

BÁT CHÁNH ĐẠO - Minh Đức Triều Tâm Ảnh (tỳ kheo Giới Đức)

Chúng ta quen gọi là Bát Chánh Đạo, nhưng thật ra, cụm từ Pāli nghĩa là Bát Đạo (Aṭṭhaṅgikamagga) hay Bát Thánh Đạo (Ariyatṭhaṅgikamagga); tất cả chúng đều chỉ Sự Thật Về Con Đường Đi Đến Nơi Diệt Khổ (Dukkha Nirodhamaggasacca), tức là Đạo Đế. Nó có 8 chi phần: Chánh Kiến (sammādiṭṭhi), Chánh Tư Duy (sammāsankappa), Chánh Ngữ (sammāvāca), Chánh Nghiệp (sammākammanta), Chánh mạng (sammā-ājīva), Chánh tinh tấn (sammāvāyāma), Chánh Niệm (sammāsati), Chánh định (sammāsamādhi).

Với nghĩa “*sammā*” là chánh, là chơn, là đúng đắn; thế có nghĩa là lúc tu tập, chúng ta phải lựa chọn, phân định rạch ròi để tránh rơi vào các xấu, cái ác, cái tà vạy, cái sai quấy? Do vậy, ta còn biết rằng, có 8 con đường xấu ác, sai quấy đối nghịch gọi là Bát Tà Đạo: Tà kiến (micchādiṭṭhi), Tà tư duy (micchāsankappa), Tà ngữ (micchāvāca), Tà nghiệp (micchākammanta), Tà mạng (micchā-ājīva), Tà tinh tấn (micchāvāyāma), Tà niệm (micchāsati), Tà định (micchāsamādhi).

Như vậy, mặc nhiên, từ “*micchā*” có nghĩa là xấu, là quấy, là tà – và cái nghĩa ấy đã trở thành “*mặc định*” trong giáo pháp, xưa cũng như nay! Và từ “*sammā*” ở trên cũng rơi vào nghĩa mặc định ấy, là đúng, là chánh, là chơn?

“Buổi chiều hôm kia, ngồi uống trà trước hiên am, nhìn sang bên kia đồi, tôi thấy một đám mù sương len lỏi, uốn lượn nhẹ nhàng giữa mấy lùm cây xanh rồi từ từ chúng tản mát lên rừng cao... Tôi đang thanh thản thả tâm theo đám sương mù ấy thì chợt tiếng kêu ‘tắc kè, tắc kè’ sau vách tường làm tôi ‘tỉnh’ lại.

Ồ! Cái chú tắc kè to lớn các sư mang về từ Ban Mê Thuật đấy mà!”

Cảnh vật tôi vừa thấy, nghe ấy là cái đang diễn ra, chúng là “*cái thực*” đang duyên khởi qua mắt, qua tai mà ai cũng đã từng kinh qua, chiêm nghiệm. Lúc ấy, cái thấy, cái nghe ấy là chánh, là chơn, hay không chánh, không chơn? Thật ra, khi thấy, nghe cảnh vật thì tôi đang ở trong trạng thái thư xả, nói cách khác, lúc ấy, theo Abhidhamma – là không có tâm tham, sân, si (thiện) hoặc vô tham, vô sân, vô si (bất thiện). Lại nữa, đối tượng cũng là đối tượng tự nhiên, bình thường - được gọi là đối tượng “*rất nhỏ*” không thể tác động, chi phối tâm ta để phát sanh tham sân, thương, ghét. Vậy thì cái thấy nghe vừa rồi là Chánh Kiến hay không Chánh Kiến?

Thật ra, “*sammā*” còn nhiều nghĩa khác nữa mà tiếng Hán, tiếng Việt không nói ra hết được. “*Sammā*” không những có nghĩa chánh, chơn, mà còn có nghĩa đúng đắn, một cách đúng đắn, thích hợp, một cách hoàn toàn, toàn diện... Hoàn toàn, toàn diện... có nghĩa là nó như thế nào thì chụp bắt trọn vẹn nó như thế, không đưa xen cảm tính và tư duy chủ quan của mình vào.

Còn “*micchā*”? *Micchā* thì không những nó có nghĩa là xấu, ác, tà vạy, sai quấy... mà còn có nghĩa là phân rẽ, là rời ra, phân ly, chia cắt, là chia manh xẻ mún, là đối nhau, ngược nhau, trái nghịch với “*sammā*” nữa vậy.

Đến đây thì tôi đã hiểu, tại sao Bát Đạo khi thì gọi là Bát Chánh Đạo, lúc thì gọi là Bát Thánh Đạo. Hóa ra, về phương diện tục đế, lúc đang tu tập thì gọi là Bát Chánh Đạo; đã tu tập vững chắc rồi, bắt đầu đi vào đạo lộ siêu thế thì gọi là Bát Thánh Đạo.

Và như vậy, khi gọi Bát Chánh Đạo là ở phương diện hữu vi, còn sanh y (sanh khởi và nương tựa), thuộc tại thế; khi gọi Bát Thánh Đạo là ở phương diện vô vi, không còn sanh y, thuộc xuất thế.

1- Chánh Kiến (sammā-ditṭhi).

Rải rác trong Trung Bộ Kinh, đức Phật và tôn giả Sāriputta thuyết về Chánh Tri Kiến, nội dung khá dài nhưng ta có thể tóm tắt cô đọng như sau:

- Thấy rõ (tuệ tri) thiện và bất thiện...
- Thấy rõ căn gốc của thiện và căn gốc của bất thiện
- Thấy rõ căn gốc của thiện là vô tham, vô sân, vô si và căn gốc của bất thiện là tham, sân và si.
- Thấy đúng bản chất của tâm, vật, thế gian, thế giới đều là duyên sinh, vô thường, vô ngã.
- Tóm lại là phải thấy rõ Ngũ Uẩn, Thập Nhị Nhân Duyên và Tứ Đế.

Đây là những định nghĩa “*kinh điển*” mà dường như người học Phật, tu Phật nào cũng hiểu, cũng biết. Tuy nhiên, cái “*thấy*” ở trên, lấy gì mà thấy? Bằng mắt chăng? Nếu bằng mắt, thì chỉ thấy “*trông*” của vật, của cảnh sắc - chứ làm sao thấy đúng, sai, chánh, tà, thiện, ác, duyên sinh vô ngã? Ô, hóa ra có sự tham dự của ý thức, nhận thức, của tư duy và cả “*tuệ tâm sở*”! Còn nữa, “*ditṭhi*” đâu phải chỉ có nghĩa là “*thấy*”; nó có rất nhiều nghĩa: Là lòng tin, sự tin tưởng; là giáo điều, giáo lý; là quan điểm, là lý thuyết, học thuyết; là sự suy xét, sự suy nghĩ, sự nghiên cứu...

Hóa ra, khi “*thấy*” là toàn bộ thân tâm thấy, nghĩa là toàn bộ sự vận hành của lục căn, lục trần và lục thức (tức 18 giới); và sự thực ấy, nó như sau:

- Mắt thấy sắc đúng như thực (nó sao thì thấy nó như vậy, đúng như mà nó là...): Chánh **kiến**
- Tai nghe âm thanh như thực (như trên): Chánh **văn**
- Mũi ngửi hương như thực (như trên): Chánh **giác**
- Lưỡi nếm vị như thực (như trên): Chánh **giác**
- Thân xúc chạm như thực (như trên): Chánh **giác**

- Ý biết pháp như thực (như trên): Chánh **tri**

Tóm tắt là Chánh **kiến**, chánh **văn**, chánh **giác**, chánh **tri**; rút gọn là **Chánh Tri Kiến** hay **Chánh Kiến**.

Tuy nhiên, người học Phật, tu Phật không dễ gì mà có ngay Chánh Kiến ấy, vì còn nhiều tập khí trong nội tâm, được tích lũy từ vô lượng kiếp nó trào vọt ra, nó tác động duyên sanh làm cho tham sân si nổi lên, chi phối cái nhìn, cái thấy. Lại nữa, trong xã hội hiện nay, do tập quán nhiều đời, do văn hóa cục bộ hoặc thiếu nền tảng nhân văn, nhân bản, do tôn giáo thần vật cùng những học thuyết, chủ thuyết sai lầm làm cho con người không còn giữ được cái nhìn trong sáng, nguyên sơ, trình tuyền (1) như nghĩa Chánh Kiến ở trên nữa. Do vậy, về phương diện tại thế, lúc tu tập, ta chỉ cần xa lánh, loại trừ tà kiến là có được Chánh Kiến hữu vi này.

Tà kiến là thấy sai, thấy lệch, thấy nghiêng, thấy một bên, thấy một phía, thấy phân rời, thấy chia manh xẻ mún; không thấy được cái chơn, cái thực, cái toàn diện, cái toàn bộ thực tại. Như chuyện năm người mù sờ voi, ai cũng đúng cả, đúng từ cái thấy biết cục bộ của mình, mà không đúng với “thực-tại-toàn-bộ-con-voi”! Tuy nhiên, mới thấy tà như vậy mà chưa hành động thì còn đỡ. Người thấy tất cả cái tà ấy, còn chấp cái tà ấy là chánh, là sự thật; rồi còn ra sức bảo vệ, phát triển quan điểm lệch lạc ấy nữa, mới chính thật là tà kiến. Và đây là một số tà kiến đang lộng hành và tung bụi mù xấu ác vấy độc thế gian:

- Quan điểm cho rằng, bố thí hoặc những việc làm lành tốt cho xã hội, nhân sinh là việc làm của người dở hơi.

- Quan điểm cho rằng, không có kết quả của thiện nghiệp, ác nghiệp trên đời này.

- Quan điểm cho rằng, ân, hiếu, nghĩa, tình gì gì đó đối với cha mẹ, vợ chồng, con cái chỉ là trò bày đặt, là màn kịch của nhân sinh.

- Quan điểm, cho rằng, chẳng có lý nhân quả, luân hồi tái sinh gì hết, đó chỉ là bóng khói mù sương huyền hoặc của tôn giáo, tín ngưỡng của những tâm thức sơ khai.
- Quan điểm cho rằng, cái gì cũng có cả, cái gì cũng không cả; lại vừa có, vừa không, lại không có, không không!
- Quan điểm cho rằng chết là hết, không còn gì, cát bụi trả về cho cát bụi.
- Quan điểm cho rằng, không có kiếp này, kiếp kia, không có thiện ác, không có thiên đường, địa ngục, không có nhân quả báo ứng và không có cả đạo đức, luân lý trên thế gian.
- Quan điểm cho rằng, có một linh hồn, một tự ngã thường hằng bất biến, không thay đổi, đầu thai từ kiếp này sang kiếp kia.
- Quan điểm cho rằng, tất cả tu sĩ từ xưa đến nay chẳng chứng đắc, chẳng thấy, chẳng giác ngộ gì hết. Tuyệt đối không có Thánh nhân trên đời này. A-la-hán và Phật cũng chỉ là nhân vật hư cấu, huyền thoại.

Như vậy, những tà kiến ấy đã đầu độc thế gian, làm cho thế gian đổ nát, hoang vu, điêu tàn, băng hoại. Nó thiêu huỷ, đốt cháy đạo đức, nhân luân, nhân tính cùng các giá trị tinh thần thiêng liêng, cao cả khác. Ngoài ra, rải rác trong kinh điển, còn có những cái gọi là biên kiến, kiến kiết phược, kiến hoang vu, kiến sa mạc, kiến điên đảo, kiến rừng rậm... đều là bà con họ hàng với tà kiến cả vậy.

Người Phật tử phải biết chuyển cái thấy sai thành cái thấy đúng, cái

thấy nghiêng lệch bằng cái thấy chính chơn, cái thấy cục bộ bằng cái thấy toàn diện. Tuy nhiên, chỉ cần thấy ra mọi tà kiến, thấy ghê tởm, ghê sợ mọi tà kiến kể trên thì tâm ta bắt đầu bước sang lãnh vực Chánh Kiến rồi vậy. Từ đây, từ sự thấy biết chơn chánh, đúng đắn này, nhìn ngắm bản thân và thế giới, quan sát, minh sát nó để thấy rõ mọi kết hợp, giả hợp vô thường; thấy rõ

thực tướng của mọi hữu vi pháp; đến chỗ này thì Chánh Kiến này đã đồng nghĩa với tuệ tri rồi vậy.

2- Chánh Tư Duy (sammāsankappa).

Từ sankappa, từ lâu ai cũng dịch là tư duy (suy nghĩ); tuy nhiên, tùy theo văn cảnh, ngữ cảnh, đối cơ mà sankappa còn có nghĩa là ý nghĩ, tư tưởng, ý định, chủ đích, mục đích... Vậy, ta còn phải hiểu Chánh Tư Duy còn có nghĩa là ý nghĩ chơn chánh, tư tưởng chơn chánh, ý định chơn chánh, chủ đích chơn chánh và mục tiêu chơn chánh nữa.

Với nghĩa rộng như vậy, nếu Chánh Kiến tại thế là loại trừ tà kiến, thì Chánh Tư Duy phải loại trừ 3 tà tư duy, còn gọi là ba bất thiện tâm (akusalavitakka).

“*Vitakka*” là tâm, là tìm kiếm; tuy nhiên, tương tự như sankappa, nó có cùng một trường nghĩa với nghĩ tưởng, suy tưởng, suy tâm, suy gẫm nữa.

Vậy, muốn có Chánh Tư Duy, người tu Phật phải biết lìa xa 3 bất thiện tâm sau đây:

- Dục tâm (kāmaavitakka): Là tìm kiếm, suy nghĩ, nghĩ tưởng, suy tưởng, suy tâm - tìm cách thỏa mãn những ham muốn dục lạc qua mắt, tai, mũi, lưỡi và thân. Khi đắm chìm trong khao khát, tham muốn ấy, và do chúng dẫn dắt, ta có thể tạo những nghiệp bất thiện.

- Sân tâm (byāpādavitaṅkka): Gặp những đối tượng ta ganh ghét, đố kỵ, tỵ hiềm; gặp những hoàn cảnh trái ý, nghịch lòng, tâm trí ta như chìm đắm trong những suy nghĩ, nghĩ tưởng... bực bội, bất mãn, phẫn nộ, sân hận.

- Hại tâm (vihiṃsavitaṅkka): Từ sân tâm ở trên nếu không được thấy rõ (tuệ tri) thì tâm trí càng bị nung đốt, có thể dẫn đến những suy nghĩ, nghĩ tưởng về mưu kế, thủ đoạn ác độc, bạo tàn để họa hại người khác.

Người có Chánh Kiến, thêm Chánh Tư Duy tiếp năng lực, sẽ lấy “*tư duy ly dục*” để đối trị với “*dục tâm*”, lấy “*tư duy ly sân*” để đối trị với “*sân tâm*” và lấy “*tư duy vô hại*” để đối trị với “*hại tâm*”:

2.1- Tư duy ly dục (nekkhammakāmavitakka):

Những trạng thái tâm như khát vọng, tham muốn dục lạc lúc xen dục vào “*cái thấy*”, nó sẽ tung hỏa mù, nó sẽ làm lệch chiều, lệch hướng để tạo tác những nghiệp bất thiện qua thân khẩu ý nên ta phải có tư duy ly dục để đối trị với dục tâm.

Như vậy có nghĩa là những đối tượng của ngũ trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc), thuộc đối tượng “*rất lớn*” (2) dễ kích thích, tác động đến ta, nó duyên khởi với tâm ái dục của ta tức khắc thì nên thu thúc, gìn giữ (giới) hay tránh xa, viễn ly nó - đây được gọi là tư duy ly dục.

2.2- Tư duy ly sân (nekkhammabyādavitakka):

Những trạng thái tâm như nóng nảy, khó chịu, bực bội, không vừa lòng, không thích ý - nếu không được nhìn thấy thì nó sẽ dẫn đến sân si, giận dữ, biểu hiện qua thân khẩu ý để tạo nghiệp bất thiện. Do vậy, ta phải thu thúc, gìn giữ, tìm cách xa lánh nó, viễn ly nó, đây được gọi là tư duy ly sân - còn được gọi là tư duy vô sân. Vì theo Abhidhamma, vô sân đồng nghĩa với tâm từ (mettā) nên nuôi dưỡng tâm từ cũng là cách đối trị với tâm sân vậy.

2.3- Tư duy ly hại (nekkhammavīhimsavitakka):

Trạng thái tâm sân (dosa) thường như lửa đốt, nếu không được dập tắt thì nó sẽ như than hồng âm ỉ ngày đêm để trở thành phiền ưu (domanassa-ưu). Nếu phiền ưu này không được nguội tắt nó sẽ gia tăng cấp độ mà biến thành ưu hận (paṭighā-hận). Và nếu khi đã phần hận rồi sẽ sinh ra hung ác, bạo tàn... có khả năng hủy diệt đối tượng mà không kèm giữ nổi. Biết rõ sự nguy

hại như vậy - hại mình, hại người, hại cả hai - nên ta phải nuôi dưỡng tư duy ly hại.

Nếu tâm từ (mettā) dập tắt được tâm sân - thì tâm bi (karuṇā) sẽ dập tắt được tâm hại; nói cách khác, nuôi dưỡng tâm bi đã là tư duy ly hại rồi.

Đây là những diễn tiến bình thường của tâm phàm phu chưa được rèn luyện, chưa được tu tập; nói cách khác là khi Chánh Kiến chưa được triển khai đúng đắn, chưa được đèn tuệ thường trực thấp sáng thì bóng tối của vô minh khóa lấp ngay. Nhưng khi đã có Chánh Kiến rồi, thấy biết chơn chánh, đúng đắn rồi – thì nó chuyển qua Chánh Tư Duy tức khắc. Và dĩ nhiên, Chánh Tư Duy này sẽ bao quát, nội hàm tư duy ly dục, tư duy ly sân và tư duy ly hại rồi!

Ai cũng biết rằng, tư tưởng, tâm niệm dẫn dắt hành động. Tư tưởng, tâm niệm thanh cao, trong lành thì con người trở nên hiền thiện, cao nhã. Tư tưởng, tâm niệm xấu ác, thấp hèn thì con người trở nên bần tiện, hạ liệt. Tư tưởng, tâm niệm có thể nuôi dưỡng, nâng đỡ thế gian mà tư tưởng, tâm niệm có thể tàn hoại, hủy diệt thế gian.

Do vậy, người có Chánh Tư Duy luôn từ khước những ý nghĩ mang dục vọng trần tục, vị kỷ, bám víu vào của cải, tài sản, danh lợi, sắc tài; ngược lại, nuôi dưỡng những tư tưởng vị tha, nhân ái, thanh cao – và đây chính là ý nghĩa đích thực của từ “nekkhamma” - xuất gia, rời khỏi, lìa khỏi – là tư duy ly tham, ly dục (nekkhammakāma vitakka) vậy. Thứ nữa, ta còn cần phải khước từ, từ chối, viễn ly (nekkhamma) những ý nghĩ, tư tưởng, tâm niệm mang những mầm giống độc hại, đó là ác ý, ghét ganh, giận tức - ngược lại, nuôi dưỡng những phẩm tính trong lành, cao đẹp, mát mẻ - đó là thiện ý, hòa ái, tương ái, thiện hảo, hảo tâm và cao diệu nhất là tâm từ, nó có khả năng lắng dịu tâm sân, giải trừ tâm sân, đối trị trực tiếp với tâm sân, gọi là tư duy ly sân

(nekkhammabyādavitaḥka) vậy. Còn nữa, nếu tâm sân, ưu là lửa cháy âm ỉ thì tâm hại là lửa phục cháy thiêu đốt người, vật tức khắc. Do thế, phẩm tính thứ ba của Chánh Tư Duy là khước từ, rời khỏi những ý nghĩ độc ác, hung dữ, thù hận, bạo tàn và phải nuôi dưỡng những tâm niệm về tình thương, lòng trắc ẩn, trái tim bi mẫn đối với cuộc đời – là tư duy ly hại “ (nekkhammavihiṃsavitaḥka) vậy.

3- Chánh Ngữ (sammāvāca).

Nếu có Chánh Kiến tức khắc có Chánh Tư Duy, và theo đó sẽ có Chánh Ngữ. Tuy nhiên, đây là trình độ của bậc thánh, của những hành giả đang trên đạo lộ siêu thế hoặc ở nơi những người có thượng căn, thượng trí.

Chúng ta là người đang học Phật, tu Phật; lại do tham sân, phiền não luôn tác động làm lệch hướng kiến và tư duy chơn chánh; vậy nên cần phải đi từng bước một, tuần tự thứ lớp mới có được Chánh Ngữ trọn vẹn.

3.1- Lià xa 4 khẩu ác nghiệp:

- Không được nói dối, nói sai sự thật
- Không được nói lời thêu dệt, có nói không, không nói có, nói vu oan, vu cáo hại người.
- Không được nói lời cay chua, độc ác, chưởi mắng, phỉ báng, cộc cằn, thô lỗ...
- Không nói lời nhảm nhí, vô ích, rỗng không, phù phiếm, tục tũ, vô duyên...

Ngoài ra, những cách nói như nói châm chích, nói dệt gấm thêu hoa, nói ngọt như đường, như mật, nói văn hoa, kiêu cách... chúng ta cũng nên tránh.

3.2- Hun đúc, trưởng dưỡng, tập nói những điều hay, tốt:

Sau khi đã lià xa 4 khẩu ác nghiệp, người Phật tử phải tập những lời nói, cách nói, mục đích nói hướng đến điều chân, lẽ thiện để huân trưởng những hạt giống lành ở trong tâm:

- Nên nói về bố thí, trì giới, tham thiền.
- Nên nói về tình thương, nhân ái, vị tha với cộng đồng, xã hội.
- Nên nói về bốn vô lượng tâm.
- Nên nói về đức tin, lễ phải, điều lành, việc lành.
- Nên nói về sự đùm bọc, sẻ chia đến những kẻ bất hạnh.
- Nên nói về chánh tri, Chánh Kiến để loại bỏ tà tri, tà kiến...
- Nên nói về trí tuệ để giúp ta rèn luyện sự sáng suốt, phát triển khả năng thấu triệt chân lý...

3.3- Đi vào Chánh Ngữ:

Từ bước 1 sang bước 2, tâm ta đã thuận thực với thiện pháp; nó lại có công năng làm cho tư duy và kiến càng thêm trong sáng. Từ đây, ta dễ dàng đi vào Chánh Ngữ.

Chúng ta cần biết rằng:

- Những lời nói dịu dàng, từ ái, mềm mỏng, nhu thuận... dễ nghe, dễ vừa lòng mọi người - đây được gọi là “mỹ ngữ”.
- Những lời nói có ý lành tốt, cốt ý mang lại an vui, lợi lạc cho người khác trên đường tu tập, hướng thượng – thì được gọi là “thiện ngữ”.
- Những lời nói y cứ trên sự thật, đúng với sự thật, đúng với chân lý – thì được gọi là “chân ngữ”.

Nếu lời nói có mỹ, thiếu chân và thiện là sẽ trở thành hình thức lừa mị, đả bôi, khách sáo, dối người; là đóa hoa giấy lòe loẹt sắc màu mà không có hương thơm. Lời nói có chân, thiện mà không có mỹ thì nói chẳng ai nghe, không nhiếp phục, cảm hóa được người. Lời nói có thiện, mỹ mà không có chân là xây lâu đài trên cát, con thuyền đi không có hướng về. Lời nói có chân, mỹ mà không có thiện thì không mang được điều lành tốt cho thế gian.

Chân phải được xem như cái “thế”, cái gốc - còn thiện mỹ là “tướng dụng”, là cành nhánh và hoa trái.

Vậy, một Chánh Ngữ toàn diện thì phải đầy đủ chân thiện mỹ, đầy đủ thể tướng dụng vậy.

4- Chánh Nghiệp (sammākammanta).

Kamma là nghiệp, là hành động. Vậy, Chánh Nghiệp là hành động chơn chánh, đúng đắn.

Khi cái thấy biết trong sáng dẫn đạo, có tuệ tri làm ngọn đèn soi rọi thì những tâm niệm, tư tưởng có thiên hướng xấu ác, tối tăm về vật dục, về tham luyến, vị kỷ, về nóng nảy, giận dữ, hung ác, hiểm độc, bạo tàn... đều bị đẩy lùi, xa lánh – là đã trọn vẹn cả kiến và tư duy rồi. Nói cách khác, từ ý nghiệp (Chánh Tư Duy) trong sáng thì ngữ nghiệp và thân nghiệp cũng được điều chỉnh theo. Ngữ nghiệp hay khẩu nghiệp đã biến thành Chánh Ngữ thì thân nghiệp cũng biến thành Chánh Nghiệp.

Chánh Nghiệp ai cũng hiểu là tránh xa sát sanh, trộm cắp, tà hạnh. Tuy nhiên, không dừng lại ở đó. Cái thân của ngu nhân không những là sát sanh, trộm cắp, tà hạnh mà còn thỏa mãn xác thân, lo cho cái thân ăn ngon, mặc đẹp, ngủ khỏe, tâm bỏ xác thân, nô lệ xác thân cho đến trọn đời. Còn cái thân của bậc trí nhân lại khác. Khi có Chánh Nghiệp rồi, họ còn ăn uống chừng mực, ngủ nghỉ chừng mực, tiết độ trong mọi nhu cầu thân xác, sống đời giản dị, tri túc. Họ không những biết rời xa, viễn ly, xa lánh sát sanh, trộm cắp, tà hạnh... mà còn biết dùng cái thân ấy để giúp đỡ người hoạn nạn, kẻ ốm đau, tật nguyền, bất hạnh. Cái thân ấy biết gánh vác những công việc nặng nhọc giúp bạn đồng tu, cho gia đình, cho thân bằng quyến thuộc, bè bạn, cộng đồng xã hội. Không biết bao nhiêu là tấm gương của đại bồ-tát rải rác trong Túc sanh truyện đã xả thân, hy sinh bản thân mình cho đồng loại, cho cả hạng chúng sanh thấp hèn nữa. Và thế là trên con đường tu tập, những bụi rác của vị kỷ, bản ngã, tham sân si bị rơi rụng dần dần - người học Phật không còn tiếc một giọt mồ hôi, một giọt máu cho người khác có thêm sức mạnh hoặc mạng

sống. Thời đại ngày nay cũng còn sáng rõ những trên mạng truyền thông, có người nguyện khi chết để lại cái thân cho phòng thí nghiệm. Có người lao xuống sông cứu người chết đuối. Có người lao vào lửa cháy để cứu người lâm nạn. Có người hiến máu, hiến tủy, hiến võng mạc, hiến lá lách, hiến thận... cho người khác cần để sống. Ô, hóa ra, khi ý biết xa rời, viễn ly xấu ác thì khẩu cũng biết xa rời viễn ly xấu ác; đến cái thân thì nó trở thành ích dụng cho xã hội, nhân quần. Ôi! Cao đẹp thay là Chánh Nghiệp của bậc trí nhân trên đời này vậy!

5- Chánh Mạng (sammā-ājīva).

Ājīva là sự nuôi mạng sống, sự sanh sống. Chánh Mạng là nuôi mạng sống một cách chơn chánh, là lìa xa những nghề nghiệp có phương hại đến mình và người khác, chúng sanh khác.

Người Phật tử tu tập theo con đường Bát Chánh, sau khi có kiến, tư duy, ngữ, nghiệp trong sạch rồi, nhưng sống giữa cuộc đời cần phải có cơm ăn, áo mặc, nhà cửa che mưa đỡ nắng và những nhu dụng cần thiết cho mọi tiện nghi sinh hoạt. Họ phải có công ăn, việc làm nuôi sống bản thân và gia đình. Tuy nhiên, giữa cõi trần đầy dẫy tham lam sân hận, đầy dẫy cướp bóc, lừa gạt, mưu đồ... thì việc lựa chọn nghề nghiệp để nuôi mạng một cách chơn chánh cũng không phải dễ dàng.

Dường như xã hội càng phát triển thì tiện nghi sinh sống càng cao; kéo theo biết bao nhiêu nhu cầu cần phải đáp ứng, thỏa mãn. Do vậy, ai cũng lao đầu vào công việc để kiếm tiền, bất cứ nghề nghiệp gì, miễn có tiền là được. Có kẻ kiếm tiền không kể đến đạo đức, luân lý. Có kẻ kiếm tiền bất chấp thủ đoạn ranh ma, xảo quyệt. Có kẻ kiếm tiền để rơi mất luôn nhân tính. Có kẻ kiếm tiền không ngán hình lao, tù ngục. Có kẻ kiếm tiền không đếm xỉa đến mạng sống của người khác. Có kẻ kiếm tiền bất kể độc ác, bạo tàn... Xem tình cảnh đạo đức và nhân luân xuống

cấp, sa đọa như thế, chắc chắn người hiền lành, kẻ có lương tri sẽ không đi theo con đường tội ác ấy để kiếm tiền, mà họ sẽ chọn những nghề nghiệp tương đối vô hại giữa cuộc đời để giữ gìn cho tâm trí và bàn tay của mình được trong sạch. Không phải từ bây giờ, mà đã từ ngàn xưa, đức Phật đã khuyên cận sự nam nữ hai hàng nên tránh xa 5 nghề nghiệp nguy hại, được coi là tà mạng, khái quát như sau:

- Nghề đồ tể, giết mổ động vật.
- Nghề buôn bán vũ khí, chất nổ, đao kiếm sát thương.
- Nghề buôn bán người, nô bộc hay súc vật cho người ta giết thịt.
- Nghề buôn bán độc dược, độc chất.
- Nghề buôn bán rượu, các chất gây say (như ma túy các loại hiện nay).

Nếu tránh xa được 5 loại nghề nghiệp ấy, bậc trí theo con đường chánh mạng còn cần phải có lương tâm và trách nhiệm trong nghề nghiệp mà mình đã chọn lựa. Ví như thầy giáo phải là thầy giáo có lương tâm và trách nhiệm. Ví như thầy thuốc thì phải là thầy thuốc có lương tâm và trách nhiệm. Nhà báo, nhà văn, lái xe, y tá, làm ruộng, nghệ sĩ, công chức, mở cửa hàng, kỹ sư... đều phải có lương tâm và trách nhiệm cả thầy.

Riêng giới tu sĩ thì có nguyên cả một thống kê dài về việc nuôi mạng này, điều nên làm và điều không nên làm. Tuy nhiên, ta có thể gói gọn trong “*Nuôi mạng thanh tịnh giới*” (Ājīva pārisuddhisīla), ở đây được coi như là những giới điều phải y chỉ, thực hành:

- Là vị tỳ-khưu, đi trì bình khát thực, ai cúng dường gì thì dùng nấy.
- Là vị tỳ-khưu, có thể thọ dụng vật thực do thiện tín cúng dường đúng pháp và luật.

- Là vị tỳ-khuru, tránh xa những cách kiếm ăn do giả dối, làm bộ cao thượng, nịnh hót, bợ đỡ, lấy lợi câu lợi.

- Là vị tỳ-khuru, tránh xa những nghề tà vạy để kiếm vật thực nuôi mạng như làm mai dong, thầy bói toán, thầy địa lý, thầy thuốc, thầy coi tử vi, nhân tướng học, ngày giờ tốt xấu...

Nói tóm lại, dù tăng hay tục thì vấn đề nuôi mạng chơn chánh giữa cuộc đời này, đúng là một thử thách lớn lao. May ra, chỉ có bậc thiện trí tha thiết với con đường, chân thành, trung tín với con đường mới đi đúng với mục tiêu giác ngộ, giải thoát. Vì nếu không thực hành Đạo Đế (Bát Chánh) thì không có ở đâu, không có ai mở cửa Diệt Đế được vạy.

6- Chánh Tinh Tấn (sammāvāyāma).

Vāyāma là cố gắng, là ráng sức, là nỗ lực, là cần chuyên, là tinh tấn.

Nếu ngữ nghĩa là vậy thì khi đang nằm “*đườn*” ra, ta cố gắng ngồi dậy thì cũng cần phải có tấn. Khi đang mệt mỏi, biếng nhác, ta ráng sức

nhấc tay nhấc chân làm việc này, việc kia một chút cũng phải có tấn. Khi nâng một vật nặng, ta phải phải vận dụng hết sức mình cũng phải có tấn. Vậy thì trong sinh hoạt thường nhật, đi, đứng, nằm, ngồi đều phải có tấn. Mọi công việc, nghề nghiệp mưu sinh, học hành, thi cử... nếu không có nỗ lực, cố gắng, cần chuyên thì ta sẽ thất bại. Cho đến giết người, cướp của, làm những việc xấu ác... cũng phải có tấn. Người có quy giới, bổ thí, tham thiền hay làm việc lành tốt cũng phải có tấn. Suy ra, sống trên đời này, ai cũng phải có tấn, cách này hay cách khác.

Như thế, với những ví dụ khái quát như trên thì tấn chỉ thuần là một năng lực tiếp truyền sức mạnh chứ chưa mang tính chất đạo đức, thiện ác. Do vậy, không ngạc nhiên gì khi trong Abhidhamma, tấn (virīya) không phải là một tâm, nó chỉ là một tâm sở trung tính (3). Vì là trung tính nên nó không nằm trong

những tâm sở thiện hoặc bất thiện (4). Khi ta làm việc ác, thập ác nghiệp, nếu có tấn giúp sức, thêm năng lực thì nghiệp ác kia lại càng ác hơn; ngược lại là thập thiện nghiệp thì việc lành tốt càng lành tốt hơn..

Vậy nên, những cố gắng, nỗ lực để làm điều sai xấu, nhúng tay vào tội ác – thì gọi là “*tà tinh tấn*”. Còn những cố gắng, nỗ lực để làm điều lành tốt, đúng đắn, hướng đến giác ngộ, giải thoát thì gọi là Chánh Tinh Tấn.

Ở đây, trong nội dung của Bát Chánh Đạo – thì tấn-viriya (trung tính) hoặc tấn-vāyāma (nam tính) hầu như là đã xác định ngữ nghĩa đúng đắn chơn chánh của nó rồi.

Vậy, sammāvāyāma, cô đọng lại, có bốn tinh tấn chơn chánh:

- Ác vị sanh, sử bất sanh: Minh sát tâm, lắng nghe tâm, nếu chưa có một ý nghĩ, một tư tưởng, một tâm niệm xấu ác nào khởi sanh thì hãy nỗ lực khiến cho nó đừng phát sanh.

- Ác dĩ sanh, sử trừ đoạn: Minh sát tâm, lắng nghe tâm, nếu đã có một ý nghĩ, một tư tưởng, một tâm niệm xấu ác nào khởi sanh rồi thì hãy nỗ lực khiến cho nó được trừ diệt.

- Thiện vị sanh, sử phát sanh: Minh sát tâm, lắng nghe tâm, nếu chưa có một ý nghĩ, một tư tưởng, một tâm niệm tốt lành nào chưa khởi sanh thì hãy nỗ lực khiến cho nó phát sanh.

- Thiện dĩ sanh, sử tăng trưởng: Minh sát tâm, lắng nghe tâm, nếu đã có một ý nghĩ, một tư tưởng, một tâm niệm tốt lành nào khởi sanh rồi thì hãy nỗ lực khiến cho nó tăng trưởng thêm nữa.

Nghe cô đọng đơn giản như vậy nhưng đây là cả một công phu lâu dài, sâu nhiệm. Phải cần có tuệ quán, minh sát Tứ Niệm Xứ như thế nào, cụ thể là “*quán tâm*” miên mật như thế nào, mới thấy rõ, biết rõ những vọng móng, dấy khởi của tâm niệm. Một hành giả tu tuệ quán, minh sát đến giai đoạn thấy được tâm mình vừa khởi lên, biết ngay thiện hay ác là họ đã đi xa trên lộ trình Bát Chánh rồi.

Điều cuối cùng chúng ta nên lưu ý, tinh tấn được định nghĩa là cố gắng, là ráng sức, là nỗ lực, là cần chuyên, là nhiệt huyết, đôi khi còn có nghĩa là đồng mãnh, kiên cường nữa; tuy nhiên, đừng nên rơi vào cực đoan, vì ý chí, quyết tâm mạnh mẽ quá mức sẽ tiêu hao năng lực, mệt mỏi, thần kinh căng thẳng. Theo phép trung đạo, ta chỉ cần giữ thăng bằng đúng mức độ cần thiết, đừng dể xuôi, giải đãi, thờ ơ, lơ là, lơ lửng trong khi chú tâm theo dõi ý niệm, tư tưởng của mình là được rồi. Và nếu tinh tấn hỗ trợ cho các chi phần trong Bát Chánh Đạo khác cũng tương tự như vậy.

7- Chánh Niệm (sammāsati).

Sati là niệm. Niệm là ghi nhớ, ghi nhận, chú tâm những gì đang xảy ra, đang duyên khởi, tác động qua căn-trần-thức.

Còn sammā thì ta đã hiểu rồi; vậy sammāsati là chú tâm toàn diện, chân xác đối tượng - bất kể đối tượng ấy đẹp hay xấu, méo hay tròn, thiện hay ác; có nghĩa là nó như thế nào thì chụp bắt trọn vẹn nó như thế (như máy chụp hình) không chia chẻ, phân tích, không đưa xen cảm tính và tư duy chủ quan của mình vào.

Nói cách khác, Chánh Niệm là trở lại với thân thọ tâm pháp, nó như thế nào thì để nó như thế, chú tâm vào đó, đừng quên mình, đừng xa rời cái thực tại đang là. Nếu nó đang lang thang rong chơi ở đâu đó (tâm bất tại) thì gọi là thất niệm. Nếu nó đắm chìm trong những đối tượng để phát sanh tham sân, thương ghét, ưu hận gì đó thì gọi là tà niệm.

Nói cho có hình tượng cụ thể và dễ hiểu hơn – Chánh Niệm là người đứng canh cửa thân tâm. Người canh cửa thì ai đi vô, đi ra thì anh phải ghi nhớ, ghi nhận. Cái gì, pháp nào đi vô, đi ra thân tâm đều phải đi qua Chánh Niệm, vì là người đứng canh cửa. Chánh Niệm đứng và chú tâm trọn vẹn ở đây, rất nghiêm túc, cần mẫn, không lơ là, không thất niệm. Nhiệm vụ của Chánh Niệm chỉ có vậy - đừng có làm cái phận việc “*thấy rõ, biết rõ*”

hoặc phân biệt kẻ xấu và người tốt - vì thấy rõ, biết rõ là nhiệm vụ của Chánh Kiến (tuệ tri) và phân biệt người tốt kẻ xấu là phần việc của Chánh Tư Duy!”

Đi vào kinh điển, khi nói Chánh Niệm thì ở đâu cũng đề cập Tứ Niệm Xứ. Nhưng khi tu tập Tứ Niệm Xứ thì không đơn thuần chỉ sử dụng Chánh Niệm mà còn sử dụng cả Chánh Kiến, Chánh Tinh Tấn nữa.

Cụ thể khi Quán Thân Niệm Xứ (kāyānupassanāsatiṭṭhāna), kinh văn như sau:

“- Hành giả sống quán thân trên thân (kāye kāyānupassī viharati), tinh cần (ātāpi), Chánh Niệm (satimā), tỉnh giác (sampajāno) chế ngự tham ưu ở đời (loke abhijjhā domanassam)” (5).

Và Quán Thọ Niệm Xứ, Quán Tâm Niệm Xứ, Quán Pháp Niệm Xứ cũng cùng một câu kinh văn tương tự.

Nếu niệm là đại biểu cho nhóm định (niệm, định), tỉnh giác là đại biểu cho nhóm tuệ (kiến, tư duy), và tinh tấn đại biểu cho nhóm giới (ngũ, nghiệp, mạng) thì tu tập minh sát ta phải sử dụng toàn bộ chức năng của Bát Chánh Đạo vậy.

Đến đây, ta có thể xác định Chánh Niệm là giai đoạn đầu tiên, nền tảng để an lập, làm cho lắng yên thân thọ tâm pháp – như đặt yên ly nước xuống bàn - từ đó Chánh Kiến và Chánh Tinh Tấn làm việc. Nói như thế là có ba đạo chi cùng tham dự, nhưng nó không gián cách đâu, mà nó xảy ra đồng thời.

Ta có thể theo dõi để biết niệm chỉ là giai đoạn đầu:

1- Niệm thân: Gồm 32 thể trực, hơi thở vào ra, bốn oai nghi, tất cả hoạt động, bốn đại, mười loại tử thi...

2- Niệm thọ: Gồm khổ, lạc, xả (ở nơi thân) và hỷ, ưu, xả (ở nơi tâm)

3- Niệm tâm: Gồm có 16 loại tâm, ví dụ: Tâm có tham, tâm không tham, tâm có sân, tâm không sân, tâm có si, tâm không si...

4- Niệm pháp: Gồm có 5 triền cái, 5 thủ uẩn, 12 nhân duyên, mười hai xứ, thất giác chi, tứ diệu đế...

Từ niệm ghi nhận, chú tâm này, ví dụ như tóc, lông (32 thể trước), hơi thở vào ra, đi đứng nằm ngồi, nhai nuốt, mặc y mang bát..., thân xúc với cứng, mềm, trơn, nhám (tứ đại)... nếu khi đang làm gì, tiếp xúc với cái gì, đối tượng là cái gì thì đều “*trộn ven*” với cái ấy là Chánh Niệm. Tuy nhiên, có người từ niệm này lại nghiêng qua tướng (*saññā*) hay kết hợp với tướng thì gọi là “*tướng niệm*” như tướng niệm ân đức Phật, đức Pháp, đức Tăng chỉ đến cận hành định. Có người nghiêng về quán hay kết hợp với quán thì gọi là “*quán niệm*”, như Quán Thân Niệm Xứ thì có thêm cả tinh cần và tỉnh giác như nói ở trên; cũng tương tự vậy, là Quán Thọ Niệm Xứ, Quán Tâm Niệm Xứ, Quán Pháp Niệm Xứ thấy rõ tam tướng, diệt tận khổ đau, phiền não.

8- Chánh Định (*sammāsamādhi*).

Samādhi, định, là trạng thái tâm an chỉ, vắng lặng.

Trong đời sống của chúng ta, hãy chiêm nghiệm:

- Nếu chỉ cần chú tâm một giây khắc là ta đã có định, được gọi là sát-na định.

- Nếu chú tâm khá lâu vào một đối tượng nào đó, ví dụ như khi đang chăm chú đọc sách; vì chăm chú quá nên không còn hay biết cái gì đang xảy ra ở xung quanh thì đây là định, được gọi là phiến thời định.

- Nếu lựa chọn đề mục, ví dụ như niệm Phật thì ta có thể đi vào gần gần định, được gọi là cận hành định.

Cả ba loại định trên thuộc tâm dục giới.

- Nếu lựa chọn các đề mục sắc pháp ví dụ như 10 đối tượng *kasīna* (đất, nước, lửa, gió, xanh, đỏ, trắng, vàng, hư không, ánh

sáng) thì ta sẽ đi sâu vào định, được gọi là định sơ thiền hay an chỉ định, đã từ bỏ dục giới, thuộc tâm thiền sắc giới.

Có hai loại định: Định trong định và định có tuệ:

8.1- Định trong định: Tức là định trong các tầng thiền Sắc giới và Vô Sắc giới:

Khi hành giả lựa chọn một trong 10 đề mục kasīna, lúc 5 thiền chi xuất hiện đối trị 5 triền cái thì tâm đã tĩnh chỉ, an bình để đi vào định sơ thiền:

- Sơ thiền: Tầm, tứ, phi, lạc, nhất tâm
- Nhị thiền: Phi, lạc, nhất tâm.
- Tam thiền: Lạc, nhất tâm.
- Tứ thiền: Xả, nhất tâm.
- Không vô biên thiền: Xả, nhất tâm
- Thức vô biên thiền: Xả, nhất tâm
- Vô sở hữu thiền: Xả, nhất tâm.
- Phi tưởng, phi phi tưởng thiền: Xả, nhất tâm.

Đây là định ngàn xưa của bà-la-môn giáo. Khi Bồ-tát Siddhattha trong giai đoạn tầm cầu tu học, ngài đã học được, đã thân chứng được hai tầng thiền cao nhất là “*Vô sở hữu thiền*” và “*Phi tưởng phi phi tưởng thiền*”, nơi hai vị đạo sư Ālāra Kālāma và Uddaka Rāmaputta – nhưng ngài nhận thấy những định này chưa đi đến chỗ giải thoát nên ngài từ bỏ. Sau đó, trọn 6 năm khổ hạnh, Bồ-tát cũng thấy là sai lầm. Cuối cùng, ngài chọn con đường Trung Đạo, ăn mỗi ngày một bữa. Tại cội bồ-đề, ngài đã tự tìm con đường cho riêng mình, sau đó đắc quả Chánh Đẳng Giác.

“*Con đường cho riêng mình*”, do ngài nhớ lại thuở 5 tuổi khi theo phụ vương đi dự lễ hạ điền, tại cội cây hồng táo, với “*tâm thức trẻ thơ, hồn nhiên*”, ngài đã dễ dàng đi vào định sơ thiền. Nên tại cội bồ-đề, ngài chỉ thư thái, nhẹ nhàng theo dõi hơi thở, một hồi là ngài đã đi vào định sơ thiền, nhẹ nhàng đi vào nhị thiền, tam thiền, tứ thiền... Sau này, khi ngài diễn đạt lại nội

dung sơ thiên ấy, ngài nói: “*Ly dục, ly bất thiện pháp, chứng trú thiên thứ nhất, trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ!*” Như thế, định của ngài là định do ly dục, ly ác pháp nên khác định của bà-la-môn giáo thời bấy giờ. Hơn thế nữa, ngài lại không chấp trước định ấy, ngài dùng định ấy để cho cả khối thân tâm trở nên thuần nhất, tâm và trí hoàn toàn tĩnh lặng và thanh khiết - trở lại cận hành định, ngài dùng giác niệm lung linh soi chiếu, minh sát, không thấy trong, không thấy ngoài, không thấy ngã, không thấy ngã sở. Khi quán chiếu tự thân đã trở nên rỗng suốt, sáng trong... thì không có một dấy khởi, một duyên khởi nào mà không hiện ra trước tuệ giác tinh minh của ngài... Như vậy, Bồ-tát đã nương tựa nơi các định (không phải sở đắc) để làm lắng dịu ác pháp, tham dục, tâm trở nên thuần khiết sau đó mới bước sang minh sát, tuệ quán ngũ uẩn, thập nhị nhân duyên...

Vậy tạm thời chúng ta hiểu rằng, các định không sở đắc, rời các dục và các ác pháp – chính là Chánh Định vậy, và là định trong định.

8.2- Định có tuệ:

Định này từ niệm mà có. Nếu niệm là thả thân tâm xuống, cứ để cho nó yên là đã có định này. Đôi khi chỉ cần lắng nghe, theo dõi 5, 7 hơi thở là đã có định này. Chúng có thể là sát-na định, vài ba phút định hay thiền thời định. Đây là định trong sinh hoạt thường nhật khi nấu ăn, khi giặt giũ, khi lái xe, khi làm vườn, khi dạy dỗ con cái, lúc đợi xe tàu, lúc xếp hàng mua vé, những khi lắng nghe cảm xúc, cả những khi đối diện với những sân nô bất thường. Là cả thiên hình vạn trạng trong đời sống, nó cần định này để tạo sự ổn định tâm, giúp ta bình tĩnh, tự chủ, an định trong mọi lúc, trong mọi khi.

Tuy nhiên, chúng ta lưu ý:

- Định trong định, hành giả không sở đắc các định, không chấp thủ hỷ lạc của thiền, chỉ mượn định để ly dục, ly ác pháp - trở lại cận hành để quay sang tu tuệ quán, thấy rõ thực tướng để giải thoát vô minh, ái dục - mới được gọi là Chánh Định.

- Trong định có tuệ, người tu Phật cần các loại định (như trên) để ổn định thân tâm, sau đó thường trực lấy tuệ chiếu soi trong mọi sinh hoạt của đời sống. Do có tuệ chiếu soi rồi mới hành động qua thân, khẩu

ý nên dĩ nhiên, khi có chánh kiến, chánh tư duy dẫn đường thì ngữ, nghiệp, mạng, tinh tấn theo đó, sẽ trở nên chơn chánh. Vậy định có tuệ này phải là định chơn chánh, là Chánh Định vậy.

Nói tóm lại, Đạo Đế có 8 chi phần, nhưng chúng liên kết với nhau. Chúng liên kết với nhau thường thường là theo tuyến tính, ví dụ, chánh kiến, chánh tư duy rồi chánh ngữ...

Mà cũng có thể chúng liên kết với nhau theo vòng tròn, chẳng biết chi nào trước, chi nào sau; mà lạ lùng, chi nào trước, chi nào sau cũng được cả. Ví dụ, có người hỏi: Làm sao ta có thể có Chánh Kiến mà trước đó không có Chánh Niệm, Chánh Định? Ta làm sao có Chánh Niệm, Chánh Định - nếu Ngữ, Nghiệp, Mạng không thanh tịnh? Làm sao Ngữ, Nghiệp, Mạng thanh tịnh nếu không có Chánh Kiến và Chánh Tư Duy dẫn dắt?

Tuy nhiên, nếu nói vòng tròn là đúng - thì tại sao Giới, Định, Tuệ lại sắp đặt theo tuyến tính: Giới năng sinh Định, Định năng sinh Tuệ? (Do Giới đại biểu cho Ngữ, Nghiệp, Mạng; Định đại biểu cho Niệm, Định); Tuệ đại biểu cho Kiến và Tư Duy).

Thật ra, tuyến tính hay vòng tròn đều đúng cả.

Tuyến tính Giới, Định, Tuệ, dành cho người sơ cơ, phải cần Giới trước để ngăn ác, tòng thiện, nhờ vậy tâm mới Định, mới yên lặng; tâm có Định, yên lặng tham sân, phiền não, Tuệ mới phát sanh được.

Tuyển tính Chánh Kiến, Chánh Tư Duy... vì do đây là Đạo Đệ. Hành giả tu tập Đạo Đệ chỉ có hiệu quả khi đã thấy Khổ (Khổ Đệ) và nguyên nhân Khổ (Tập Đệ). Do đã có trí tuệ nên chỉ cần Chánh Kiến dẫn dắt là 7 chi phần còn lại phải đi theo.

Vòng tròn cũng không sai, là vì để dành cho hành giả đã tu tập minh sát (vipassanā) lâu năm, đã thuần thục, đối với họ, Bát Chánh Đạo nằm nơi sát-na tâm! Chỉ cần một điềm, một đối tượng từ lục trần giao tiếp với lục căn, tức khắc họ có ngay Niệm và Tỉnh Giác, nghĩa là đầy đủ Bát Chánh Đạo vậy. Và khi ấy, chẳng biết chi nào trước, chi nào sau! Vả, nói chi này trước, chi kia sau trong trường hợp này, là chỉ để nói mà chơi, thuộc hý luận!

Một hạt bụi rơi vào mắt kẻ phàm phu, cả thấy thân tâm đều báo động bất an vì ngay sát-na ấy, họ không có Bát Chánh Đạo!

Một hạt bụi rơi vào mắt bậc trí tuệ, cả thấy thân tâm đều lặng lẽ, bình yên vì ngay sát-na ấy, họ có Bát Chánh Đạo!

MINH ĐỨC TRIỀU TÂM ẢNH

Ghi chú:

(1) Gần đồng một tư tưởng: Lão Tử nói “Kiến tổ bảo phác” - thấy cái trong trắng, trình tuyền để giữ cái thuần phác! Hoặc “Xích tử chi tâm” – cái tâm của đứa con đỏ (hài nhi)...

(2) Abhidhamma có nói đến 4 đối tượng của tâm đó là rất nhỏ, nhỏ, lớn, rất lớn; và nếu là “rất lớn” thì tham và sân dễ khởi động.

(3) Nằm trong sáu biệt cảnh tâm sở: Tầm, tứ, thắng giải, tấn, hỷ, dục.

(4) Có 14 tâm sở bất thiện và 25 tâm sở thiện (theo Abhidhamma).

(5) Có thể xem “Thiền Nguyên thủy và Phát triển” của thiền sư Viên Minh tại trang Web. Trung Tâm Hộ Tông.

