ miệt mài trong việc tìm kiếm

Hạnh phúc để chấm dứt Đau khổ, và cách làm như vậy, vĩnh viễn không bao giờ chấm dứt được khổ, mà thực chất là thay khổ này bằng một khổ khác mà thôi. Ví như khi ăn một thức ăn ngon thì cảm nhận Hạnh phúc nhưng cũng chính thức ăn ngon đó phải ăn liên tục nhiều ngày liền thì cảm nhận Đau khổ. THỨC ĂN ĐÓ KHÔNG DIỆT mà chính cái Cảm giác Hạnh phúc phát sinh khi lưỡi tiếp xúc thức ăn đã diệt đi và cũng chính sự tiếp xúc giữa thức ăn ngon và lưỡi đó bây giờ lại phát sinh Cảm giác Đau khổ và lúc đó lại phải tìm cầu một thức ăn ngon khác để thay thế vì "thức ăn ngon kia đã trở thành thức ăn dở". Tương tự như vậy, khi ở trên đỉnh cao của thành đạt, thành công lẫy lừng, chiến thắng oanh liệt, con người đạt được đỉnh cao Hạnh phúc nhưng vì nó là Cảm Giác nên khi nó qua đi, lại phải đối diện các Cảm Giác khó chịu và đặc biệt là Cảm Giác trung tính (buồn chán) các "ngôi sao" lại phải đi tìm các Cảm giác Hạnh phúc khác để thay thế. Đối với những con người đó, việc tìm kiếm một Cảm Giác Hạnh phúc tương đương hoặc vượt trội những Cảm giác Hạnh phúc đỉnh cao đã có là một điều không phải dễ dàng và vì vậy họ sẽ rơi vào trầm cảm hoặc sử dụng ma túy để có Cảm giác Hạnh phúc mãnh liệt hơn. Hãy quan sát sự thật đời sống hàng ngày để thấy được sự thật, Nhân loại đang đuổi bắt với mưu toan làm chủ, nắm giữ, sở hữu Hạnh phúc để thay thế VĨNH VIỄN Đau khổ, và đó chỉ là KHÁT VỌNG, là ẢO VỌNG của loài người chứ không bao giờ trở thành hiện thực vì Hạnh Phúc là Cảm Giác và nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở

hữu (Vô ngã) nghĩa là không bao giờ, không một ai nắm giữ, làm chủ, sở hữu được Cảm giác hạnh phúc, nó đến, nó đi tùy thuộc vào Nhân và Duyên. Nếu BIẾT được như vậy thì sẽ bình thản với mọi ĐẾN, ĐI của cả Hạnh phúc và Khổ đau và đó chính là CHẤM DỨT KHỔ.

## TỨ NHƯ Ý TÚC

NHƯ Ý TÚC là đầy đủ, viên mãn sự vừa ý, sự hài lòng, sự thoả mãn không cần thêm một cái gì nữa. Đức Phật dạy có bốn yếu tố cần phải học tập và thực hành để đạt được NHƯ Ý TÚC. Đó là Dục như ý túc, Tinh tấn như ý túc, Định như ý túc và Tuệ như ý túc.

1- Thế nào là DỤC NHƯ Ý TÚC: Dục là từ Hán Việt có nhiều nghĩa theo các ngữ cảnh khác nhau nhưng chữ Dục trong ngữ cảnh này là Thích và Muốn nghĩa là thích đối tượng dễ chịu thì sẽ muốn có được nó, trong kinh điển gọi là Tham dục, nôm na là ham muốn. Dục phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu. Phàm phu có đủ thứ Dục về vật chất và tinh thần nhưng đều cùng một mục đích duy nhất là muốn Chấm dứt Khổ. Một kẻ Phàm phu khi được nghe giảng về Tứ Thánh Đế hiểu rõ được vấn đề nên phát sinh niềm tin, niềm tin phát sinh như vậy gọi là Chánh Tín và do Chánh Tín mà phát sinh một ham muốn mãnh liệt: Tu tập Bát Chánh Đạo. Ham muốn mãnh liệt này sẽ đưa đến tu tập Bát Chánh Đạo để Chấm dứt Khổ

vì vậy đây là Dục có thể thay thế cho mọi Dục khác của thế gian, chỉ cần một Dục duy nhất này là đủ làm hài lòng, thoả mãn người trí, nên gọi là DỤC NHƯ Ý TÚC. Nếu một kẻ Phàm phu mà phát sinh được Dục như ý túc thì sẽ dẹp trừ được những ham muốn khác, mới có thể NHẤT HƯỚNG tu tập Bát Chánh Đạo. Nếu không có ham muốn tu tập Bát Chánh Đạo để thoát khổ theo Chánh Tín này thì không có tu tập Bát Chánh Đạo, nếu ham muốn này chưa trở thành Dục như ý túc thì cũng đang giao động, chưa nhất hướng tu tập Bát Chánh Đạo. DỤC NHƯ Ý TÚC vẫn thuộc Phàm phu nên nó thuộc Bát Chánh Đạo hiệp thế (thế gian) do VĂN và TƯ mà có. Dục như ý túc là chuẩn bị, là nhân duyên để khởi lên Bát Chánh Đạo siêu thế và khi Bát Chánh Đạo siêu thế đã khởi lên thì không còn DỤC kể cả DỤC NHƯ Ý TÚC. Có ngoại đạo cho rằng, đây là dùng Dục trị Dục, dùng một Dục này để thay thế một Dục khác thì vẫn tồn tại Dục. Ngài A Nan đã trả lời: nếu ông muốn đến một khu vườn thì ông phải có Ý Muốn đến (Dục) khu vườn rồi khởi lên tinh tấn để đến khu vườn đó nhưng khi đã đến khu vườn thì Muốn đến và tinh tấn cũng không còn nữa. Cũng y như vậy, phải có Dục như ý túc, tham muốn tu tập Bát Chánh Đạo thì mới đi đến tu tập và khi đã tu tập, Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên, lúc đó Dục như ý túc không còn nữa.

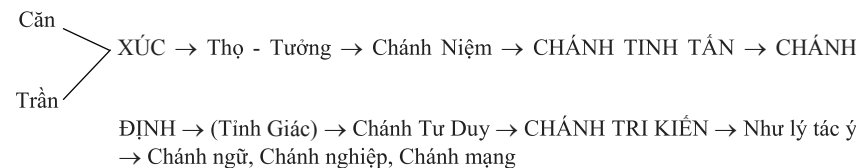
2 - Thế nào là TINH TẤN NHƯ Ý TÚC: Là tinh tấn làm hài lòng, thoả mãn, đầy đủ không cần đến một tinh tấn nào khác. Tinh Tấn như ý túc có bốn tính chất: Một là



ngăn ngừa các ác pháp chưa sanh, Hai là đoạn trừ các ác pháp đã sanh, Ba là khởi lên các thiện pháp chưa khởi, Bốn là viên mãn các thiện pháp đã khởi. Tinh tấn như ý tức có hai loại: Một thuộc Bát Chánh Đạo hiệp thể và Một thuộc Bát Chánh Đạo siêu thể.

- Tinh tấn như ý tức thuộc Bát Chánh Đạo hiệp thể: Phàm phu khi có VẤN và TỬ đã phát sinh DỤC NHƯ Ý TỨC và do Dục như ý tức làm nhân mà sẽ phát sinh nỗ lực cố gắng tu tập Bát Chánh Đạo siêu thể. Có cố gắng nỗ lực để tu tập Bát Chánh Đạo thì Bát Chánh Đạo siêu thể mới khởi lên. Tinh Tấn này có thể thay thế mọi tinh tấn khác trong đời, chỉ cần một tinh tấn này là đủ để đưa con người tới mục đích tối hậu là Chấm dứt Khổ, nên tinh tấn đưa đến tu tập Bát Chánh Đạo gọi là TINH TẤN NHƯ Ý TỨC. Tinh tấn này làm khởi lên Bát Chánh Đạo siêu thể và nhiếp phục, không cho khởi lên Bát Tà Đạo và khi Bát Tà Đạo được nhiếp phục thì các ác, bất thiện pháp đã sanh được trừ diệt, các ác bất thiện pháp chưa sanh được ngăn ngừa không sinh khởi.

- Tinh tấn như ý tức thuộc Bát Chánh Đạo siêu thể: Là chi phần Chánh Tinh Tấn thuộc Bát Chánh Đạo siêu thể, đứng ngay sau Chánh Niệm và do Chánh Niệm làm nhân mà phát sinh.



Chánh Tinh Tấn này là TINH TẤN NHƯ Ý TỨC, nó làm khởi lên các thiện pháp chưa sanh, làm viên mãn các thiện pháp đã sanh khởi

Tinh tấn như ý tức là tinh tấn không thụ động, cho dù thuộc Bát Chánh Đạo hiệp thể hay siêu thể đều xoá bỏ được trạng thái lơ đãng, uể oải, hôn trầm, thụ động. Người có Tinh tấn như ý tức cho dù hiệp thể hay siêu thể thì bắt đầu từ lúc thức dậy đã tràn đầy phấn chấn. TINH TẤN NHƯ Ý TỨC cũng chính là TỬ CHÁNH CẦN.

3 - Thế nào là ĐỊNH NHƯ Ý TỨC: Là chi phần Chánh Định trong Bát Chánh Đạo siêu thể. Đó là sự CHÚ TÂM liên tục từ Cảm thọ này sang Cảm thọ khác cho dù là Lạc thọ, Khổ thọ hay Bất khổ bất lạc thọ theo thứ tự sinh diệt của chúng. Sự chú tâm liên tục, khít khao sẽ phát sinh các trạng thái định: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền và Tứ thiền. Các trạng thái định Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền được tu tập, được làm cho viên mãn, khiến có thể tùy theo ý muốn có thể trú bất cứ thiền nào, trong thời gian lâu bao lâu tùy ý thì định đó là ĐỊNH NHƯ Ý TỨC. Có Định này thì hoàn toàn hài lòng, thoả mãn không cần một loại Định nào khác nữa, nó sẽ đưa đến Tâm Giải Thoát, Tuệ Giải Thoát.



4 - Thế nào là TUỆ NHƯ Ý TÚC: Là Ý thức CHÁNH TRI KIẾN trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế. Đó chính là hiểu biết như thật hay Tuệ tri Lý Duyên Khởi, Tuệ tri Vô thường, Vô chủ (Vô ngã), Tuệ tri Vị ngọt, Sự nguy hiểm, Sự xuất ly, Tuệ tri Khổ Tập Diệt Đạo. Trí tuệ này được tu tập được làm cho viên mãn đưa đến xoá bỏ Vô Minh, đưa đến Giác Ngộ Tứ Thánh Đế, đoạn tận sinh già bệnh chết, đoạn tận khổ. Khi đã viên mãn trí tuệ này thì đó mới là TUỆ NHƯ Ý TÚC, lúc đó là vị VÔ HỌC, không cần bất kỳ một Tuệ nào khác nữa, chấm dứt việc học, không còn như thế gian là: Học, Học nữa, Học mãi.

KẾT LUẬN: Tứ Như Ý Túc thuộc về cả Bát Chánh Đạo hiệp thế và siêu thế. Trong đó Dục Như Ý Túc và Tinh Tấn Như ý Túc thuộc Bát Chánh Đạo hiệp thế do VĂN và TƯ khởi lên, là BUỒC CHUẨN BỊ, là tạo nhân duyên cho Bát chánh Đạo siêu thế khởi lên. Còn Tinh Tấn Như Ý Túc, Định Như Ý Túc, Tuệ Như Ý Túc thuộc Bát Chánh Đạo siêu thế do TU mà khởi lên. Có những chỗ gọi tắt Tứ như ý túc là DỤC CẦN TÂM THẨM theo tiếng Tàu.

## NGŨ CĂN - NGŨ LỰC

A- NGŨ CĂN: Là năm yếu tố căn bản, năm yếu tố cốt lõi của sự tu học Phật Pháp. Đó là TÍN - TẮN - NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Sự tu học Phật pháp có rất nhiều việc phải làm, nhưng tất cả mọi việc đó đều nhằm phát triển năm yếu tố căn bản này. Năm yếu tố căn bản này phát sinh và được làm cho viên mãn theo trình tự duyên khởi: Tín - Tấn - Niệm - Định - Tuệ, sẽ đi đến thành tựu Giác Ngộ và Giải Thoát, nếu thiếu đi dù một trong năm yếu tố căn bản này thì sẽ không thành tựu Giác Ngộ và Giải Thoát.

1- TÍN CĂN: Yếu tố căn bản đầu tiên của sự tu học cần phải đạt được và phát triển viên mãn là Tín. Đó là đức tin phát sinh khi được nghe giảng (VĂN) và tư duy (TƯ) về Tứ Thánh Đế. Do VĂN và TƯ mà có được HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT về Duyên khởi, về Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu (Vô ngã), về lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu có KHỔ và NGUYÊN NHÂN KHỔ, về lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh có KHỔ DIỆT và CON ĐƯỜNG KHỔ

DIỆT. Do có hiểu biết như thật do VĂN và TƯ như vậy mà không còn mơ hồ trừu tượng, không còn nghi ngờ do dự, không còn phân vân lưỡng lự về KHỔ DIỆT và CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT nên phát sinh đức tin và đức tin phát sinh như vậy gọi là Chánh Tín, là một yếu tố căn bản, đứng thứ nhất trong ngũ căn. Đây chính là TÍN CĂN.

2 - TẤN CĂN: Là yếu tố căn bản thứ hai của sự tu học. Do có TÍN và tùy theo mức độ của TÍN mà nỗ lực cố gắng tu tập Bát Chánh Đạo sẽ phát sinh. Nỗ lực cố gắng để thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên do duyên TÍN như vậy gọi là TẤN. Hai yếu tố căn bản đầu tiên là TÍN và TẤN do VĂN và TƯ khởi lên, nên nó thuộc Bát Chánh Đạo hiệp thế, là bước CHUẨN BỊ, tạo nhân duyên cho Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên.

3 - NIỆM CĂN: Là yếu tố căn bản thứ ba, nói đủ là Chánh Niệm là yếu tố đầu tiên của lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế. Có con đường hai ngã mà Niệm là người đánh xe. Tại chỗ rẽ này, nếu Tà Niệm khởi lên thì cỗ xe sẽ đi trên con đường Bát Tà Đạo, con đường thế gian, con đường nô lệ Vô minh và Tham ái. Nếu tại chỗ rẽ, Chánh Niệm khởi lên, cỗ xe sẽ đi trên con đường Bát Chánh Đạo, con đường xuất thế gian, con đường của giác ngộ và giải thoát. Sự thực hành mà Đức Phật dạy được tóm gọn trong câu: "Ngồi kiết già lưng thẳng an trú Chánh Niệm trước mặt". Khi thấy, nghe, cảm nhận đối tượng rồi, nếu Tà Niệm khởi lên thì Bát Tà Đạo khởi lên và trên đó sẽ có Vô minh, Tham Sân Si,

Sầu bi khổ ưu não. Khi thấy, nghe, cảm nhận đối tượng rồi, nếu Chánh Niệm khởi lên thì Bát Chánh Đạo khởi lên và trên đó không có Vô minh, không có Tham Sân Si, không có Sầu bi khổ ưu não. Chính vì điều này CHÁNH NIỆM là yếu tố căn bản của sự thực hành Bát Chánh Đạo siêu thế. CHÁNH NIỆM gồm có bốn:

- Nhớ Đến chú tâm quán sát thân nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

- Nhớ Đến chú tâm quán sát thọ nơi thọ với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

- Nhớ Đến chú tâm quán sát tâm nơi tâm với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

- Nhớ Đến chú tâm quán sát pháp nơi pháp với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác

4 - ĐỊNH CĂN: Là yếu tố căn bản thứ tư của sự tu học. Trên Bát Chánh Đạo siêu thế khi có Chánh Niệm (nhớ đến chú tâm đối tượng) thì Chánh Tinh Tấn khởi lên và làm phát sinh hành vi CHÚ TÂM liên tục từ đối tượng này sang đối tượng khác theo trình tự sinh diệt của các đối tượng. Sự CHÚ TÂM liên tục như vậy đưa đến những trạng thái ĐỊNH và được gọi là CHÁNH ĐỊNH bao gồm:

- Sơ thiền: Ly dục, ly bất thiện pháp chúng và trú Sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh với (chú tâm có) tầm, với tứ

- Nhị thiền: Diệt (chú tâm có) tầm diệt tứ chúng và

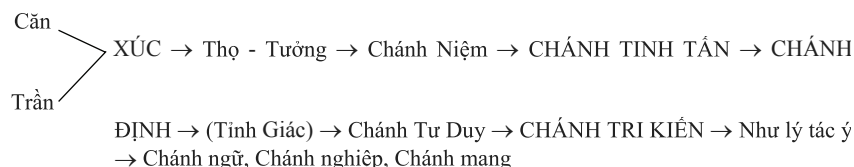
trú nhị thiền một trạng thái hỷ lạc do định sanh, (chú tâm) không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm.

- Tam thiền: Ly hỷ trú xả, thân cảm lạc thọ mà bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú thiền thứ ba.

- Tứ thiền: Xả lạc, xả khổ, diệt trừ hỷ ưu, chứng và trú thiền thứ tư không khổ, không lạc, tâm thanh tịnh nhờ xả.

CHÁNH ĐỊNH trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo không những có năng lực làm lộ trình tâm dừng lại (CHỈ) cái biết trực tiếp giác quan Vô niệm, Vô ngôn, Vô phân biệt gọi là TỈNH GIÁC, kinh nghiệm được Tâm Giải Thoát hay Không Giải Thoát mà khi Niệm Tâm, Niệm Pháp nó sẽ là nhân làm phát sanh Chánh Tư Duy và do Chánh Tư Duy mà phát sinh CHÁNH TRI KIẾN là TRÍ TUỆ đưa đến Tuệ Giải Thoát hay Vô Tướng Giải Thoát. Chính vì những lý do này mà ĐỊNH là một trong năm yếu tố căn bản của sự tu học.

5 - TUỆ CĂN: Là yếu tố căn bản thứ năm của sự tu học. Tuệ chính là Chánh Tri Kiến phát sinh trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế có trực chính là Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Tri Kiến mà gọi tắt là NIỆM - ĐỊNH - TUỆ.



Chính TUỆ này đưa đến giác ngộ Tứ Thánh Đế: Giác ngộ SỰ THẬT KHỔ, Giác ngộ SỰ THẬT NGUYÊN NHÂN KHỔ, Giác ngộ SỰ THẬT KHỔ DIỆT, Giác ngộ SỰ THẬT CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT. Chính vì lý do này mà TUỆ là một trong năm yếu tố căn bản của sự tu học giác ngộ.

NGŨ CĂN hay NĂM CĂN là năm yếu tố căn bản của sự tu học, nó phát sinh và hoàn thiện theo quy luật duyên khởi, do "cái này" có nên "cái kia" có, do "cái này" sinh nên "cái kia" sinh trong đó TÍN và TẤN thuộc Bát Chánh Đạo HIỆP THỂ, còn NIỆM - ĐỊNH - TUỆ thuộc Bát Chánh Đạo SIÊU THỂ. Đây là một trong nhiều cách cách thuyết minh về lộ trình VĂN - TƯ - TU.

B - NGŨ LỰC: Là năm sức mạnh của NGŨ CĂN Tín Tấn Niệm Định Tuệ. Khi năm yếu tố căn bản của sự tu học đã tuần tự khởi lên và được phát triển đi đến viên mãn thì mỗi một yếu tố sẽ có một sức mạnh giúp cho người tu vượt qua mọi khó khăn, khắc nghiệt, gian nguy của tu học và cuộc đời. Nhờ có Tín Căn và Tấn Căn mà sẽ có TÍN LỰC và TẤN LỰC giúp cho người tu có sức mạnh, thoát ra khỏi mọi nghi ngờ, do dự, thoát ra khỏi những cảm dỗ của Dục lạc, vượt qua những giá trị mà thế gian ca ngợi để NHẤT HƯỚNG tu tập Bát Chánh Đạo. Nhờ TÍN LỰC và TẤN LỰC mà vượt qua các giới cấm như sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu và sử dụng các chất say, vượt qua được mọi sự ràng buộc của việc mưu sinh, sắp xếp được thời gian và không gian thực hành Bát Chánh Đạo,

vượt qua được mọi dụ dỗ, mua chuộc của Tà giáo, vượt qua những thăng trầm của đời sống thường ngày. Do Niệm Căn mà sẽ có NIỆM LỰC, là sức mạnh đánh tan mọi Tà Niệm, đưa đến an trú Ly dục, ly bất thiện pháp. Niệm Lực đưa đến trạng thái Nhất tâm, làm viên mãn Định Căn và chính Niệm Lực khi thực hành Niệm Tâm và Niệm Pháp làm cho phát triển và viên mãn Tuệ Căn. Do có Định Căn mà sẽ có ĐỊNH LỰC, một sức mạnh giúp hành giả thoát ra khỏi sự chi phối, ràng buộc, kiềm toả của Dục Lạc thế gian, là phàm phu lạc, ô uế lạc, bất tịnh lạc, vui ít khổ nhiều, náo nhãng mà nguy hiểm càng nhiều hơn, và do nhờ Định Căn mà an trú hỷ lạc nội tâm của các bậc thiền, loại Lạc của bậc Thánh là Thánh lạc, Chánh giác lạc, an tịnh lạc. Do có Tuệ Căn mà sẽ có TUỆ LỰC, là sức mạnh chấm dứt Vô minh, là sức mạnh như một cột trụ đá cắm sâu vào lòng đất, không lay động giữa tám pháp thế gian, kham nhẫn được mọi hoàn cảnh khó khăn khắc nghiệt, bình thản trước mọi hiểu lầm, mạ lỵ. Tuệ Lực sẽ cắt đứt mọi quan tâm đến những hiểu biết không liên quan tới Tứ Thánh Đế, người tu sẽ không còn quan tâm thế giới là như thế nào, là Cửu sơn bát hải với trục là núi Tu Di ở giữa hay thế giới phát sinh từ vụ nổ lớn BinBang, không còn quan tâm tới cõi trời, cõi địa ngục có hay không, quá khứ của ta như thế nào, tương lai sẽ ra sao, mà Tuệ Lực sẽ hướng vào nội tâm tu tập với hiểu biết không gì lay chuyển được: còn Tham Sân Si là còn Khổ, đoạn tận Tham Sân Si là đoạn tận Khổ, ngoài sự tu tập này ra không có gì phải liên quan.

C - KẾT LUẬN: Đức Phật đã giảng dạy NĂM CĂN và NĂM LỰC là năm yếu tố căn bản, năm yếu tố cốt lõi của sự tu học, từ khi bắt đầu cho đến khi kết thúc, trở thành vị Vô học. Đây là lộ trình tu học từ một kẻ Phàm phu cho đến khi thành tựu quả Ala hán gồm cả Bát Chánh Đạo hiệp thế và Bát Chánh Đạo siêu thế. Phải thành tựu cả năm yếu tố căn bản, cốt lõi này mới thành tựu giải thoát, thiếu đi dù một trong Năm Căn thì không thể thành tựu giải thoát. Năm Căn và Năm Lực được phát triển tuần tự theo lộ trình, do cái này làm duyên cho cái kia sinh khởi: Tín - Tấn - Niệm - Định - Tuệ, cho nên không được hiểu nhầm Niệm là yếu tố để cân bằng giữa Tín và Tấn, cân bằng giữa Định và Tuệ. Đức Phật chỉ có dạy NĂM YẾU TỐ CĂN BẢN là TÍN - TẤN - NIỆM - ĐỊNH - TUỆ của sự tu học, còn GIỚI không được xem là yếu tố căn bản, không có lộ trình TÍN - TẤN - GIỚI - ĐỊNH - TUỆ. Trong 37 chi phần thuộc Đạo Đế không có chi phần tu tập Giới riêng biệt. Chính vì vậy, trong hai mươi năm đầu của sự giảng dạy, Đức Phật không chế định một giới điều nào. Vì sao vậy? Như đã phân tích trên, người tu đang là một kẻ phàm phu trước tiên phải phát sinh và phát triển hai yếu tố căn bản đầu tiên là TÍN và TẤN và khi có được TÍN CĂN và TẤN CĂN thì sẽ có TÍN LỰC và TẤN LỰC giúp người đó tránh xa sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu. Vì vậy, đối với những người trí như vậy không còn phải đặt vấn đề giữ giới ra nữa, GIỚI đã trong sạch khi TÍN và TẤN đã phát sinh và phát triển. Lúc đó Bát Chánh Đạo siêu thế với NIỆM - ĐỊNH - TUỆ

sẽ khởi lên. Hai mươi năm sau của lịch sử Tăng đoàn, rất nhiều người không phải là người trí đã xuất gia, đối với họ hai yếu tố căn bản đầu tiên là TÍN và TẤN không có mặt, nên nhiều tệ nạn đã xảy ra và Đức Phật đã chế định các điều giới để ngăn chặn. Đối với hạng người như vậy, không phải là người trí, phải dùng GIỚI LUẬT làm phương tiện để phát sinh và phát triển TÍN CĂN và TẤN CĂN và chỉ khi có hai yếu tố căn bản đầu tiên này có mặt, họ mới có thể tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế với NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Như vậy GIỚI là một trong những yếu tố giúp phát sinh TÍN CĂN và TẤN CĂN chứ không phải là nhân sanh Định, còn nhân sanh Chánh Định là Chánh Niệm và Chánh Tinh tấn. Có nhiều người sẽ nói rằng, có tin tưởng tuyệt đối ở Phật, có tinh tấn ngất trời mới xuất gia được, những người xuất gia như vậy phải có đầy đủ TÍN CĂN và TẤN CĂN và như vậy họ không cần giữ giới phải không. Hãy thận trọng suy xét cho kỹ càng, TÍN CĂN và TẤN CĂN chỉ phát sinh khi có HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT về TỨ THÁNH ĐẾ do VĂN và TU, còn Tin tưởng tuyệt đối ở Phật đến cả hy sinh thân mạng đi chẳng nữa nhưng không hiểu biết đúng như thật về Tứ Thánh Đế thì chỉ là MÊ TÍN và Tinh tấn có ngất trời chẳng nữa cũng do MÊ TÍN mà phát sinh. Nếu có tin tưởng tuyệt đối, tinh tấn ngất trời như vậy do Mê Tín thì tâm vẫn là rác bần, không bao giờ có giới trong sạch như một người có TÍN CĂN, TẤN CĂN đúng nghĩa. Hạng người xuất gia như vậy không có hiểu biết đúng, không thể tự giác tu hành nên phải dùng Giới Luật ngăn chặn, điều

phục họ và nếu họ chịu tuân thủ Giới Luật thì họ mới có cơ hội phát triển hai yếu tố căn bản đầu tiên của việc tu học Phật pháp là Tín Căn và Tấn Căn. Và chỉ khi có Tín Căn và Tấn Căn thì Niệm Căn, Định Căn, Tuệ Căn của Bát Chánh Đạo siêu thế mới sinh khởi và phát triển.

## THẤT GIÁC CHI HAY BẢY YẾU TỐ GIÁC NGỘ

Bảy yếu tố đưa đến Giác Ngộ và Giải Thoát được phát sinh và đi đến viên mãn trong khi tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế. Đó là Niệm giác chi, Trách Pháp giác chi, Tinh Tấn giác chi, Hỷ giác chi, Khinh An giác chi, Định giác chi, Xả giác chi.

1 - NIỆM GIÁC CHI: Là yếu tố đầu tiên cần phải khởi lên và tu tập viên mãn mới đưa đến giác ngộ và đó chính là CHÁNH NIỆM trên lộ trình tâm Bát Chánh đạo siêu thế. Chánh Niệm là yếu tố đầu tiên cần phải tu tập cho viên mãn vì khi Chánh Niệm khởi lên thì toàn bộ Bát Chánh Đạo sẽ tự động khởi lên theo định luật Duyên Khởi. Chính vì điều này mà Đức Phật luôn nhắc nhở trong các bản kinh: "ngồi kiết già lưng thẳng an trú Chánh Niệm trước mặt", và các bản kinh hướng dẫn thực hành là NIỆM, như Kinh Niệm Xứ, Kinh Niệm hơi thở vô, hơi thở ra, Kinh Thân hành Niệm. Chánh Niệm cần phải thực hành có bốn: Niệm Thân là nhớ đến chú tâm quán sát các cảm giác nơi thân. Niệm Thọ là nhớ đến chú tâm quán sát thọ nơi thọ. Niệm



Tâm là nhớ đến chú tâm quán sát tâm nơi tâm. Niệm Pháp là nhớ đến chú tâm quán sát pháp nơi pháp. Tu tập Chánh Niệm là tạo lập, rèn luyện một thói quen mới mẻ để thay thế, xoá bỏ, đoạn diệt một thói quen cũ đã ăn sâu từ vô thủy, đó là thói quen Tà Niệm. Chánh Niệm được tu tập được làm cho viên mãn tức NIỆM GIÁC CHI được tu tập được làm cho viên mãn khiến cho Bát Chánh Đạo siêu thế được tu tập, được làm cho viên mãn, khiến cho Tâm Giải Thoát, Tuệ Giải Thoát phát sinh và đi đến viên mãn.

2 - TRẠCH PHÁP GIÁC CHI: Khi Niệm giác chi khởi lên và được tu tập đi đến viên mãn thì toàn bộ các chi phần của Bát Chánh Đạo, trong đó có CHÁNH TRI KIẾN cũng được tu tập và đi đến viên mãn. Trí tuệ hay hiểu biết đúng như thật về Duyên Khởi, về Vô Thường, Vô Ngã, về Khổ Tập Diệt Đạo được trực tiếp kinh nghiệm, được trực tiếp sống, được trực tiếp bổ sung và hoàn thiện trong những tình huống khác nhau sống động của cuộc sống. Trí tuệ hay hiểu biết như thật về Tứ Thánh Đế không phải do Nghe và Tư Duy mà do tu tập Bát Chánh Đạo siêu thế được TRỰC TIẾP kiểm nghiệm, bổ sung, hoàn thiện sẽ đưa đến giác ngộ Tứ Thánh Đế gọi là TRẠCH PHÁP GIÁC CHI. Như vậy Niệm giác chi được tu tập đi đến viên mãn khiến cho Trạch pháp giác chi được tu tập và đi đến viên mãn

3 - TINH TẤN GIÁC CHI: Khi Trạch pháp giác chi được tu tập đi đến viên mãn thì hiểu biết về Khổ, Nguyên nhân Khổ, Chấm dứt Khổ và Con đường chấm dứt Khổ

ngày càng rõ ràng minh bạch. Kinh nghiệm được Chấm dứt Khổ càng sâu sắc thì hiểu biết Bát Chánh Đạo là con đường duy nhất Chấm dứt Khổ, không còn một con đường thứ hai nào nữa trở nên sâu sắc. Do thấy như vậy, biết như vậy mà Tinh Tấn không thụ động khởi lên. Tinh Tấn này đưa đến tu tập Bát Chánh Đạo, còn khi Bát Chánh Đạo siêu thế khởi lên thì Tinh Tấn chú tâm quán sát các đối tượng. Tinh Tấn này chính là Tứ Chánh Cần, là Tinh Tấn Như Ý Túc và nó cũng là một yếu tố trong bảy yếu tố đưa đến giác ngộ, gọi là TINH TẤN GIÁC CHI.

4 - HỖ GIÁC CHI: Khi Tinh tấn giác chi đã sinh khởi và đi đến viên mãn thì Hoan hỷ trong sự tu tập Bát Chánh Đạo sẽ phát sinh. Sự hoan hỷ này sẽ gia tăng thời gian và mức độ tu tập, làm cho sự tu tập đi đến viên mãn, đi đến Giác ngộ và Giải thoát. Sự hoan hỷ này cũng là một yếu tố đưa đến giác ngộ, gọi là HỖ GIÁC CHI.

5 - KHINH AN GIÁC CHI: Khi Niệm giác chi, Trạch pháp giác chi, Tinh tấn giác chi, Hỷ giác chi khởi lên và đi đến viên mãn, hành giả an trú Bát Chánh Đạo siêu thế, an trú Khổ Diệt, một trạng thái vắng lặng Tham Sân Si, vắng lặng Khổ, vắng lặng cả Hạnh phúc lẫn Khổ đau. Do vắng lặng cả Hạnh phúc lẫn Khổ đau nên những Nội Xúc xảy ra nơi các cơ quan nội tạng làm phát sinh Cảm giác dễ chịu, lâng lâng hạnh phúc, Cảm giác khó chịu, nặng nề của khổ đau không còn nữa, vì vậy mà Thân được khinh an, Tâm cũng khinh an. Thân khinh an, Tâm khinh an này sẽ thúc

đầy, gia tăng sự tu tập Bát Chánh Đạo đi đến viên mãn nên đây là một trong bảy yếu tố đưa đến giác ngộ, gọi là KHINH AN GIÁC CHI.

6 - ĐỊNH GIÁC CHI: khi an trú Bát Chánh Đạo, Thân Tâm được khinh an, Tâm sẽ định tĩnh vì luôn luôn ở trong Định trong mọi tư thế, mọi lúc, mọi nơi hoặc với Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền hay Tứ thiền. Chánh Định này là một chi phần của Bát Chánh Đạo siêu thế, nếu tâm không có Chánh Định thì tâm ấy nhất quyết không phải là Bát Chánh Đạo vì vậy Chánh Định được xem là một trong bảy yếu tố đưa đến giác ngộ, gọi là ĐỊNH GIÁC CHI.

7 - XẢ GIÁC CHI: Khi an trú Bát Chánh Đạo với sự có mặt của Niệm giác chi, Trạch pháp giác chi, Tinh tấn giác chi, Hỷ giác chi, Khinh an giác chi và Định giác chi thì sẽ phát sinh một thái độ bình thản, không nắm giữ, không xua đuổi, không yêu thích, không chán ghét, độc lập, không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy với mọi đối tượng. Đây chính là XẢ GIÁC CHI yếu tố đưa đến giác ngộ thứ bảy.

KẾT LUẬN: Thất giác chi là bảy yếu tố đưa đến Giác Ngộ, là một cách thuyết minh về Bát Chánh Đạo siêu thế, con đường độc nhất đưa đến đoạn tận khổ đau. Trong Thất giác chi có bốn giác chi là các chi phần của Bát Chánh Đạo siêu thế gồm: NIỆM giác chi, TINH TẤN giác chi, ĐỊNH giác chi, TUỆ giác chi (Trạch pháp giác chi), còn HỖ giác chi, KHINH AN giác chi, XẢ giác chi là các yếu tố phát

sinh khi lộ trình tâm là Bát Chánh Đạo, là kết quả của Bát Chánh Đạo mà người tu chứng ngộ và an trú. Sở dĩ ở đây chỉ nói bốn chi phần mà không nói cả tám chi phần Bát Chánh Đạo vì khi nói đến yếu tố TRẠCH PHÁP GIÁC CHI tức nói đến Chánh Tri Kiến thì đã ngầm nói đến Chánh Tư Duy vì Chánh Tri Kiến phải do Chánh Tư Duy mà khởi lên, và Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng lại do Chánh Tri Kiến mà khởi lên. Thất giác chi là cách nói về Bát Chánh Đạo theo cách TƯƠNG TÁC ĐA CHIỀU của các yếu tố với mức độ Thô hoặc Tế khác nhau mà thôi.

## KIẾN TÁNH THÀNH PHẬT

Đây là thuật ngữ dùng trong Thiền tông Trung quốc. Chữ Tánh trong ngũ cảnh này là ngôn ngữ miền nam, còn miền bắc Việt nam gọi là Tính. Nội dung của từ này là để chỉ cho Tánh Chất hoặc Tính Chất của các pháp. Chữ Kiến là ngôn ngữ Hán đã được Việt hoá để chỉ cho hành vi Thấy và Biết. Từ KIẾN TÁNH phải được hiểu là Thấy Biết Như Thật, Thấy Biết đúng sự thật TÁNH CHẤT của các pháp mà Kinh Pháp Môn Căn Bản thuộc Kinh Trung Bộ gọi là Liễu Tri tất cả pháp. Một người nếu Liễu Tri tất cả pháp hay Thấy Biết đúng sự thật TÁNH CHẤT của tất cả pháp thì gọi là KIẾN TÁNH và người đó Thành Phật. Phật trong ngũ cảnh này được hiểu là có ba loại: Phật Chánh Đẳng Giác, Phật Độc Giác, Phật Thanh Văn Giác (ALahan)

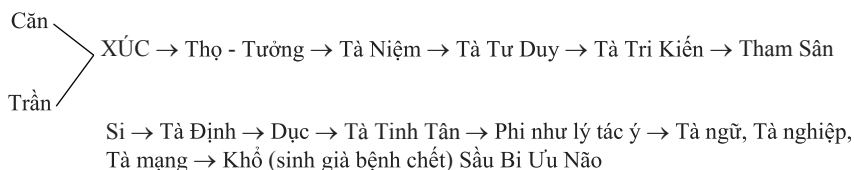
Đã là KIẾN TÁNH là tự mình Thấy, tự mình Biết đúng như thật Tánh Chất của các pháp như thấy quả xoài trong lòng bàn tay thì đương nhiên có thể mô tả, phân tích, diễn giải, hiển thị các TÁNH CHẤT đó một cách rõ ràng minh bạch, không mơ hồ trừu tượng, không suy diễn tưởng tượng. Quá trình KIẾN TÁNH đã được Đức Phật giảng dạy theo lộ trình VĂN - TU - TU với nhiều phương cách khác nhau và rất rõ ràng minh bạch, không có một chi tiết nào thách đố chúng sanh. Còn quan niệm về Kiến Tánh của Thiền Tông Trung Hoa, cũng như hiểu biết về Kiến Tánh của đa số hiện tại là một cái gì đó rất cao quý, rất vi diệu, rất mầu nhiệm, không thể nói ra được, "không thể nghĩ bàn", nhưng cũng rất mơ hồ trừu tượng, khó mà "tưởng tượng" ra nổi. Và vì thế cái Tánh đó là cái gì, nó như thế nào thì không ai nói ra được, không ai mô tả được. Mỗi một ông thầy đều "tưởng tượng" ra Kiến Tánh theo kiểu của riêng mình và vì vậy có hàng ngàn công án khác nhau để thách đố đệ tử Kiến Tánh. Thực tế cách Kiến Tánh của Thiền Tông Trung Hoa đã phủ nhận Giáo Pháp của Đức Phật Thích Ca, không cần phải VĂN - TU - TU, không cần phải nghe giảng về Tứ Thánh Đế, không cần phải tư duy về Tứ Thánh Đế, không cần phải tu tập Bát Chánh Đạo, mà là "Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự, trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật".

Vậy KIẾN TÁNH đúng nghĩa là KIẾN những TÁNH CHẤT gì? Các TÁNH CHẤT đó sẽ được trình bày tuần tự như sau:

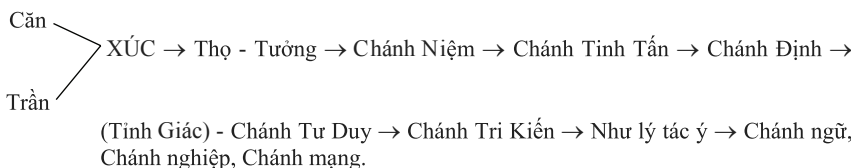
1 - KIẾN TÁNH DUYÊN KHỞI: Quán sát sự thật thì tất cả các pháp bao gồm Sắc pháp và Danh pháp hay nói theo cách thông thường là tất cả các sự vật hiện tượng Vật chất và Tinh thần đều phát sinh theo Nguyên Lý Duyên Khởi hay Nguyên Lý Nhân Quả: HAI NHÂN TIẾP XÚC NHAU RỒI CÙNG DIỆT MỖI PHÁT SINH CÁC QUẢ. Hay các pháp phát sinh theo lộ trình NHÂN DUYÊN QUẢ, có nghĩa Nhân bao gồm hai nhân tố hay hai yếu tố. Có hai nhân tố hay hai yếu tố nhưng chưa tiếp xúc thì chưa xảy ra kết quả, khi hai nhân tiếp xúc hay tương tác với nhau thì gọi là Duyên (duyên Xúc). Do duyên Xúc mà phát sinh Quả: Hai nhân cùng diệt và Quả sanh. Thí dụ về Sắc pháp: Một gói thuốc nhuộm đỏ và Một chậu nước trong là Hai Nhân. Khi gói thuốc nhuộm đỏ tiếp xúc hay tương tác với chậu nước trong (duyên Xúc) thì cả Hai Nhân đó cùng diệt đi và phát sinh Quả là Chậu thuốc nhuộm đỏ. Tất cả các Sắc pháp cũng đều phát sinh như vậy. Thí dụ về Danh pháp: Lưỡi và Viên muối là Hai Nhân nhưng chưa tiếp xúc thì chưa phát sinh Quả. Khi Lưỡi tiếp xúc Viên muối thì lập tức phát sinh Cảm giác mặn. Cảm giác mặn thuộc Phạm trù tâm và nó là Danh pháp. Nếu quán sát kỹ thì khi Cảm giác mặn sinh thì Viên muối diệt và bản thân Lưỡi cũ diệt, phát sinh Lưỡi mới (sinh diệt rất vi tế, tham khảo các bài khác để thấy rõ). Tất cả các Danh pháp khác cũng phát sinh như vậy. Ngoài Tánh Chất Duyên Khởi lên từng pháp phải quán sát để biết rõ diễn tiến của Duyên Khởi nối tiếp nhau, theo các lộ trình khác nhau và liên tục, không có

kết thúc. Thí dụ đối với Sắc pháp: Bao thóc giống tiếp xúc Ruộng đã làm đất, phát sinh Ruộng mạ. Tiếp đến Ruộng mà tiếp xúc Môi trường (nước, phân, ánh sáng...) phát sinh Ruộng lúa chín. Tiếp đến Ruộng lúa chín tiếp xúc Máy gặt, phát sinh Bao thóc... tiến trình như vậy sẽ diễn tiến mãi mãi, không có kết thúc theo quy luật Nhân Duyên Quả. Đối với Danh pháp phải quán sát để thấy rõ Duyên Khởi lên hai lộ trình tâm:

- Tánh Chất Duyên Khởi lộ trình tâm Bát Tà Đạo thuộc về Phàm phu:



- Tánh Chất Duyên Khởi lên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh:



2 - KIẾN TÁNH VÔ THƯỜNG: Nếu quan sát các pháp theo chiều THỜI GIAN, thì tất cả các Sắc pháp (Vật chất) và Danh pháp (Tâm) đều do DUYÊN XÚC mà khởi lên, cũng do DUYÊN XÚC mà diệt đi nên Tất Cả Các Pháp SINH LÊN RỒI DIỆT đi, không tồn tại mãi mãi, không thường hằng, trước khi có duyên Xúc nó chưa có, khi diệt đi nó không còn nữa nên không thường trú đâu cả. Tánh Chất Không thường hằng, Không thường trú của các pháp gọi là Tánh Chất Vô Thường. Kiến Tánh Vô Thường cũng có nghĩa là biết rõ tất cả các đối tượng đó sẽ đến rồi đi, không thể nào Nắm Giữ nó được, và nếu Tham ái các đối tượng đó thì sẽ muốn Nắm Giữ nó, muốn nó tồn tại mãi với mình nên khi nó mất đi, đương nhiên sầu bi khổ ưu não sẽ khởi lên. Người Kiến Tánh Vô Thường thì khi Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng, Kiến Tánh Vô Thường sẽ xuất hiện, biết rõ đối tượng đó vô thường, biết rõ sự nguy hiểm (nếu Tham ái đối tượng thì sầu bi khổ ưu não sẽ khởi lên). Do Biết như vậy về đối tượng mà Tham ái được đoạn tận. Kẻ Phàm phu không Kiến Tánh Vô Thường mà chấp thủ Thường kiến, hiểu lầm vị ngọt, hạnh phúc sẵn có, thường xuyên có, thường hằng, thường trú trong các Sắc pháp nên Tham ái đối tượng khởi lên, và Nắm giữ nó nên khi nó mất đi, Sầu bi khổ não khởi lên.

Vì không hiểu biết đúng như thật Tánh Duyên Khởi của các pháp, nên không biết như thật Tánh Vô Thường, bị tư tưởng tà kiến Thường Kiến chi phối, một số tông phái Phật giáo nhìn nhận Thế giới theo kiểu TĨNH TẠI, nên đã

suy diễn, thành lập ra quan điểm Nhị Đế. Nhị Đế quan niệm có Hai Thế giới thực tại tuyệt đối và tương đối. Thế giới thực tại tuyệt đối là thế giới bản thể không sinh không diệt, không hình không tướng, vô ngôn, vô niệm còn gọi là Chân Không và Thế giới thực tại tương đối có sinh có diệt, có hình có tướng, có ngôn ngữ chế định mà nhân loại đang sống chính là Sắc Thọ Tưởng Hành Thức. Thế giới thực tại Vô tướng tuyệt đối là nền tảng, là cơ sở mà từ đó Thế giới thực tại tương đối Có tướng được biểu hiện ra. Trong đó có Tâm Bản Thể tuyệt đối không sinh không diệt, không phân biệt là nền tảng, là cơ sở để Tâm Sinh Diệt, phân biệt biểu hiện ra. Chính vì vậy mà "Sắc chẳng khác Chân Không, Chân Không chẳng khác Sắc. Sắc chính là Chân Không, Chân Không chính là Sắc. Thọ Tưởng Hành Thức cũng đều như vậy". Những tư tưởng này không có gì mới lạ, nó là bản sao có sửa đổi của tư tưởng Cự Ước: Thượng Đế Toàn Năng là tuyệt đối không sinh không diệt, là nền tảng, là cơ sở để Thế giới loài người là tương đối, có sinh có diệt được biểu hiện ra hoặc nó là bản copy tư tưởng Đại Ngã, Đại Linh Hồn của kinh điển Vệ đà. Kinh Phạm Võng đã xếp quan điểm này vào một trong 62 tà kiến: Quan niệm Thế giới này một phần Thường trú luận (Thế giới bản thể tuyệt đối) và một phần Vô thường luận (Thế giới hiện tượng tương đối).

3 - KIẾN TÁNH VÔ NGÃ: Do Tánh Duyên Khởi các pháp nên nếu quán sát quan hệ giữa các pháp theo chiều KHÔNG GIAN thì sẽ thấy: Hai Nhân tiếp xúc nhau rồi Cùng Diệt Đi mà phát sinh Quả. Hai nhân này bình đẳng,

không có chính phụ vì vậy giữa chúng Không Có Quan Hệ Chủ Nhân, Không Có Quan Hệ Sở Hữu. Vì Vậy Các Pháp có tánh chất: VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU. Điều này cũng đồng nghĩa Không có một cái Ta, một Bản Ngã nào là chủ nhân, chủ sở hữu các pháp Sắc Thọ Tưởng Hành Thức. Kiến Tánh Vô Chủ, Vô Sở Hữu hay Vô Ngã là biết rõ đối tượng đó độc lập, không thể làm chủ, không thể điều khiển nên không thể nào có thể nắm giữ hoặc Xua đuổi nó. Người Kiến Tánh Vô Chủ, Vô Sở Hữu thì sau khi Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng Kiến Tánh Vô Chủ, Vô Sở Hữu khởi lên biết đối tượng đó vô chủ, vô sở hữu, không thể nắm giữ, không thể xua đuổi thì Thái độ BUÔNG XẢ phát sinh ngay. Lúc đó tư tưởng tà kiến: "Cái này là của Ta, là Ta, là Bản Ngã của Ta" cùng những hậu quả của nó được đoạn tận.

Vì Không Kiến Tánh Vô Chủ, Vô Sở Hữu hay Vô Ngã nên bị chi phối bởi hiểu biết sai lạc, tà kiến là các pháp lệ thuộc vào nhau, nương nhau mà tồn tại, quan hệ giữa các pháp là quan hệ chủ nhân, quan hệ SỞ HỮU nên nhân loại sống để thiết lập, khẳng định, củng cố Quyền Làm Chủ, Quyền Sở Hữu. Nhân loại đang sống để xác định quyền làm chủ bản thân, làm chủ gia đình, xã hội, làm chủ thiên nhiên, làm chủ ước mơ, tương lai, hạnh phúc, làm chủ, sở hữu cả biển rộng trời cao. Người tu hành thì làm chủ Nghiệp, làm chủ thân khẩu ý, Làm Chủ Sinh Già Bệnh Chết... Chính vì tư tưởng làm chủ, tư tưởng sở hữu trái với sự thật, đang chi phối đời sống nhân loại nên biết bao xung đột, đau khổ phát sinh.



Vì Không Kiến Tánh Vô Ngã nên một số trường phái định nghĩa các pháp Vô Ngã là Vô Tự Tánh với ý nghĩa các pháp không độc lập mà lệ thuộc lẫn nhau, tương tức, tương nhập, nương nhau mà tồn tại. Rõ ràng các pháp có Tự Tánh, đó là Tự Tánh Duyên Khởi, Tự Tánh Vô Thường, Tự Tánh Vô Ngã... chứ đâu vô tự tánh. Nếu bản tánh các pháp là Không Độc Lập nghĩa là Không Vô Chủ, Không Vô Sở Hữu, mà phụ thuộc lẫn nhau thì không thể có giải thoát, không thể có độc lập không ràng buộc, và Đức Phật không thể thoát ra khỏi sự lệ thuộc lẫn nhau giữa các pháp để mà giải thoát. Chính tư tưởng Tà Kiến chủ nhân, chủ sở hữu: "Cái này là của Ta, là Ta, là Bản Ngã của Ta" làm cho nhân loại bị lệ thuộc, bị ràng buộc, bị nô lệ chứ không phải bản tánh các pháp là lệ thuộc, là ràng buộc. Chấm dứt các tư tưởng Tà Kiến đó bằng Kiến Tánh Vô Ngã là Giải Thoát.

4 - KIẾN TÁNH THỰC TẠI CẢM THỌ: Kiến Tánh Duyên Khởi sẽ thấy biết như thật Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh Sáu Cảm Thọ và sáu Tưởng. Cụ thể Sáu Cảm Thọ gọi tắt là Sáu Thọ hay Sáu Cảm Giác bao gồm: Cảm giác hình ảnh, Cảm giác âm thanh, Cảm giác mùi, Cảm giác vị, Cảm giác xúc chạm, Cảm giác pháp trần. Sáu Tưởng bao gồm: Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức. Sáu Tưởng có phạm sự Nhận Biết Đối tượng là Sáu Thọ. Cụ thể Nhãn thức thấy Cảm giác hình ảnh, Nhĩ thức nghe Cảm giác âm thanh, Tỉ thức cảm nhận Cảm giác mùi, Thiệt thức Cảm nhận Cảm giác vị, Thân thức cảm nhận Cảm giác xúc chạm, Tưởng thức cảm nhận Cảm giác

pháp trần. Tiếp đến Ý thức khởi lên để biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao, thực chất là biết về Cảm Giác. Do Ý thức biết về đối tượng như thế nào mà phát sinh Thái Độ tương ứng, và cũng là Thái Độ đối với Cảm Giác. Do Thái Độ mà phát sinh Phản Ứng bằng Lời nói hay Hành động và Lời nói hay Hành động này là Phản Ứng đối với Cảm Giác. Do Lời nói, Hành động mà phát sinh Kết Quả Khổ hay Vui, cũng xuất phát từ Cảm Giác. Vậy THỰC TÁNH CỦA THỰC TẠI NÀY LÀ CẢM GIÁC hay CẢM THỌ. Tất cả các pháp được thấy, được nghe, được cảm nhận là Cảm Thọ, các pháp như to nhỏ, trước sau, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, nhà cửa xe cộ, đàn ông, đàn bà, mặt trăng mặt trời... đều là ngôn từ chỉ các Cảm thọ. Trong Thực Tại Cảm Thọ có VỊ NGỌT, có SỰ NGUY HIỂM, và có SỰ XUẤT LY. Khi đã Kiến Tánh Thực Tại Cảm Thọ thì cũng thấy ngay các đối tượng đều là Cảm thọ, nó Vô Thường, Vô Chủ, Vô Sở Hữu. Một người Kiến Tánh Thực Tại Là Cảm Thọ thì sau khi Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng, Kiến Tánh Thực Tại khởi lên, biết đối tượng là Cảm Thọ, nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu, nó có Vị ngọt, Sự nguy hiểm và Sự xuất ly thì an trú ngay Giải Thoát: không yêu thích, không chán ghét, độc lập không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy. Lúc đó tư tưởng Vô Minh, Tầm biết Cảnh, Tà Kiến Chấp Thường, Chấp Ngã gọi là Thường Kiến, Ngã Kiến được đoạn tận.

Vì Không Kiến Tánh Thực Tại Cảm Thọ, nhân loại này cho rằng: Nhãn thức thấy Sắc trần, Nhĩ thức nghe Thanh

trần, Tỉ thức ngửi Hương trần, Thiệt thức nếm Vị trần, Thân thức cảm nhận Xúc trần, Tưởng thức và Ý thức biết pháp trần và vì vậy Thực Tại này là Thế Giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp (Tâm biết Cảnh). Với hiểu biết sai lạc được ví như Thấy đối tượng vốn là sợi dây lại Biết nó là con rắn, là Vô Minh, Tà Kiến nhân loại gán cho Đức Phật giác ngộ về Thế giới vũ trụ vạn hữu, cho rằng Ngài biết vô lượng vô biên thế giới từ vô thủy đến vô chung. Nhưng Kinh Phạm Võng thuộc Kinh Trường Bộ đã khẳng định Đức Phật giác ngộ về Cảm Thọ chứ không phải giác ngộ về Thế giới. "Này các Tỷ kheo, Như Lai nhờ như thật tuệ tri sự sinh diệt của Thọ, vị ngọt, sự nguy hiểm và sự xuất ly của Thọ mà Như Lai được giải thoát hoàn toàn không còn chấp thủ". Kiến Tánh Thực Tại Cảm Thọ cũng đưa đến một hiểu biết sâu sắc rằng RÀNG BUỘC hay GIẢI THOÁT là đối với CẢM THỌ chứ không phải Ràng Buộc hay Giải Thoát đối với THẾ GIỚI SẮC PHÁP. Chính vì vậy Đức Phật không quan tâm, không trả lời về Thế Giới là như thế nào, hữu biên hay vô biên, thường còn hay vô thường... Ngài chỉ dạy đoạn tận Tham Sân Si với những đối tượng được Thấy, được Nghe, được Cảm Nhận, được Nhận Thức mà thực chất là các Cảm Thọ. Ngài không nói Thế giới là không có, không nói không có cõi trời hay không có địa ngục nhưng Ngài hoàn toàn không đề cập về Thế giới cõi trời hay địa ngục. Vì sao vậy? Vì Pháp mà Ngài thuyết giảng đưa đến đoạn tận Tham Sân Si để chấm dứt tái sinh, chấm dứt luân hồi sinh tử, chứ không phải để

tái sinh, không phải để tìm hiểu một chỗ tốt lành như cõi trời để tái sinh tốt đẹp, tránh bị tái sinh vào địa ngục xấu xa. Vì vậy nếu chú tâm vào thực hành Bát Chánh Đạo để đoạn tận Tham Sân Si thì tồn tại hay không tồn tại cõi trời hay địa ngục đều không có liên quan. Nhưng trong lịch sử phát triển của Đạo Phật trên đất Ấn Độ, nơi mà Tôn Giáo ngự trị, yếu tố Tôn Giáo đã thâm nhập vào Giáo Pháp và như cổ Hoà Thượng Minh Châu đã nhận xét: Thượng Tọa bộ tuy rất bảo thủ về Pháp và Luật nhưng cũng phải "nhi tiến" về phía tôn giáo. Và vì vậy một Thế giới quan về các cõi trời, các cõi địa ngục đã ra đời để đáp ứng nhu cầu tôn giáo của tín đồ, mà thực chất là bản copy các kiến thức trong kinh điển Vệ Đà của Bà la môn giáo.

5 - KIẾN TÁNH TÂM BIẾT: Trong phạm trù Tâm các Danh pháp có phạm sự BIẾT gọi là THỨC bao gồm: Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức, Ý thức. Sáu Thức đều làm phạm sự Nhận Biết hay Ghi Nhận đối tượng chính là TÂM BIẾT TRỰC TIẾP đối tượng, Khoa học gọi là Nhận Thức Cảm Tính đối tượng. Còn lại là TÂM BIẾT Ý THỨC, có phạm sự hiểu biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao, là TÂM BIẾT GIÁN TIẾP đối tượng, Khoa học gọi là Nhận Thức Lý Tính đối tượng.

a - TÂM BIẾT TRỰC TIẾP: Nhãn thức thấy Cảm giác hình ảnh, Nhĩ thức nghe Cảm giác âm thanh, Tỉ thức cảm nhận Cảm giác mùi, Thiệt thức cảm nhận Cảm giác vị, Thân thức cảm nhận Cảm giác xúc chạm, Tưởng thức cảm nhận

Cảm giác pháp trần. Sáu Tâm biết này bao gồm Nhân thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức gọi chung là TƯỚNG, xảy ra nơi sáu giác quan và Nhận Biết hay Ghi Nhận TRỰC TIẾP đối tượng khi đối tượng xuất hiện. Đối tượng như thế nào thì Nhận Biết, Ghi Nhận như thế đó, không thêm bớt. Sáu cái biết trực tiếp giác quan này chỉ Nhận Biết hay Ghi Nhận đối tượng nhưng không biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao nên nó hoàn toàn không có bất kỳ một KHÁI NIỆM nào, không có to nhỏ, vuông tròn dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, không có khái niệm sinh diệt, nhơ sạch, tăng giảm, không có khái niệm Sắc Thọ Tưởng Hành Thức, không có khái niệm Nhân Nhĩ Tỉ Thiệt Thân Ý, không có khái niệm Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp, không có khái niệm nhãn giới cho đến ý thức giới, không có khái niệm Vô minh cũng như hết Vô minh, không khái niệm Khổ Tập Diệt Đạo, không có khái niệm chứng đắc... Cái biết trực tiếp giác quan này tánh chất của nó là không có KHÁI NIỆM, không có NGÔN NGỮ chế định, không có PHÂN BIỆT pháp này với pháp kia nên nó VÔ NIỆM, VÔ NGÔN, VÔ PHÂN BIỆT. Do tánh chất của nó là Vô Niệm, Vô Ngôn, Vô Phân Biệt nên nó còn có tên gọi là KHÔNG TÁNH (không có các tánh chất trên). Hãy hình dung Cái Biết này khi một đứa trẻ vừa đẻ ra, nó thấy hình ảnh nhưng không có khái niệm to nhỏ vuông tròn, xanh vàng đỏ trắng, lưỡi nó cảm nhận Cảm giác vị nhưng không có khái niệm mặn ngọt chua cay... Tâm biết trực tiếp giác quan

này các loài động vật thấp cao, THÁNH PHẠM ĐỀU NHƯ NHAU, nó không do học hỏi, tích lũy kinh nghiệm mà có, hễ có Căn Trần tiếp xúc thì nó phát sinh ngay.

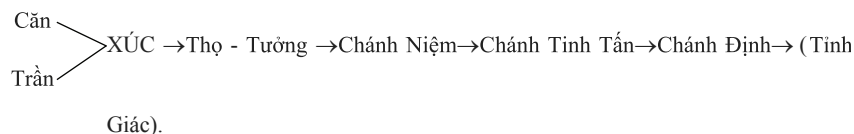
- TÂM BIẾT TRỰC TIẾP CỦA PHẠM PHU trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo khởi lên Nhận Biết đối tượng thì Ý thức khởi lên tiếp theo để xác định đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Vì vậy Nhận Biết đối tượng "xẹt qua" nhanh chóng và không có được trạng thái Nhận Biết thuần túy vì Ý thức đã xen vào. Trong thuật ngữ Phật học, Tâm biết trực tiếp giác quan trong trường hợp Phạm phu như vậy gọi là TƯỚNG TRI đối tượng. Lộ trình được diễn tả như sau:

Căn  
Trần

XÚC → Thọ - Tưởng → Tà Niệm → Tà Tư Duy → Ý thức Tà Tri Kiến.

- TÂM BIẾT TRỰC TIẾP CỦA BẠC THÁNH trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh khởi lên Nhận Biết đối tượng rồi Chánh Niệm khởi lên: Nhớ đến chú tâm quán sát các cảm giác nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác (Niệm Thân). Do có Chánh Niệm như vậy mà Chánh Tinh Tấn khởi lên. Do Chánh Tinh Tấn mà Chánh Định khởi lên, CHÚ TÂM vào đối tượng. Sự Chú Tâm làm cho lộ trình tâm Dừng Lại cái biết trực tiếp giác quan nhưng Ý Thức không khởi lên. Lúc này chỉ có duy nhất Tâm Biết trực tiếp giác quan Nhận Biết hay Ghi Nhận đối

tương, không thêm bớt. Cái Biết trực tiếp giác quan bây giờ có tên gọi là TỈNH GIÁC hay KHÔNG TÁNH hay THẮNG TRI đối tượng. An trú Tỉnh Giác hay Không Tánh này sẽ kinh nghiệm được THẤY chỉ là THẤY, NGHE chỉ là NGHE, CẢM NHẬN chỉ là CẢM NHẬN không thêm bớt, đó cũng gọi là Thấy thực tại như chúng Đang là. An trú Tỉnh Giác hay Không Tánh cũng chứng ngộ được Tâm Biết Vô Niệm, Vô Ngôn, Vô Phân Biệt, chứng ngộ được Giải Thoát do Khổ được nhiếp phục. Giải Thoát này do Chánh Định mà có nên gọi là TÂM GIẢI THOÁT hay KHÔNG GIẢI THOÁT. Nhưng đây không phải là Giải Thoát tối hậu, nó chỉ nhiếp phục Tham Sân Si chứ không thể đoạn tận Tham Sân Si. Lộ trình được diễn tả như sau:



b - TÂM BIẾT GIÁN TIẾP: Là Ý THỨC phát sinh theo lộ trình Nhân Quả: Niệm - Tư Duy - Ý Thức. Vì vậy nội dung của Ý thức phụ thuộc vào những thông tin là những tri thức hiểu biết, những kinh nghiệm, những tạo tác trong quá khứ được lưu giữ trong kho chứa và được Niệm kích hoạt. Ý thức hiểu biết mọi đối tượng Sắc pháp và Danh pháp nhưng không phải biết trực tiếp các đối tượng mà BIẾT GIÁN TIẾP thông qua SUY LUẬN. Ý thức của Phàm phu phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo có nội dung

khác biệt với Ý thức của bậc Thánh phát sinh trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo.

- Ý THỨC TÀ TRI KIẾN CỦA PHÀM PHU phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo: Tà Niệm - Tà Tư Duy - Ý thức Tà Tri Kiến. Do Tà Niệm kích hoạt các loại thông tin trong kho chứa mà nổi trội nhất là hiểu biết sai sự thật, gọi là Vô Minh bao gồm: hiểu biết sai về Duyên khởi, sai về Khổ Tập Diệt Đạo, chấp thường, chấp ngã, bốn điên đảo về Thường Lạc Ngã Tịnh nên Ý thức Tà Tri Kiến mang nội dung Vô Minh. Do Ý thức là Tà Tri Kiến, là Vô Minh mà sẽ phát sinh Tham Sân Si. Do có Tham Sân Si mà phát sinh Khổ (sinh già bệnh chết) Sầu Bi ưu não.

- Ý THỨC CHÁNH TRI KIẾN CỦA BẬC THÁNH phát sinh trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo: Chánh Niệm - Chánh Tư Duy - Ý thức Chánh Tri Kiến. Do Chánh niệm không kích hoạt những thông tin Vô Minh trong kho chứa mà kích hoạt những thông tin là những hiểu biết đúng sự thật gọi là Minh như các loại Kiến Tánh: Duyên khởi, Vô thường, Vô ngã, Thực tại cảm thọ, Tâm biết, Khổ Tập Diệt Đạo đã được học hỏi, tư duy và được lưu vào kho chứa nên nội dung của Ý thức là Chánh Tri Kiến, là Minh, là Trí Tuệ, là Kiến Tánh. Khi an trú Ý thức Chánh Tri Kiến sẽ kinh nghiệm, sẽ chứng ngộ Giải Thoát và Giải Thoát do Trí Tuệ khởi lên này có tên gọi là TUỆ GIẢI THOÁT. Trí Tuệ cũng biết rõ Thực Tại này là Cảm Thọ thuộc phàm trù tâm, nên Thực Tại là Vô Tướng, vì vậy Giải Thoát này



còn có tên là VÔ TƯỚNG GIẢI THOÁT. Tu tập Chánh Tri Kiến, tu tập TUỆ GIẢI THOÁT mới đoạn tận được Vô Minh, đoạn tận được Tham Sân Si, đoạn tận được Khổ, mới là giải thoát tối hậu.

c - VÌ KHÔNG KIẾN TÁNH TÂM BIẾT nên đa phần không có hiểu biết đúng sự thật về TÂM BIẾT TRỰC TIẾP GIÁC QUAN, tuy hằng ngày Cảm nhận nó nhưng lại gán cho nó là Vô Sư Trí, là Trí Tuệ Bát Nhã, là Trí Tuệ Ba Đời Chư Phật, là Tánh Biết không sinh không diệt, sẵn có, thường xuyên có, tồn tại vĩnh hằng cùng vũ trụ, là Phật Tánh thuần nhuần muôn vật, muôn loài. Gán cho nó là Tâm Vô Phân Biệt không sinh không diệt, còn Tâm Ý Thức là tâm phân biệt, sinh diệt. Tuy chủ trương trở về sống với tâm đó nhưng họ lại không biết cách thức nào để an trú Tĩnh Giác hoặc Không Tánh, vì chủ trương đó chỉ là tư duy, lý luận suông, không hiểu biết đúng sự thật. Đức Phật đã chứng ngộ và an trú Không Tánh nên Ngài đã giảng dạy hướng dẫn thực hành để an trú Không Tánh. Đó là thực hành ba chi phần của Bát Chánh Đạo: Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định - Tĩnh Giác (Không Tánh) gọi tắt là CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC. Những người đã lâu đời bị nhồi sọ bởi Thường Kiến: Đó là Vô Sư Trí, là Trí Tuệ Bát Nhã, là Tánh Biết không sinh không diệt thì không bao giờ quan sát nơi sự thật để thấy được cái vô lý, vô minh của họ. Nếu đã là Tánh Biết (thấy, nghe) không sinh không diệt thì trong khi ngủ say không mộng mị, khi bị gây mê sâu để mổ, khi bị ngắt trong một tai nạn, Tánh

Biết không sinh không diệt nên Tánh Biết đó vẫn có mặt thì đương nhiên trong các trường hợp đó, vẫn thấy, vẫn nghe, vẫn biết. Sự thực có xảy ra như vậy không? Không có như vậy, trong những trường hợp đó, không thấy, không nghe, không cảm nhận cái gì hết. Hãy quay về Quán sát sự thật để nhận ra sự phi lý của tư tưởng Thường kiến đó, để từ bỏ nó. Không phải sau khi Phật diệt độ Tà kiến này mới xuất hiện, mà trong Đại Kinh Đoạn Tận Ái, Tà kiến này đã được Tỷ kheo Sati nói lên với Đức Phật: Theo như con hiểu thì Thức (Tánh biết) rong ruổi (từ chỗ này sang chỗ kia, từ đời này sang đời kia) nhưng Không Đổi Khác. Đức Phật đã quở trách vị Tỷ kheo đó: Đây kẻ mê mờ kia, vì ai mà người đã xuyên tạc lời Ta thuyết giảng. Ta đã dùng nhiều phương tiện để nói Thức do duyên khởi, không có duyên Thức không khởi. Do duyên Mắt và Sắc, Nhãn Thức sanh khởi, do duyên Tai với Tiếng, Nhĩ Thức sanh khởi... Tà kiến này nội dung không khác gì ẩn dụ về Thiên đường trong kinh Cựu ước: Ông A đam và bà E vợ được Chúa cho sống trong một Thiên đường cực lạc, nhưng là "ăn lông ở lỗ" và không được ăn quả cấm của cây Tri Thức. Nhưng một thời gian sau vì bị Sa Tăng xui khiến A đam và Eve ăn quả cấm của cây Tri thức nên cảm thấy vô cùng xấu hổ, phải tìm lá cây để che thân và bị chúa đuổi ra khỏi Thiên đường cực lạc, sống ở thế gian với cuộc sống cay cực. Truyền thuyết này nếu hiểu theo nghĩa ẩn dụ thì A đam và E vợ ăn lông ở lỗ nhưng sống ở Thiên đường là để chỉ cho Tâm biết trực tiếp giác quan, Biết Sự Vật một cách TRẦN TRỤI, không bị che



đầy bởi "Tri thức khái niệm" và Cái biết đó không có khổ. Còn ăn quả cấm của cây Tri Thức, xấu hổ phải lấy lá che thân, bị đui xuống trần gian sống khổ cực là Cái biết Ý thức, Biết sự vật, hiện tượng với cách không còn là sự thật trần trụi mà BỊ CHE ĐẬY bởi tri thức, khái niệm, kinh nghiệm được tích lũy và chính Cái biết Ý thức đó mới phát sinh khổ. Và các tôn giáo dựa trên Cựu ước cũng quan niệm Tâm biết trực tiếp giác quan này là Không Sinh Không Diệt và chính là LINH HỒN CHÚA được Chúa "thổi vào" trong mỗi người, nó trong sạch không ô nhiễm, còn Ý thức là cái biết của thế gian ô nhiễm. Trở về Nước Chúa là trở về với Linh hồn Chúa và điều này cũng y chang chủ trương trở về sống Tánh Biết không sinh không diệt nơi mỗi người.

Vì không kiến tánh Tâm biết mà đa phần cho rằng an trú được Tĩnh Giác để "Thấy các pháp như chúng Đang là" là Giải Thoát tối hậu mà không hiểu rằng đây là Tâm Giải Thoát, là giải thoát do Định, nó chỉ có tác dụng "Nhiếp Phục" Vô minh, Tham Sân Si, Phiền não chứ không thể đoạn tận các pháp ấy. Chỉ có tu tập Tuệ (Niệm Tâm, Niệm Pháp) thay Ý thức Tà Tri Kiến thành Ý thức Chánh Tri Kiến, đưa đến Tuệ Giải Thoát mới đoạn tận Vô minh, Tham Sân Si, Phiền não.

6 - KIẾN TÁNH KHỔ TẬP DIỆT ĐẠO: khi Kiến Tánh Duyên Khởi lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu thì hiểu biết được như thật KHỔ và NGUYÊN NHÂN KHỔ, thuộc nội Tâm Bát Tà Đạo chứ không thuộc Ngoại Cảnh,

do Duyên Xúc mà khởi lên, nên nó Vô Thường, Vô Ngã. Kiến Tánh Duyên Khởi lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh thì hiểu biết được như thật KHỔ DIỆT và CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT thuộc nội Tâm Bát Chánh Đạo chứ không phải Ngoại Cảnh.

Vì Không Kiến Tánh Khổ Tập Diệt Đạo mà kẻ Phàm phu hiểu biết sai lạc: Khổ, Nguyên Nhân Khổ, Sự Chấm Dứt Khổ thường hằng, thường trú nơi Thế Giới Ngoại Cảnh và Con Đường Chấm Dứt Khổ là thay đổi Thế Giới Ngoại Cảnh.

7 - KIẾN TÁNH PHÁP VÔ VI: Cần phải hiểu rõ có hai loại pháp: Hữu vi là pháp do duyên khởi và Vô vi là không có pháp hữu vi đó. Ví như khi biết rõ trên bàn có CUỐN SÁCH thì đối tượng được biết, CUỐN SÁCH là PHÁP HỮU VI. Khi cuốn sách đó bị thiêu huỷ đi thì cũng biết rõ KHÔNG CÓ CUỐN SÁCH, và đối tượng được biết, KHÔNG CÓ CUỐN SÁCH là PHÁP VÔ VI. Khi bị đau răng khổ khởi lên và người đó biết KHỔ đang có mặt và đối tượng được biết, KHỔ, là PHÁP HỮU VI. Khi lành bệnh thì cũng biết rõ Khổ không có mặt, KHỔ DIỆT và đối tượng được biết, KHỔ DIỆT, là PHÁP VÔ VI. Khổ có thể thường hay vô thường, hữu ngã hay vô ngã, là nội tâm hay ngoại cảnh và nhiều tính chất khác được trình bày tùy theo sự hiểu biết là Minh hay Vô Minh nhưng Khổ Diệt, Niết Bàn là vắng mặt Khổ thì cũng hoàn toàn vắng mặt tất cả những tánh chất đó của Khổ, kể cả những hiểu biết

đúng hay sai về Khổ. Khổ Diệt, Niết Bàn là Pháp Vô Vi là vắng mặt Khổ, vắng mặt Pháp Hữu Vi thì cũng vắng mặt, không có mọi khái niệm liên quan tới Pháp Hữu Vi, vì thế nó là Sự TRỐNG KHÔNG TUYỆT ĐỐI. Niết Bàn Vô Dư là sự trống không tuyệt đối, trống không Sắc Thọ Tưởng Hành Thức cùng những tánh chất Duyên khởi, Vô thường, Vô ngã của nó, trống không khái niệm Thường Lạc Ngã Tịnh hay Thường Lạc Vô Ngã Tịnh. Chỉ những ai có được hiểu biết như thật Nguyên Nhân Khổ là Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái, Sự Chấm Dứt Khổ hay Niết Bàn là Chấm Dứt Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái, mới có thể hiểu được và chấp nhận không sợ hãi: Niết Bàn Vô Dư là sự TRỐNG KHÔNG TUYỆT ĐỐI.

**CUỐI CÙNG:** Các Tánh Chất này của cả pháp Hữu vi và Vô vi phải được Nghe Giảng hoặc Tự Đọc và Tư Duy kỹ càng, sâu sắc. Đó là Văn Tuệ và Tư Tuệ. Nhưng những kiến thức này được Văn và Tư tiếp nhận sẽ được lưu vào kho chứa dưới dạng thông tin với tên gọi là Minh, chỉ là bước chuẩn bị (gọi là Bát Chánh Đạo hiệp thể). Khi tu tập, Bát Chánh Đạo siêu thể khởi lên, trong đó: Chánh Niệm sẽ kích hoạt những thông tin Minh, Kiến Tánh này lên để Chánh Tư Duy so sánh, đối chiếu thông tin về đối tượng vừa Nhận Biết với thông tin Minh, Kiến Tánh được Chánh Niệm kích hoạt. Do Chánh Tư Duy mà sẽ phát sinh Ý thức Chánh Tri Kiến, Biết Như Thật đối tượng. Do Biết Như Thật đó là Minh, là Trí Tuệ, là Kiến Tánh nên kinh nghiệm được Tuệ Giải Thoát, xoá bỏ, đoạn tận Vô Minh, đưa đến quả

Alahan, là giải thoát tối hậu. Vì vậy KIẾN TÁNH THÀNH PHẬT xảy ra theo lộ trình VĂN - TƯ - TU.

## THỰC TƯỚNG VÔ TƯỚNG

Bị Vô minh che đậy, không Tuệ tri SÁU XÚC XỬ, nên không biết đúng như thật các pháp tức các đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận, được nhận thức, nhân loại thường rơi vào hai cực đoan: Chấp các pháp là CÓ hoặc KHÔNG CÓ. Cực đoan thứ nhất CHẤP CÓ cho rằng các đối tượng đó là Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp, là Thế giới vật chất ngoại cảnh. Vì các pháp là vật chất nên các pháp CÓ TƯỚNG vuông tròn, to nhỏ, dài ngắn, đàn ông đàn bà... Đây là Thường Kiến thuộc về Duy Vật. Cực đoan thứ hai cho rằng các đối tượng đó KHÔNG CÓ THẬT chỉ do Thượng Đế hoặc Bản Tâm không sinh không diệt hoá hiện ra. Đây là CHẤP KHÔNG, là Đoạn Kiến thuộc về Duy Tâm. Nhiều trường phái Phật giáo về sau, để tránh cực đoan CHẤP CÓ, họ chủ trương các pháp GIẢ CÓ chứ KHÔNG CÓ THẬT. Bởi họ suy tư rằng nếu các pháp là Không thật chỉ là Giả có thôi, thì sẽ không tham sân với các pháp. Nhưng nếu chủ trương các pháp là giả, không có thật thì sẽ rơi vào Chấp Không và để tránh cực đoan Chấp Không họ khôn khéo để ra, tuy CHÂN KHÔNG MÀ DIỆU HỮU. Từ chủ trương đó họ suy ra: THỰC TƯỚNG các pháp là VÔ TƯỚNG. Chủ trương này phát sinh từ Tư Duy

Lý Luận Suông chứ không phát sinh từ quan sát sự thật để Tuệ tri Sáu Xúc Xứ. Cũng từ các cực đoan mà các tông phái thiết lập lên quan điểm Chân Đế và Tục Đế mà thực chất là dung hoà, thêm bớt, chế biến, xào xáo lại hai cực đoan bằng tư duy lý luận suông cho mới lạ hơn, hấp dẫn hơn. Hiểu biết của cả hai cực đoan thuộc hai trường phái Duy Tâm và Duy Vật đều không đúng sự thật và được ví như: THẤY đối tượng vốn là Sợi Dây lại BIẾT LẦM là Con Rắn.

Tuệ tri SÁU XÚC XỨ sẽ biết như thật các pháp bao gồm các đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận, được nhận thức là SÁU CẢM THỌ do sáu căn tiếp xúc sáu trần mà phát sinh. Vì vậy thực tại mà con người đang sống không phải là Thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp, không phải Tâm biết thuộc về sáu căn và Đối tượng được biết là sáu cảnh trần (Tâm biết Cảnh) mà thực tại bao gồm Tâm Biết và Đối Tượng được biết (sáu Cảm thọ) đều do Con người chủ quan (Sáu Căn) và Thế giới khách quan (Sáu Cảnh trần) tiếp xúc mà phát sanh ra. Thực tại bao gồm Tâm Biết và Đối Tượng được biết là các CẢM THỌ thuộc Phạm Trù Tâm, và vì các pháp đó thuộc Phạm Trù Tâm nên không có tướng, cho nên THỰC TƯỚNG CÁC PHÁP LÀ VÔ TƯỚNG. Một vị vô học đã giác ngộ, hay một vị hữu học tu tập Niệm Tâm, Niệm Pháp thì sau khi Thấy, Nghe, Cảm Nhận đối tượng với tâm biết TỈNH GIÁC thì Ý Thức CHÁNH TRI KIẾN khởi lên BIẾT NHƯ THẬT đối tượng là Cảm thọ, nó Vô thường, Vô chủ (Vô ngã), nó có Vị ngọt, có Sự nguy hiểm, có sự xuất ly. Ý thức CHÁNH TRI KIẾN

này biết THỰC TƯỚNG ĐỐI TƯỢNG CẢM THỌ, LÀ VÔ TƯỚNG nên còn gọi cái biết đó là VÔ TƯỚNG. An trú Ý Thức CHÁNH TRI KIẾN là an trú giải thoát và được gọi là TUỆ GIẢI THOÁT hay VÔ TƯỚNG GIẢI THOÁT.

## NGÃ MẠN

Tư tưởng CHẤP NGÃ, cho rằng có một cái TA (mà tiếng tàu gọi là NGÃ) không sinh không diệt là chủ nhân, chủ sở hữu của Sắc Thọ Tướng Hành Thức gồm có ba nội dung hay ba phương diện:

- Cho rằng đối tượng đó LÀ TA
- Cho rằng đối tượng đó là CỬA TA
- So sánh với đối tượng và cho rằng TA HƠN, TA KÉM, TA BẰNG đối tượng.

Kinh thường nói đến ba nội dung này với tiếng Hán là: Ngã kiến, Ngã sở kiến, Ngã mạn tùy miên. NGÃ MẠN chính là tư tưởng: TA HƠN, TA KÉM, TA BẰNG. Khi đối diện với một người nào đó, Nhân thức khởi lên thấy trực tiếp đối tượng rồi tư duy khởi lên so sánh, đối chiếu TA với ĐỐI TƯỢNG và do tư duy như vậy mà phát sinh tư tưởng TA hơn, TA kém, hay TA bằng đối tượng và do tư tưởng NGÃ MẠN đó mà phát sinh cách cư xử với đối tượng, TA hơn sẽ cư xử khác, TA kém cư xử khác, TA bằng sẽ cư xử khác. Ý thức khởi lên là tư tưởng NGÃ MẠN khởi lên

và nó là nguyên nhân phát sinh tư tưởng Hơn Thua, Phải Quấy chi phối đời sống nhân loại. Không những tư tưởng NGÃ MẠN xuất hiện khi đối diện với người khác mà nó đều xuất hiện khi đối diện với mọi đối tượng, chính vì vậy mà nhân loại mới có Ngã Mạn, loài người là tối thắng trong muôn vật, muôn loài.

Ba nội dung hay ba phương diện của tư tưởng CHẤP NGÃ là Vô Minh cần phải thấu suốt để khi nó xuất hiện thì Tuệ Tri nó và lúc đó nó sẽ bị đoạn diệt, còn nếu không Tuệ Tri Vô Minh CHẤP NGÃ cả ba phương diện sẽ bị nó chi phối. Trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo, tư tưởng CHẤP NGÃ không có mặt, không còn tư tưởng "TA, của TA, TA hơn, kém, bằng" nên lời nói và hành động cư xử với đối tượng là Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng do Trí Tuệ VÔ NGÃ mà phát sinh KHÔNG VÌ MÌNH, KHÔNG VÌ NGƯỜI nên nó không còn tạo tác và được gọi là VÔ TÁC GIẢI THOÁT. Vì không Tuệ Tri Vô Minh, không Tuệ Tri tư tưởng CHẤP NGÃ đặc biệt là NGÃ MẠN nên xuất hiện chủ trương phải sống VÔ NGÃ VỊ THA, nghĩa là "Không Vì Mình mà Vì Người". Đây vẫn là so sánh BẢN NGÃ với đối tượng và thực chất là "Biến Thái" của tư tưởng NGÃ MẠN, từ cực đoan "Vì Mình không Vì Người" sang một cực đoan khác là "Vì Người không Vì Mình". Nếu tu hành với mục đích TRỞ THÀNH thì việc trau dồi phẩm hạnh, nỗ lực cố gắng để đạt được tri kiến siêu việt, những năng lực siêu phàm, để trở thành một người siêu việt, chói sáng giữa nhân thiên, đạt được lý tưởng "thành tựu để cứu

khổ muôn loài", hay lý tưởng vĩ đại nhất, không có lý tưởng nào cao đẹp hơn, "còn một chúng sinh chưa thành Phật thì TA chưa thành Phật", TA phải thành Phật Chánh Đẳng Giác chứ không thành A la hán, thì đó vẫn là đang vun bồi NGÃ MẠN, vun bồi một BẢN NGÃ ảo tưởng vĩ đại mà thôi, chưa thấy Vô Ngã là như thế nào.

## SỐNG TRONG HIỆN TẠI

Đức Phật giảng dạy sự tu tập đưa đến Sống Trong Hiện Tại. Nhưng Nhân loại cũng đang Sống Trong Hiện Tại chứ không có ai có thể quay ngược thời gian để sống trong quá khứ, không ai có thể sống trong tương lai vì quá khứ thì đã qua, mà tương lai thì chưa tới. Vậy thì Thánh hay Phàm đều đang sống trong hiện tại, vậy hà cớ gì mà Đức Phật lại dạy cho đệ tử sống trong hiện tại? Vấn đề cốt lõi là phải PHÂN BIỆT ĐƯỢC giữa sống trong hiện tại của Phàm phu và sống trong hiện tại của bậc Thánh mà Đức Phật giảng dạy. Kẻ Phàm phu với Tham, với Sân, với Si, nên sống trong hiện tại theo cách: TRUY TÌM QUÁ KHỨ, ƯỚC VỌNG TƯƠNG LAI VÀ ĐẮM CHÌM TRONG HIỆN TẠI. Còn Đức Phật dạy:

*Quá khứ không truy tìm*

*Tương lai không ước vọng*



*Quá khứ thì đã qua  
Tương lai thì chưa tới  
Chỉ có pháp hiện tại  
Tuệ quán chính ở đây  
Không động không rung chuyển.*

Lối sống trong hiện tại mà Đức Phật giảng dạy là: QUÁ KHỨ KHÔNG TRUY TÌM, TƯƠNG LAI KHÔNG ƯỚC VỌNG, TUỆ QUÁN CÁC PHÁP TRONG HIỆN TẠI.

Thực hành Bát Chánh Đạo với CHỈ và QUÁN thì sẽ an trú cái biết TỈNH GIÁC và CHÁNH KIẾN, đó gọi là TUỆ QUÁN CÁC PHÁP TRONG HIỆN TẠI. Do có Tuệ Quán với các pháp hiện tại, an trú Tỉnh Giác và Chánh Kiến, mà sẽ không có Tham, không có Sân, không có Si. Không có Si nên không truy tìm quá khứ, không ước vọng tương lai. Không có Tham, không có Sân nên không đắm chìm trong hiện tại. Đó là sống sống trong hiện tại với Sự đoạn tận Khổ đau.

Kẻ Phàm phu sống bởi Tham, bởi Sân nên bị cuốn hút, bị ràng buộc vào những đối tượng Hạnh phúc hoặc Khổ đau trong hiện tại gọi là đắm chìm trong hiện tại, sống bởi Si nên tuy ở trong hiện tại, Si lại truy tìm Hạnh phúc trong quá khứ hay ước vọng Hạnh phúc trong tương lai. Vì sống bởi Tham, bởi Sân, bởi Si như vậy nên chỉ quẩn quanh trong đau khổ mà thôi. Cho dù một số triết gia, một

số nhà hiện sinh chủ nghĩa hay một số học giả, thiền sư Phật giáo chủ trương không truy tìm quá khứ, không ước vọng tương lai nhưng lại chủ trương quay về Hiện Tại để khám phá và tận hưởng HẠNH PHÚC HIỆN TẠI trong vẻ đẹp của cuộc sống, vẻ đẹp của thiên nhiên, vẻ đẹp của con người, khám phá Hạnh phúc trong những giá trị tinh thần cao quý, trong gió hát thông reo... Thực chất chủ trương đó phát sinh bởi THAM ÁI HẠNH PHÚC, nhưng không truy tìm Hạnh Phúc trong quá khứ hoặc ước vọng Hạnh Phúc tương lai mà trở về tìm cầu Hạnh Phúc ngay trong giây phút hiện tại. Đây là món ăn khoái khẩu vì nó phù hợp với khẩu vị của nhân loại là tham ái, tìm cầu hạnh phúc. Thực chất của chủ trương này cũng là ĐẮM CHÌM TRONG HIỆN TẠI. Điều này cũng phản ánh một sự thật: Phàm phu Tham ái và tìm cầu Hạnh Phúc theo thời gian gồm ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai, theo không gian gồm Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái nhưng lại không biết, ĐẤY LÀ NGUYÊN NHÂN KHỔ.

Người tu học Phật chân chính không những phải học và tư duy để hiểu biết như thật lời giảng của Phật về Sống Trong Hiện Tại mà phải thực hành Bát Chánh Đạo, thực hành Chỉ và Quán để kinh nghiệm, để CHỨNG NGỘ SỐNG TRONG HIỆN TẠI là như thế nào. Chỉ có như vậy mới biết rõ TIÊU CHUẨN, mới phân biệt rõ ràng đâu là lời dạy của Đức Thế Tôn, đâu không phải là lời dạy của Đức Thế Tôn. TIÊU CHUẨN ĐÓ LÀ:



- Hiểu biết nào, phương pháp thực hành nào mà đưa đến QUÁ KHỨ KHÔNG TRUY TÌM, TƯƠNG LAI KHÔNG ƯỚC VỌNG, TUỆ QUÁN PHÁP HIỆN TẠI thì đó là lời dạy của Đức Thế Tôn.

- Hiểu biết nào, phương pháp thực hành nào đưa đến TRUY TÌM QUÁ KHỨ, ƯỚC VỌNG TƯƠNG LAI HOẶC ĐẮM CHÌM TRONG PHÁP HIỆN TẠI thì đó không phải là Pháp của Bậc Đạo Sư thuyết giảng.

Và Bậc Đạo Sư bao giờ cũng nhất quán, không có tiền hậu bất nhất, không có tự mình mâu thuẫn với chính mình nên mọi thuyết giảng được khẳng định là của Phật phải phù hợp với TIÊU CHUẨN này. Kể cả khi đọc các bộ kinh Nikaya cũng phải lấy TIÊU CHUẨN này để suy xét, bởi không phải mọi hiểu biết trong đó đều là của Phật. Kinh điển là do người đời sau kết tập nên trong đó không phải cái gì cũng là NGUYÊN THUYẾT LỜI DẠY CỦA PHẬT. Hoà Thượng Minh Châu đã có nhận xét rất chính xác: Các bộ kinh Nikaya được xem là GẦN VỚI NGUYÊN THUYẾT NHẤT chứ không phải là NGUYÊN THUYẾT. Và Ngài đã viết: "Chúng tôi cũng không có trách nhiệm nêu lên cho độc giả rõ, đoạn nào là NGUYÊN THUYẾT, đoạn nào không phải NGUYÊN THUYẾT. Chỉ có người đọc, sau khi tự mình đọc, tự mình tìm hiểu, tự mình suy tư, tự mình quán sát, tự mình chứng nghiệm trên bản thân, mới có thể tự mình hiểu và thấy đoạn nào là THẬT SỰ NGUYÊN THUYẾT. Trách nhiệm tìm hiểu, chứng nghiệm cá nhân là trách nhiệm của

người đọc, không phải của người dịch vì Đạo Phật là Đạo đến để mà thấy chứ không phải Đạo đến để nhờ người khác thấy hộ, Đạo của người có mắt, không phải Đạo của người nhắm mắt, ĐẠO CỦA NGƯỜI THẤY, CỦA NGƯỜI BIẾT, không phải ĐẠO CỦA NGƯỜI KHÔNG THẤY, KHÔNG BIẾT".

## KHỔ TẬP DIỆT ĐẠO

Đa phần người người học Phật, đặc biệt là tầng lớp trí thức đều muốn tìm hiểu những kiến thức trong kinh Phật để xoá tan những nghi vấn của mình mà kiến thức thời đại không giải quyết nổi. Đặc biệt là các câu hỏi con người từ đâu mà đến, khi chết đi về đâu, thế giới sau khi chết như thế nào, con người liên quan như thế nào với thế giới, với vũ trụ vạn hữu, thế giới vũ trụ vạn hữu này là như thế nào, từ đâu mà có, hữu biên hay vô biên, ngoài trái đất này có chỗ nào có sự sống không... Trong giáo lý Phật giáo đề cao Khổ Tập Diệt Đạo, nhưng khi được nghe về Khổ Tập Diệt Đạo, thì họ cảm thấy quá đơn giản và ai cũng thấy mình đã thấu suốt. Khổ là sinh già bệnh chết, là cầu mong mà không được, là yêu nhau mà phải biệt ly, là oán giận nhau mà phải sống chung, là sầu bi khổ ưu não. Nguyên nhân Khổ là do Tham ái tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái. Sự chấm dứt Khổ là đoạn tận Tham Ái. Con đường Chấm dứt khổ là Bát Chánh Đạo gồm Chánh kiến, Chánh

tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định. Hầu như ai cũng thấy rất đơn giản, gần như ai cũng cảm nhận mình đã hiểu biết đầy đủ về Khổ Tập Diệt Đạo. Những hiểu biết "giản đơn" như vậy không giải quyết được những câu hỏi, những tò mò, những nghi vấn đang chi phối họ. Vì vậy một số người sau khi biết như vậy họ dừng lại và hướng đến tìm kiếm câu trả lời ở các lĩnh vực hoặc tôn giáo khác. Một số do Đức tin tôn giáo, họ không chú tâm nơi Khổ Tập Diệt Đạo, mà họ chú tâm tìm kiếm những điều kỳ diệu, mầu nhiệm do "nghe đồn" nên họ cố gắng đọc, tìm hiểu để giải quyết nghi vấn của mình. Bỏ qua Khổ Tập Diệt Đạo, họ được kinh sách của các tông phái Phật Giáo đưa họ đến những cảnh giới hoành tráng, khoáng đạt với trí tưởng tượng vô giới hạn, đặc trưng của tư tưởng Ấn độ truyền thống theo kiểu trường ca Mabrahata. Họ được giới thiệu một thế giới quan được copy từ những kiến thức của kinh điển Vệ đà với Cửu sơn, Bát hải, núi Tu di, với tam thiên đại thiên thế giới, với các cõi trời kỳ diệu và các cõi địa ngục khủng khiếp, thỏa mãn được trí tò mò. Họ được chiêu đãi và thưởng thức những bữa tiệc ngôn từ khoái khẩu, những tiết mục trình diễn xiếc ngôn từ, những khái niệm rất hấp dẫn như Chân đế, Tục đế, Chân không diệu hữu, Phật tánh, Tánh biết, Bản tâm không sinh không diệt, trùng trùng duyên khởi, Phật là tâm, Tâm là Phật, Thường lạc ngã tịnh... những thứ rất mơ hồ trừu tượng, không thể nào kiểm chứng, cũng không giới thiệu cách nào đạt được nó để kiểm chứng. Góp

thêm vào những thứ mơ hồ trừu tượng, Văn học Thiền tông Trung hoa đã góp thêm các món ngon vào bữa tiệc. Người đọc mê mẩn vì những điều bí mật, những cách thức cư xử kỳ dị của các thiền sư, những công án bí ẩn, những thách đố vĩ đại, kiểu như đệ tử hỏi Phật là gì thì thiền sư trả lời, Phật là cái que cứt khô... Nhưng tất cả những bí ẩn, mơ hồ trừu tượng, xuất phát từ những suy diễn, tưởng tượng vô tiền khoáng hậu trong đó có ẩn chứa một HỨA HẸN KỲ DIỆU VỀ MỘT HẠNH PHÚC TUYỆT ĐỐI CỦA GIÁC NGỘ làm hấp dẫn người đọc. Chính điều này chấp cánh cho độc giả bay cao, và tất cả những thứ đó hấp dẫn tâm thức họ, rồi kể từ đó, kể cả ngôn từ Khổ Tập Diệt Đạo cũng không được họ nhắc tới nữa. Trong số đó chỉ có một số rất ít người, sau nhiều năm tháng nghiền ngẫm những tư tưởng kỳ diệu đó nhưng dần dà nhận ra nó xa rời thực tiễn, nó không liên quan đến cuộc sống thường ngày, nó là cái BÁNH VẼ dẫn dụ con người vào thế giới tâm linh siêu hình huyền bí, CÒN CUỘC SỐNG THỰC, với những đối tượng mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm thì vẫn Tham, vẫn Sân, vẫn Si, vẫn đầy Phiền não. Những người ấy, nếu có duyên thì họ sẽ quay về điểm xuất phát ban đầu để nghiên cứu sâu hơn về Khổ Tập Diệt Đạo.

Để hiểu biết thấu đáo về Khổ Tập Diệt Đạo, để giác ngộ về Khổ Tập Diệt Đạo là điều không phải dễ dàng, không dành cho mọi hạng người, chỉ cho người có trí. Bốn mươi lăm năm thuyết giảng Đức Phật không nói gì ngoài Khổ Tập Diệt Đạo nhưng những điều giảng dạy, phân tích tỉ mỉ

đã không được lưu truyền đầy đủ mà chỉ tồn tại rất ngắn gọn theo kiểu các đề mục, các mệnh đề tóm tắt như đã nêu trên. Muốn thấu đáo Khổ Tập Diệt Đạo phải NUỜNG THEO LỜI DẠY ĐÓ MÀ QUAN SÁT SỰ THẬT. Phải hiểu rằng có hai loại hiểu biết về Khổ Tập Diệt Đạo: một loại hiểu biết không đúng sự thật về Khổ Tập Diệt Đạo, gọi là Vô Minh, thuộc về Phàm phu, đã được Phàm phu học hỏi, tiếp nhận, vun bồi từ vô thủy, đang chi phối cuộc sống của Phàm phu nhưng Phàm phu lại không biết nó. Loại thứ hai là hiểu biết đúng như thật về Khổ Tập Diệt Đạo, gọi là Minh, được Đức Phật giác ngộ và thuyết giảng. Cũng cần phải hiểu rõ là Đức Phật thuyết giảng với mục đích làm cho đệ tử HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT VỀ KHỔ (gồm bốn khía cạnh KHỔ, nguyên nhân KHỔ, chấm dứt KHỔ, cách thức chấm dứt KHỔ) chứ không phải chỉ để THẤY KHỔ, CẢM NHẬN KHỔ. Thấy Khổ hay cảm nhận Khổ thì Thánh hay Phàm đều cảm nhận như nhau, không cần phải học, chỉ có HIỂU BIẾT VỀ KHỔ thì khác nhau, đối lập nhau, cần phải học hỏi. Không phải chỉ có Khổ mà tất cả mọi sự vật, mọi hiện tượng, kể cả Pháp mà Đức Thế tôn khéo giảng trong kinh điển, đều tồn tại hai loại HIỂU BIẾT khác nhau là VÔ MINH của Phàm phu và MINH của bậc Thánh. Ví như pháp CỨNG chẳng hạn. Nhân loại hiểu biết CỨNG là tính chất vật chất thuộc về hòn đá, CỨNG thường hằng, thường trú trong hòn đá, CỨNG của hòn đá. Từ người không biết chữ, đến nhà bác học cho đây là ĐÚNG SỰ THẬT. Nhưng nếu quan sát sự thật sẽ thấy: Hòn

đá là một nhân tố, Bàn tay là một nhân tố. Có HAI NHÂN tố đó nhưng không có TIẾP XÚC nhau thì không có cái CỨNG nào cả. Khi Hai Nhân, Bàn tay và Hòn đá tiếp xúc nhau thì lập tức phát sinh CẢM GIÁC CỨNG. Đây mới là CỨNG thực của Thực tại, của đời sống hàng ngày mà Thánh hay Phàm đều cảm nhận được. Xúc sinh Cảm giác cứng sinh, Xúc diệt Cảm giác cứng diệt. Cảm giác cứng sinh lên rồi diệt đi nên nó Vô thường, không thường hằng, không thường trú trong hòn đá. Cảm giác cứng do duyên Bàn tay và Hòn đá mà phát sinh nên Cảm giác cứng không phải của Bàn tay, không phải của Hòn đá nên nó Vô chủ, Vô sở hữu. Khi quan sát và tư duy trên sự thật như vậy mới có hiểu biết ĐÚNG NHƯ THẬT: CỨNG là Cảm giác thuộc phạm trù tâm, và nó Vô thường, Vô chủ, Vô sở hữu. Khi có được hiểu biết ĐÚNG NHƯ THẬT gọi là MINH như vậy, mới khẳng định được hiểu biết của nhân loại CỨNG là thuộc tính vật chất, thường hằng, thường trú trong Hòn đá, của Hòn đá là SAI SỰ THẬT gọi là VÔ MINH. Cũng y như vậy có hai loại hiểu biết về Khổ:

A - HIỂU BIẾT VÔ MINH, KHÔNG ĐÚNG NHƯ THẬT VỀ KHỔ: phàm phu hiểu biết Khổ ở nơi thế giới ngoại cảnh. Khổ thường hằng, thường trú trong những hoàn cảnh khó khăn tối tệ như nghèo đói, lạc hậu, thất học, thiếu tiện nghi... và trong những hoàn cảnh trung tính. Nguyên Nhân Khổ là từ những hoàn cảnh tối tệ và trung tính mà đến với con người. Sự chấm dứt Khổ xảy ra khi có Hạnh phúc mà Hạnh phúc thường hằng, thường

trú trong những hoàn cảnh tốt đẹp như giàu có, xinh đẹp, thành đạt... Con đường chấm dứt Khổ là thay đổi hoàn cảnh sống, chấm dứt hoàn cảnh khó chịu và trung tính và thay thế bằng hoàn cảnh tốt đẹp. Như vậy Khổ Tập Diệt Đạo thường hằng, thường trú nơi Thế Giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp. Khổ Tập Diệt Đạo là của hoàn cảnh và đồng thời có một cái TA là chủ nhân, chủ sở hữu của Khổ Tập Diệt Đạo. Hiểu biết này là VÔ MINH, có nội dung THƯỜNG KIẾN và NGÃ KIẾN.

B - HIỂU BIẾT MINH, ĐÚNG NHƯ THẬT VỀ KHỔ: Bậc Thánh quán sát tiếp xúc giữa sáu CĂN và sáu TRẦN nên biết như thật Duyên khởi lên lộ trình tâm Bát Tà Đạo, Duyên khởi lên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo và có hiểu biết đúng như thật:

1 - KHỔ do duyên Căn Trần tiếp xúc mà phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo, KHỔ LÀ CẢM THỌ THUỘC NỘI TÂM CHỮ KHÔNG PHẢI NGOẠI CẢNH, KHỔ có tánh chất VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ.

2 - NGUYÊN NHÂN KHỔ là VÔ MINH VÀ THAM ÁI phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo cũng có tánh chất VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ và THUỘC NỘI TÂM CHỮ KHÔNG PHẢI NGOẠI CẢNH.

3 - SỰ CHẤM DỨT KHỔ LÀ ĐOẠN TẬN VÔ MINH VÀ THAM ÁI xảy ra trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo, là pháp VÔ VI do NỘI TÂM BIẾT CHỮ KHÔNG PHẢI NGOẠI CẢNH.

4 - CON ĐƯỜNG CHẤM DỨT KHỔ LÀ BÁT CHÁNH ĐẠO cũng có tánh chất VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ và THUỘC NỘI TÂM CHỮ KHÔNG PHẢI NGOẠI CẢNH.

C - Người tu học Phật cần thấu suốt hai loại hiểu biết về Khổ Tập Diệt Đạo là VÔ MINH và MINH bằng Văn, bằng Tư và bằng Tu. Nếu không có hiểu biết cả hai mà chỉ trau dồi Minh thì sẽ không Nhận Mặt được Vô Minh, không từ bỏ nó, không đoạn diệt nó và khi nó xuất hiện, vẫn sử dụng nó để hiểu biết lời dạy của Phật. Nếu trau dồi Minh đến đâu, Nhận Rõ Vô Minh đến đấy thì Minh mới xóa bỏ Vô Minh từng chút, từng chút một. Giờ phút Giác Ngộ của Phật không những do BIẾT NHƯ THẬT: Đây là Khổ, Đây là Nguyên nhân Khổ, Đây là Chấm dứt Khổ, Đây là Con đường chấm dứt Khổ. Do THẤY NHƯ VẬY, BIẾT NHƯ VẬY mà mọi LẬU HOẶC ĐƯỢC ĐOẠN TẬN mà còn BIẾT NHƯ THẬT VÔ MINH: Vô Minh, Ta đã biết rõ người rồi. Người sẽ không làm nhà cho Như Lai được nữa, tất cả sườn nhà đã gãy đổ, cây đòn dông người dựng cũng đã bị phá tan. Sự Giác Ngộ xảy ra do hiểu, tu tập để vun bồi, củng cố, an trú MINH và đoạn diệt VÔ MINH bằng cách thay đổi lộ trình tâm sinh diệt Bát Tà Đạo, sang lộ trình tâm sinh diệt Bát Chánh Đạo, phát sinh do sự tiếp xúc giữa Sáu Căn và Sáu Trần nơi mỗi người chứ không cần đến một TÁNH BIẾT, BẢN TÂM, PHẬT TÁNH, CHÂN KHÔNG không sinh không diệt nào hết. Nếu có dùng đến khái niệm Vọng Tâm, Chân Tâm thì phải hiểu rằng tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu là TÂM BIẾT KHÔNG ĐÚNG SỰ THẬT



là vọng tưởng nên gọi là Vọng Tâm, tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh là TÂM BIẾT ĐÚNG SỰ THẬT nên gọi là Chân Tâm. Đức Phật giác ngộ là Giác ngộ TỬ THÁNH ĐẾ, là bậc A LA HÁN CHÁNH ĐẲNG GIÁC, nghĩa là tự mình trở thành vị A LA HÁN không thấy chỉ dạy còn các vị A LA HÁN Thanh văn Giác Ngộ là nhờ bậc A la hán Chánh Đẳng Giác chỉ dạy. Vì vậy đừng có hiểu nhầm là tu thành A la hán rồi còn phải tu thành Phật. Tư tưởng cho rằng quả A la hán là không có thật, là Hoá Thành mà thời kỳ đầu thuyết pháp Đức Phật BỊA ra, dùng làm phương tiện để dẫn dụ chúng sanh tu là sự phỉ báng Phật vô liêm sỉ nhất. Tư tưởng đó đã công khai nói rằng: Phật là kẻ tiền hậu bất nhất, đoạn cuối lại phủ nhận và phỉ báng đoạn đầu của chính mình, một kẻ không có trí tuệ nên phải dùng phương tiện để lừa gạt chúng sanh tu. Thật là đáng thương cho những người đã bị nhồi sọ và chấp thủ kiên cố vào tư tưởng đã được nhồi sọ, Ngã Mạn của họ lớn đến cỡ nào khi họ hãnh diện với phát biểu của mình: Thà làm một con chó giữ chùa để tu thành Phật chứ không chấp nhận thành A la hán.

## **RÀNG BUỘC HAY GIẢI THOÁT ĐỀU DO TƯ TƯỞNG**

Khát vọng của nhân loại là ĐỘC LẬP TỰ DO cho mỗi một con người, mỗi một gia đình, mỗi một đất nước. Nhưng cho dù nhân loại có "vùng vẫy" kiểu nào đi nữa thì ĐỘC LẬP TỰ DO hay GIẢI THOÁT cũng chỉ là Khát Vọng, không phải là Hiện Thực, ngoài trừ một số bậc Thánh đã Giác Ngộ, rất ít ỏi. Vì sao vậy? Vì nhân loại không hiểu được RÀNG BUỘC NÔ LỆ hay TỰ DO GIẢI THOÁT đều do TƯ TƯỞNG.

Vậy tư tưởng là cái gì? Tư Tưởng theo nguyên nghĩa của từ Hán Việt này là sản phẩm của Tưởng và Tư. Nghĩa là tư tưởng phát sinh do Tư duy trên những thông tin do Tưởng lại những tri thức, hiểu biết, kinh nghiệm đã được tích lũy trong quá khứ. Vậy tư tưởng chính là nội dung của Ý thức, hiểu biết nội dung các đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận, được nhận thức mà Khoa học gọi là Nhận thức lý tính đối tượng. Tùy thuộc vào tư tưởng (hiểu biết đối tượng) mà sẽ phát sinh Thái độ đối với đối tượng. Nếu Thái Độ hoặc có Tham, hoặc có Sân, hoặc có Si thì sẽ Ràng buộc với đối tượng. Nếu Thái Độ không có Tham Sân Si với đối tượng thì sẽ Giải Thoát với đối tượng.

1 - TƯ TƯỞNG ĐƯA ĐẾN GIẢI THOÁT: là những hiểu biết đúng sự thật tính chất các pháp, thực tánh các pháp như tánh chất Duyên khởi, tánh chất Vô thường,



tánh chất Vô chủ, Vô sở hữu hay Vô ngã. Đặc biệt một thực tánh khó thấy, khó biết là VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU, nghĩa là không có bất kỳ một cái gì, một ai là Chủ nhân, Chủ sở hữu các pháp. Điều này cũng có nghĩa là không có một cái TA hay BẢN NGÃ là chủ nhân, chủ sở hữu của các pháp, nghĩa là VÔ NGÃ. Bậc Thánh giác ngộ thực tánh nên khi đối diện với bất kỳ một đối tượng nào (được thấy, nghe, cảm nhận, nhận thức) đều sống với TƯ TƯỞNG VÔ CHỦ, VÔ SỞ HỮU, và vì vậy mà không yêu thích, không chán ghét, độc lập không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy với bất kỳ đối tượng nào. Vì vậy do sống với tư tưởng Vô chủ, Vô sở hữu mà đạt đến ĐỘC LẬP TỰ DO, GIẢI THOÁT.

2 - TƯ TƯỞNG ĐƯA ĐẾN RÀNG BУỘC: là những hiểu biết SAI SỰ THẬT về thực tánh các pháp, gọi là Vô minh mà đặc biệt là Tư tưởng CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU. Nhân loại hiểu biết các pháp LỆ THUỘC LẤN NHAU, quan hệ với nhau theo tính chất CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU và vì vậy giữa các pháp luôn luôn tồn tại chữ CỬA. Ngọt của đường, mặn của muối, ngon dở của thức ăn, nóng của lửa, lạnh của nước đá, mẹ của con... Trong tư tưởng Chủ nhân, Chủ Sở Hữu xuất hiện một cái Ta, hay một Bản Ngã là chủ nhân, chủ sở hữu của các pháp. Thân của Ta, Tâm của Ta, nhà của Ta, xe của Ta, vợ của Ta, đất nước của Ta, vũ trụ của Ta, Đạo của Ta... Tư tưởng Chủ nhân, Chủ sở hữu chi phối đời sống nhân loại nên dù là cá nhân, gia đình, giai cấp, đất nước, nhân loại, ai ai cũng đang nỗ lực phấn đấu để xác lập, củng cố, bảo vệ quyền làm chủ, quyền

sở hữu. Kẻ Phàm phu khi đối diện với các đối tượng, thì sống với TƯ TƯỞNG CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU, "Cái này là của Ta, là Ta, là Bản ngã của Ta", vì vậy mà RÀNG BУỘC NỖ LỆ vào đối tượng. Ví như đôi trai gái chưa yêu nhau, chưa cưới nhau thì Không Ràng Bуộc nhau nhưng khi yêu nhau cưới nhau, lập tức xuất hiện tư tưởng: "Cô này là của Ta, là vợ Ta" thì Ràng Bуộc nhau, lệ thuộc nhau. Từ cổ chí kim loài người đã sáng tạo ra biết bao nhiêu hệ tư tưởng, biết bao tôn giáo với các tư tưởng khác nhau, làm cách mạng để thay đổi ý thức hệ nhưng rốt cuộc cái ràng buộc, cái trói chặt con người chính lại là tư tưởng do chính con người sáng tạo ra, bởi các tư tưởng ấy, các ý thức hệ ấy đều là Vô Minh, đều là tư tưởng Chủ nhân, Chủ sở hữu.

3 - Kẻ Phàm Phu ít nghe, không gặp các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh (không có Văn Tư Tu) nên sống bởi tư tưởng Vô Minh, CHỦ NHÂN, CHỦ SỞ HỮU, tư tưởng "Cái này là của Ta, là Ta, là Tự ngã của Ta", mà không biết đó là Vô Minh, nên cũng tu học Đạo nhưng với mục đích LÀM CHỦ. Làm chủ Hạnh phúc, Làm chủ Nghiệp, làm chủ Nhân Quả, làm chủ, kiểm soát Thân Khẩu Ý, làm chủ, kiểm soát Lời nói, Hành động, LÀM CHỦ SINH GIÀ BỆNH CHẾT, diệt Ngã xả tâm (Ngã đâu có thật mà diệt, chỉ diệt tư tưởng tà kiến chấp ngã). Nếu không thấy được tư tưởng Chủ nhân, Chủ sở hữu là Vô Minh, Tà Kiến thì tu học vẫn sống với tư tưởng đó, thì cho dù giữ giới đến đâu, tinh tấn đến đâu, đè nén tâm đến đâu đi nữa thì vẫn

đang đi rất xa, ra khỏi lời dạy của Đức Phật. Chỉ khi nào nhờ Văn Tư Tu đúng cách, Thấy Biết Như Thật thực tánh Duyên khởi, thực tánh Vô thường, thực tánh Vô chủ, Vô sở hữu (Vô ngã) thì lúc đó mới Nhận Mặt, mới Điểm Chỉ được Vô Minh như khi Phật thành đạo: "Vô Minh, Ta đã thấy rõ người rồi. Từ nay, người sẽ không làm nhà cho Như Lai được nữa, tất cả sườn nhà đã bị gãy, cây đòn dông người dựng cũng đã bị phá tan". Chỉ khi đó tư tưởng Vô minh, Chủ nhân, Chủ sở hữu mới bị đoạn diệt và thay thế bởi tư tưởng Minh, Vô chủ, Vô sở hữu. Vì vậy, mục đích tu học là THAY ĐỔI NHẬN THỨC từ tư tưởng Vô Minh, Tà Kiến, Không Liễu Tri sang tư tưởng Minh, Chánh Kiến, Liễu Tri các pháp như Kinh Pháp Môn Căn Bản thuộc Trung Bộ Kinh đã thuyết minh.

## TÂM LÀ GÌ?

Để có được hiểu biết đầy đủ, rõ ràng, trả lời được câu hỏi Tâm là gì không phải là chuyện dễ dàng, không phải ai cũng làm được. Từ cổ chí kim, các ngành Triết học, Khoa học, Tâm lý học, Tôn giáo đều nỗ lực khám phá về Tâm và kết quả của sự nỗ lực đó chỉ là những mảnh ghép rời rạc, những hiểu biết manh mún về Tâm. Trong lịch sử nhân loại, chỉ có một con người duy nhất, độc nhất vô nhị, đã khám phá, đã hiểu biết rõ ràng, đã Giác Ngộ Tâm. Trái với hiểu biết của nhân loại, cho rằng Đức Phật Giác Ngộ về

thế giới, về vũ trụ vạn hữu, Đức Phật biết rõ Thế giới, vũ trụ vạn hữu với tận cùng không gian và thời gian, nhưng sự thực, Đức Phật Giác Ngộ và thuyết giảng về Tâm chứ không phải về thế giới, về vũ trụ vạn hữu.

Trong hiểu biết của nhân loại tất cả các sự vật và hiện tượng có thể được phân chia thành hai lĩnh vực mà thuật ngữ Triết học gọi là hai PHẠM TRÙ gồm Tinh Thần và Vật Chất hay Tâm và Vật, thuật ngữ Phật học gọi là Danh Pháp và Sắc Pháp (nói gọn là Danh và Sắc).

A - PHẠM TRÙ VẬT CHẤT: bao gồm tất cả các Sắc pháp, nếu kết hợp Quán Sát với Suy Luận Hợp Lý sẽ có được hiểu biết đúng sự thật là các Sắc Pháp đang sinh lên và diệt đi theo những lộ trình tuân theo Định Lý Duyên Khởi: HAI NHÂN TIẾP XÚC NHAU VÀ CÙNG DIỆT MỖI PHÁT SINH QUẢ. Ví như Một bì thóc giống và Một thửa ruộng đã làm đất tiếp xúc nhau và cùng diệt thì sẽ phát sinh Ruộng mạ. Ruộng mạ tiếp xúc với Môi trường (nước, phân, ánh sáng, độ ẩm...) sẽ phát sinh Ruộng lúa có bông. Ruộng lúa có bông tiếp xúc Máy gặt sẽ phát sinh Bao thóc. Bao thóc tiếp xúc Máy xay sẽ phát sinh Bao gạo. Bao gạo tiếp xúc với Nồi cơm (nước, lửa...) sẽ phát sinh Cơm... Quá trình Nhân Quả cứ diễn tiến nối tiếp nhau miên viễn như vậy theo quy luật Nhân diệt Quả sanh: Bao thóc diệt, Ruộng mạ sanh. Ruộng mạ diệt, Ruộng lúa có bông sanh. Ruộng lúa có bông diệt, Bao thóc sanh. Bao thóc diệt, Bao gạo sanh. Bao gạo diệt, Cơm sanh... Không phải chỉ duy

nhất một lộ trình Nhân Quả nối tiếp nhau như vậy, mà có thể xảy ra rất nhiều lộ trình Nhân Quả khác nhau tùy thuộc vào Duyên Xúc. Nếu Bao thóc đó tiếp xúc với Một đàn vịt thì lộ trình sẽ diễn tiến là Đàn vịt lớn lên, Đưa đi bán, Vào lò giết mổ, Đóng hộp, Ra siêu thị, Đến bàn ăn... Nếu Bao thóc tiếp xúc Đồng lửa, tiếp xúc Đường nhựa... thì sẽ có các lộ trình Nhân Quả diễn tiến khác nhau. Như vậy các Sắc Pháp thuộc Phạm trù Vật Chất đang sinh lên rồi diệt đi do duyên XÚC theo những lộ trình Nhân Quả khác nhau, vì vậy các Sắc pháp có tánh chất (có tự tánh) VÔ THƯỜNG, VÔ CHỦ (hay Vô Ngã, Vô Sở Hữu), và vì vậy không tồn tại một Thế giới vật chất TĨNH TẠI.

B - PHẠM TRÙ TÂM: Cũng tương tự như Phạm trù Vật chất và nếu cần phải đưa ra một định nghĩa thì có thể Định nghĩa Tâm: Tâm là một phạm trù bao gồm các Danh Pháp đang sinh lên rồi diệt đi theo những lộ trình Nhân Quả nối tiếp nhau.

1 - DUYÊN KHỞI CÁC DANH PHÁP thuộc Phạm Trù Tâm cũng tương tự như Sắc pháp, nghĩa là:

+ HAI NHÂN CĂN TRẦN TIẾP XÚC NHAU RỒI CÙNG DIỆT MÀ PHÁT SINH DANH PHÁP.

Để hiểu được Duyên Khởi lên các Danh pháp, Duyên Khởi lên Tâm, phải hiểu được khái niệm Sáu Căn và Sáu Trần. Sáu Căn bao gồm Mắt Tai Mũi Lưỡi Thân Ý mà phần vật chất quan trọng nhất, căn bản nhất là sáu loại tế bào thần kinh. Đó là tế bào thần kinh Thị giác, Thính giác,

Khứu giác, Vị giác, Xúc giác và Tế bào thần kinh não bộ. Các tế bào thần kinh này có đặc điểm là chỉ thực hiện các chức năng khi thức tỉnh, còn khi ngủ say, bị gây mê, ngất đi thì không thực hiện chức năng của nó. Sáu Căn là các Sắc pháp.

Sáu Trần là sáu đối tượng của Sáu Căn bao gồm Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp mà trong đó Sắc Thanh Hương Vị Xúc là đối tượng của Mắt Tai Mũi Lưỡi Thân là Sắc pháp, còn Pháp trần là lượng thông tin được lưu giữ trong "kho chứa thông tin" nên là Danh pháp. Lượng thông tin trong "kho chứa thông tin" được gọi là Pháp trần bao gồm: những tri thức hiểu biết, cá tính, thói quen, kinh nghiệm, chấp thủ... đã học hỏi, trải qua, tích lũy từ quá khứ trong đó có cả những hiểu biết không đúng sự thật gọi là Vô Minh, và những hiểu biết đúng sự thật gọi là Minh, và các Nghiệp đã tạo tác.

Khi ngủ say không mộng mị, Sáu Căn ngưng hoạt động, không có sự tiếp xúc giữa Sáu Căn và Sáu Trần nên các Danh pháp không khởi lên, không có lộ trình tâm và biểu hiện là Không có Tâm biết và Đối tượng được biết. Khi Sáu Căn tỉnh thức, có sự tiếp xúc giữa Sáu Căn và Sáu Trần mới phát sinh Tâm biết và Đối tượng được biết. Khảo sát nơi sự thật này thì các DANH PHÁP do duyên XÚC giữa Sáu Căn và Sáu Trần mà phát sinh:

MẮT tiếp xúc SẮC phát sinh: Cảm giác hình ảnh - Nhãn thức

TAI tiếp xúc THANH phát sinh: Cảm giác âm thanh - Nhĩ thức.

MŨI tiếp xúc HƯƠNG phát sinh: Cảm giác mùi - Tỉ thức.

LƯỠI tiếp xúc VỊ phát sinh: Cảm giác vị - Thiệt thức.

THÂN tiếp xúc XÚC trần phát sinh: Cảm giác xúc chạm - Thân thức.

Ý tiếp xúc PHÁP trần phát sinh: Cảm giác pháp trần - Tưởng thức.

Viết gộp lại là: XÚC - Thọ (Cảm giác) - Tưởng.

Sáu Cảm thọ và Sáu Thức này do duyên XÚC nơi các giác quan mà phát sinh và đây là sự xuất hiện Đối Tượng và Nhận Biết đối tượng. Đó là Sáu Cảm giác (Thọ) và Sáu Thức đều là các Danh pháp. Tiếp đến các lượng thông tin này được dẫn truyền vào thần kinh não bộ và tại đây nơi "kho chứa thông tin" xảy ra sự tiếp xúc (XÚC) giữa HAI LƯỢNG THÔNG TIN (một trong kho chứa và một được truyền vào) làm phát sinh Niệm - Tư Duy - Ý Thức để hiểu biết Đối Tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Tiếp đến cũng do XÚC giữa các lượng thông tin mà phát sinh Thái độ (thích, ghét), chú tâm (Định), mong muốn (Dục), cố gắng, tác ý, lời nói, hành động và kết quả (Khổ hay Vui). Như vậy các Danh pháp: Thọ - Tưởng - Niệm - Tư Duy - Ý Thức - Thái Độ (thích ghét) - Định (chú tâm) - Dục (muốn) - Tinh Tấn (cố gắng) - Tác Ý - Lời nói, Hành động - Kết Quả

(khổ hay vui) do duyên XÚC mà phát sinh. Trong đó đa phần các Danh pháp phát sinh do Xúc trong tế bào thần kinh não bộ, còn Lời nói, Hành động là Danh pháp vì nó là Cảm giác phát sinh do Nội Xúc trong các tế bào ở bộ phận tương ứng trên thân, Hạnh phúc, Khổ đau (Khổ Vui) là Danh pháp vì nó là Cảm giác phát sinh do Nội Xúc tại các cơ quan nội tạng như tim gan thận phổi dạ dày ruột... Các Danh pháp này do duyên Xúc mà khởi lên, nên nó có tánh chất (tự tánh) Vô Thường, Vô Chủ, Vô Sở Hữu (hay Vô Ngã).

2 - TÂM BIẾT và ĐỐI TƯỢNG ĐƯỢC BIẾT đều thuộc Phạm trù Tâm:

- Tâm Biết hay Cái Biết được gọi là THỨC bao gồm: Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức và Ý thức. Trong đó sáu thức đầu biết trực tiếp đối tượng nên gọi là Cái biết trực tiếp giác quan có phạm sự Nhận Biết đối tượng chứ không biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao, nên Khoa học gọi là Nhận thức cảm tính đối tượng. Ý thức biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao nhưng không phải biết trực tiếp đối tượng mà là biết gián tiếp đối tượng qua tư duy, suy luận, qua tri thức hiểu biết, kinh nghiệm đã tích lũy trong quá khứ, Khoa học gọi là Nhận thức lý tính đối tượng.

- Đối Tượng được biết là các đối tượng được thấy, được nghe, được cảm nhận và được nhận thức. Trong bốn loại đối tượng đó thì ba đối tượng đầu là của Cái biết trực tiếp

giác quan mà cụ thể là: Nhân thức thấy Cảm giác hình ảnh, Nhĩ thức nghe Cảm giác âm thanh, Tỉ thức cảm nhận Cảm giác mùi, Thiệt thức cảm nhận Cảm giác vị, Thân thức cảm nhận Cảm giác xúc chạm, Tưởng thức cảm nhận Cảm giác pháp trần. Các đối tượng này là sáu Cảm giác hay thuật ngữ Phật học là Cảm thọ, thuộc Phạm trù Tâm chứ không phải Cảnh (Vật). Mỗi một thức này chỉ nhận biết một đối tượng, tức một loại Cảm thọ duy nhất nên Nhân thức không thể thấy âm thanh, Nhĩ thức không thể nghe được mùi... Còn lại Ý thức nhận thức tất cả mọi đối tượng cả Danh pháp và Sắc pháp. Nhưng Ý thức hiểu biết gián tiếp các đối tượng qua tư duy, suy luận dựa vào các thông tin được lưu giữ trong "kho chứa thông tin" nên Ý thức biết đối tượng là biết thông tin về đối tượng, tức là Danh pháp chứ không thể biết Sắc pháp. Nghĩa là Ý thức thông qua thông tin về Cảm thọ suy luận biết có các Sắc pháp (là một nhân làm phát sinh Cảm thọ), cũng qua suy luận biết Sắc pháp Vô thường, Vô chủ chứ không biết gì hơn về Sắc pháp

- Như vậy Phạm Trù Tâm bao gồm rất nhiều Danh Pháp và các Danh Pháp ấy chia làm hai loại: Tâm biết là các THỨC và Đối tượng được biết bao gồm: những gì ĐƯỢC THẤY, ĐƯỢC NGHE, ĐƯỢC CẢM NHẬN, ĐƯỢC NHẬN THỨC cũng là Danh pháp, cũng là Tâm chứ không phải Vật. Vì vậy Thực Tại của đời sống con người bao gồm TÂM BIẾT và ĐỐI TƯỢNG ĐƯỢC BIẾT ĐỀU LÀ TÂM CHỨ KHÔNG PHẢI CẢNH.

- Nhân loại có một nhầm lẫn cơ bản khi không biết được Ý thức hiểu biết, nhận thức đối tượng do tư duy, suy luận dựa trên các thông tin trong kho chứa, nhưng các thông tin đó là thông tin về Cảm Thọ, là Danh pháp chứ không phải thông tin về các Sắc pháp, nên hiểu biết đó là hiểu biết về Cảm Thọ, về Tâm chứ không phải là hiểu biết về thế giới ngoại cảnh. Vì không thấy sự thật đó nên nhân loại mới hiểu nhầm, áp đặt cho là đang hiểu biết về Sắc pháp, về thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp. Chính vì sự nhầm lẫn này mà từ cổ chí kim biết bao nhiêu học thuyết đã ra đời nhằm thuyết minh về thế giới vật chất, về vũ trụ vạn hữu từ Luỡng nghi tứ tượng, Tứ đại, Cửu sơn bát hải, trời tròn đất vuông, nguyên tử đến vũ trụ theo cơ học cổ điển, thuyết lượng tử, thuyết hạt nhân, thuyết tương đối đến vụ nổ Binbang... nhưng rốt cuộc chỉ là sự tranh cãi không có hồi kết, đến nỗi những nhà bác học lỗi lạc cũng phải thốt lên: Cho đến bây giờ chúng ta hoàn toàn không biết Vật chất là cái gì.

3 - TÂM LÀ LỘ TRÌNH SINH DIỆT CÁC DANH PHÁP: Các Danh pháp thuộc Phạm trù Tâm sinh diệt theo hai lộ trình: lộ trình Bát Tà Đạo thuộc về Phàm phu và lộ trình Bát Chánh Đạo thuộc về bậc Thánh

a - LỘ TRÌNH BÁT TÀ ĐẠO được diễn tả theo sơ đồ sau:



Căn  
Trần

XÚC → Thọ - Tưởng → Tà Niệm → Tà Tư Duy → (Ý thức) Tà Tri Kiến →

Tham Sân Si → Tà Định → Dục → Tà Tinh Tấn → Phi như lý tác ý → Tà ngữ,  
Tà nghiệp, Tà mạng → Khổ (sinh già bệnh chết) Sầu Bi Ưu Não.

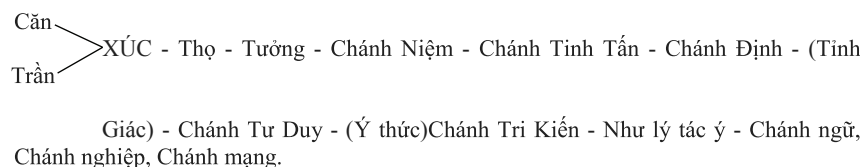
- Sự sinh lên rồi diệt đi theo quy luật Nhân Diệt Quả Sanh của các Danh pháp diễn tiến như sau: XÚC diệt, Thọ - Tưởng sinh. Tiếp đến Thọ - Tưởng diệt, Tà Niệm sinh. Tiếp đến Tà Niệm diệt, Tà Tư Duy sinh. Tà Tư Duy diệt, Tà Tri Kiến sinh. Tà Tri Kiến diệt, Tham Sân Si sinh. Tham Sân Si diệt, Tà Định sinh... Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng diệt, Khổ sinh. Khổ diệt, thì một lộ trình tương tự lại khởi lên. Một lộ trình sinh diệt này diệt đi, một lộ trình sinh diệt khác lại khởi lên tiếp nối không dừng nghỉ... Như vậy Tâm là các lộ trình sinh diệt của các Danh pháp nối tiếp nhau, từ lộ trình này sang lộ trình khác. Trong mỗi một lộ trình các Danh pháp cũng sinh diệt nối tiếp nhau và trong một thời điểm chỉ có một Danh pháp duy nhất tồn tại, nhưng rồi nó cũng diệt đi cho Danh pháp khác xuất hiện. Ví như tại thời điểm đang có Tà Niệm thì những Danh pháp ở phía trước thuộc quá khứ đã diệt, những Danh pháp phía sau thuộc tương lai thì chưa sinh nên chỉ tồn tại, chỉ trợ trợ một Danh pháp duy nhất là Tà Niệm, nhưng rồi nó cũng diệt đi và Tà Tư Duy xuất hiện. Chỉ có một trường hợp duy nhất có hai Danh pháp cùng tồn tại trong một thời điểm, đó là Thọ và Tưởng.

- Độ dài của lộ trình tâm không cố định mà nó có thể kết thúc bất kỳ tại một Danh pháp nào tùy theo sự tiếp xúc của Sáu Căn và Sáu Trần. Có lúc thấy, nghe, cảm nhận đối tượng nhưng nó diễn ra rất nhanh không kịp biết đối tượng đó là cái gì, lúc đó lộ trình tâm dừng lại ở Tưởng (XÚC - Thọ - Tưởng). Hoặc như anh thanh niên đi đường, khi mắt tiếp xúc với cô gái, phát sinh Cảm giác hình ảnh và Nhãn thức. Nhãn thức thấy Hình ảnh rồi Niệm - Tư Duy khởi lên, phát sinh Ý thức biết đó là cô gái đẹp. Do biết đó là cô gái đẹp, thích thú sẽ khởi lên nên chú tâm vào đối tượng và khởi lên ý muốn làm quen. Ngay lúc đó một xe ô tô đi ngược chiều xuất hiện, lúc này Mắt tiếp xúc Ô tô và phát sinh một lộ trình tâm mới và do đó lộ trình tâm với cô gái chấm dứt tại đây... Các lộ trình tâm dài ngắn không cố định khởi lên rồi diệt đi nối tiếp nhau. Mỗi một lộ trình tâm cho dù dài hay ngắn cũng chỉ diễn ra trong thời gian phần trăm của giây mà thôi, nhưng các lộ trình đó nối tiếp nhau, "chồng lên nhau" nên vẫn thấy rõ, nghe rõ, cảm nhận rõ đối tượng.

- Trong các trường hợp ngủ say không mộng mị, gây mê sâu khi mổ, ngất đi trong tai nạn thì không có lộ trình tâm bởi không có Tâm biết cũng như Đối tượng được biết. Trong các trường hợp này Sáu Căn không hoạt động nên không có XÚC, và vì không có XÚC nên không có lộ trình Tâm nào cả. Ví như khi gây tê một chỗ nơi tay và mũi dao rất bén đang rạch sâu vào chỗ đó nhưng người này bị bịt kín mắt và tai (không thấy, không nghe) thì người này

không cảm nhận một Cảm giác nào cả. Lúc này không có Cảm giác đau và cũng không có Thân thức nhận biết Cảm giác đau vì Thân bị gây tê (thần kinh Xúc giác không hoạt động) nên không có XÚC.

b - LỘ TRÌNH BÁT CHÁNH ĐẠO được diễn tả theo sơ đồ sau:



Lộ trình này cũng sinh diệt tương tự như lộ trình Bát Tà Đạo trên. Trong lời dạy của bậc Đạo Sư, hiểu biết đúng như thật về sự sinh diệt của lộ trình tâm Bát Tà Đạo và Bát Chánh Đạo là TRÍ TUỆ VỀ SINH DIỆT của các pháp. Trong kinh Pháp cú có nói rõ:

Ai sống một trăm năm

Không thấy pháp sanh diệt

Tốt hơn sống một ngày

Thấy được pháp sanh diệt

4 - TOÀN CẢNH VỀ TÂM: được diễn tả theo sơ đồ sau: (phía dưới bài viết): CHÈN SƠ ĐỒ

Bát Tà Đạo của Phàm phu và Bát Chánh Đạo của bậc Thánh có một đoạn chung là XÚC - Thọ - Tưởng. Đến đây

là chỗ rẽ của con đường hai ngã: ĐẾN THẾ GIAN và ĐẾN NIẾT BÀN

- NẾU TÀ NIỆM khởi lên thì Bát Tà Đạo khởi lên và trên Bát Tà Đạo này có Vô Minh, có Tham Sân Si, có Phiền Não. Nghĩa là trên Bát Tà Đạo CÓ KHỔ và NGUYÊN NHÂN KHỔ.

- NẾU CHÁNH NIỆM khởi lên thì Bát Chánh Đạo khởi lên và trên Bát Chánh Đạo này không có Vô Minh, không có Tham Sân Si, không có Phiền Não. Nghĩa là trên Bát Chánh Đạo CÓ KHỔ DIỆT và CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT.

Có thể hình dung ra con đường hai ngã này qua ví dụ. Ví như đi từ TP Hồ Chí Minh ra Hà nội nếu đi bằng đường bộ thì sẽ bắt gặp Nha trang - Đà Nẵng - Huế, tương tự như Bát Tà Đạo có Vô Minh - Tham Sân Si - Phiền não. Nhưng cũng đi từ TP Hồ Chí Minh ra Hà nội nhưng đi đường hàng không thì sẽ không bắt gặp Nha trang - Đà Nẵng - Huế đâu cả, tương tự Bát Chánh Đạo, không có Vô minh - Tham Sân Si - Phiền não. Chính vì vậy, tu học phải theo các bước VẮN - TƯ - TU để khởi lên Chánh Niệm thì Bát Chánh Đạo sẽ tuần tự khởi lên và vì lý do đó mà những bài kinh dạy Pháp Hành bao gồm ba bài kinh trong Trung Bộ đều là Niệm: Kinh Niệm Xứ, Kinh Niệm hơi thở vô, hơi thở ra, Kinh Thân Hành Niệm.

NHƯ VẬY ĐỨC PHẬT GIÁC NGỘ TƯ THÁNH ĐỂ LÀ GIÁC NGỘ VỀ TÂM chứ không phải giác ngộ về Thế Giới Vũ Trụ Vạn Hữu.

## HAI ĐIỀU RẤT KHÓ LĨNH HỘI CỦA PHẬT PHÁP

Giác Ngộ, Giải Thoát là mục đích cuộc sống nhân loại và đó cũng là mục đích của Phạm Hạnh mà Đức Phật đã thuyết giảng trong 45 năm. Nhưng những người đã Giác Ngộ, đã Giải Thoát lại rất ít ỏi và hiếm hoi trong lịch sử nhân loại. Thời Phật còn tại thế, Ngài đã tự thán và điều này được lưu dấu trong Kinh Điển. "Pháp mà Ta chứng được sâu kín, tịch tĩnh, mỹ diệu, vượt qua mọi tư duy lý luận suông, chỉ có người trí mới có khả năng giác hiểu. Còn quần chúng này thì đam mê Ái Dục, bị Ái Dục ràng buộc nên Lý Duyên Khởi là một điều rất khó lĩnh hội và Niết Bàn, sự từ bỏ mọi Tham ái, sự chấm dứt mọi Tham ái, sự đoạn tận mọi Tham Ái cũng là điều rất khó lĩnh hội". Đây chính là hai điều rất khó lĩnh hội của Phật pháp. Con người cho dù rất thông minh, họ có thể phát minh, sáng chế ra gần như tất cả những thứ họ muốn nhưng ít ai có thể lĩnh hội được hai điều mà Đức Phật đã chứng ngộ và tuyên thuyết, đó là LÝ DUYÊN KHỞI và NIẾT BÀN. Có phải nhân loại tuy thông minh như vậy nhưng không có khả năng học hỏi về Lý Duyên Khởi và Niết Bàn không? Không phải như vậy, mà là do nhân loại đã có hiểu biết về Lý Duyên Khởi và Niết Bàn sai lạc và lại CHẤP THỦ vào hiểu biết sai lạc đó. Chính vì chấp thủ vào hiểu biết sai lạc đó là Vô Minh, nó như một tấm màn che mắt, không cho nhân loại lĩnh hội được lời dạy của Đức Thế Tôn.

1- VỀ LÝ DUYÊN KHỞI: Kẻ Phàm phu cũng nói đến các pháp phát sinh theo định luật Nhân Quả nhưng là "Một Nhân biến đổi thành Quả" hay có bổ sung thêm "Nhân Chính biến đổi thành Quả có các Nhân Phụ trợ giúp hoặc Nhân Chính biến đổi thành Quả có các Duyên trợ giúp". Vì thế Nhân trong Quả, Quả trong Nhân, các pháp tương tức, tương nhập, lệ thuộc lẫn nhau theo quan hệ chủ nhân, chủ sở hữu. Nội dung của hiểu biết này là Vô Minh, Thường kiến, Ngã kiến và từ hiểu biết Vô Minh này mà sẽ có hiểu biết Vô Minh về Khổ Tập Diệt Đạo. Chính hiểu biết sai lạc, Vô Minh về Nhân Quả ngăn che không cho kẻ Phàm phu Quán Sát sự thật để Thấy Biết như thật về Định Luật Nhân Quả: HAI NHÂN BÌNH ĐẲNG TIẾP XÚC NHAU RỒI CÙNG DIỆT MỖI PHÁT SINH CÁC QUẢ. Do vậy tính chất các pháp là Vô Thường, Vô Ngã (Vô chủ, Vô sở hữu). Với hiểu biết đúng như thật về Định Luật Nhân Quả như thế này, mới có thể hiểu biết đúng như thật các pháp, đúng như thật về Khổ Tập Diệt Đạo.

2 - VỀ KHỔ DIỆT HAY NIẾT BÀN: Hiểu biết sai, tức Vô Minh về Khổ Tập Diệt Đạo đã "Mặc Định" sự Chấm Dứt Khổ hay Khổ chỉ diệt đi khi có Hạnh Phúc thay thế. Chừng nào mà chưa sở hữu đầy đủ Hạnh phúc (Vật chất và Tinh thần) thì chừng ấy Khổ chưa chấm dứt. Chính vì Vô Minh hiểu biết về Khổ Diệt là như vậy nên kẻ Phàm phu Yêu thích Hạnh phúc, Chán ghét Đau khổ và vì vậy mới "Khát Ái tìm cầu Hạnh phúc (Hỷ Lạc) chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái" để Chấm Dứt Khổ.

Trong Thực Tại Thế Gian của Phàm phu tồn tại cả hai thứ HẠNH PHÚC và KHỔ ĐAU luôn đắp đổi cho nhau: Khi có Hạnh phúc thì lúc đó không có Khổ đau, khi có Khổ đau thì lúc đó không có Hạnh phúc. Vì hiểu biết Vô Minh, hiểu biết một chiều, hiểu biết thiên cận cái Sự Thật đó mà kẻ Phàm phu "Mặc Định" chỉ có Hạnh Phúc mới chấm dứt được Đau khổ. Chính Vô Minh đã mặc định như vậy là tấm màn che mắt kẻ Phàm phu, làm cho không thấy biết được sự thật lời dạy của Phật về Khổ Diệt, Niết Bàn là đoạn tận Tham Ái chứ không phải là một thứ Hạnh phúc thay thế.

Thực Tại thế gian của Phàm phu do Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh ra Sáu Thọ và Sáu Tưởng và tiếp theo Tà Niệm, Tà Tư Duy, Tà Tri Kiến, Tà Định, Tà Tinh Tấn, Tà ngũ, Tà nghiệp, Tà mạng khởi lên, nên Thực Tại đó có Vô Minh, có Tham Sân Si, có Hạnh Phúc, có Khổ Đau (có Khổ Vui). Cuộc đời này, Thế gian này đồng thời tồn tại Niềm Vui và Nỗi Khổ. Hai mặt KHỔ VUI của thực tại là Sự Thật, là Chân Lý nhưng nó có tính chất Vô Thường và Vô Chủ. Nghĩa là nó Sinh lên rồi Diệt đi và không có bất kỳ một cái gì, không có một cái Ta nào là chủ nhân, chủ sở hữu của Khổ Vui, vì thế không có ai có thể nắm giữ, không có ai có thể xua đuổi được Khổ Vui. Kẻ Phàm phu sống trong Vô Minh nên ảo tưởng sẽ làm chủ, sẽ sở hữu Hạnh Phúc và sẽ xua đuổi, sẽ chấm dứt được Khổ Đau. Thực Tại có hai mặt KHỔ và VUI như hai mặt của một đồng tiền mà chỉ Chấp nhận một mặt và Không Chấp nhận mặt kia là ảo tưởng lớn nhất của nhân loại. Sống bởi Vô Minh, bởi ảo tưởng

như vậy nên kẻ Phàm phu "Khát ái tìm cầu Hạnh phúc chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái" tưởng rằng như vậy sẽ Chấm dứt được Khổ. Nhưng CHÍNH HÀNH VI KHÁT ÁI TÌM CẦU HẠNH PHÚC đó lại là Nguyên Nhân Phát Sinh Khổ. Vì vậy lao tâm khổ trí, nỗ lực phấn đấu để có được Hạnh phúc, và nhờ Hạnh phúc đó mà chấm dứt được Khổ đang chi phối nhưng lại làm phát sinh một cái Khổ mới, thậm chí còn trầm trọng hơn. Và như vậy, thực chất thì chỉ đổi nỗi khổ này lấy một nỗi khổ khác mà thôi, chứ không chấm dứt được Khổ.

Thực Tại Xuất Thế Gian của bậc Thánh cũng do Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh ra Sáu Thọ và Sáu Tưởng và tiếp theo Chánh Niệm, Chánh Tinh Tấn, Chánh Định, Chánh Tư Duy, Chánh Tri Kiến, Chánh ngũ, Chánh nghiệp, Chánh mạng khởi lên và Thực Tại đó không có Vô Minh, không có Tham Sân Si, không có Hạnh Phúc và Khổ Đau (không có Khổ Vui). Đối với bậc Thánh, khi có Lạc thọ, không yêu thích nên Hạnh Phúc không có mặt, khi có Khổ thọ hoặc Bất khổ bất lạc thọ, không chán ghét, không tìm kiếm Lạc thọ để thay thế nên Khổ Đau không có mặt. Trong Thực Tại Xuất Thế Gian của bậc Thánh, VẮNG LẶNG CẢ KHỔ ĐAU VÀ HẠNH PHÚC, đó gọi là KHỔ DIỆT hay NIẾT BÀN. Đức Phật đã dùng nhiều phương tiện khác nhau thuyết giảng chỉ nhằm đến một điều duy nhất là đoạn tận Tham ái, nhất hướng nhằm chán Ly Tham. Mà đoạn tận Tham ái cái gì, Ly Tham cái gì? Đương nhiên là đoạn tận Tham ái HẠNH PHÚC, Ly tham HẠNH PHÚC. Sự đoạn

tận Tham ái Hạnh Phúc, sự Ly tham Hạnh phúc xảy ra thì "Khát ái tìm cầu Hạnh Phúc chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái" được đoạn tận, Nguyên Nhân Khổ được đoạn tận. Đó chính là Đoạn tận Khổ Đau, là sự vắng mặt cả Khổ Đau và Hạnh Phúc. Đây là con đường hoàn toàn khác, hoàn toàn ngược lại con đường ĐI TÌM HẠNH PHÚC của Thế gian.

Thực Tại Thế Gian CÓ HẠNH PHÚC và CÓ KHỔ ĐAU còn Thực Tại Xuất Thế Gian KHÔNG CÓ HẠNH PHÚC và KHÔNG CÓ KHỔ ĐAU nên Đức Phật dạy tu tập Bát Chánh Đạo là để Chấm dứt Tham Ái Hạnh Phúc, Chấm dứt Thực Tại Thế Gian, để an trú Thực Tại Xuất Thế Gian.

3 - TU HỌC ĐÚNG HƯỚNG: Hai điều khó lĩnh hội trong lời dạy của Phật là Lý Duyên Khởi và Niết Bàn thì Kiến thức về Lý Duyên Khởi của nhân loại tuy sai lạc nhưng có thể thay đổi dễ dàng hơn Kiến thức sai lạc về Chấm Dứt Khổ. Đa phần nhân loại, hiểu biết về Lý Duyên Khởi đang rất nông cạn, thậm chí là chưa hiểu biết gì nhiều về Nhân Quả, chấp thủ kiến thức sai về Nhân Quả đang còn ít nên có thể tiếp thu một Kiến thức mới, đúng sự thật về Nhân Quả dễ dàng nếu được chỉ thẳng trên sự thật. Còn Vô Minh về Khổ Tập Diệt Đạo mà đặc biệt là Vô minh về Chấm Dứt Khổ hay Khổ Diệt, Niết Bàn đã sâu dày quá mức, khó mà thay đổi. Từ hiểu biết Vô Minh về Khổ Tập Diệt Đạo, đặc biệt là Vô Minh về Chấm Dứt Khổ mà phát sinh hành vi Khao khát tìm cầu Hạnh Phúc chỗ này chỗ kia, nên cho dù

có tu học theo Phật thì vẫn hướng đến TÌM CẦU HẠNH PHÚC mà chỉ là đổi chỗ tìm cầu từ "chỗ kia" sang "chỗ này" mà thôi. Vì thế khi chưa tu học thì tìm cầu Hạnh Phúc vật chất, Hạnh Phúc tinh thần trong mọi lĩnh vực của đời sống còn khi tu học thì thích thú trong phước báo để tương lai có Hạnh Phúc trong Sống lâu, Sắc đẹp, An vui, Sức mạnh trong Phật pháp, hoặc là muốn xa lánh Hạnh phúc vật chất để tìm kiếm Hành phúc tinh thần thanh cao nhờ Phật pháp. Họ thích thú với những kiến thức cao vời "siêu lý luận", những kiến thức Phật học mà khoa học "không với tới được", họ trang bị những thứ đó để làm đẹp cuộc đời, để cuộc đời nhiều màu mè, nhiều hạnh phúc hơn, nhiều người hành thiện để đạt năng lực siêu nhiên, để chứng ngộ một Hạnh phúc tinh thần tuyệt đối. Nhiều người tu quan niệm rằng thế gian tuy VUI mà KHỔ còn tu hành tuy KHỔ mà VUI, và quan niệm đó vẫn là quan niệm của thế gian, vẫn chỉ quanh quẩn nơi Vui và Khổ. Đa phần người tu mở miệng là nói đến Hạnh Phúc, vì trong họ đầy ắp "Khao Khát Hạnh Phúc", và tu học như vậy là để tìm cầu Hạnh phúc trong Phật pháp mà đỉnh cao là Hạnh Phúc Tuyệt Đối của Niết Bàn...

Sự tu học để tìm cầu Hạnh Phúc như vậy là KHÔNG ĐÚNG HƯỚNG vì chung quy thì vẫn là "Tham ái tìm cầu Hạnh Phúc chỗ này chỗ kia như Dục ái, Hữu ái, Phi Hữu ái". Nếu có bỏ được Dục ái, Hữu ái thì lại dồn năng lực tìm cầu Hạnh Phúc ở Phi Hữu ái (Dục Hỷ Niết Bàn) và cũng chỉ quanh quẩn trong Thực Tại Thế Gian có Hạnh Phúc lẫn



Đau Khổ mà thôi. Sự tu học ĐÚNG HƯỚNG LÀ ĐOẠN TẬN THAM ÁI HẠNH PHÚC để chúng ngộ và an trú Thực Tại Xuất Thế Gian không có cả Hạnh Phúc lẫn Khổ Đau gọi là Khổ Diệt hay Niết Bàn.

Nếu tu học không đúng hướng sẽ không có kết quả, chỉ sự tu học DÙ LÀ YẾU ỚT nhưng ĐÚNG HƯỚNG sẽ mang đến kết quả. Trong Tương Ưng Bộ Kinh đã ví như sợi râu lúa mỳ, nếu đặt đúng hướng sẽ đâm thủng ngón tay thì tu học đúng hướng sẽ đâm thủng Vô minh y như vậy. Sự TU HỌC ĐÚNG HƯỚNG chỉ xảy ra khi Hiểu Biết Sai, khi Vô Minh về Khổ Tập Diệt Đạo, đặc biệt Vô Minh về Chấm Dứt Khổ (có Hạnh Phúc mới chấm dứt được Đau Khổ) được thấy rõ, được Nhận Mặt, được Điểm Chỉ như Đức Phật đã Nhận Mặt, Điểm Chỉ Vô Minh khi Ngài thành đạo: Vô Minh, Ta đã thấy rõ người rồi, từ nay người sẽ không làm nhà cho Như Lai được nữa, tất cả sườn nhà đã gãy, cây đòn dông người dựng cũng đã bị phá tan... Chỉ và chỉ khi Vô Minh bị Nhận Mặt thì lời dạy về Chấm Dứt Khổ là "Đoạn tận Tham ái Hạnh Phúc" mới thấm được vào tim óc người tu, mới có sự tu học đúng hướng. Trong kinh Ví Dụ Tắm Vải thuộc Trung Bộ Kinh đã chỉ rõ: một tấm vải đã ô nhiễm, không còn trắng sạch ví như đã có màu đen thì không thể ăn màu nhuộm để trở thành đỏ hay vàng được. Chỉ khi nào tấm vải ô nhiễm được TẮY SẠCH, trở nên trắng sạch mới có thể ăn màu nhuộm đỏ hay vàng, mới có thể trở thành tấm vải đỏ hay vàng. Cũng y như vậy kho chứa tâm thức đã bị ô nhiễm bởi Vô Minh, đã đen kịt thì

không thể nào ăn được màu nhuộm là Minh, chỉ khi Vô Minh được tẩy sạch thì kho chứa tâm thức mới nhuộm được Minh, chỉ có điều không giống như vải, tẩy xong mới nhuộm mà từng chút, từng chút một, Vô Minh được tẩy sạch đến đâu thì Minh sẽ thấm sâu đến đấy.

HÃY ĐỊNH HƯỚNG lại sự tu học từ YÊU THÍCH, NỖ LỰC ĐỂ ĐẠT ĐƯỢC HẠNH PHÚC sang NỖ LỰC CHẤM DỨT THAM ÁI HẠNH PHÚC.

## BỘC LƯU

Trong Tương Ưng Bộ Kinh, chương một: Tương Ưng Chư Thiên có đề cập tới Bộc Lưu như sau:

I: Bộc Lưu (S.I,1)

Như vậy tôi nghe.

Một thời Thế Tôn ở Sàvatthi (Xá-vệ), Jetavana (Thắng Lâm), tại vườn ông Anàthapindika (Cấp Cô Độc).

Rồi một vị Thiên, khi đêm đã gần tàn, với nhan sắc thù thắng chói sáng toàn vùng Jetavana, đi đến Thế Tôn, sau khi đến, đánh lễ Thế Tôn rồi đứng một bên. Đứng một bên, vị Thiên ấy bạch Thế Tôn:

-- Thưa Tôn giả, làm sao Ngài vượt khỏi bộc lưu?

-- Nay Hiền giả, không đứng lại, không bước tới, Ta vượt khỏi bộc lưu.

-- Thừa Tôn giả, làm sao không đứng lại, không bước tới, Ngài vượt khỏi bực lưu?

-- Nay Hiền giả, khi Ta đứng lại, thời Ta chìm xuống. Nay Hiền giả, khi Ta bước tới, thời Ta trôi giạt; do vậy, nay Hiền giả, không đứng lại, không bước tới, Ta vượt khỏi bực lưu.

Giải Thích: Bực lưu là dòng thác lũ nhấn chìm và cuốn trôi mọi thứ trên đường đi của nó. Bực Lưu nói đến trong đoạn kinh này là dòng thác lũ Tham Sân Si đang nhận chìm và cuốn trôi kẻ Phàm phu. Đương nhiên đang bị nhận chìm, đang bị cuốn trôi, đang bị đuối nước như vậy thì kẻ Phàm phu vô cùng đau khổ và muốn thoát ra khỏi Bực Lưu, muốn lên bờ để được an toàn, để hết khổ. Trước khi thành đạo, Thái tử Tất Đạt Đa cũng bị nhấn chìm và cuốn trôi trong bực lưu Tham Sân Si đó, nhưng rồi Ngài đã vượt khỏi bực lưu. Đức Phật đã vượt khỏi Bực Lưu và đã qua được bờ bên kia bằng cách: Không đứng lại, Không bước tới. Nhưng tại sao Không đứng lại, Không bước tới mà lại vượt khỏi bực lưu? Đức Phật đã giải thích: Đứng lại thời chìm xuống, Bước tới thời trôi giạt.

Đứng lại thời chìm xuống là ám chỉ cho Tham và Sân. Nghĩa là Phàm phu khi đối diện đối tượng Dễ chịu thì thích thú (Tham), đối tượng Khó chịu thì chán ghét (Sân), do Tham Sân mà bị cuốn hút vào các đối tượng đó. Đó gọi là đắm chìm trong hiện tại, là bị chìm xuống bực lưu. Khi đối diện đối tượng Trung tính (không dễ chịu không khó chịu)

thì không thích không ghét mà phát sinh hành vi tìm kiếm đối tượng Dễ chịu để thay thế đối tượng Trung tính gọi là Si. Si sẽ tác ý phát sinh lộ trình tâm truy tìm quá khứ hoặc ước vọng tương lai để tìm kiếm đối tượng Dễ chịu trong quá khứ hoặc tương lai nhằm thay thế đối tượng Trung tính trong hiện tại nên bị cuốn trôi vào quá khứ hoặc tương lai. Đó gọi là bị trôi dạt theo bực lưu.

Đức Phật đã đoạn tận Tham và Sân nên không còn đắm chìm trong hiện tại, không còn chìm xuống bực lưu nên gọi là Không đứng lại. Ngài đã đoạn tận Si nên không còn truy tìm quá khứ, không còn ước vọng tương lai, không bị bực lưu cuốn trôi nên gọi là Không bước tới. Đoạn tận Tham, đoạn tận Sân, đoạn tận Si thì Bực Lưu đã CẠN KIẾT thì ngay tại đó là THẬT ĐỊA, là bờ đầu còn bước tới hay đứng lại. Chính vì thế mà Ngài tuyên bố: Không đứng lại, không bước tới, Ta vượt khỏi bực lưu.

Chính vì vậy: Giải Thoát, Khổ Diệt hay Niết Bàn mà Đức Thế Tôn khéo giảng là Ngay bây giờ và tại đây chứ không phải là một cảnh giới, một tương lai nào khác. Tại nơi nào mà Tham Sân Si được đoạn tận thì ngay tại đó lập tức Tuệ Tri Niết Bàn chứ không mất một khoảng thời gian để qua bờ bên kia nào nữa.

## NIỆM - TƯ DUY - Ý THỨC

Trong đời sông nhân loại, khi xuất hiện một đối tượng (được thấy, được nghe, được cảm nhận) thì cũng sẽ xuất hiện Hiểu Biết về đối tượng đó. Do Hiểu Biết về đối tượng mà sẽ phát sinh Thái Độ với đối tượng. Do có Thái Độ với đối tượng mà sẽ phát sinh Lời Nói, Hành Động đối với đối tượng. Và do Lời Nói, Hành Động mà sẽ phát sinh Kết Quả là Khổ hay Vui. Đây là một lộ trình Duyên Khởi hay lộ trình diễn tiến Nhân Quả nối tiếp nhau. Trong lộ trình Nhân Quả này Thái Độ thích hay ghét đối tượng, Lời Nói, Hành Động với đối tượng và Kết Quả Khổ hay Vui đều xuất phát từ HIỂU BIẾT đối tượng. Vì vậy khảo sát để hiểu biết rõ ráo về HIỂU BIẾT đối tượng xảy ra theo tiến trình như thế nào là điều hết sức quan trọng. Nếu không thấu đạt được lộ trình Duyên Khởi phát sinh HIỂU BIẾT (mà Triết học gọi là Quá Trình Nhận Thức đối tượng) thì khó mà thấu đạt lộ trình khởi lên Bát Tà Đạo, lộ trình tâm Phàm phu và như vậy khó có thể Thấy Biết như thật KHỔ và NGUYÊN NHÂN KHỔ, và cũng khó mà thấu đạt lộ trình khởi lên Bát Chánh Đạo, lộ trình tâm bậc Thánh và như vậy khó có thể Thấy Biết Như Thật KHỔ DIỆT và CON ĐƯỜNG DIỆT KHỔ, khó có thể Giác Ngộ TỬ THÁNH ĐẾ. Quá trình phát sinh Hiểu Biết đối tượng xảy ra theo hai bước: NHẬN BIẾT đối tượng và HIỂU BIẾT đối tượng.

1 - NHẬN BIẾT đối tượng:

Khi ngủ say không mộng mỵ, không có các đối tượng (được thấy, được nghe, được cảm nhận) xuất hiện và cũng không có Hiểu Biết đối tượng. Vì sao vậy? Vì lúc đó tuy có Sáu Trần (Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp) nhưng Sáu Căn (Mắt Tai Mũi Lưỡi Thân Ý) không hoạt động vì thế không có tiếp xúc, không có tương tác giữa Căn và Trần. Khi thức tỉnh do có tiếp xúc, có tương tác giữa Sáu Căn và Sáu Trần mới xuất hiện các đối tượng (hình ảnh, âm thanh, mùi vị...) và xuất hiện Hiểu Biết đối tượng. Vì vậy các Đối Tượng và Hiểu Biết đối tượng đều do duyên Xúc (giữa Căn Trần) mà phát sinh, mà xuất hiện. Khởi đầu lộ trình này được diễn tả như sau:

MẮT tiếp xúc SẮC phát sinh: Cảm Giác Hình Ảnh - Nhân Thức.

TAI tiếp xúc ÂM THANH phát sinh: Cảm Giác Âm Thanh - Nhĩ Thức.

MŨI tiếp xúc MÙI phát sinh: Cảm Giác Mùi - Tỉ Thức.

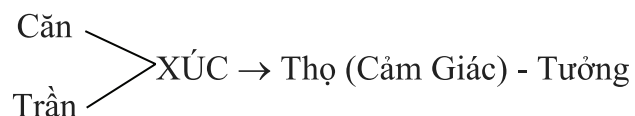
LƯỠI tiếp xúc VỊ phát sinh: Cảm Giác Vị - Thiệt Thức.

THÂN tiếp xúc XÚC TRẦN phát sinh: Cảm Giác Xúc Chạm - Thân Thức.

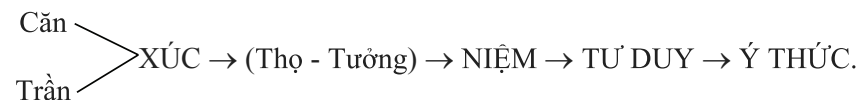
Ý tiếp xúc PHÁP TRẦN phát sinh: Cảm Giác Pháp Trần - Tưởng (thức).

Trong đó Nhân Thức thấy Cảm Giác Hình Ảnh, Nhĩ Thức nghe Cảm Giác Âm Thanh, Tỉ Thức cảm nhận Cảm Giác Mùi, Thiệt Thức cảm nhận Cảm Giác Vị, Thân Thức

cảm nhận Cảm Giác Xúc Chạm và Tưởng Thức cảm nhận Cảm Giác Pháp Trần. Sáu Thức này là cái biết Trực Tiếp Giác Quan có phạm sự NHẬN BIẾT đối tượng, đối tượng như thế nào thì nhận biết như thế đó chứ không biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Hành vi này được Triết học, Tâm lý học gọi là NHẬN THỨC CẢM TÍNH đối tượng mà Thánh hay Phàm, người hay các loài động vật khác nhau đều tương tự nhau, sinh ra là có không cần học hỏi. Lộ trình này viết gộp lại là:



2 - HIỂU BIẾT đối tượng: Sau khi nhận biết đối tượng bởi cái biết Trực Tiếp Giác Quan cái gì sẽ khởi lên tiếp theo? Ví như khi đưa một bông hồng lên trước mặt một đứa trẻ vừa sinh ra, thì Mắt tiếp xúc Sắc trần đó phát sinh đối tượng là Cảm Giác Hình Ảnh đồng thời phát sinh Nhãn thức thấy đối tượng, đứa trẻ thấy đối tượng, nhưng không có Hiểu biết đối tượng đó là cái gì. Nhưng đối với người lớn thì sau khi thấy đối tượng như đứa trẻ vừa sinh kia thì khởi lên hiểu biết: đối tượng đó là bông hồng, màu đỏ, rất tuyệt... Hiểu Biết đối tượng là bông hồng, màu đỏ, rất tuyệt chính là Ý THỨC. Lộ trình khởi lên Ý Thức như sau:



Để hình dung ra lộ trình này hãy quán sát hiện tượng qua thí dụ sau. Hãy quán sát hoạt động của Camera giám sát giao thông. Khi có một phương tiện tham gia giao thông (như một chiếc ô tô chẳng hạn) xuất hiện "tiếp xúc" mới Camera, thì trong màn hình của Camera xuất hiện Hình ảnh đối tượng. Tiếp đến thông tin về Hình Ảnh đối tượng được truyền dẫn về Trung tâm xử lý. Tại Trung tâm xử lý có lưu giữ rất nhiều thông tin đã được cài đặt: phân loại xe, tải trọng xe, chủ sở hữu các số đăng ký xe, các quy định vi phạm luật giao thông... và các thông tin này được sắp xếp theo một thứ tự đã quy định. Khi thông tin Hình ảnh từ Camera truyền đến thì Trung tâm sẽ xử lý thông tin bằng cách: Phân tích, so sánh, đối chiếu thông tin Hình ảnh vừa được truyền đến với những thông tin được lưu giữ theo thứ tự đã quy định trong bộ nhớ. Ví như đầu tiên so sánh đối chiếu toàn bộ Hình ảnh với các hình ảnh lưu giữ và thấy giống với xe tải thì sẽ Kết luận: đây là xe tải, tiếp đến so sánh đối chiếu để kết luận, biết trọng tải bao nhiêu, đối chiếu hình ảnh biển số xe để biết chủ sở hữu xe, đối chiếu Hình ảnh xe trên đường để biết vi phạm vượt đèn đỏ, đi sai phần đường... Hành vi: Phân tích so sánh đối chiếu các thông tin Hình ảnh với các thông tin đã được cài đặt này chính là TƯ DUY. Hành vi TƯ DUY sẽ đưa đến KẾT LUẬN xe đó loại gì, trọng tải bao nhiêu, chủ sở hữu là ai,

phạm những điều luật giao thông nào... chính là Hiểu Biết đối tượng. Hiểu biết đó tương tự tâm biết Ý THỨC. Sự sắp xếp thông tin theo một thứ tự nào đó để thông tin dẫn vào "tương hợp" với thông tin được cài đặt thì Tư Duy mới xảy ra được chính là NIỆM. Camera giao thông hoạt động như vậy thay thế cho một cảnh sát giao thông, một con người thật vì quá trình xảy ra trong nó bắt chước được y như con người. Tương tự như vậy, khi Mắt tiếp xúc Bông hồng phát sinh Cảm Giác hình ảnh và Nhãn thức. Nhãn thức thấy Cảm giác hình ảnh nhưng không biết đối tượng đó là cái gì. Tiếp đến thông tin Hình ảnh được truyền vào thần kinh não bộ và tại đây xảy ra sự tiếp xúc giữa hai lượng thông tin: thông tin hình ảnh được dẫn vào và lượng thông tin được lưu giữ trong kho chứa. Do XÚC này mà phát sinh NIỆM là hành vi kích hoạt, chọn lựa ra loại thông tin tương tự là các loại Hình ảnh và hiểu biết kèm theo. Tiếp theo sẽ xảy ra sự tiếp xúc (XÚC) giữa thông tin được dẫn vào với thông tin do NIỆM chọn lựa, kích hoạt làm phát sinh TƯ DUY. Tư Duy sẽ phân tích so sánh đối chiếu Hình ảnh vừa thấy với những Hình ảnh được Niệm chọn lựa, kích hoạt. Tư duy như vậy sẽ đưa đến Kết Luận, biết đối tượng đó là bông hồng, màu đỏ, rất tuyệt. Cái biết đó là Ý THỨC. Khi một người nhắm mắt lại và được người khác cho vào miệng một miếng xoài chẳng hạn. Lúc đó Lưỡi tiếp xúc Xoài phát sinh Cảm giác vị và Thiệt thức. Thiệt thức cảm nhận Cảm giác vị nhưng không biết là vị gì. Tiếp đến thông tin về Cảm giác vị đó được truyền dẫn vào thần kinh não

bộ. Tại đó sẽ có tiếp xúc giữa thông tin Cảm giác vị vừa cảm nhận với thông tin lưu giữ trong kho chứa. Do XÚC như vậy nên phát sinh NIỆM, tìm kiếm kích hoạt loại thông tin tương tự Cảm giác vị và hiểu biết liên quan. Tiếp đến sẽ xảy ra sự tiếp xúc giữa thông tin Cảm giác vị vừa cảm nhận với những thông tin tương tự được NIỆM tìm kiếm và kích hoạt. Do XÚC đó mà phát sinh TƯ DUY, phân tích, so sánh đối chiếu thông tin vừa cảm nhận và thông tin do Niệm kích hoạt. Hành vi Tư Duy đó đưa đến Kết luận, biết đối tượng đó là Vị xoài. Các đối tượng khác cũng tương tự như vậy.

a - NIỆM: là hành vi tìm kiếm, kích hoạt thông tin tương tự loại thông tin do cái biết Trực Tiếp Giác Quan cảm nhận để Tư Duy sinh khởi lên. Tư duy sẽ phân tích so sánh, đối chiếu hai loại thông tin đó. NIỆM tương tự như Google, là công cụ dò tìm thông tin được lưu giữ trong các máy chủ. Vì trong "kho chứa thông tin tri thức hiểu biết" có rất nhiều loại thông tin nên Tư Duy không thể đối chiếu với tất cả thông tin trong kho chứa nên phải có Niệm để tìm kiếm kích hoạt loại thông tin tương tự cho Tư Duy. Hành vi NIỆM trong tiếng Việt gọi là NHỚ ĐẾN, tương đồng với TRÍ NHỚ và nó chỉ tìm kiếm, kích hoạt được những thông tin nào nổi trội trong kho chứa thông tin, còn thông tin không nổi trội hoặc chìm sâu trong kho chứa thì Niệm không kích hoạt được. Ví như người mê thơ thì luôn Nhớ Đến thơ, người ham mê đá bóng thì luôn Nhớ Đến bóng, người mê rượu thì luôn Nhớ Đến rượu... còn những kỷ



niệm lúc 7 tuổi sau 50 năm đã chìm sâu trong kho chứa thì nhớ mãi không ra... Hành vi NIỆM sẽ quyết định nội dung của Ý THỨC, nghĩa là NIỆM tìm kiếm, kích hoạt được loại thông tin nào thì nội dung của Ý THỨC sẽ có nội dung đó. Ví như một người Mỹ da trắng không ăn thịt chó theo truyền thống văn hoá của họ thì trong kho chứa thông tin có thông tin: ăn thịt chó là dê tiện, là hạ liệt, đáng ghê tởm. Người đó đi du lịch Việt nam để khám phá ẩm thực. Một người Việt chơi khăm dẫn anh ta vào một nhà hàng thịt chó trang hoàng long lẫy, nguy trang rất kỹ càng làm cho anh ta không biết đó là nhà hàng thịt chó. Khi thưởng thức món ăn "Đặc sản" anh ta nức nở khen ngon. Vì sao vậy? Vì lúc đó: Lưỡi tiếp xúc Thức Ăn phát sinh Cảm giác vị và Thiết thức. Thiết thức cảm nhận Cảm giác vị, tiếp đến Niệm khởi lên, và Niệm lúc này chỉ kích hoạt thông tin về Cảm giác vị ngon dở, vì vậy Tư Duy sẽ so sánh, đối chiếu Cảm giác vị vừa cảm nhận với các Cảm giác vị ngon dở. Do Tư Duy như vậy, Ý thức khởi lên biết: Thức ăn này ngon quá. Ăn xong dẹp bỏ nguy trang, thấy chó bị giết nằm ngổn ngang và nhà hàng khẳng định thức ăn vừa ăn là thịt chó. Lúc này Ý tiếp xúc với Pháp mới "tưởng lại" Cảm giác vị đó và Niệm khởi lên, kích hoạt thông tin: ăn thịt chó là dê tiện, là hạ liệt, là ghê tởm và Tư Duy sẽ so sánh, đối chiếu Cảm giác vị vừa "tưởng lại" với thông tin "ăn thịt chó là dê tiện, là hạ liệt, là ghê tởm" đưa đến Ý thức biết Vị đó thật ghê tởm và có thể nôn oẹ tai chỗ. Trong thí dụ vừa nêu do hai trường hợp NIỆM kích hoạt hai loại thông tin khác nhau nên Ý THỨC sẽ có hai nội dung khác nhau. NIỆM có hai

loại: CHÁNH NIỆM và TÀ NIỆM.

- TÀ NIỆM phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo của phàm phu, nội dung là Nhớ Đến đủ các thứ chuyện thế gian, đặc biệt là kích hoạt các thông tin về những hiểu biết Vô Minh như Tâm biết Cảnh, Thường kiến, Ngã kiến (cái này là của Ta, là Ta, là bản ngã của Ta), Khổ Tập Diệt Đạo ở nơi ngoại cảnh.

- CHÁNH NIỆM phát sinh trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh, nội dung bao gồm: Nhớ Đến chú tâm quán sát thân nơi thân, Nhớ Đến chú tâm quán sát thọ nơi thọ, Nhớ Đến chú tâm quán sát tâm nơi tâm, Nhớ Đến chú tâm quán sát pháp nơi pháp. Chánh Niệm sẽ kích hoạt các thông tin về những hiểu biết Minh như Lý Duyên Khởi, Vô thường, Vô ngã, về Khổ Tập Diệt Đạo thuộc phạm trù tâm.

b - TƯ DUY: ngoài hành vi phân tích, so sánh đối chiếu hai loại thông tin và kết luận, hành vi Tư Duy còn có phán đoán, khái quát hoá và trừu tượng hoá các kết luận. Vì vậy Hành vi Tư duy phản ánh sự Thông minh, Sáng tạo và Phát minh tri thức mới. Khoa học thực nghiệm, Tâm lý học đã quan sát và hiểu được hành vi Tư Duy mới sáng chế ra máy vi tính, bắt chước được hành vi Tư Duy của con người. TƯ DUY có hai loại: TÀ TƯ DUY và CHÁNH TƯ DUY

- TÀ TƯ DUY: là hành vi Tư Duy xảy ra nơi lộ trình tâm Bát Tà Đạo của phàm phu, là so sánh đối chiếu thông tin về đối tượng vừa Nhận Biết với thông tin Vô Minh trong kho chứa được Tà Niệm kích hoạt.

- CHÁNH TƯ DUY: là hành vi Tư Duy xảy ra trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh hữu học và Vô học, là so sánh đối chiếu thông tin về đối tượng vừa Nhận Biết với thông tin Minh đã được Văn tuệ và Tư tuệ lưu vào kho chứa và được Chánh Niệm kích hoạt.

c - Ý THỨC: là hiểu biết đối tượng đó là cái gì, nội dung tính chất ra sao. Nội dung của Ý thức phụ thuộc vào NIỆM tìm kiếm kích hoạt được loại thông tin nào trong kho chứa và vì vậy Ý Thức phụ thuộc vào những Tri Thức Hiểu Biết đã học hỏi, kinh nghiệm trong quá khứ. Cái biết Trực Tiếp Giác Quan gồm Nhân thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức là Nhận Biết đối tượng khi nó hiện hữu, biết trực tiếp đối tượng trong hiện tại còn Ý Thức do Niệm và Tư Duy khởi lên Biết gián tiếp đối tượng khi đối tượng đã diệt, nghĩa là biết đối tượng trong quá khứ. Ý THỨC có hai loại: Ý Thức TÀ TRI KIẾN và Ý Thức CHÁNH TRI KIẾN.

- Ý Thức TÀ TRI KIẾN phát sinh trên lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu, là hiểu biết không đúng như thật về đối tượng, có nội dung Thường kiến, Ngã kiến còn gọi là Vô Minh, Vọng Tưởng, Không Liễu Tri các pháp.

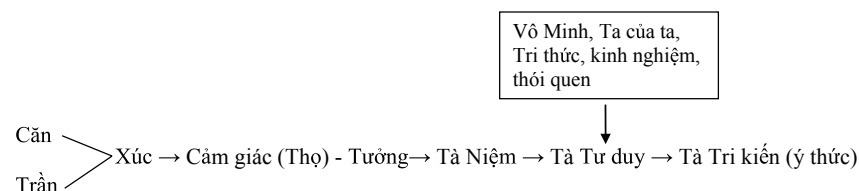
- Ý Thức CHÁNH TRI KIẾN phát sinh trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh Hữu học và Vô học, là hiểu biết đúng như thật đối tượng, có nội dung Vô thường, Vô ngã còn gọi là Minh, Trí Tuệ, Liễu Tri các pháp.

KẾT LUẬN: lộ trình khởi lên Hiểu Biết hay như Triết

học gọi là QUÁ TRÌNH NHẬN THỨC gồm hai loại biết: Đó là cái biết Trực Tiếp Giác Quan nhận biết đối tượng (gọi là Tưởng) và cái biết Ý thức hiểu biết về nội dung đối tượng mà thuật ngữ Phật học gọi là Tưởng tri đối tượng và Thức tri đối tượng còn Triết học và Tâm lý học hiện đại gọi là Nhận Thức Cảm Tính đối tượng và Nhận Thức Lý Tính đối tượng. Và những điều này xảy ra theo lộ trình nhân quả nối tiếp nhau:

Căn  
Trần > XÚC → (Thọ - Tưởng) → NIỆM → TƯ DUY → Ý THỨC.

### 3 - Lộ trình khởi lên Hiểu Biết của Phàm phu:



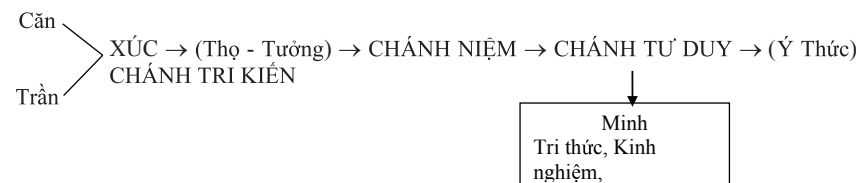
Trong kho chứa tri thức hiểu biết đã được tích lũy của Phàm phu có VÔ MINH là những hiểu biết không đúng với Sự Thật. Đó là nhị nguyên Tâm Cảnh, cái biết là Tâm và đối tượng được biết là Cảnh, là hiểu biết sai về Lý Duyên Khởi, là Thường kiến, Ngã kiến với các tư tưởng: Cái này là của Ta, là Ta, là Bản ngã của Ta, là hiểu biết sai về Khổ Tập Diệt Đạo, là bốn điên đảo Thường Lạc Ngã Tịnh. Khi

NIỆM khởi lên thì nó sẽ kích hoạt thông tin VÔ MINH nổi trội nhất trong kho chứa nên NIỆM như vậy gọi là TÀ NIỆM. Do TÀ NIỆM nên TƯ DUY khởi lên sẽ so sánh đối chiếu thông tin về đối tượng vừa Nhận Biết với các thông tin VÔ MINH đó nên gọi là TÀ TƯ DUY. Do TÀ TƯ DUY như vậy mà phát sinh Ý THỨC, hiểu biết Không Đúng Như Thật đối tượng và vì vậy Ý Thức là TÀ TRI KIẾN.

Trong Ý Thức TÀ TRI KIẾN là hiểu biết sai sự thật nên còn gọi là VÔ MINH này có hai phần: Chủ thể nhận thức và Đối tượng nhận thức. Nghĩa là có một cái Ta, một Bản Ngã thường hằng là chủ nhân, chủ sở hữu của cái biết, của nhận thức, của các pháp (mà Kinh nói đến là Ngã kiến, Ngã sở kiến, Ngã mạn tùy miên) và Đối tượng được nhận thức là Thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp được xác định là Dễ chịu, Khó chịu hay Trung tính. Ý thức TÀ TRI KIẾN như vậy là sai lạc, là Vô Minh vì các pháp là VÔ NGÃ nên không tồn tại một cái Ta, một Bản Ngã nào như vậy và đối tượng được nhận thức là các CẢM THỌ chứ không phải Thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp.

Do Ý thức hiểu biết về đối tượng là VÔ MINH như vậy mà sẽ phát sinh Thái Độ THAM SÂN SI, và do Thái độ Tham Sân Si mà phát sinh Lời Nói, Hành Động TÀ NGŨ, TÀ NGHIỆP, TÀ MẠNG và do Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng mà phát sinh Kết Quả SẴU BI KHỔ ƯU NÃO.

#### 4 - Lộ trình khởi lên Hiểu Biết của bậc Thánh như sau:



Trong kho chứa tri thức hiểu biết của một vị đã được nghe giảng, và tư duy về những điều đó mà có được hiểu biết đúng như thật về Lý Duyên Khởi, về Vô thường, Vô ngã, về Khổ Tập Diệt Đạo được lưu vào kho chứa với tên gọi là MINH. Và như vậy, trong kho chứa vị hữu học đồng thời có hai loại thông tin: MINH và VÔ MINH. Khi vị hữu học tu tập Bát Chánh Đạo thì NIỆM khởi lên, sẽ kích hoạt thông tin MINH chứ không kích hoạt thông tin VÔ MINH nên NIỆM như vậy gọi là CHÁNH NIỆM. Do có CHÁNH NIỆM mà TƯ DUY khởi lên sẽ so sánh đối chiếu thông tin về đối tượng vừa Nhận Biết với những thông tin đúng sự thật MINH nên TƯ DUY như vậy gọi là CHÁNH TƯ DUY. Do có CHÁNH TƯ DUY như vậy mà phát sinh Ý thức, hiểu biết đúng như thật về đối tượng (không còn nhị nguyên Tâm Cảnh) và được gọi là CHÁNH TRI KIẾN. Do Hiểu Biết là CHÁNH TRI KIẾN, là MINH mà sẽ không còn phát sinh Thái Độ THAM SÂN SI, không còn Lời Nói, Hành Động TÀ NGŨ, TÀ NGHIỆP, TÀ MẠNG, không còn SẴU BI KHỔ ƯU NÃO.

4 - KẾT LUẬN: Phải nhận thức sâu sắc, rõ ràng: cái quan trọng nhất cần phải tu tập là Trí Tuệ, là Minh chính là Chánh Tri Kiến trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo. Khi Chánh Tri Kiến được tu tập, được làm cho viên mãn thì thông tin MINH mới xoá bỏ được thông tin VÔ MINH được lưu giữ trong kho chứa tri thức hiểu biết và lúc đó Vô Minh, Tham Sân Si, Sầu Bi Khổ Ưu Não mới được đoạn tận. Đó mới là Giải Thoát Tối Hậu. Để đạt được điều này phải thấu rõ theo công thức Tứ Thánh Đế:

- Thấu triệt được VÔ MINH, thấu triệt được nội dung VÔ MINH là hiểu biết sai lạc đối tượng. Đây là Thấy Biết như thật Vô Minh.

- Sự tập khởi của VÔ MINH hay Nguyên nhân khởi lên VÔ MINH là do: TÀ NIỆM - TÀ TƯ DUY - Ý thức TÀ TRI KIẾN (Vô Minh). Đây là Thấy Biết như thật Nguyên Nhân Vô Minh.

- Sự chấm dứt VÔ MINH là khi MINH, Ý thức CHÁNH TRI KIẾN khởi lên. Đây là Thấy Biết như thật Sự chấm dứt Vô Minh.

- Con đường chấm dứt VÔ MINH là Bát Chánh Đạo mà cụ thể là các chi phần: CHÁNH NIỆM - CHÁNH TƯ DUY - Ý thức CHÁNH TRI KIẾN. Đây là Thấy Biết như thật Con đường chấm dứt Vô Minh.

## TƯỚNG TRI

Tướng tri là một từ thuần túy Hán ngữ và nếu hiểu theo tiếng Việt thì Tướng tri là biết do Tướng. Đa phần người học lại đồng nhất "Tướng" với tướng tượng nên suy luận ra, Tướng tri là biết do tướng tượng và từ đó kết luận: Tướng tri là biết sai lầm, là tri giác sai, là do tướng tượng mà có, hay thế giới của tướng(tượng). Nghĩa chữ Tướng và tướng tri đa phần người học Phật dùng là như vậy, nhưng nghĩa của Tướng tri không phải như vậy. Ngữ cảnh mà Tướng hay Tướng tri được dùng trong Kinh điển là: NHẬN BIẾT ĐỐI TƯỢNG. Trong lời giới thiệu bản in Kinh Trung Bộ, cố Hoà thượng Minh Châu đã viết: Chúng tôi in Kinh Trung Bộ từ năm 1973 đến năm 1975, được phiên dịch trong khoảng 1970 đến 1975 nên bản dịch có nhiều thiếu sót. Trước hết một số danh từ như Adassan trước dịch là "không hiểu rõ", nay dịch lại là "không được thấy"; Sanjānāti trước dịch là "chấp nhận", nay dịch là "tướng tri"; Parijānāti trước dịch là "hiểu rõ", nay dịch là "liễu tri"; Abhijānāti, trước dịch là "biết rõ", nay dịch lại là "thắng tri"; Pajānāti, trước dịch là "hiểu rõ", nay dịch lại là "Tuệ tri".

Ý nghĩa này phải được hiểu là trước đây Ngài dịch từ đó là Chấp nhận nay dịch là Tướng tri, về ý nghĩa cũng tương đương nhau và từ "Chấp nhận" là CHẤP NHẬN ĐỐI TƯỢNG khi xuất hiện đối tượng, cũng đồng nghĩa NHẬN BIẾT ĐỐI TƯỢNG, cũng tương tự GHI NHẬN

ĐỐI TƯỢNG khi đối tượng xuất hiện. Như vậy TƯỚNG TRI ĐỐI TƯỢNG nó có cùng một nghĩa với: Chấp nhận, Nhận biết, Ghi nhận đối tượng khi đối tượng xuất hiện. Trong Kinh điển không những có giảng nói Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh sáu Cảm thọ (Cảm giác) mà còn nói Sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh SÁU TƯỚNG (chứ không phải MỘT TƯỚNG) và trong kinh Đại Kinh Mãn Nguyệt nói Tướng Uẩn do Xúc mà phát sinh, khẳng định Tướng là một nhóm gồm sáu Tướng chứ không phải một Tướng như hiểu biết sai lạc, cho Tướng là tướng lấm.

Nhận Biết, Chấp nhận, Ghi nhận đối tượng hay Tướng tri đối tượng là như thế nào? Đó là:

MẮT tiếp xúc SẮC TRẦN phát sinh Cảm giác hình ảnh và Nhãn thức. Nhãn thức thấy Đối tượng Cảm giác hình ảnh nhưng không Biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Ví như đưa một bông hồng lên trước mắt đứa bé mới sinh ra, nó thấy hình ảnh nhưng không biết là cái gì. Đó là cái thấy thuần túy Nhãn thức không có Ý thức hiểu biết xen vào. Đấy gọi là NHẬN BIẾT ĐỐI TƯỢNG. Như vậy Nhãn thức thấy đối tượng là cái biết TRỰC TIẾP GIÁC QUAN và đó là NHẬN BIẾT, GHI NHẬN hay CHẤP NHẬN đối tượng mà thuật ngữ Phật học gọi là TƯỚNG TRI đối tượng, triết học gọi là NHẬN THỨC CẢM TÍNH đối tượng. Tương tự như vậy:

TAI tiếp xúc THANH TRẦN phát sinh: Cảm giác âm thanh và Nhĩ thức.

MŨI tiếp xúc HƯƠNG TRẦN phát sinh: Cảm giác mùi và Tỉ thức.

LƯỖI tiếp xúc VỊ TRẦN phát sinh: Cảm giác vị và Thiệt thức.

THÂN tiếp xúc XÚC TRẦN phát sinh: Cảm giác xúc chạm và Thân thức.

Ý tiếp xúc PHÁP TRẦN phát sinh: Cảm giác pháp trần và Tướng thức.

Viết gộp lại là: XÚC → (Thọ - Tướng).

Tướng bao gồm cái biết: Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tướng thức thấy Cảm giác hình ảnh, nghe Cảm giác âm thanh, cảm nhận Cảm giác mùi, cảm nhận Cảm giác vị, cảm nhận Cảm giác xúc chạm, cảm nhận Cảm giác pháp trần.

1 - Đối với lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phạm phu sau khi cái biết trực tiếp giác quan NHẬN BIẾT đối tượng thì NIỆM - TƯ DUY - Ý THỨC khởi lên ngay để hiểu biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao nên sự Nhận Biết đối tượng xảy ra rất nhanh chóng và diệt đi ngay (lướt qua) và thời gian khởi lên, tồn tại của Ý thức biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao là chủ yếu. Vì vậy sự NHẬN BIẾT xảy ra "lướt qua" như vậy, nên gọi là TƯỚNG TRI đối tượng. Kinh Pháp Môn Căn Bản đã dùng từ Tướng tri theo ngữ cảnh này. Lộ trình này được diễn tả theo sơ đồ:



Căn  
Trần > XÚC → (Thọ - Tướng) → TÀ NIỆM → TÀ TƯ DUY → Ý thức TÀ TRI KIẾN

2 - Đối với lộ trình tâm Bát Chánh Đạo của bậc Thánh sau khi NHẬN BIẾT đối tượng CHÁNH NIỆM khởi lên, Nhớ Đến chú tâm vào đối tượng với Nhiệt tâm, Tỉnh giác, vì vậy CHÁNH TINH TẤN khởi lên và do vậy CHÁNH ĐỊNH (chú tâm vào đối tượng) khởi lên. Lộ trình tâm sẽ dừng lại, kết thúc tại đó và nó sẽ "nhảy đi nhảy lại" nhiều lần như vậy. Do vậy đối tượng và Nhận biết đối tượng được kéo dài ra, nên NHẬN BIẾT rất rõ ràng đối tượng không còn xẹt qua như Bát Tà Đạo. Sự Nhận Biết đối tượng như vậy không còn gọi là TUỞNG TRI mà thuật ngữ Phật học gọi là TỈNH GIÁC hay Kinh Pháp Môn Căn Bản gọi là THẮNG TRI đối tượng. Lộ trình diễn tả như sau:

Căn  
Trần > XÚC → (Thọ - Tướng) → CHÁNH NIỆM → C. TINH TẤN → CHÁNH  
ĐỊNH - (Tỉnh Giác)

Sự NHẬN BIẾT được tư trợ bởi Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định được gọi là Tỉnh Giác này, là cái biết Trực Tiếp Giác Quan thuần túy không có Ý Thức xen vào nên THẤY chỉ là THẤY, NGHE chỉ là NGHE, CẢM NHẬN chỉ là CẢM NHẬN đối tượng, không thêm bớt.

## KHỔ DIỆT HAY NIẾT BÀN

NIẾT BÀN là một từ Hán Việt được phiên âm từ tiếng Ấn độ và nếu dịch sang tiếng Việt thì có nghĩa là KHỔ DIỆT hay SỰ VẮNG MẶT KHỔ. Đây là một trong Bốn Sự Thật hay Bốn Chân Lý mà bậc Thánh đã giác ngộ và tuyên thuyết. Đây cũng là một đề tài mà đa phần học giả, đa phần tín đồ Phật giáo xem là cao siêu, mầu nhiệm, vi tế không thể nào hiểu biết một cách rõ ràng, một điều bất khả tư nghì (không thể nghĩ bàn), tuy nó được Đức Phật định nghĩa hết sức đơn giản: Niết Bàn là đoạn tận tham, đoạn tận sân, đoạn tận si.

Định nghĩa của Đức Phật hết sức đơn giản như chính SỰ THẬT KHỔ DIỆT, nó thật như là đất ở dưới chân, không thể có một định nghĩa nào diễn tả được Niết Bàn chính xác hơn. Trong Lý Duyên Khởi Đức Phật đã tuyên bố: Nhân loại này thường rơi vào hai cực đoan, chấp các pháp là (thường) Có hoặc chấp các pháp là Không Có, còn Như Lai thì ly hai cực đoan mà thuyết pháp ở Trung Đạo, nghĩa là:

Do cái này có, cái kia có. Do cái này sinh cái kia sinh.

Do cái này không có, cái kia không có. Do cái này diệt, cái kia diệt.

Trong Tứ Thánh Đế đã chỉ rõ TẬP ĐỂ: Nguyên nhân Khổ là THAM SÂN SI thì đương nhiên DIỆT ĐỂ: Khổ

Diệt hay Niết Bàn là Sự vắng mặt của THAM SÂN SI. Vì theo nguyên lý duyên khởi:

Do Tham Sân Si có mặt, Khổ có mặt. Do Tham Sân Si sinh, Khổ sinh (TẬP ĐỂ)

Do Tham Sân Si không có mặt, Khổ không có mặt. Do Tham Sân Si diệt, Khổ diệt (DIỆT ĐỂ).

Và Đức Phật còn giải thích rõ ràng hơn: khi Khổ sinh thì biết là Khổ sinh, khi Khổ diệt thì biết là Khổ diệt, trí là trí của vị đó, không duyên một ai khác (không do người khác chỉ cho biết). Có thể hình dung ra điều này qua một ví dụ. Ví như một người đã từng bị ghê lở, hắc lao, khi ngứa khởi lên, Khổ khởi lên và ai cũng tự thấy, tự biết Khổ đó. Khi bị khổ hành hạ như vậy, họ gãi, hơ lửa, bôi thuốc, và cảm nhận rất sung sướng, hạnh phúc. Sau khi chữa lành bệnh đó, Khổ đó chấm dứt, Khổ đó không còn, ai cũng tự thấy, tự biết, không cần người khác chỉ cho biết, Khổ đã diệt. Cho đến bây giờ sau nhiều năm khổ đó diệt, người đó vẫn biết rõ Khổ đó đã chấm dứt. Trong Khổ diệt đó chỉ là sự vắng mặt của Khổ chứ không có một thứ "hạnh phúc" nào cả. Con người chỉ cần hết khổ như vậy thôi, chứ đâu cần hạnh phúc của gãi, hơ lửa, bôi thuốc như trước đây. Nếu tất cả Khổ cùng đều chấm dứt, đều vắng mặt như vậy, thì ai cũng có thể tự mình biết rõ điều đó. Đây chính là KHỔ DIỆT hay NIẾT BÀN trong đó không có một tí xúi hạnh phúc nào cả, không cần bất cứ một hạnh phúc nào cả, không có vui không có buồn, không có hạnh phúc không

có khổ đau. Đức Phật gọi đó là Vô Thượng an ổn thoát khỏi mọi khổ ách.

Một người lau chùi nhà vệ sinh với sự thực hành Niệm Thân, tức lau chùi nhà vệ sinh với Chánh Niệm: Nhớ Đến chú tâm quán sát thân nơi thân. Nếu Chánh Niệm đó khởi lên liên tục không gián đoạn thì sự chú tâm các cảm giác nơi thân như lau, cọ rửa, dội nước... cũng liên tục khởi lên không gián đoạn. Nhờ Chánh Niệm như vậy và Chánh Định (chú tâm) như vậy mà không còn Nhớ Đến bất kỳ chuyện gì trên đời (không có Tà Niệm) nên không có bất kỳ một tư tưởng nào khởi lên. Vị đó Biết Rõ các Cảm giác chùi rửa từ Cảm giác này sang Cảm giác khác với cái biết Thân Thức mà không có Ý Thức tham gia vào và cái biết Thân Thức đó bây giờ gọi là Tỉnh Giác. Trong thời gian làm việc nhất tâm như vậy, vị ấy an trú Tỉnh Giác và kinh nghiệm được trạng thái tâm vắng lặng: không thích, không ghét, không tìm kiếm đối tượng nào (không có Tham Sân Si) và KHỔ hoàn toàn vắng mặt. Vị ấy kinh nghiệm được: không yêu thích, không chán ghét, độc lập không ràng buộc, giải thoát không hệ lụy với bất kỳ đối tượng nào. Đây chính là Tuệ tri KHỔ DIỆT hay NIẾT BÀN. Trong thời gian lau nhà vệ sinh với Chánh Niệm Tỉnh Giác vị đó Tuệ tri Khổ Diệt, Niết Bàn nhưng hoàn toàn không có bất kỳ một Sung sướng, Hạnh phúc nào khi lau nhà vệ sinh. Chỉ sau khi lau nhà vệ sinh xong vị ấy có thể sung sướng, hạnh phúc vì mình đã lau được nhà vệ sinh mà hoàn toàn không có khổ thì lúc đó Bát Chánh Đạo không còn có mặt, Bát Tà Đạo đã khởi lên,

không phải là Khổ Diệt. Thật là đơn giản và dễ hiểu, nhưng đa phần người học không "Hiểu" được cái định nghĩa đơn giản, "trực chỉ" Sự Thật Khổ Diệt đó, mà họ suy diễn: đây là vấn đề tế nhị, sâu kín, bất khả tư nghì, nhân loại không thể nào hiểu nổi, nên Đức Phật không nói rõ Niết bàn là như thế nào. Vì sao lại suy diễn như vậy? Vì rằng trong hiểu biết Vô Minh về Khổ Tập Diệt Đạo của Phàm phu đã "Mặc Định": CÓ HẠNH PHÚC MỚI CHẤM DỨT ĐƯỢC KHỔ. Vì Vô Minh đó che đậy nên Phàm phu không thể nào hiểu được định nghĩa hết sức đơn giản của Đức Phật, không chấp nhận được một Sự Thật quá giản đơn: Sự vắng mặt Tham Sân Si là Niết Bàn. Vô Minh đã mặc định: Niết Bàn là đích đến của một sự phấn đấu nỗ lực trong rất nhiều a tăng kỳ kiếp, nơi đó phải là nơi Hạnh Phúc Tuyệt Đối, nơi Phúc lạc toàn vẹn và Pháp hỷ sung mãn, nơi đó tuy Chân Không mà Diệu Hữu, nơi đó là Thường Lạc Ngã Tịnh hoặc Thường Lạc Vô ngã Tịnh, là cảm nhận sung sướng đến tận đầu các ngón chân hay như cảm nhận cực khoái khi "cha mẹ hoà hợp" trong mô tả của Mật tông... Những suy diễn do Vô Minh mà khởi lên như vậy đã được Kinh Pháp Môn Căn Bản thuộc Trung Bộ Kinh gọi là: Dục hỷ Niết Bàn (Phi Hữu Ái), nghĩa là muốn có và tìm kiếm Hạnh phúc tuyệt đối của Niết Bàn cũng là Căn Bản Khổ

**1 - Biết được Niết Bàn hay Tuệ tri Niết Bàn** bằng cái biết Ý thức chứ không phải là cái biết Nhân thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức. Ví như hôm trước đi qua chỗ có cây đa cao lớn thì Nhân thức thấy Hình

ảnh cây đa cao lớn. Hôm sau cây đa cao lớn bị chặt hạ mang đi chỗ khác, thì hôm nay khi đi qua chỗ đó Nhân thức thấy Hình ảnh khác. Lúc này tư duy sẽ khởi lên: phân tích so sánh đối chiếu Hình ảnh vừa được thấy với Hình ảnh cây đa cao lớn đã được lưu giữ trong bộ nhớ. Tư duy như vậy sẽ đưa đến Kết luận và Kết luận này là cái biết Ý thức biết rằng: Không còn (có) cây đa cao lớn. Cũng tương tự như vậy khi lộ trình tâm Bát Chánh Đạo khởi lên, thì Chánh Tư Duy khởi lên so sánh "trạng thái" tâm Bát Chánh Đạo đó với trạng thái tâm Bát Tà Đạo trước đây có Tham Sân Si, có Khổ đã được lưu giữ trong kho chứa (bộ nhớ) và đưa đến kết luận. Kết luận đó là Ý thức Chánh Tri Kiến biết: không có Tham Sân Si, không có Khổ hay Sự không có mặt Tham Sân Si đó là Khổ Diệt, Niết Bàn. Ý thức biết Có Khổ và Ý thức biết Không Có Khổ (Khổ Diệt, Niết Bàn). Có Khổ và Không Có Khổ là đối tượng của Ý thức và thuật ngữ Phật học gọi là pháp. Có Khổ gọi là pháp Hữu Vi (là pháp Nhân Quả, do Nhân Duyên mà phát sinh) còn Không Có Khổ hay Khổ Diệt, Niết Bàn là không có pháp đó (Khổ) nên gọi là pháp Vô Vi (pháp không Nhân Quả)

## **2 - Niết Bàn theo nghĩa nhiếp phục và Niết Bàn theo nghĩa đoạn tận:**

a - Niết Bàn hay Khổ Diệt theo nghĩa nhiếp phục Tham Sân Si là của vị Hữu học khi đang thực hành Bát Chánh Đạo. Lúc đó Bát Tà Đạo bị nhiếp phục, không khởi lên, nên Tham Sân Si bị nhiếp phục, Khổ được nhiếp phục,

không có mặt, không khởi lên. Trong bài kinh Tứ Niệm Xứ Đức Phật đã giảng: Vị Tỷ kheo sống trú quán thân nơi thân, chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác ĐỂ NHIẾP PHỤC THAM ƯU ở đời, sống trú quán thọ nơi thọ..., sống trú quán tâm nơi tâm..., sống trú quán pháp nơi pháp, chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác ĐỂ NHIẾP PHỤC THAM ƯU ở đời. Thực hành Tứ Niệm Xứ tức đang thực hành Bát Chánh Đạo, lúc đó sẽ nhiếp phục Bát Tà Đạo, nhiếp phục Tham Ưu là nói tắt nhiếp phục Tham Sân Si, nhiếp phục Phiền não khổ đau. Đây chính là Niết bàn theo nghĩa nhiếp phục của Hữu học đạo. Nếu ngừng tu tập Bát Chánh Đạo, Bát Tà Đạo khởi lên thì Tham Sân Si lại khởi lên, Khổ lại khởi lên. Vậy như bài kinh Tứ Niệm Xứ đã chỉ rõ, mục đích của sự tu tập là để "thấy" Khổ Diệt, Niết Bàn, có nghĩa là tu tập để khởi lên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo và Ý thức Chánh Tri Kiến trên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo sẽ biết rõ, sẽ Tuệ tri: VÔ THƯỜNG, KHỔ DIỆT, VÔ NGÃ chứ không phải như hiểu biết sai, tu tập để thấy: VÔ THƯỜNG, KHỔ, VÔ NGÃ. Vì rằng khi tu đúng Bát Chánh Đạo thì Khổ được nhiếp phục, Khổ không còn nữa thì làm sao còn thấy Khổ, còn cảm nhận Khổ, chỉ khi tu sai, tu không đúng Bát Chánh Đạo thì lúc đó Khổ sẽ có mặt, Khổ sẽ hiện hữu, lúc đó mới thấy Khổ, cảm nhận Khổ. Như trong kinh đã khẳng định, không thể nào giác ngộ Tứ Thánh Đế với Khổ và Ưu mà chỉ có thể giác ngộ Tứ Thánh Đế với Lạc và Hỷ (của Bốn Thánh), vì vậy nếu tu để thấy Khổ, cảm nhận Khổ thì chỉ cần sáng quắc cho 100 hèo, trưa quắc cho 100 hèo, tối quắc

cho 100 hèo thì đã thấy Khổ, cảm nhận Khổ sâu sắc rồi chứ cần gì phải Hành thiền mới cảm nhận Khổ. Người có trí phải hiểu rằng: thấy Khổ, cảm nhận Khổ thuộc về Bát Tà Đạo, thuộc về Phàm phu không tu cũng cảm nhận được Khổ nhưng lại HIỂU BIẾT SAI VỀ KHỔ. Thánh đệ tử phải tu học với mục đích: HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT VỀ KHỔ VÀ NGUYÊN NHÂN KHỔ. Điều này có thể đạt được bởi VĂN và TƯ. Còn TU trong đó có Hành thiền là để HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT KHỔ DIỆT VÀ CON ĐƯỜNG KHỔ DIỆT.

b - Niết Bàn hay Khổ Diệt theo nghĩa đoạn tận: đó là Niết Bàn của vị Vô học đạo, của vị A la hán, của Phật mà Tham Sân Si đã được diệt tận, không có thể khởi lên trong tương lai. Khi Bát Chánh Đạo được tu tập đi đến viên mãn thì Chánh Tri Kiến là Minh được tu tập, đi đến viên mãn, sẽ có một thời điểm đột chuyển xảy ra trong "kho chứa thông tin", lúc đó thông tin Minh sẽ xoá bỏ hoàn toàn thông tin Vô Minh và do vậy sẽ phát sinh một cảm giác vô cùng lạ lẫm trên thân. Ngay lúc đó vị ấy biết rõ sự chứng đạt Niết Bàn Vô học đạo. Thông tin Vô Minh trong kho chứa đã được đoạn tận nên mọi lộ trình tâm sẽ không còn Vô Minh, vì vậy không còn Tham Sân Si, không còn Khổ (sinh già bệnh chết) Sầu Bi Ưu Não. Tuy vậy có trường hợp vị Thánh hữu học Nhập lưu cũng có Niết Bàn theo nghĩa đoạn tận. Đó là những vị có trí, khi được nghe giảng về Tứ Thánh Đế, vị ấy thấy Pháp, ngộ Pháp, mọi nghi ngờ diệt tận, mọi do dự được vượt qua, vị ấy chấm dứt, đoạn diệt được Thân Kiến,



Nghi, Giới Cấm Thủ và trở thành bậc Thánh nhập lưu. Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ được đoạn tận thì Khổ do Thân Kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ cũng được đoạn tận và đó là Niết Bàn theo nghĩa đoạn tận của bậc Thánh nhập lưu, là một phần trong Niết Bàn Vô học đạo.

### 3 - Niết Bàn hữu dư và Niết Bàn vô dư:

a - Niết Bàn hữu dư hay Khổ Diệt hữu dư là Niết bàn của vị A la hán. Tuy rằng Hoại khổ, Khổ khổ và Hành khổ do Tham Sân Si khởi lên đã đoạn diệt không có dư tàn vì Tham Sân Si đã đoạn diệt không có dư tàn, nhưng còn một số Cảm giác khó chịu (Khổ thọ) do Thân tiếp xúc với Xúc trần phát sinh ra vẫn còn tồn tại. Đó là các Cảm giác quá nóng hoặc quá lạnh, bệnh tật... mà bậc Thánh phải kham nhẫn, như Đức Phật vẫn bị bệnh phong thấp, bệnh lỵ huyết. Đây chính là Khổ Diệt hữu dư và nó sẽ được diệt tận không có dư tàn khi vị đó nhập diệt. Đức Phật đã ví Khổ Diệt hữu dư của vị A la hán so với Khổ đã diệt tận như đất trên đầu móng tay so với đất trên quả đất. Vì sao vậy? Vì khi sáu Căn tiếp xúc sáu Trần phát sinh sáu loại Cảm Thọ, mỗi một loại Cảm thọ sẽ có 3: Lạc thọ, Khổ thọ, Bất khổ bất lạc thọ. Như vậy sẽ có 18 lộ trình và đối với phàm phu do có Tham với Lạc thọ, Sân đối với Khổ thọ, Si với Bất khổ bất lạc thọ nên cả 18 lộ trình đều phát sinh Khổ. Trong 18 lộ trình như vậy chỉ có một lộ trình có Khổ thọ trên thân mà Thánh hay Phàm đều có như nhau. Kẻ Phàm phu ngoài Khổ thọ trên thân còn có Khổ do Tham Sân Si khởi lên trên cả 18

lộ trình, còn bậc A la hán chỉ còn Khổ Diệt hữu dư là Khổ thọ trên thân, còn Khổ do Tham Sân Si trên 18 lộ trình đã đoạn tận.

b - Niết Bàn vô dư hay Khổ Diệt vô dư: Khi một vị A la hán nhập diệt thì Khổ còn dư sót cũng đoạn diệt hoàn toàn và đó gọi là Niết Bàn vô dư hay Khổ Diệt vô dư. Khi đó sáu Căn ngưng hoạt động, do vậy không còn sự tiếp xúc giữa sáu Căn và sáu Trần nên lộ trình tâm Bát Chánh Đạo cũng chấm dứt, không còn khởi lên. Tiến trình Danh Sắc cũ chấm dứt, không còn phát sinh một Danh Sắc mới. Tiến trình luân hồi sinh tử diễn tiến từ vô thủy chấm dứt tại đây. Đức Phật đã ví sự việc nhập diệt này như: ngọn lửa đang cháy do dầu và bấc (Căn và Trần) khi dầu hết (Căn diệt) thì ngọn lửa tắt. Nếu có người hỏi ngọn lửa đó tắt thì nó đi về đâu? Câu hỏi ấy hoàn toàn không hợp lý, không thể được đặt ra trong trường hợp này, hướng hồ là đi tìm câu trả lời nó. Có thể hình dung ra sự việc qua một ví dụ sau. Một ngày bắt đầu thức dậy vào lúc 6 giờ sáng và kết thúc vào lúc 10 giờ đêm khi đi ngủ. Trong một ngày như vậy, từ khi thức dậy đến khi ngủ say là sự HIỆN HỮU, vui cũng có mà buồn cũng có, hạnh phúc chen lẫn khổ đau nhưng đa phần vui ít, khổ nhiều, náo nhiều mà nguy hiểm càng nhiều hơn. Từ 10 giờ đêm tới 6 giờ sáng hôm sau nếu ngủ say không mộng mị thì trong thời gian đó có thể xem là KHÔNG HIỆN HỮU, không có Hạnh Phúc lẫn Khổ Đau nào cả. Ai ai cũng đã kinh nghiệm cả hai khoảng thời gian đó và nếu so sánh hai khoảng thời gian đó cho dù với một



ngày hạnh phúc nhất thì khoảng thời gian ngủ say không mộng mị TUYỆT hơn rất nhiều. Nếu ngủ say không mộng mị như vậy vĩnh viễn không còn trở dậy, không có một đời sau nào nữa thì nó cũng tương tự như sự nhập diệt của vị A la hán, Khổ còn dư sót trên thân diệt tận hoàn toàn, thân thể sẽ tan hoại theo định luật vật chất, không còn phát sinh một Danh Sắc nào khác.

Khi nghe nói một vị A la hán nhập diệt như vậy một số người học đạo thốt lên: nhập diệt như vậy, không còn gì cả, buồn nhĩ. Tại sao họ thất vọng như vậy? Bởi Hữu Ái chi phối họ, Tham ái sự hiện hữu, sự sống của thân xác chi phối họ nên họ không thể nào chấp nhận nhập diệt là như vậy. Như Long Thọ, vị Tổ Sư của Phật giáo Phát triển cũng không chấp nhận nhập diệt như dầu hết đèn tắt nên đã từng nói: không thể có chuyện tu hành trong khoảng thời gian ba a tăng kỳ rồi chỉ sống có bốn mươi lăm năm và nhập diệt như dầu hết đèn tắt. Không thể như vậy. Quan điểm đó là do bị Phi Hữu Ái chi phối, là Tham ái sự hiện hữu khi không còn thân xác và vì vậy mà suy diễn tưởng tượng ra có một Phật Tánh không sanh không diệt bao trùm khắp vũ trụ như Thượng Đế Toàn Năng của Cựu Ước hay Đại Ngã của Bà la môn giáo và nhập Niết Bàn là nhập vào Phật Tánh không sinh không diệt đó. Quan điểm đó không khác gì tôn giáo Tây phương khi chết được trở về Nước Chúa, hoà nhập với Thượng Đế Toàn Năng hay hoà nhập vào Đại Ngã của Bà la môn giáo. Thực chất nội dung các quan điểm đó giống nhau, chỉ khác nhau về tên gọi. Người trí nếu hiểu

được Nguyên nhân Khổ là Dục Ái, Hữu Ái và Phi Hữu Ái và đoạn tận được Dục Ái, Hữu Ái, Phi Hữu Ái là đoạn tận Khổ thì hiển nhiên Niết Bàn vô dư như dầu hết đèn tắt là điều hiển nhiên không còn phải nghĩ bàn gì nữa.

## CHỈ VÀ QUÁN

Chỉ và Quán là hai pháp hành trong Bát Chánh Đạo

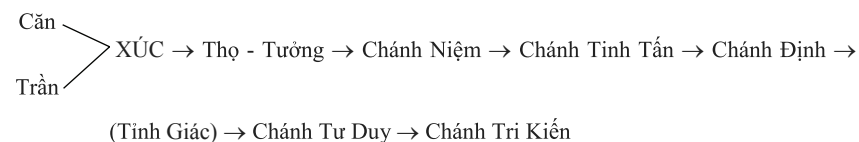
1 - CHỈ là Đình Chỉ, là Dừng Lại, nhưng Dừng Lại cái gì? Trong lộ trình tâm khởi lên tâm biết đối tượng, tuần tự xuất hiện hai loại tâm biết: Tâm biết Trực Tiếp Giác Quan có phạm sự Nhận Biết đối tượng (bao gồm Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng thức) và tiếp theo Tâm biết Ý Thức khởi lên có phạm sự xác định đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao. Đối với tất cả nhân loại và các loài động vật thì các biết Trực Tiếp Giác Quan đều giống nhau, đều Vô ngôn, Vô niệm, Vô phân biệt. Cái biết này không phát sinh Thái độ (thích, ghét hay không thích không ghét), không phát sinh Lời nói, Hành động và do vậy không có Kết quả Khổ hay Vui. Tâm biết Ý thức của nhân loại (ngoại trừ bậc Thánh) sẽ hiểu biết đối tượng đó là cái gì, dễ chịu, khó chịu hay trung tính, kèm theo những Kiến thức sai sự thật gọi là Vô minh về đối tượng. Do Ý Thức là Vô Minh như vậy mà sẽ phát sinh Thái độ Tham Sân Si, và do Tham Sân Si mà phát sinh Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng và do Tà ngữ, Tà nghiệp, Tà mạng mà phát sinh Khổ hay

Vui. Ví như một đứa bé trai vừa đẻ ra và một thanh niên 25 tuổi cùng nhìn thấy một cô hoa hậu sexy bốc lửa. Nhân thức thấy Hình ảnh nơi đứa trẻ và anh thanh niên đều giống nhau nhưng đứa trẻ chỉ có Nhân thức thuần túy, Ý thức không khởi lên, không biết đối tượng đó là cái gì nên không có Thái độ, không có Phản ứng còn anh thanh niên kia cũng Thấy như đứa trẻ nhưng Ý Thức khởi lên Biết đối tượng là cô gái rất đẹp, hấp dẫn mê hồn... Do Ý thức biết về đối tượng như vậy nên Thái độ thích thú (Tham) khởi lên và bị cuốn hút vào đó... Nếu anh thanh niên Dừng Lại cái Thấy, không cho cái Biết (Ý thức) khởi lên thì sẽ không có Tham đắm, không bị cuốn hút vào đối tượng và sẽ không có Khổ Vui vì đối tượng đó như đứa bé kia. Cũng y như vậy tu tập CHỈ là làm cho lộ trình tâm DỪNG LẠI cái biết trực tiếp giác quan Vô niệm, Vô ngôn, Vô phân biệt, không cho Ý thức khởi lên. Đó là khi thực hành Niệm Thân trong Tứ Niệm Xứ: Nhớ Đến quán sát thân nơi thân với chánh niệm, nhiệt tâm, tỉnh giác để nhiếp phục Tham ưu. Lộ trình tâm Bát Chánh Đạo đó có các chi phần sau:



Cái biết trực tiếp giác quan Nhận Biết đối tượng được gọi là Tưởng (Tưởng tri) nhờ có Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định nên Ý thức không khởi lên, và do đó mà Thấy Rõ, Nghe Rõ, Cảm Nhận Rõ đối tượng. Vì vậy Cái biết trực tiếp giác quan không gọi là Tưởng Tri nữa, mà bây giờ được gọi là TỈNH GIÁC hay là Thắng tri. An trú TỈNH GIÁC như vậy, không có Ý thức khởi lên, sẽ kinh nghiệm được không có Vô Minh, không có Tham Sân Si, không có Phiền não. Giải thoát do Chánh Niệm - Chánh Tinh Tấn - Chánh Định - Tỉnh Giác mà có được như vậy gọi là TÂM GIẢI THOÁT hay KHÔNG GIẢI THOÁT.

2 - QUÁN: Là thực hành Niệm Tâm và Niệm Pháp để khởi lên CHÁNH TRI KIẾN với lộ trình tâm Bát Chánh Đạo như sau:



Trong lộ trình này Chánh Niệm sẽ tìm kiếm kích hoạt các thông tin đã được Văn Tuệ và Tư Tuệ lưu vào kho chứa. Đó là những hiểu biết Đúng Như Thật về Lý Duyên Khởi, về Vô thường, Vô ngã, về Khổ Tập Diệt Đạo gọi là MINH mà không kích hoạt VÔ MINH. Do vậy Chánh Tư Duy sẽ đối chiếu, so sánh thông tin về đối tượng vừa Nhận Biết với thông tin MINH và làm phát sinh Ý thức Chánh Tri

Kiến, Biết đúng như thực đối tượng là CẢM THỌ, nó Vô thường, Vô ngã, nó có Vị ngọt, sự Nguy hiểm và sự Xuất ly. Do Ý Thức Chánh Tri Kiến là MINH nên lộ trình tâm này không có Vô Minh, không có Tham Sân Si, không có Phiền não. Giải thoát do Chánh Tri Kiến mà có được như vậy gọi là TUỆ GIẢI THOÁT hay VÔ TƯỚNG GIẢI THOÁT.

Mục đích của QUÁN là để thay thế Ý Thức Tà Tri Kiến là Vô Minh, là Không Liễu Tri các pháp sang Ý Thức Chánh Tri Kiến là Minh, là Liễu Tri các pháp.

3 - KẾT LUẬN: Quá trình nhận thức đối tượng bao gồm Cái biết trực tiếp giác quan Nhận Biết đối tượng và Ý thức hiểu biết nội dung đối tượng, Phật học gọi là Tưởng tri đối tượng và Thức tri đối tượng, Triết học gọi là Nhận thức cảm tính và Nhận thức lý tính đối tượng gọi tắt là THẤY và BIẾT.

- Tu tập CHỈ là Dừng Lại THẤY để chỉ là THẤY mà không cho BIẾT khởi lên. THẤY đó ở Phàm phu gọi là Tưởng Tri còn bậc Thánh tu tập CHỈ thì gọi là Tĩnh Giác hay Thắng Tri. Với tu tập CHỈ sẽ chứng ngộ và an trú TÂM GIẢI THOÁT hay KHÔNG GIẢI THOÁT.

- Tu tập QUÁN để thay đổi BIẾT từ Vô Minh, Không Liễu Tri của Phàm phu sang Minh, Liễu Tri của bậc Thánh. Với tu tập QUÁN sẽ chứng ngộ và an trú TUỆ GIẢI THOÁT hay VÔ TƯỚNG GIẢI THOÁT.

- Đây là Yếu Chỉ của sự tu tập Phật Giáo đã được Đức

Phật giảng dạy trong Kinh Pháp Môn Căn Bản. Đó là tu tập CHỈ và Quán để Thấy Biết như thật:

a - TÂM BIẾT của Phàm phu bao gồm: THẤY là Tưởng tri đối tượng và BIẾT là Vô Minh, Không Liễu Tri đối tượng. Do THẤY và BIẾT như vậy mà có Dục hỷ là Căn Bản Khổ (KHỔ ĐỂ và TẬP ĐỂ)

b - TÂM BIẾT của bậc Thánh bao gồm: THẤY là Thắng tri đối tượng và BIẾT là Minh, Liễu Tri đối tượng. Do THẤY và BIẾT như vậy mà chấm dứt Dục hỷ, chấm dứt Căn Bản Khổ (DIỆT ĐỂ và ĐẠO ĐỂ)

## THƯỢNG TRÍ

Thượng trí là trí tuệ, là HIỂU BIẾT ĐÚNG NHƯ THẬT tốt cùng, do bậc Chánh Đẳng Giác chứng ngộ và tuyên thuyết. Vậy THƯỢNG TRÍ ấy dùng để làm gì? Đó là:

- Có pháp cần phải LIỄU TRI với THƯỢNG TRÍ: đó là NĂM THỦ UẨN. Đây chính là hiểu biết đúng như thật về Khổ (CHẤP THỦ Sắc Thọ Tưởng Hành Thức là Khổ chứ không phải Sắc Thọ Tưởng Hành Thức là Khổ). Đây là KHỔ ĐỂ.

- Có pháp cần phải ĐOẠN TẬN với THƯỢNG TRÍ: đó là VÔ MINH và THAM ÁI. Đây chính là hiểu biết đúng như thật về Nguyên nhân Khổ. Đây là TẬP ĐỂ.

- Có pháp cần phải TU TẬP với THƯỢNG TRÍ: đó là CHỈ và QUÁN. Đây là hiểu biết đúng như thật về Con đường chấm dứt Khổ, là Bát Chánh Đạo với ba trụ cột NIỆM - ĐỊNH - TUỆ (Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Kiến). Đây là ĐẠO ĐẾ

- Có pháp cần phải CHỨNG NGỘ với THƯỢNG TRÍ: đó là MINH và GIẢI THOÁT. Đây là hiểu biết đúng như thật tất cả pháp, liễu tri tất cả pháp, là TUỆ TRI TÂM GIẢI THOÁT, TUỆ GIẢI THOÁT hay TUỆ TRI KHÔNG GIẢI THOÁT, VÔ TƯỚNG GIẢI THOÁT, VÔ TÁC GIẢI THOÁT hay TUỆ TRI NIẾT BÀN. Đây là DIỆT ĐẾ.

Vậy THƯỢNG TRÍ chính là trí tuệ Giác Ngộ TỨ THÁNH ĐẾ.

## ĐỨC TIN VÀ TRÍ TUỆ

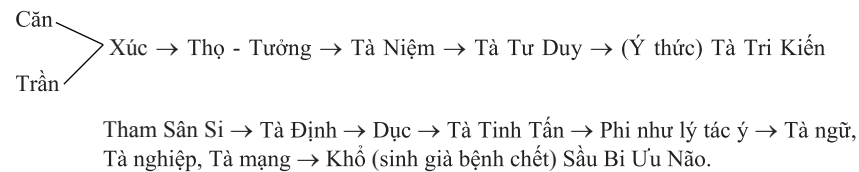
Đức Tin là nền tảng của tôn giáo phát sinh do những Tri Thức Hiểu Biết đã được tôn giáo ấy "Nhồi Sọ". Đó là những cảnh giới, những miền đất hứa cao vời, mầu nhiệm nhưng lại rất mơ hồ trừu tượng không thể kiểm chứng bởi Sự Thật cuộc sống. Đức Tin ấy thậm chí tin vào những điều rất ngây thơ ấu trĩ, đã được chứng minh là trái ngược với sự thật cuộc sống những vẫn không hề lay chuyển đối với tín đồ tôn giáo. Đức Tin tôn giáo ngăn cản không cho các tín đồ tôn giáo tiếp cận và khám phá sự thật. Đạo Phật tôn giáo

cũng y cứ vào Đức Tin như vậy tuy có phần ít cực đoan hơn các tôn giáo khác. Nhưng lời dạy của Đức Phật hay Đạo Phật Thật thì khác, nền tảng của Đạo Phật Thật KHÔNG PHẢI LÀ ĐỨC TIN mà là TRÍ TUỆ.

TRÍ TUỆ có thể là từ ngữ được chế định khi phiên dịch Kinh điển Phật giáo từ tiếng Ấn độ sang tiếng Trung hoa nhưng đã vượt ra khỏi lĩnh vực Phật giáo và được Thế gian sử dụng với ý nghĩa là những hiểu biết sâu rộng, uyên thâm, uyên bác. Nguyên nghĩa của TRÍ TUỆ được dùng trong Phật giáo là những TRI THỨC HIỂU BIẾT ĐÚNG VỚI SỰ THẬT. Còn những Tri Thức Hiểu Biết (hay Kiến Thức) nào không đúng với sự thật cho dù sâu rộng, uyên thâm, uyên bác tới đâu đi nữa thì không phải là Trí Tuệ mà thuật ngữ Phật học gọi nó là VÔ MINH hay VỌNG TƯỚNG.

Tuy nhiên trong lời dạy của Phật, trong Đạo Phật thật cũng có nói đến Đức Tin nhưng Đức Tin đó là CHÁNH TÍN do VĂN TUỆ và TƯ TUỆ mà khởi lên, nghĩa là do Nghe và Tư Duy mà có được Tri Thức Hiểu Biết đúng sự thật nên phát sanh Niềm Tin. Niềm Tin này gọi là Chánh Tín. Chánh Tín này khác hẳn Đức Tin tôn giáo phát sinh do các tín điều được giáo dục nhồi sọ. Hãy phân biệt những điều đó qua thí dụ sau đây. Ví như một người đàn bà bị chồng chửi mắng thì cảm nhận được Khổ khi nó khởi lên và hiểu biết: Khổ từ người chồng mà đến, Nguyên nhân Khổ là do người chồng. Đây là hiểu biết chung của nhân

loại: Khổ và Nguyên nhân Khổ là ở nơi thế giới ngoại cảnh, và Kiến thức này đã được lưu giữ trong kho chứa tâm thức nhân loại từ vô thủy. Đức Phật đã dùng rất nhiều phương tiện khéo léo thuyết giảng nhằm khai thị, hiển thị, phân tích, chỉ dẫn rành mạch rằng: Khổ và Nguyên nhân Khổ là thuộc Nội tâm chứ không thuộc Ngoại cảnh, Nguyên nhân Khổ là Tham Sân Si. Trải qua hơn hai ngàn năm trăm năm, do phương thức truyền thông của thời đó mà lời dạy của Ngài không được bảo toàn một cách mạch lạc, tuần tự, tỉ mỉ mà nó chỉ được lưu truyền và tồn tại dưới dạng các đề mục, các dàn bài tóm tắt nên người học cần phải lục lại, tìm kiếm kỹ càng trong Năm bộ kinh Nikaya, xâu chuỗi lại, sử dụng thêm các Kiến thức của Khoa học thực nghiệm để Thấy Biết Như Thật: THAM SÂN SI LÀ NGUYÊN NHÂN KHỔ. Đây là những điều không hề đơn giản, sâu kín, khó thấy, khó chứng, chỉ có người trí mới có khả năng lĩnh hội. Làm sao quán sát rõ ràng minh bạch lộ trình Nhân quả liên tiếp nhau khởi lên Khổ, để thấy ra được Nguyên nhân Khổ là Tham Sân Si? Nếu không lục lại, tìm kiếm, phân tích, đối chiếu, xâu chuỗi các lời giảng dạy trong kinh điển thì không thể thấy được điều này đã được diễn tả trong lộ trình Nhân Quả nối tiếp nhau: Xúc - Thọ - Ái - Thủ - Hữu - Khổ (sinh già bệnh chết) Sầu Bi Ưu Não. Một cách đầy đủ tỉ mỉ thì lộ trình nhân quả liên tiếp này là lộ trình tâm Bát Tà Đạo của Phàm phu:



Thấy Biết được như thật lộ trình duyên khởi lên Khổ và Nguyên nhân Khổ, lộ trình duyên khởi lên Sự Chấm Dứt Khổ và Con Đường Chấm Dứt Khổ (giác ngộ Tứ Thánh Đế) là công việc của VĂN TUỆ, TƯ TUỆ và TU TUỆ chứ không phải là LỄ BÁI CẦU NGUYỆN, GÓP NHẶT PHƯỚC BÁO, những công việc ấy là của Đức Tin tôn giáo. Vì vậy Đạo Phật thật là ĐẾN ĐỂ MÀ THẤY chứ không phải ĐẾN ĐỂ MÀ TIN như Đạo Phật tôn giáo. Chánh Tín do Văn Tuệ và Tư Tuệ là Nhân để khởi lên Tinh Tấn. Do có Tinh Tấn tu tập Bát Chánh Đạo mà lộ trình tâm Bát Chánh Đạo siêu thế với ba trụ cột Chánh Niệm - Chánh Định - Chánh Kiến khởi lên, được tu tập và đi đến viên mãn. Lộ trình này được mô tả trong Ngũ Căn, Ngũ Lực: Tín - Tấn - NIỆM - ĐỊNH - TUỆ. Khi đã đến đích, Tuệ Giải Thoát đã rõ ràng, viên mãn, đã tự mình biết rõ, tự mình Tuệ tri Khổ Diệt hay Niết Bàn của vị VÔ HỌC ĐẠO thì Chánh Tín cũng không còn nữa, chỉ còn Trí Tuệ mà thôi. Khi CHÁNH TRÍ khởi lên, vị ấy đã tự mình thấy, tự mình biết Phật thật, Pháp thật, Tăng thật thì Chánh Tín về Phật, về Pháp, về Tăng của vị hữu học không còn nữa mà được thay thế bằng Chánh Trí.



Trái lại với Trí Tuệ, Đức Tin tôn giáo sẽ làm cho con người thích thú khi nghe: Nguyên nhân Khổ là Tham Sân Si nhưng không có tìm tòi, nghiên cứu, tham khảo để giải đáp vấn đề: vì sao nguyên nhân Khổ là tham sân si? Vì không có Văn Tuệ và Tư Tuệ như vậy, nên khi nghe xong, Kiến thức đó tuy có được lưu vào kho chứa nhưng nó bị chìm ngay xuống dưới và Vô Minh nổi lên, lại chi phối mọi hiểu biết giống như một ao nước phủ đầy bèo cám, khi ném một hòn đá xuống, bèo dạt ra, để lộ mặt nước nhưng chỉ một loáng sau, bèo lại trở lại phủ đầy mặt ao, không còn trông thấy mặt nước nữa. Vì vậy khi nghe nói đến Phước, họ hoan hỉ, thích thú, ca ngợi và tinh tấn thực hành để giảng nói về Phước, động viên làm Phước, nỗ lực cố gắng làm Phước, tích lũy Phước, hồi hướng Phước... Phước là thông tin nổi trội nhất trong kho chứa bởi nó phù hợp với hiểu biết đang chi phối đời sống các tín đồ tôn giáo: nguyên nhân Khổ là do thiếu Phước, nên phải tích lũy Phước, để hết Khổ, Phước là thứ hành trang duy nhất mang đi được, để kiếp sau được tái sinh vào những hoàn cảnh tốt đẹp, mới hết Khổ. Chính hiểu biết: Khổ và Nguyên nhân Khổ nơi thế giới Ngoại Cảnh, là Vô Minh từ vô thủy đã khởi lên hiểu biết Khổ là do thiếu Phước và lúc đó SỰ THẬT NGUYÊN NHÂN KHỔ LÀ THAM SÂN SI sẽ không còn dấu vết trong hiểu biết do Đức Tin tôn giáo khởi lên. Đức Tin tôn giáo nói đến Tin Sâu Nhân Quả: Khổ là do Nghiệp, Khổ là do thiếu Phước và gán cho Phật giảng như vậy. Đây chính là Vô Minh. Trong bốn mươi lăm năm thuyết pháp

của mình Đức Phật chưa bao giờ nói Nguyên nhân Khổ là do Nghiệp đã tạo tác trong quá khứ, chưa bao giờ nói Khổ là do thiếu Phước mà trước sau như một, Ngài đã giảng dạy nhất quán và duy nhất: Nguyên nhân Khổ là Tham Sân Si thuộc Nội tâm và muốn Chấm dứt Khổ là đoạn tận Tham Sân Si thuộc Nội tâm chứ không phải thay đổi Ngoại Cảnh, chứ không phải tích lũy phước để tương lai thay đổi Ngoại cảnh. Đương nhiên không thể phủ nhận quá trình nhân quả: Phước và Quả báo của Phước nhưng Quả Báo đó chỉ "Thật Sự Tốt" cho những ai còn đam mê luân hồi sinh tử, những ai không nhận ra, làm như vậy là chỉ đổi cái khổ này lấy một cái khổ khác mà thôi, chứ không bao giờ Chấm Dứt Khổ. Đó là Phước báo thuộc thế gian, thuộc hữu lậu, đưa đến quả Sanh y. Đó không phải là chủ trương của Phật, Phật chỉ dạy: Chấm dứt Sanh y, Chấm dứt luân hồi sinh tử.

## ĐÚNG VÀ SAI

Đúng Sai là một cặp khái niệm đối lập để phán định một TRI THỨC HIỂU BIẾT là Đúng hay là Sai. Đúng hay Sai phát sinh như thế nào? Ví như một thầy giáo chấm bài thi của học sinh phải phân tích, so sánh đối chiếu những Kiến thức được học sinh trình bày trong bài thi với những Kiến thức được liệt kê trong đáp án. Hành vi: phân tích (ra từng câu, từng đoạn, từng kết quả), đối chiếu so sánh giữa hai loại kiến thức hiểu biết như vậy gọi là TƯ DUY và do

Tư Duy mà phát sinh kết luận: Hiểu Biết đó là Đúng hay Sai. Kết luận Đúng hay Sai này chính là nội dung của Cái biết Ý thức. Vậy thì biết Đúng hay Sai là nội dung của Ý thức, không phải là nội dung của cái biết của các thức khác như Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỉ thức, Thiệt thức, Thân thức, Tưởng(thức). Các Thức này chỉ "nhận biết" đối tượng chứ không Biết đối tượng đó là cái gì, tính chất ra sao, đúng hay sai.

ĐÚNG hay SAI là nội dung cái biết Ý thức do Tư Duy mà phát sinh, mà Tư Duy là hành vi phân tích, so sánh đối chiếu, phán đoán, kết luận giữa một TRI THỨC HIỂU BIẾT mới và những TRI THỨC HIỂU BIẾT đã thu thập, kinh nghiệm, tích lũy trong quá khứ (các tri thức hiểu biết đó đã được mã hoá và lưu giữ trong kho chứa tâm thức dưới dạng thông tin, tương tự ổ nhớ máy vi tính). Nhưng trong những TRI THỨC HIỂU BIẾT đã được thu thập, tích lũy trong quá khứ đó cũng được phân làm hai loại: một loại Tri thức hiểu biết ĐÚNG SỰ THẬT mà thuật ngữ Phật học gọi là MINH và một loại Tri thức hiểu biết KHÔNG ĐÚNG SỰ THẬT mà thuật ngữ Phật học gọi là VÔ MINH. Như vậy trong cái biết Ý thức có HAI LOẠI ĐÚNG SAI. Đó là Đúng Sai khi so sánh đối chiếu với những Tri thức hiểu biết sai lạc (Vô Minh) thuộc về Phàm phu và Đúng Sai khi so sánh đối chiếu với Tri thức hiểu biết đúng Sự Thật (Minh) của các bậc Thánh.

1 - ĐÚNG và SAI của Phàm phu: trong kho chứa tâm

thức của Phàm phu lưu giữ những thông tin về những Tri thức hiểu biết sai lạc từ vô thủy, đó là VÔ MINH. Cụ thể là Ý thức nhị nguyên Tâm biết Cảnh, Khổ Tập Diệt Đạo ở nơi thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương vị Xúc Pháp, là tư tưởng cái này là của Ta, là Ta, là bản ngã của Ta, là Thường Kiến, Ngã Kiến, là bốn điên đảo Thường Lạc Ngã Tịnh... Tư Duy của Phàm phu sẽ so sánh đối chiếu một Tri thức hiểu biết mới với Tri thức hiểu biết sai lạc này nên Đúng hay Sai là Đúng Sai với Vô Minh, Thường Kiến, Ngã Kiến. Nói theo cách khác, ĐÚNG SAI CỦA PHÀM PHU LÀ ĐÚNG SAI VỚI HỆ QUY CHIẾU VÔ MINH. Ví như anh thanh niên có hàm răng tốt ăn xong cái bánh đa vừa quạt liền nói: Tôi biết bánh đa này giòn quá. Tri thức hiểu biết mà anh vừa truyền tải là bánh đa này giòn nghĩa là "giòn" sẵn có, thường xuyên có (thường hằng, thường trú) nơi cái bánh đa, "giòn" là của bánh đa. Tất cả nhân loại từ người không biết chữ đến nhà bác học đều phán định: lời nói đó là ĐÚNG. Vì sao vậy?. Bởi vì ai cũng so sánh, đối chiếu với hiểu biết đã được lưu giữ trong kho chứa tâm thức của họ: ngọt nằm trong đường và của đường, mặn nằm trong muối và của muối, ngon dở nằm trong thức ăn và của thức ăn, giòn nằm trong bánh đa và của bánh đa... Tư Duy như vậy đương nhiên sẽ đi đến kết luận: hiểu biết của anh thanh niên là ĐÚNG. Nhưng đây là ĐÚNG với hiểu biết VÔ MINH của nhân loại chứ hiểu biết đó KHÔNG ĐÚNG SỰ THẬT. Vì rằng nếu hiểu biết "giòn" nằm trong bánh đa, của bánh đa là ĐÚNG SỰ THẬT thì tất cả mọi người ai ăn cũng cảm nhận

được cái giòn ấy như anh thanh niên có răng tốt kia, kể cả một ông già 90 tuổi đã rụng hết tất cả răng chỉ nhai bằng lợi. Nhưng sự thật không phải như vậy, ông già 90 rụng hết răng thì không thấy giòn đâu cả. Tuy nhân loại loại đang sống với thực tại, Thấy, Nghe, Cảm Nhận các pháp như to nhỏ, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, nặng nhẹ, đàn ông đàn bà, nhà cửa xe cộ, hạnh phúc, khổ đau..., nhưng họ HIỂU BIẾT các pháp đó là vật chất hoặc tính chất của vật chất, sẵn có, thường xuyên có (thường hằng, thường trú) trong vật chất, trong thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp và Mặc Định hiểu biết như vậy là ĐÚNG, ngoài hiểu biết này là SAI. Đây chín là là quan điểm Duy Vật. Một hiểu biết thứ hai cho rằng các pháp như vậy là không có thật mà chỉ là do Thượng Đế Toàn Năng (hoặc Bốn Tâm) hoá hiện ra, đây mới là ĐÚNG, ngoài ra là SAI. Đây chính là là quan điểm Duy Tâm. ĐÚNG và SAI của Phàm phu như vậy đưa đến tranh cãi, hơn thua, đưa đến các cuộc chiến tranh miệng lưỡi là khởi đầu của các cuộc chiến tranh binh khí, huỷ diệt nhau. Vì sao vậy? Vì trong ĐÚNG SAI đó đã mang nội dung Ngã Kiến, chấp thủ một Bản Ngã không sinh không diệt.

2 - ĐÚNG và SAI của bậc Thánh: Đúng và Sai của bậc Thánh là Đúng Sai đối với Sự Thật của các Pháp. Ví như khi quán sát Sự Thật trong ví dụ trên: Hàm răng tốt là một nhân, Bánh đa nướng giòn là nhân thứ hai, nhưng chưa tiếp xúc nhau thì chưa có cái "giòn" nào cả. Khi bánh đa

tiếp xúc với hàm răng tốt thì lập tức phát sinh Cảm giác giòn mà Thánh hay Phàm đều cảm nhận được. Đây mới là "giòn" thực, là Thực Tại của cuộc sống hàng ngày. Nó là một Cảm Giác hay thuật ngữ Phật học gọi là Cảm Thọ, thuộc phạm trù Tâm chứ không phải vật chất. Xúc sinh Cảm giác giòn sinh, Xúc diệt Cảm giác giòn diệt. Vì vậy Cảm giác giòn Vô thường, không sẵn có, không thường xuyên có, không thường hằng, không thường trú trong bánh đa. Cảm giác giòn cũng Vô chủ, Vô sở hữu nên không phải là của bánh đa. Như vậy "Giòn" là Cảm giác, không nằm trong bánh đa, không phải của bánh đa. Đây chính là HIỂU BIẾT ĐÚNG SỰ THẬT.

Bậc Thánh hiểu biết ĐÚNG SỰ THẬT: Thực Tại cuộc sống này chính là những đối tượng được Thấy, được Nghe, được Cảm Nhận là CẢM THỌ do sáu Căn tiếp xúc Sáu Trần phát sinh ra, nó đều Vô Thường, Vô Chủ, Vô Sở Hữu (Vô Ngã), có Vị ngọt, Sự Nguy hiểm, Sự Xuất ly. Vì vậy những pháp như to nhỏ, vuông tròn, dài ngắn, xanh vàng đỏ trắng, mặn ngọt chua cay, cứng mềm thô mịn, đàn ông đàn bà, nhà cửa xe cộ, hạnh phúc, khổ đau... đều là CẢM THỌ do sáu Căn tiếp xúc sáu Trần phát sinh ra, đều Vô thường, Vô chủ, không phải là vật chất, không thường hằng, không thường trú nơi thế giới ngoại cảnh Sắc Thanh Hương Vị Xúc Pháp. KHỔ TẬP DIỆT ĐẠO là nội tâm chứ không có nơi thế giới ngoại cảnh. Thực Tại của Phàm phu có Vô Thường, Khổ, Vô Ngã, Bất Tịnh. Thực Tại của bậc Thánh có Vô Thường, Khổ Diệt, Vô Ngã, Thanh Tịnh. Bậc

Thánh có Chánh Tư Duy nên so sánh đối chiếu một Kiến thức nào đó với những Tri Thức Hiểu Biết Đúng Sự Thật này nên Đúng Sai của bậc Thánh là Đúng Sai với Sự Thật. Nói cách khác ĐÚNG SAI CỦA BẬC THÁNH LÀ ĐÚNG SAI THEO HỆ QUY CHIẾU MINH. Bậc Thánh vẫn sống với Ý thức Chánh Tri Kiến nên vẫn phân biệt ĐÚNG SAI nhưng không còn tranh cãi hơn thua vì trong nội dung ĐÚNG SAI đó không còn Ngã Kiến, không còn chấp thủ một Bản Ngã không sinh không diệt.

Trong Phật Giáo có mẩu chuyện Người Mù Sờ Voi mô tả bốn người mù sờ voi. Người sờ được vòi tuyên bố voi như con đũa, người sờ được chân tuyên bố voi như cột nhà, người sờ được tai tuyên bố voi như quạt mo, người sờ được đuôi tuyên bố voi như chổi xể. Và họ xông vào tranh cãi đánh lộn nhau để tranh giành, mình mới là người duy nhất Biết Đúng. Một người có mắt sáng biết rõ voi gồm các bộ phận trên và cũng biết rõ những người mù "AI CŨNG ĐÚNG THEO HIỂU BIẾT CỦA HỌ" và do hiểu biết như vậy không có tranh cãi, hơn thua với những người mù. Ẩn dụ này ví Hiểu Biết của người của người có mắt sáng là Hiểu Biết của Như Lai, còn hiểu biết của những người mù là Hiểu Biết một chiều của nhân loại. Chính vì vậy mà trong Kinh Mật Hoàn thuộc Trung Bộ Kinh Ngài đã tuyên bố: PHÁP MÀ TA THUYẾT GIẢNG KHÔNG TRANH LUẬN MỘT AI Ở ĐỜI.

## Mục lục

Hiểu Đúng Và Hiểu Sai Về Chánh Niệm.....	5
Hiểu Đúng Và Hiểu Sai Về Chánh Định.....	22
Tỉnh Giác Và Tánh Không.....	38
Thực Tại Là Cảm Thọ.....	46
Có Cần Thiết Hỷ Lạc Của Chánh Định Không.....	62
Duyên Khởi Chánh Tri Kiến.....	68
Đã Biết Vô Thường Sao Còn Phiền Não.....	72
Luân Hồi Tái Sinh.....	82
Sống Trong Thực Tại Hiện Tiền.....	96
Cú Sốc Bạo Lực.....	101
Cuộc Đời Đã Được Lập Trình.....	108
Tam Pháp Ấn, Đúng Hay Sai?.....	118
Hiểu Lầm Về Tứ Thánh Đế.....	126
Bản Ngã.....	132
Đạo Quả - Niết Bàn.....	139
Bậc Thấu Thị.....	144
Hai Con Đường.....	151
Hai Loại Xúc Của Phàm Và Thánh.....	153
Buông Xả Là Chấm Dứt Tư Tưởng Sở Hữu.....	154
Sự Hiểu Lầm Về Tâm.....	156
Tại Sao Chỉ Là Tham Ái?.....	166
Giới Định Tuệ Hay Niệm Định Tuệ.....	169
Mục Đích Giáo Pháp.....	179
Giới Luật Là Gốc	
Hay Trí Tuệ Là Gốc Đạo Phật.....	180

## 340 Niệm Định Tuệ

Chánh Niệm Về Tham Sân Si.....	185
Lạc Tu Mà Nhanh Chứng.....	189
Thấy - Biết Và Kinh Pháp Môn Căn Bản.....	190
Con Đường Độc Nhất - Bốn Niệm Xứ.....	194
Niệm Hơi Thở Vô, Hơi Thở Ra.....	198
Các Hành Vô Thường Các Pháp Vô Ngã.....	207
Tự Minh Nương Tựa Chính Mình.....	209
Hạnh Phúc Có Thật Hay Không.....	213
Tứ Như Ý Túc.....	218
Ngũ Căn - Ngũ Lực.....	223
Thất Giác Chi Hay Bảy Yếu Tố Giác Ngộ.....	231
Kiến Tánh Thành Phật.....	235
Thực Tướng Vô Tướng.....	255
Ngã Mạn.....	257
Sống Trong Hiện Tại.....	259
Khổ Tập Diệt Đạo.....	263
Ràng Buộc Hay Giải Thoát Đều Do Tư Tưởng.....	271
Tâm Là Gì?.....	274
Hai Điều Rất Khó Lĩnh Hội Của Phật Pháp.....	286
Bộc Lưu.....	293
Niệm - Tư Duy - Ý Thức.....	296
Tướng Tri.....	309
Khổ Diệt Hay Niết Bàn.....	313
Chi Và Quán.....	323
Thượng Trí.....	327
Đức Tin Và Trí Tuệ.....	328
Đúng Và Sai.....	333

## TỶ KHUU NGUYÊN TUỆ NIỆM ĐỊNH TUỆ



HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM  
NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC  
65 Tràng Thi, Quận Hoàn Kiếm, Hà Nội  
Email: nhaxuatbanhongduc@yahoo.com  
nhaxuatbanhongduc65@gmail.com  
ĐT: 04.39260024 - Fax: 04.39260031

\*

Chịu trách nhiệm xuất bản:  
Giám đốc Bùi Việt Bắc  
Chịu trách nhiệm nội dung:  
Tổng biên tập Lý Bá Toàn  
Biên tập:  
Trình bày, bìa:

In bản, khổ 14.5x20.5cm, tại Xí nghiệp in FAHASA  
774 Trường Chinh, Phường 15, Quận Tân Bình, TP.HCM  
Số XNĐKXB: -2017/CXBIPH/-/HĐ  
Số QĐXB: /QĐ-NXBHĐ ký ngày //2017.  
Mã số ISBN: 978-604  
In xong và nộp lưu chiểu năm 2017.