

Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī)
Ledi Sayadaw
(Tỳ-Khuru Chánh Minh Soạn Dịch)

Lời nói đầu

Nhận được bản dịch “Vipassanā dīpanī” của Phật tử Tathāpañña với mỹ ý tùy nghi sử dụng.

Đây là một trong những bài giảng của Đức Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ một số bài giảng của Đức Ledi Sayadaw, thành một tập với tựa đề là: The Manuals of Dhamma. Bản Việt dịch này được dịch từ bản Anh ngữ ấy.

Khi đọc bản Việt dịch, chúng tôi nhận được rất nhiều lợi ích qua bài thuyết giảng của Đức Ledi Sayadaw, bậc Đại thượng trí (Aggamahāpaṇḍita). Cung kính tri ân Đức Ngài Ledi Sayadaw, xin tán thán công hạnh của Phật tử Tathāpañña.

Xin được góp chút ít công vào vào thiện nghiệp này, chúng tôi cố gắng hiệu đính bản Việt dịch, đồng thời có trích dẫn và phụ chú thêm để làm nổi bật ý chính trong bài giảng đầy súc tích của Đức Ngài Ledi Sayadaw.

Mục đích là: Để người đọc nắm bắt được nghĩa lý thâm sâu, vi diệu của Giáo pháp Đức Phật. Nội dung chính của bài thuyết giảng, chúng tôi triệt để tôn trọng vì đó là dưỡng tố đặc biệt nuôi dưỡng cho trí tuệ được sung mãn.

Văn phong của Đức Ngài Ledi Sayadaw rất đặc biệt, Ngài thường dùng nhiều từ ngữ Pāli đồng nghĩa để diễn đạt một ý tưởng, với đọc giả chưa làm quen với thuật ngữ Pāli, sẽ khó nắm bắt ý nghĩa của Giáo pháp, chúng tôi tạm dịch ra với những từ ngữ “mộc mạc” để người đọc dễ hiểu, nhưng vẫn đính kèm những thuật ngữ Phật học quen thuộc, ví dụ như pañcakkhandha, chúng tôi dịch là năm nhóm – ngũ uẩn”;

lokiyasacca là “sự thật thế gian – tục đế... Do vậy, nếu có sơ thất xin các bậc cao minh rộng dung.

Ý chính trong tác phẩm này, Đức Ngài Ledi Sayadaw giảng về “khái niệm thiên minh sát”, nhưng để cho sự thực hành Minh sát có hiệu quả cao, Đức Ngài nói về tà kiến và chánh kiến theo hai phương thức “theo sự thật thế gian – tục đế” và “theo sự thật cùng tột – chân đế”.

Đây là phương thức đi từ *phàm sang Thánh*. Muốn diệt trừ tà kiến, trước tiên phải hiểu rõ về tà kiến, những dạng thức của nó, sau đó tiến hành Minh sát một trong ba tướng: Vô thường, khổ, vô ngã, để diệt trừ tà kiến.

Tuy tà kiến có nhiều dạng sai khác, nhưng chung quy chúng vẫn có nguồn gốc sinh khởi, Đức Ledi chỉ ra nguồn gốc ấy, Ngài không mô tả những dạng tà kiến, Ngài chỉ nêu ra loại tà kiến cơ bản nhất và nguồn gốc của chúng.

Khi loại trừ được chúng thì tạm thời chánh kiến sinh lên, một khi nỗ tận gốc chúng bằng pháp Minh sát thì vị ấy thật sự “chuyển phàm sang Thánh”.

Càng đi sâu vào chân pháp thì những thuật ngữ luận AtỳĐàm (abhidhamma) được dùng rộng rãi; những đọc giả có tham khảo hay có trình độ căn bản về Luận Atỳđàm sẽ dễ dàng nắm bắt ý nghĩa thực tại. Tuy nhiên, cũng không quá khó đối với đọc giả chưa nắm bắt thuật ngữ Atỳđàm, chỉ có điều là “đừng nên đọc lướt qua”, hãy đọc một cách chậm rãi sẽ thâm nhận được nhiều lợi ích.

Chúng tôi hy vọng “người hữu duyên” khi đọc được dịch phẩm, sẽ bừng mở “đôi mắt tuệ”, sẽ nhận được hương vị đặc biệt của Giáo pháp qua lời giảng của Đức Ngài Ledi Sayadaw, bậc Đại thượng trí.

Ước mong các bậc hữu trí có duyên lành sẽ thành tựu địa vị bậc Thánh siêu phàm trong hiện tại này.

Một lần nữa, chúng tôi kính đê đầu đánh lễ Đức Ngài Ledi Sayadaw bậc Đại thượng trí, và xin tán thán công hạnh của Phật tử Tathāpaññā.

Lành thay, lành thay!

Tỳ-khuru Chánh Minh

MINH SÁT DIỄN GIẢI (*Vipassanā Dīpanī*)

Tác giả: Trưởng lão Ledi Sayadaw, Aggamahāpaṇḍita, D. Litt.

Anh ngữ: U Nyana, Patamagyaw của tự viện Masoeyein, Mandalay.

–0-0-0-0-0-.

1- Ba *Vipallāsa* (đảo ngược)

Nghĩa thông thường của *vipallāsa* là “quấy rối”, “dùng không đúng”, nhưng nghĩa đặc biệt của *vipallāsa* là “đánh lừa”, “lầm lạc”, hay “đảo ngược” (cho *đúng là sai, sai là đúng*).

Có ba loại *đảo ngược* (*vipallāsa*).

1- *Nhớ đảo ngược* (*saññāvipallāsa*).

2- *Nghĩ đảo ngược* (*cittavipallāsa*).

3- *Thấy đảo ngược* (*diṭṭhivipallāsa*).

Các pháp hữu vi (*saṅkhāradhammā*) có bốn đặc tính là: Không thường hằng (*anicca – vô thường*), khổ (*dukkha*), không trong sạch (*asubha – bất tịnh*) và không có cái TA (*anatta – vô ngã*).

Gọi là “đảo ngược” vì:

– Các pháp hữu vi không thường hằng, cho là **thường hằng**.

– Các pháp hữu vi là *khô* cho là **lạc**.

– Các pháp hữu vi *không trong sạch* cho là **trong sạch**.

– Các pháp *không có “ta”*, cho là **“có ta”** ⁽¹¹⁾. Đức Phật có dạy:

“Cattārome bikkhave, saññāvipallāsā cittavipallāsā

diṭṭhivipallāsā. Katame cattāro

“Này các Tỳkhuru, có bốn nhớ đảo ngược, nghĩ đảo ngược, thấy đảo ngược này. Thế nào là bốn?”

“Anicce, bhikkhave, niccanti saññāvipallāso cittavipallāso
diṭṭhivipallāso;

*Trong không thường, cho là thường, này các Tỷkhu, đó là nhớ
đảo ngược, nghĩ đảo ngược, thấy đảo ngược.*

“Dukkhe, bhikkhave, sukhanti saññāvipallāso cittavipallāso
diṭṭhivipallāso;

*Trong khổ cho là lạc, này các Tỷkhu, đó là nhớ đảo ngược,
nghĩ đảo ngược, thấy đảo ngược.*

“Anattani, bhikkhave, attāti saññāvipallāso cittavipallāso
diṭṭhivipallāso;

*Trong không có ta cho là “có ta”, này các Tỷkhu, đó là nhớ
đảo ngược, nghĩ đảo ngược, thấy đảo ngược.*

“Asubhe, bhikkhave, subhanti saññāvipallāso cittavipallāso
diṭṭhivipallāso.

*Trong không trong sạch, cho là trong sạch, này các Tỷkhu, đó
là nhớ đảo ngược, nghĩ đảo ngược, thấy đảo ngược.*

Ime kho, bhikkhave, cattāro saññāvipallāsā cittavipallāsā
diṭṭhivipallāsā.

*“Này các Tỷkhu có bốn nhớ đảo ngược, nghĩ đảo ngược, thấy
đảo ngược” (Nd trích dẫn) [2].*

Như vậy, pháp đảo ngược (vipallāsa dhamma) này có 12 chi, tức
là:

*- Ba pháp nghịch đảo của vô thường (aniccavipallāsa) là:

– Vô thường **trưởng** là thường (anicce niccanti saññāvipallāso).

– Vô thường **nghĩ** là thường (anicce niccanti cittavipallāso).

– Vô thường **thấy** là thường (anicce niccanti diṭṭhivipallāso).

*- Ba pháp nghịch đảo của khổ (dukkhavipallāsa) là:

– Khổ **trưởng** là lạc (dukkhe sukhanti saññāvipallāso).

– Khổ **nghĩ** là lạc (dukkhe sukhanti cittavipallāso).

– Khổ **thấy** là lạc (dukkhe sukhanti diṭṭhivipallāso).

*- *Ba pháp nghịch đảo của không trong sạch* (asubhaviṭṭhāvipallāsa) là:

-Không trong sạch **tưởng** là trong sạch (asubhe sukhanti saññāvipallāso).

– Không trong sạch **ngĩ** là trong sạch (asubhe sukhanti cittaviṭṭhāvipallāso).

-Không trong sạch **thấy** là trong sạch (asubhe sukhanti diṭṭhiviṭṭhāvipallāso).

*- Ba pháp nghịch đảo của “không có ta” (anattaviṭṭhāvipallāsa) là:

– Không có ta **tưởng** “có ta” (anattāni attāti saññāvipallāso).

– Không có ta **ngĩ** “có ta” (anattāni attāti cittaviṭṭhāvipallāso).

– Không có ta **thấy** “có ta” (anattāni attāti diṭṭhiviṭṭhāvipallāso).

Tất cả những nghịch đảo này đều xuất phát từ ý nghĩ “đây là tôi, đây là của tôi”, hay “*đây là linh hồn sống của tôi*”, điều này sẽ được làm rõ ở phần sau.

Ba pháp đảo ngược (*vipallāsadhammā*) này có thể được minh họa bằng những ví dụ về hươu rừng, ảo thuật gia và đoàn người qua khu rừng.

Những ví dụ về 3 đảo ngược.

*- ***Nhớ đảo ngược*** (saññāvipallāsa) được minh họa qua ví dụ “con hươu rừng”.

Tại giữa khu rừng lớn, một gia chủ cày cấy một vùng đất, rồi gieo hạt lúa, lúa mọc mầm xanh tốt. Khi người làm ruộng đi khỏi, hươu rừng đến ăn những mầm non của lúa; người làm ruộng làm một hình nộm giống như người, có đầu, tay, chân, cho mặc quần áo cũ, đặt ở giữa ruộng để giữ ruộng.

Hươu rừng theo thói quen đi đến ruộng để ăn những mầm non, đến gần thấy hình nộm, nó cho đó là người thật, liền sợ hãi bỏ chạy.

Trong ví dụ này, những con hươu rừng thấy con người trước đó và ghi nhớ hình dáng của con người. Với sự nhớ lại (tưởng)

trong hiện tại, chúng coi hình nộm là người thật. Do vậy, sự nhớ của hươu rừng là “nhớ sai lầm”.

Ở đây, câu chuyện về những con hươu rừng chỉ ra “nhớ đảo ngược”, rất rõ ràng và dễ hiểu. Con hươu rừng do “nhớ lại con người” rồi coi hình nộm “là người”.

Sự *nhớ sai lầm* này cũng được minh chứng trong trường hợp người lạc đường, người này nhớ rằng “con đường này mình đã từng đi qua”, nhưng thực tế là con đường khác, con đường y đang đi chỉ có “nét” giống con đường từng qua mà thôi; khi bị lạc y hoang mang không thể chỉ ra được điểm chủ yếu, hoặc đi về hướng Đông hay hướng Tây, cho dù y có mắt thấy được mặt trời mọc và lặn.

Nếu mỗi lần có sai lầm trong tư tưởng thì chính sai lầm đó rất vững chắc và rất khó loại trừ.

Có rất nhiều điều chính chúng ta luôn nghĩ tưởng sai lầm, những nghĩ tưởng sai lầm ấy luôn đi ngược với sự thật “không bền vững (aniccā – vô thường)”, “không có cái ta (anatta – vô ngã)”...

Do vậy, qua sự “nhớ lại”, chúng ta nhận thức sự kiện một cách sai lầm, như những con hươu rừng coi hình nộm là người thật, thậm chí mắt chúng đang mở to khi nhìn thấy hình nộm.

*- **Suy nghĩ đảo ngược** (cittavipallāsa) được minh họa qua ví dụ “nhà ảo thuật”.

Một ảo thuật gia, cho mọi người nhìn thấy trong tay ông là nắm đất, phút chốc trở thành nắm vàng hay nắm bạc. Thật ra, ông đã nhanh chóng tráo nắm đất đi, nhưng tất cả mọi người chứng kiến đều có ý nghĩ “nắm đất trở thành nắm vàng hay nắm bạc”, năng lực ảo thuật là lấy đi sự thấy bình thường của mọi người và thay vào đó loại thấy khác thường trong một thời gian ngắn, từ đó đã làm cho tâm suy nghĩ đảo ngược.

Ảo thuật gia đã làm cho người xem, có sự suy nghĩ sai lạc, cho rằng “đất biến thành vàng” với tất cả những tính chất của chúng là sáng lấp lánh, hay “đất biến thành bạc”... và họ đã “nghĩ sai lầm”.

Cũng vậy, vì tâm sinh diệt cực nhanh, như nhà ảo thuật^([3]) nhanh tay đánh tráo vật, nên chúng ta thường có thói quen nghĩ “tâm là thường hằng”, để rồi dẫn đến những điều sai với sự thật, điều không đúng cho là đúng, điều đúng trở thành không đúng. Do vậy, chúng ta đã tự lừa dối mình.

Hoặc ví như người đi trong rừng vào ban đêm, thấy bóng dáng gốc cây kỳ lạ, nghĩ là *ma quái*; hoặc khi thấy một bụi cây cho là “gặp voi rừng”, khi thấy voi rừng lại cho là “bụi cây”, gặp sợi dây leo rừng cho là con rắn, gặp con rắn lại cho là “dây leo rừng”....

Những gì lọt vào trong khu vực thị giác dẫn đến nhận thức sai lầm, đó là do tác động của *suy nghĩ đảo ngược*, ngoài ra còn những cảnh bên ngoài khác như âm thanh, mùi hương, vị ngon, sự cảm xúc êm dịu cũng dẫn đến *suy nghĩ lầm lạc*, cho rằng “chúng bền vững, chúng là hạnh phúc”.

Thật ra, chúng luôn hoại diệt theo luật vô thường và cũng mang nhiều đau khổ.

Mặt khác, chính những ảo giác sâu thẳm ở bên trong (cảnh pháp – *dhammārammaṇa* – Nd) đã lừa dối chúng ta một cách tệ hại hơn so với sự nhận thức bên ngoài, khiến chúng ta lầm lạc lại càng lầm lạc, những gì xấu cho là tốt, những gì tốt cho là xấu, những gì sai cho là đúng, những gì đúng cho là sai như: “Nhận quả ác nghiệp lại cho là may mắn (như người bị mất trộm cho rằng “nhờ thế sinh mạng được an toàn”...), khi được nghiệp lành trở quả thì cho là “được Thượng đế ban ân...”.

Tuy nhiên, do không có cội rễ chắc chắn nên nó có thể dễ dàng bị loại trừ bằng sự điều tra hay tìm ra nhân duyên của các pháp.

*- **Thấy đảo ngược** (ditthivipallāsa) được minh họa qua ví dụ “đoàn người qua khu rừng”.

Có một khu rừng lớn có nhiều Atula (asura) trú ngụ. Một đoàn người phải băng qua khu rừng để đến thành phố an lạc, họ theo con đường chánh để xuyên rừng.

Nhóm *Atula* tạo ra những thành phố lộng lẫy như thành phố chư thiên, tạo ra những con đường xinh đẹp dẫn đến thành phố, tự chúng biến thành những thiên nam và thiên nữ; đồng thời chúng còn tạo ra những con đường lạc lối khác, dẫn đến những thành phố hoang vắng, để cho đoàn người xuyên rừng phải lạc lối.

Khi thấy những con đường xinh đẹp này, đoàn người xuyên rừng, có nhóm cho rằng “những con đường này sẽ đưa họ đến những thành phố tốt”; có nhóm không theo con đường xinh đẹp vì nghĩ: “Trong rừng làm gì có con đường xinh đẹp như vậy”, nhưng họ lại theo con đường sai lạc khác.

Thế là, họ rời xa con đường đúng, theo con đường sai dẫn đến những thành phố của nhóm *Atula*, hay lạc trong rừng, để rồi họ phải mất mạng hay chịu đau khổ. Chỉ có số ít người đi theo con đường chánh, nhờ đó họ ra khỏi rừng.

Trong câu chuyện ngụ ngôn này, khu rừng lớn là chỉ cho tam giới: dục giới (*kāmaloka*), sắc giới (*rūpaloka*), vô sắc giới (*arūpaloka*).

Những người xuyên rừng chỉ cho chúng sinh trong tam giới, con đường đúng là chánh kiến (*sammādiṭṭhi*), con đường sai là tà kiến (*micchādiṭṭhi*).

Ở đây, **chánh kiến** có hai loại là chánh kiến thuộc về thế gian và chánh kiến thuộc về giải thoát.

*- **Chánh kiến thuộc về thế gian.**

Là sự hiểu biết rằng: “Tất cả chúng sinh là có nghiệp là thai tạng⁽⁴⁾, mỗi nghiệp thiện hay bất thiện là tài sản của chính

người đó tạo ra, nghiệp ấy đi theo người đó suốt quãng thời gian luân hồi”.

*- *Chánh kiến thuộc về giải thoát.*

Là sự nhận thức đúng đắn về **nhân quả** (hetuvipāka), **nhóm** (khandha-uân), **xứ** (āyatana), **giới** (dhātu), **sự thật** (sacca) và **không có ta** (anatta).

Trong hai loại chánh kiến này, chánh kiến thuộc về thế gian là con đường đúng cho vòng sanh hữu, dẫn đến các cõi vui trong tam giới (tức là những cõi người, chư thiên và phạm thiên) giống như những thành phố của những người tốt.

Chánh kiến thuộc về giải thoát là một trong những yếu tố dẫn đến giác ngộ, là con đường đúng để thoát ra khỏi vòng sinh tử, chứng đạt Nípàn.

Thành phố an lạc ví như Nípàn (nibbāna)⁽⁵⁾, thoát ra khỏi rừng ví như thoát ra khỏi tam giới, chấm dứt vòng sinh tử luân hồi.

Tà kiến. Là sự chối bỏ nhân và quả của thiện nghiệp cùng bất thiện nghiệp, chúng bao gồm ba loại tà kiến là *phi hữu kiến* (natthikadiṭṭhi), *vô nhân kiến* (ahetukadiṭṭhi) và *vô hành kiến* (akiriyadiṭṭhi)⁽⁶⁾.

Con đường do Atula tạo ra ví như những tà kiến này, thành phố Atula ví như những khổ cảnh trong tương lai⁽⁷⁾.

Những tà kiến “tự ngã”, “tôi”, “của tôi”, ví như con đường lạc lối, tuy không đau khổ khốc liệt như con đường dẫn đến thành phố Atula, chúng có thể dẫn đến cõi người, cõi chư thiên, cõi Phạm thiên, nhưng được ví như thành phố hoang vắng.

Một điều chắc chắn rằng, đoàn người xuyên rừng theo những con đường này, họ chỉ đi quanh quẩn trong rừng, ám chỉ mãi mãi chịu luân hồi, không thể thoát khỏi rừng.

Những tà kiến nói trên là những ảo giác, sâu thẳm và chắc chắn hơn cả *suy nghĩ đảo ngược*. Những tà kiến này rất tế nhị, khó thấy. Đức Phật có dạy:

“Micchāditṭhi, bhikkhave, paṭicchannā āvahati, no vivatā”.

“*Này các Tỳkhu, tà kiến được che dấu khi thực hành, không có hiển lộ*” ^([8])

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khu Chánh Minh dịch Việt

2- Ba Maññanā (ảo tưởng)

Maññanā có nghĩa là “sự tưởng tượng phong phú” hay “sự nhầm lẫn tệ hại”. Do sự tưởng tượng nên ảo giác sinh lên, do ảo giác sinh lên được tăng trưởng, càng làm cho khả năng tưởng tượng thêm phong phú và chúng trở thành “ảo tưởng”, như người tưởng tượng ra “những vật dụng biết nói, biết cười, biết đi động, cây cỏ có linh hồn...”.

Có ba loại ảo tưởng:

a- *Tanhāmaññanā* – Ái ảo tưởng (sự tưởng tượng sinh lên do ái).

b- *Mānāmaññanā*- Mạn ảo tưởng (sự tưởng tượng sinh lên do tự hào).

c- *Diṭṭhimaññanā*- Kiến ảo tưởng (sự tưởng tượng sinh lên do thấy).

*- **Ái ảo tưởng:**

Là sự “dính mắc” đối với thân – tâm, nên tưởng tượng ra “có một cái tôi đang trú trong thân – tâm”, từ đó dẫn đến “cái của tôi”, “không phải chính tôi”, “không phải của tôi”.

Sự thật, không có “cái *tôi*” nào cả, vì không có “*tôi*” nên không hề có “cái **chính** *tôi*”, cũng không hề có “*cái của tôi*”.

Loại ảo tưởng này gọi là “ái ảo tưởng – tañhāmaññanā”), là ảo tưởng do ái sinh lên.

– “Cái *tôi*” có nơi thân này, người ấy cho là “**chính *tôi***”.

– “Cái *tôi*” có nơi thân người khác, đó không phải là “*chính *tôi**”.

– Những gì liên quan đến ***tôi*** là “của *tôi*”.

– Những gì không liên quan đến ***tôi***, là “*không phải của *tôi**”.

*- Đối với cảnh bên trong (ajjhattārammaṇa). Ái ảo tưởng làm phát sinh quan niệm “*tôi và của *tôi**”. Như thế nào?

Do dính mắc với các đối tượng *bên trong* (ajjhattārammaṇā) như: Thọ (vedanā), tưởng (saññā), hành (sañkhārā), thức (viññāṇa), hay sắc thân (kāyarūpa), nên tưởng tượng ra “có cái *tôi*”, như “*tôi* suy nghĩ, *tôi* vui, *tôi* buồn, *tôi* tin tưởng...”. Khi một nhóm (khandha – uẩn) nào đó **là *tôi***, thì các nhóm (uẩn) còn lại là “của *tôi*”, như “thân của *tôi*, trí của *tôi*, năng lực của *tôi*...”.

Nếu sắc là “*tôi*”; thì thọ, tưởng, hành, thức là “của *tôi*”, nếu thọ là ***tôi*** thì sắc, tưởng, hành, thức là **của *tôi***...

*- Đối với cảnh bên ngoài, ái ảo tưởng làm phát sinh “*của *tôi**”, “*không phải chính *tôi**”, “*không phải của *tôi**”. Như thế nào?

Các đối tượng *bên ngoài* bao gồm những người thân như mẹ, cha, vợ, con, bạn bè ... cùng những tài sản của người đó. Do dính mắc với các đối tượng này, nên người ấy có quan niệm “đây là của *tôi*”, như cha của *tôi*, vợ của *tôi*, con của *tôi*, tài sản của *tôi*

Chính những sinh vật sống bên ngoài như người thân, người không thân... đó là “*không phải chính *tôi**”.

Các đối tượng *bên ngoài* còn bao gồm những người xa lạ, hay những tài sản vật chất của người khác, đối với những đối tượng này, người ấy có quan niệm “*đó không phải là của tôi*”.

Trạng thái tưởng tượng và cách phân biệt do tưởng tượng như vậy, gọi là “*sự tưởng tượng do ái sinh lên*”.

*- **Mạn ảo tưởng.** Là sự tưởng tượng do mạn sinh lên, đó là sự tưởng tượng về “cái tôi” trở nên phong phú.

Đối với các đối tượng *bên trong*, khi được hỗ trợ bởi sự tốt đẹp (adhimāna) thì “*cái tôi*” trở thành “*tôi là*”, như “tôi là người tài giỏi, tôi là người khỏe nhất, tôi là bậc thông minh, tôi là người nhạy trí..”, làm nổi bật lên “*tính tự hào*”. Còn nếu là sự “không tốt hay xấu” thì: “tôi là người bình thường, tôi là người cô đơn, tôi là người nghèo, tôi là kẻ bất hạnh...”, nó làm nổi bật lên tính “*tự ti mặc cảm*”.

Đối với “**cái của tôi**” cũng vậy, như “mắt của tôi là mắt con bò con, mũi của tôi là mũi lân ... hay “mắt tôi là mắt lừa, chồng tôi là kẻ bạc tình

Đối với các đối tượng *bên ngoài* thì: vợ tôi là hoa khôi, con tôi là kim đồng, ngọc nữ, bạn tôi là bậc quyền thế, ...”; hay “mắt tôi là mắt lừa, chồng con tôi là đứa bất hiếu...”

Nói gọn, với các đối tượng *bên trong* hay *bên ngoài*, khi được hỗ trợ bởi tính tốt đẹp của các nghiệp lành thì tỏ ra tự hào, kiêu mạn; còn như bị quả xấu của ác nghiệp đang trổ thì trở nên tự ti mặc cảm. Đây là “*sự tưởng tượng sinh lên do mạn*”.

*- **Kiến ảo tưởng.** Là sự tưởng tượng sinh lên do **thấy**, là sự tưởng tượng lên đến cao độ, nó trở thành “*tôi có*”, như “tôi có nguyên tắc sống như thế này, tôi có nghị lực như thế này, tôi có trí thông minh như vậy, tôi có giọng dõng như vậy, tôi có địa vị như vậy...”. *Sự tưởng tượng sinh lên do thấy* là như thế.

Ba sự tưởng tượng này làm nảy sinh “niềm tin”, loại niềm tin này lại khắc sâu trong tâm, khiến người này luôn rơi vào vòng

ảo tưởng được khép kín và “niềm tin xuất phát từ ba ảo tưởng” này, được gọi là tà tín (micchāsaddhā – tinh sai, tin không đúng).

Trong ba loại ảo tưởng thì kiến ảo tưởng là nguy hại hơn cả, vì nó làm xa rời bản chất thật, nó chỉ nhìn thấy hình dáng bên ngoài rồi bám khấn khít theo “cái thấy” đó.

Như trong cụm từ “bình đất hay bát đất”, đất là chất làm ra cái bình hay cái bát, nhưng người ta chỉ gọi là “bình hay bát” mà quên đi chất “đất”, chỉ vì chất đất có dạng giống cái bình hay cái bát. Lâu dần người ta quên hẳn nó là “đất”, chỉ biết nó là “bình, bát....”.

Nếu cái bình hay bát được sơn vàng, thì người ta lại nói “bình vàng, bát vàng”, sơn màu xanh thì gọi bình xanh, bát xanh...

Thật ra, dù màu vàng, màu xanh... cũng chỉ là “chất đất mà thôi”, và cũng từ chiếc bình được sơn vàng, có khả năng dẫn đến sự nhầm lẫn, cho rằng “bát làm bằng vàng”, “bát làm bằng ngọc xanh”....

Chỉ khi nào, nhận thức rõ bản chất thực của cái bình hay cái bát, bấy giờ người ấy mới không còn “ảo tưởng về hình dáng cái bình hay cái bát, không còn bị lớp sơn bên ngoài lừa mị” và người này cho rằng “đó chỉ là đất mà thôi”.

Cũng vậy, bao giờ nhận thức được bản chất thật của “cái gọi là chúng sinh, chỉ là danh sắc”, bấy giờ sự tưởng tượng về “cái tôi” không còn. Khi ấy sự tưởng tượng về bản chất thật của các pháp hữu vi mới sinh lên, đó là “tưởng vô thường, tưởng khổ, tưởng vô ngã ...”.

Bản chất thật của chúng sinh chỉ là danh sắc, nhưng chúng tác động hỗ tương lẫn nhau, sắc tác động đến danh – danh tác động đến sắc.

Tám thân này chẳng gì khác ngoài “đất, nước, gió, lửa”, các sắc pháp (rūpadhammā) được kết dính với nhau là do “chất nước –

āpo”, các chất khác như đất (pathavī), lửa (tejo), gió (vāyo) cũng tìm thấy trong tâm thân này, như thân cứng đơ hoặc mềm mại (chất đất), hơi nóng, lạnh trong thân (chất lửa), sự chuyển động của các cơ quan (chất gió).

Còn về danh (nāma), chúng cũng biến diệt nhanh không thể tưởng được. Vậy tìm đâu ra “cái tôi”?

Sự tưởng tượng quá độ qua *sự thấy* (kiến ảo tưởng) sẽ được kéo dài hơn nữa và càng lúc càng vững mạnh, để rồi người này càng lúc càng xa rời bản chất thật của cái gọi là “chúng sinh”.

Ba loại tưởng tượng (maññanā) này cũng được gọi là ba “xiềng xích hay gông cùm (*gaha*)”, để chỉ ra năng lực nắm giữ chặt và chắc chắn của chúng.

Cũng do nhiều lần chúng tạo ra sai lầm, thực hành những điều sai trái một cách liên tục, chúng trở nên dày đặc một cách vững chắc, bấy giờ rất khó loại trừ chúng.

Chúng cũng được gọi là ba *Papañca* (ảo kiến), giống như người bàn luận về sự “buồn, vui của cây cỏ”, chỉ vì thấy cây, cỏ có những trạng thái héo úa hay xinh tốt bất thường, hay tưởng tượng “cây cỏ biến thành ma quái”, “thú hóa thành ma quỷ”....

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khưu Chánh Minh dịch Việt

3- Hai abhinivesa (khuyh hướng)

Abhinivesa (nghĩa đen là: chỗ vững chắc), nghĩa bóng là “điều được thiết lập vững chắc trong tâm”; không bị lay động như cột đá chôn sâu vào đất hay như trụ đài tưởng niệm, nó khó có thể bị loại trừ bằng bất kỳ cách nào hay với sự nỗ lực nào.

Giống như giòng sông nghiêng về Đông thì nước sông cứ theo hướng Đông mà xuôi chảy, không thể chuyển sang hướng Tây; giòng sông có khuynh hướng đổ ra biển thì nó không thể đổ vào nơi khác, hay ví như nước mưa có khuynh hướng “từ cao rơi xuống thấp” thì nó không thể làm ngược lại.

Có hai loại khuynh hướng: Khuynh hướng thiện và khuynh hướng bất thiện: Ở đây chỉ đề cập đến khuynh hướng bất thiện.

Khuynh hướng bất thiện.

Có hai khuynh hướng bất thiện là: *Khuynh hướng ái* (tañhā abhinivesa) và *khuynh hướng tà kiến* (ditṭhi abhinivesa).

Từ hai khuynh hướng này phát sinh một “niềm tin”, niềm tin này cũng là loại “tà tín”, lâu dần chúng trở thành “vững tin”.

a- *Khuynh hướng ái* (tañhā abhinivesa).

Là cách “nghiêng về dính mắc với thân tâm”, khi ấy cho rằng “có một thực thể luôn luôn tồn tại trong thân tâm này, gọi là atta (cái TA), cho dù những chi thể như đầu, mình, tay chân... có bị hoại diệt, nhưng cái TA này vẫn luôn luôn bất động, không hề thay đổi qua chuỗi dài sinh tử.”⁽⁹⁾

b- *Khuynh hướng tà kiến* (ditṭhi abhinivesa).

Tương tự như “niềm tin” ở trên, nhưng ở đây lại cho rằng: Có một *đại ngã* (mahāṭṭa) là Đấng Sáng tạo ra thế gian, mỗi chúng sinh chỉ là một thành phần xuất phát từ *đại ngã*, “cái tôi” là *tiểu ngã* xuất phát từ *đại ngã ấy* [10].

Đại ngã có rất nhiều tên gọi như: Đấng Tạo hóa, Thượng đế, Đấng Sáng Tạo chủ... Chính *đại ngã* luôn tồn tại mãi mãi, còn *tiểu ngã* có thể bị hoại diệt để trở về với *đại ngã*.

Chính *đại ngã* là kẻ chi phối thế gian, là kẻ kiểm soát, điều hành thế gian theo ý muốn.

Vì sao có niềm tin này? Vì thấy có chúng sinh thông minh, chúng sinh ngu dốt, chúng sinh xinh đẹp, chúng sinh thô xấu...⁽¹¹⁾ Do đó, gọi là “niềm tin” phát sinh do (tà) kiến.

Hai loại *niềm tin* này tuy xuất phát từ ái – kiến nhưng không được ái – kiến bảo hộ, nên chúng được gọi là *taṇhā anissaya* (ái không bảo hộ) và *diṭṭhi anissaya* (kiến không bảo hộ) .

Chúng cũng có thể được gọi là hai “ngũ ngầm (anusaya)”, là ái ngũ ngầm (taṇhā – anusaya) và kiến ngũ ngầm (diṭṭhi anusaya), hoặc chúng là hai tùy phiền não (anukilesa) có trong thân tâm của phàm nhân (puthujana), hoặc chúng là hai pháp trầm luân (āsava – lậu hoặc)⁽¹²⁾ .

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khuru Chánh Minh dịch Việt

4- Hai Bhūmi (cõi)

Bhūmi (cõi) có nghĩa là nơi chúng sinh sinh ra và nương ngụ. Có hai loại cõi: *Cõi phàm nhân* (puthujjana bhūmi) và *cõi bậc Thánh* (ariya bhūmi).

a- Cõi phàm nhân (puthujjana bhūmi).

Là nơi phàm nhân sinh lên và nương trú, nói theo phương diện tục đế (lokiya sacca) thì bao gồm 26 cõi (trừ 5 cõi Tịnh cư (suddhavāsa) của bậc Thánh Anahàm).

Khi nói theo chân đế (paramattha sacca) thì cõi của phàm nhân chính là “tà kiến – micchādiṭṭhi” .

Tất cả phàm nhân đều có tà kiến là nơi sinh ra và dựa vào tà kiến để lớn lên, tà kiến là nơi nương nhờ, là nơi nghỉ ngơi, là nơi đứng của phàm nhân.

Dù là *kiến đảo ngược* (diṭṭhi vipallāsa), *kiến xiềng xích* (diṭṭhigaha), *ảo kiến* (diṭṭhi papañca), hay *kiến chấp* (diṭṭhi abhinivesa), *kiến ngũ ngầm* (diṭṭhi anusaya) ... bất kỳ loại nào cũng đều là nền tảng, là nơi sinh, là nơi trú của phàm nhân.

Phàm nhân chỉ là danh từ định đặt cho danh sắc hay **năm nhóm** (pañcakkhandhā – ngũ uẩn) còn liên hệ đến tà kiến, bao giờ còn tà kiến thì danh sắc ấy được gọi là “phàm nhân”.

Bao giờ còn đứng vững trên một trong những tà kiến ấy, chúng sinh này không bao giờ thoát ra khỏi sinh hữu phàm nhân, cho dù đó là vị Phạm thiên cõi Phi tướng phi phi tướng xứ.

b- *Cõi bậc Thánh (ariya bhūmi)*.

Theo nghĩa tục đế, đó là nơi của bậc Thánh sinh lên và nương trú, bao gồm cõi người, sáu cõi trời Dục giới, 15 cõi Sắc giới (trừ cõi Vô tướng) và 4 cõi Vô sắc giới.

Danh từ “bậc Thánh” cũng là định danh cho một “danh sắc” hay “năm nhóm”; nhưng danh sắc này không còn liên hệ với tà kiến, bên trong danh sắc này không tìm thấy dấu vết, không tìm thấy dư tàn của tà kiến dù chỉ là chút ít, danh sắc này liên hệ thuần khiết với chánh kiến.

Nói cách khác, gọi là **bậc Thánh**, vì các Ngài đã loại trừ tất cả mọi tà kiến. Và cõi của bậc Thánh, theo ý nghĩa chân đế chẳng gì khác chính là **chánh kiến** (sammādiṭṭhi). Đó là sự hiểu đúng, thấy đúng.

Hiểu và thấy như thế nào? Hiểu và thấy rằng “trong danh sắc này không có gì *thường hằng*, không có gì *trong sạch* và chúng không có *cốt lõi* (không có cái TA)”.

Chánh kiến là “nơi” sinh ra bậc Thánh, bậc Thánh tăng trưởng do nương vào chánh kiến, trú trong chánh kiến. Do đó nói “chánh kiến” là cõi (bhūmi) của bậc Thánh.

Thành tựu được chánh kiến, một chúng sinh từ *cõi phàm sinh về cõi Thánh*.

Số lượng phàm nhân thì nhiều vô số không thể đếm được, sinh hữu của phàm nhân không có điểm khởi đầu cũng không có điểm chấm dứt, nó như con thuyền trôi dạt dờ trên biển lớn mênh mông không thấy bến bờ.

Nếu phạm nhân cố gắng loại trừ “*thấy đảo ngược* (ditthivipallāsa)” để tạo *chánh kiến* trong thân tâm thì một ngày nào đó, người này sẽ thành công.

Nhận được danh sắc này là “vô thường, khổ, không trong sạch, không có cái TA” ví như người đang lênh đênh giữa biển, đã định hướng được con đường vào bờ, người này nỗ lực lèo lái con thuyền “danh sắc” đi đúng hướng, một ngày nào đó người này sẽ đặt chân lên vùng đất của bậc Thánh, trở thành bậc Thánh.

Thậm chí, nếu vẫn còn ảo tưởng (maññanā) do ái (tañhāmaññanā), do mạn (mānamaññanā) trong một số vị Thánh, các Ngài cũng không phạm vào những nghiệp bất thiện cho quả khổ, để rồi phải rơi vào khổ cảnh. Vì sao? Vì các Ngài đã loại trừ được sức mạnh của *thấy đảo ngược* (ditthivipallāsa), *kiến ảo tưởng* (ditthimaññanā).

Hai loại ảo tưởng còn lại (ái ảo tưởng, mạn ảo tưởng) chỉ đủ sức lôi kéo các Ngài vào luân hồi, nhưng sinh vào các cõi vui để các Ngài thọ hưởng lạc thế gian.

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khuru Chánh Minh dịch Việt

5- Hai Gati (sự luân chuyển)

Gati có nghĩa “đi”, nghĩa mở rộng là “sự luân chuyển”⁽¹³⁾.

Ở đây, không có nghĩa là “sự luân chuyển của linh hồn” như trong một số triết lý, sự luân chuyển ở đây được dùng theo quan niệm Phật giáo, đó là sự thay đổi từ kiếp sống cũ chuyển sang kiếp sống mới.

Có hai loại luân chuyển: Luân chuyển của phàm nhân (puthujjanagati) và luân chuyển của bậc Thánh (ariyagati).

a- Luân chuyển của phàm nhân (puthujjanagati)

Phàm nhân thường luân chuyển đến những nơi đau khổ (vinipātanagati) một cách bất ngờ, không thể định trước được. Theo Pháp học ghi nhận, thì phàm nhân có thể luân chuyển khắp 31 cõi, nhưng khó có thể tái sinh vào cõi sống nào mà người ấy mong muốn.

Ví như trái dừa từ trên cây rơi xuống, nó không biết chắc “sẽ rơi đến điểm nào”; cũng vậy, một phàm nhân sau khi chết, y không thể biết “mình tái sinh” vào cảnh giới nào trong kiếp sống mới ⁽¹⁴⁾.

Cho dù chúng sinh ấy tạo nghiệp bất thiện, nghiệp bất thiện có chờ sẵn cho người ấy, nhưng y không thể biết “sau khi chết ta tái sinh vào địa ngục, súc sinh, ngã quỷ hay Atula”.

Cho dù chúng sinh ấy có tạo nghiệp lành, nhưng khi mệnh chung y cũng không thể *biết hay chọn* được “cảnh giới tái sinh trong tương lai”, rằng: “ta sẽ tái sinh là người, là chư thiên cõi Tứ thiên vương, chư thiên cõi Đạo Lợi...” chẳng những không thể biết trước, lại còn “không thể chọn lựa được”.

Vì sao vậy? Vì các nghiệp thiện hay bất thiện bị tản mạn, không thể liên kết chắc chắn với chúng sinh phàm nhân, đồng thời chính nghiệp thiện hay nghiệp bất thiện cũng không liên kết với nhau. Do sự tản mạn này, một chúng sinh sau khi chết còn tệ hại hơn là chết, vì các địa ngục nhỏ, địa ngục lớn, chí đến địa ngục Atỳ (aviciniraya) đang mở rộng cho phàm nhân từ cõi người chuyển đến một cách không chướng ngại, giống như hư không mở rộng không có chướng ngại cho viên đá rơi xuống.

Ngay khi hết kiếp sống đó, người đó có thể rơi vào bất kỳ một trong các cõi địa ngục (niraya) hay các cõi khổ khác.

Dù cảnh giới chuyển đến có xa hay gần đều không có thời gian trống xen giữa để ngừng nghĩ, người đó có thể tái sinh vào địa ngục, là thú, là ngạ quỷ với hình dáng xấu xí, hay là Atula (asura)... sự kiện tái sinh ấy xảy ra trong nháy mắt.

Với những phàm nhân có nghiệp lành thì có sự luân chuyển tốt hơn, y có thể là *Titan* tướng của vua trời Đế Thích, hay các thiên nhân, hoặc là vua trời Đế Thích và sự kiện này cũng xảy ra trong nháy mắt.

Tương tự như vậy, nếu phàm nhân đó trở thành vị Phạm thiên, cũng chỉ trong nháy mắt.

Các Phạm thiên khi hết tuổi thọ trên các cõi Sắc hay cõi Vô sắc, không bị rơi trực tiếp xuống bốn cõi khổ mà có một khoảng dừng, là một kiếp sống trong cõi người hay cõi trời Dục giới (kāmadeva)⁽¹⁵⁾, nhưng từ cõi này, người đó có thể rơi xuống bốn cõi khổ.

Tại sao chúng ta nói rằng mỗi chúng sinh đều sợ chết? Vì sau cái chết là sự chuyển sang cảnh giới mới, mà cảnh giới tái sinh mới người này không thể biết “tốt hơn hay xấu hơn cảnh giới hiện tại”.

Nếu không có “sự tản mạn của nghiệp” đối với cảnh giới tái sinh như được đề cập ở trên và một người có thể tái sinh vào bất kỳ cõi nào mà người đó muốn, thì sự “**tham chết**” của một chúng sinh có thể có. Người đó sau khi sống một khoảng thời gian đáng kể trong một kiếp sống, rồi “*muốn chết*” để được chuyển đến kiếp sống khác tốt hơn; nhưng điều này không xảy ra.

Do vậy, dù phàm nhân có tạo nhiều nghiệp thiện vẫn sợ hãi khi đứng trước cái chết.

Bài kinh Nakhasikhāsuttam (đầu ngón tay)⁽¹⁶⁾ chỉ ra “sự trải rộng cảnh giới tái sinh của phàm nhân”, như sau:

Tam kim maññatha bhikkhave, katamaṃ nu kho bahutaraṃ, yo vāyaṃ mayā paritto nakhasikhāyaṃ paṃsu āropito ayam vā mahāpathavī'ti?

“Này các Tỳkhu, các người nghĩ thế nào? Cái gì nhiều hơn chút đất này ta lấy trên đầu móng tay, hay quả đất lớn này?”

Etadeva, bhante, bahutaraṃ yadidaṃ mahāpathavī.

Appamattakoyaṃ bhagavatā paritto nakhasikhāyaṃ paṃsu āropito. Saṅkampi na upeti upanidhimpī na upeti kalabhāgampi na upeti mahāpathaviṃ upanidhāya bhagavatā paritto nakhasikhāyaṃ paṃsu āropito'ti.

“Cái này, bạch Thế Tôn là nhiều hơn, tức là quả đất lớn này và ít hơn là chút đất Thế Tôn lấy trên đầu móng tay. Không thể đi đến ước tính, không thể đi đến so sánh, không thể đi đến một mười phần, khi so sánh quả đất lớn với ít đất Thế Tôn lấy trên đầu móng tay”.

Evameva kho, bhikkhave, appakā te sattā ye manussesu paccājāyanti; atha kho eteyeva bahutarā sattā ye aññatra manussehi paccājāyanti.

“Cũng vậy, này các Tỳkhu, rất ít là chúng sinh được tái sinh làm người! Còn nhiều hơn là những chúng sinh phải tái sinh ra ngoài loài người...” (HT. Thích Minh Châu dịch).

Bài kinh *Nakhasikhasuttaṃ* không nói về chúng sinh của tất cả bốn khổ cảnh, chỉ riêng câu *“rất ít chúng sinh được tái sinh làm người”*, cũng đủ thấy rõ nghiệp bất thiện dẫn đến cảnh giới khổ (vinipātanagati) nhiều như thế nào. Đó là sự “trải rộng” của nhiều loại cảnh giới đi đến (gati) của phàm nhân sau khi chết.

Sự khó *“sinh làm người”* được Đức Thế Tôn mô tả như “con rùa mù (kānakacchapa) chui vào lỗ của một khúc cây” trong bài kinh *Chiggaḷayugasutta* (kinh Lỗ khóa)⁽¹⁷⁾, đại ý như sau:

Có con rùa mù, cứ mỗi trăm năm nó trôi lên mặt biển. Trên biển có khúc gỗ có lỗ hổng, khúc gỗ trôi dạt dờ theo sóng gió. Khi

con rùa mù nổi lên vừa đúng lúc khúc gỗ trôi đến, con rùa mù đưa cổ vào trong lỗ hổng ấy. Và Đức Thế Tôn hỏi chư Tỳkhuu, sự kiện ấy có phải chỉ một lần sau một trăm năm, con rùa mù đưa được cổ vào trong lỗ hổng. Chư Tỳkhuu thưa rằng: “Năm sáu lần như vậy mới ***có thể*** được. Đức Thế Tôn dạy:

Khippataram kho so, bhikkhave, kāṇo kacchapo vassasatassa vassasatassa accayena sakim sakim ummujjanto amusmim ekacchiggale yuge gīvaṃ paveseyya, na tvevāhaṃ bhikkhave, sakim vinipātagatena bālena manussattaṃ vadāmi. Taṃ kissa hetu?

“Ta tuyên bố rằng còn mau hơn, này các Tỳkhuu, là con rùa mù ấy, sau mỗi trăm năm nổi lên, có thể chui cổ vào khúc gỗ có lỗ hổng ấy. Còn hơn kẻ ngu khi một lần rơi vào đọa xứ, để được làm người trở lại. Vì có sao?”

Na hettha, bhikkhave, atthi dhammacariyā, samacariyā, kusalakiriyā, puññakiriyā. Aññamaññakhādikā ettha, bhikkhave, vattati dubbalakhādikā...

“Vì rằng, ở đây không có pháp hành, chánh hành, thiện nghiệp, phước nghiệp. Ở đây, này các Tỳkhuu, chỉ có ăn thịt lẫn nhau và chỉ có người yếu bị ăn thịt...” (HT. TMC dịch).

Xem ra, một lần rơi vào khổ cảnh thật khó sinh lại làm người; chỉ có những ai làm việc thiện, tránh làm điều ác mới có thể được sinh làm người và chư thiên.

Với người không thể phân biệt điều nào là tốt đẹp hay tội lỗi, điều nào là thiện hay bất thiện, điều nào là giới hạnh hay tà hạnh, các chúng sinh này phải rơi vào cõi khổ, là nơi không có giới hạnh, không có phước nghiệp và chúng chỉ gây đau khổ cho nhau bằng tất cả năng lực của chúng.

Đặc biệt là những chúng sinh trong cõi địa ngục (niraya) phải sống đau khổ vì sự trừng phạt và tra tấn, còn chúng sinh ma đói

(peta – ngã quý) thì chịu khổ đói khát và những khổ nạn khác trong suốt kiếp sống ấy.

Theo bài kinh này, vì sao những chúng sinh trong các cõi khổ lại khó tái sinh lại cõi người? Vì chúng không bao giờ nhìn lên mà luôn nhìn xuống.

Nhìn xuống có nghĩa là gì? Là sự si mê trong chúng dần trở nên nhiều và mạnh hơn từ kiếp sống này đến kiếp sống khác. Như nước luôn chảy từ chỗ cao xuống rồi đọng lại nơi chỗ thấp, cũng vậy, chúng luôn có khuynh hướng tái sinh vào những cõi thấp hơn, vì những con đường đưa đến sinh thú cao hơn đã đóng, trong khi những con đường đưa đến sinh thú thấp hơn lại mở rộng.

Đó có nghĩa là **“nhìn xuống”**.

Từ câu chuyện về *con rùa mù*, bậc trí hiểu rõ được phạm nhân thường bị các nghiệp bất thiện dẫn đi đến các “cảnh giới tái sinh đau khổ cùng với sự trải rộng các sanh hữu”. Thật đáng sợ và khủng khiếp như thế nào.

Đức Phật đã khẳng định: *“Rất ít chúng sinh tái sinh lại chính cảnh giới mình đang sống, phần đông tái sinh vào cõi thấp hơn và phần đông rơi vào khổ cảnh”*. Xin được trích dẫn các bài kinh ấy như sau:

...“Evameva kho, bhikkhave, appakā te sattā ye manussā cutā manussesu paccājāyanti; atha kho eteva bahutarā sattā ye manussā cutā niraye paccājāyanti... tiracchānayaniyā... pettivisaye paccājāyanti”.

“Cũng vậy, này các Tỳ khuru, ít hơn là các chúng sinh sau khi chết từ thân người được tái sinh làm người. Và nhiều hơn là các chúng sinh sau khi chết từ thân người phải tái sinh trong địa ngục... phải tái sinh trong loài bàng sinh... phải tái sinh vào cõi ngã quý...” (HT. TMC dịch) (ND trích dẫn) [18].

... “Evameva kho, bhikkhave, appakā te sattā ye manussā cutā devesu paccājāyanti; atha kho eteva bahutarā sattā ye manussā cutā niraye paccājāyanti... tiracchānayoniyā... pettivisaye paccājāyanti...”.

*“Cũng vậy, này các Tỳkhuu, ít hơn là các chúng sinh sau khi chết từ **thân người được tái sinh giữa chư Thiên**. Và nhiều hơn là các chúng sinh, sau khi chết từ thân người, phải tái sinh vào địa ngục... phải tái sinh vào loài bàng sanh... phải tái sinh vào cõi ngạ quỷ” (HT. TMC dịch) (ND td)...*

... “Evameva kho, bhikkhave, appakā te sattā ye devā cutā devesu paccājāyanti; atha kho eteva bahutarā sattā ye devā cutā niraye paccājāyanti... tiracchānayoniyā... pettivisaye paccājāyanti...”.

*... . “Cũng vậy, này các Tỳkhuu, ít hơn là các chúng sinh, sau khi chết từ **thân chư Thiên được tái sinh giữa chư thiên**. Và nhiều hơn là các chúng sinh, sau khi chết từ thân chư Thiên, phải tái sinh trong địa ngục... phải tái sinh trong loài bàng sanh... phải tái sinh trong cõi ngạ quỷ” (NDtd).*

“Evameva kho, bhikkhave, appakā te sattā ye devā cutā manussesu paccājāyanti; atha kho eteva bahutarā sattā ye devā cutā niraye paccājāyanti... tiracchānayoniyā... pettivisaye paccājāyanti...”.

*“Cũng vậy, này các Tỳkhuu, ít hơn là các chúng sinh, sau khi chết từ **thân chư Thiên, được tái sinh làm người**. Và nhiều hơn là các chúng sinh, sau khi chết từ thân chư Thiên, phải tái sinh trong địa ngục... phải tái sinh trong bàng sanh... phải tái sinh trong cõi ngạ quỷ” [19]. (HT. TMC dịch) (Ntdt).*

Qua những bài kinh trên, cho chúng ta thấy phàm nhân sinh lại chính cảnh giới mình đang sống quả thật rất ít, phần lớn phải rơi vào khổ cảnh, cho dù đó là chư Thiên, **vì sao?** Vì phàm nhân thường bị nghiệp lực bất thiện dẫn đi.

b- Sự lưu chuyển của bậc Thánh (ariyagati)

Tuy các bậc Thánh vẫn còn luân chuyển trong tam giới^([20]), nhưng sự trải rộng sanh hữu không còn. Sự chết là điều không thể tránh khỏi trong một kiếp sống, nhưng các bậc Thánh luân chuyển vào những cõi cao hơn, tốt đẹp hơn so với cõi mà các Ngài đang sống và các Ngài có khả năng chọn lựa cõi “đi đến” cho mình^([21]).

Sự luân chuyển của bậc Thánh không phải sự rơi của trái dừa từ trên cao xuống. Sự luân chuyển của bậc Thánh được ví như đàn chim trong hư không, đàn chim có thể đến bất kỳ nơi nào hay bất kỳ cành cây nào mà chúng muốn đậu.

Người, chư Thiên hay Phạm thiên thành tựu bậc Thánh, có thể đến bất kỳ cõi tái sinh nào tốt đẹp hơn, tức là vị ấy sau khi hết tuổi thọ, có thể tái sinh vào cõi người, cõi chư thiên hay Phạm thiên theo ý muốn.^([22])

Dù không mong muốn tái sinh vào bất kỳ cõi đặc biệt nào khi hết tuổi thọ nhưng các vị ấy chắc chắn được tái sinh vào cõi cao và tốt đẹp hơn, đồng thời hoàn toàn không bị tái sinh vào cõi khổ và thấp hơn, chí ít cũng ngang bằng với cõi mà vị ấy đang sống^([23]).

Hơn nữa, nếu phải tái sinh vào cõi người thì các vị ấy không bao giờ thuộc tầng lớp thấp kém và nghèo khổ hơn kiếp hiện tại, không phải là người thiếu trí hay sinh ra trong gia đình dị giáo. Trái lại, các Ngài tái sinh vào giòng dõi cao quý và trong gia đình có truyền thống Phật giáo.

Cũng vậy, đối với chư Thiên và Phạm thiên, các Ngài hoàn toàn thoát khỏi “sự lưu chuyển của phàm nhân (*puthujjanagati*)”.

Vì sao các Ngài được như vậy? Vì các Ngài đã thành tựu chánh kiến, sự khổ của các Ngài không còn nhiều.

... “Evameva kho, bhikkhave, ariyasāvakaṃsa diṭṭhisampannassa puggalassa abhisametāvino etadeva bahutaraṃ dukkhaṃ

yadidaṃ parikkhīnaṃ pariyādiṇṇaṃ; appamattakaṃ. avasiṭṭhaṃ. Neva satimaṃ kamaṃ upeti na sahaṣṣimaṃ kamaṃ upeti na sataṣaṣṣimaṃ kamaṃ upeti purimaṃ dukkhakkhandhaṃ parikkhīnaṃ pariyādiṇṇaṃ upanidhāya yadidaṃ sattakkhatuṃparamatā”.

“Cũng vậy, này các Tỷkheuru, đối với vị Thánh đệ tử đã chứng được kiến cụ túc, đối với người đã chứng được minh kiến, cái này là nhiều hơn, tức là khổ đã được đoạn tận, đã được diệt tận; ít hơn là khổ còn lại, không phải một trăm lần, không phải một ngàn lần, không phải một trăm ngàn lần, có thể sánh bằng khi so sánh với khổ uẩn trước đã được đoạn tận, đã được diệt tận, tức là bảy lần nhiều hơn ...” (HT. TMC dịch)⁽²⁴⁾.

Bài kinh trên cho thấy, khi thành tựu được chánh kiến, sự khổ của bậc Thánh không còn tồn tại nhiều, chỉ là nhúm đất nhỏ trên đầu móng tay, so với cái khổ của phàm nhân nhiều như quả đất.

Giải thích về hai gati (luân chuyển).

Trong nhiều cảnh giới luân chuyển, ngoại trừ 5 cõi Tịnh cư (Suddhāvāsa) dành riêng cho bậc Anahàm, có những cảnh giới chung cho phàm lẫn Thánh cùng luân chuyển đến. Vậy thì có gì khác biệt?.

Khi một người rơi từ trên cây xuống, người đó rơi giống như trái dừa vì không có cánh để bay trong không khí.

Trái lại, đàn chim đậu vào nhánh cây, khi cành cây bị gãy, chúng không bao giờ rơi xuống mà dễ dàng bay vào hư không, tìm nhánh cây khác để đậu.

Cũng vậy, khi còn là phàm nhân, còn liên hệ với tà kiến nên phàm nhân không có đôi cánh của bát Chánh đạo để dùng bầu trời làm nơi nghỉ ngơi; vì thế phàm nhân thường lưu chuyển đến cảnh giới thấp hơn.

Trái lại bậc Thánh có bát Chánh đạo là đôi cánh, có chánh kiến là nơi nương, có Nípàn là cứu cánh; nên sự lưu chuyển về cảnh giới mới của các Ngài cao và dễ dàng hơn.

Một người càng leo cao, khi cành cây mà họ bám dùng làm nơi nghỉ bị gãy, họ chịu nhiều đau đớn khi rơi xuống đất, thậm chí phải chết.

Cũng vậy, phàm nhân dù là chư thiên hay Phạm thiên, sau khi thân hoại mệnh chung còn luân hồi, các vị ấy rơi vào những trói buộc của bất thiện, để rồi phải rơi xuống cõi thấp, thậm chí phải rớt xuống địa ngục. Vì sao? Vì nơi nghỉ của họ liên quan đến tà kiến *tư ngã*, nơi nghỉ của họ là thân tâm (danh sắc). Một khi danh sắc này bị vỡ ra họ không còn chỗ nương, nên phải rơi xuống như trái cây rụng.

Với tà kiến “*đại ngã*”, “*đại ngã*” vốn không có, khi thân tâm này vỡ ra họ cũng chẳng tìm được chỗ nương, thế là phải rơi xuống cảnh giới tái sinh thấp hơn.

Như đàn chim, cho dù những cành cây mà chúng đang đậu có bị gãy thì chúng không bao giờ ngã mà dễ dàng bay trong không trung đến bất kỳ cây nào khác. Vì những cành cây không phải là nơi nghỉ thường hằng của chúng mà chỉ là nơi ngụ tạm thời, chúng hoàn toàn phụ thuộc vào đôi cánh của mình và không trung.

Cũng vậy, khi trở thành bậc Thánh và thoát khỏi mọi tà kiến thì dù là người, chư Thiên hay Phạm thiên, các Ngài không hề xem cơ thể mình là *attā* hay *tư ngã*. Các Ngài có chánh kiến là nơi nương, hướng đến Nípàn diệt trừ mọi sinh hữu, với đôi cánh mạnh của Bát Chánh đạo đủ sức đưa các Ngài đến cảnh giới tái sinh cao hơn, tốt đẹp hơn so với chỗ các Ngài đang tạm ngụ. Đây là sự khác biệt giữa hai *gati*, tức là “sự luân chuyển của phàm nhân” và “sự luân chuyển của bậc Thánh”.

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khưu Chánh Minh dịch Việt

6- Hai Sacca (sự thật)

Sacca hay **sự thật** là “đúng với sự kiện”, “đúng với bản chất” qua sự định danh của điều nào đó, hoặc vật nào đó.

Có hai loại sự thật: “Sự thật thông thường (*sammutisacca* – tục đế)” và “sự thật tột cùng (*paramatthasacca* – chân đế)”.

a- *Sự thật thông thường* (*sammutisacca* – tục đế).

Đó là những danh từ, những thuật ngữ được nhiều người sử dụng, như “tôi, người, chư thiên, Phạm thiên, tâm trí, xứ sở...”. Sự thật thông thường này, được định đặt ra để thông tri ý nghĩa giữa người với người, để cùng hiểu với nhau.

Cũng từ sự thật thông thường này, nảy sinh nhiều quan niệm sai lạc, như khi nhận thấy nhiều hiện tượng kỳ lạ trong thiên nhiên, người ta tưởng tượng ra có Đấng Tạo hóa, có “cái tôi tồn tại”, “do thần Thánh phần nộ, trừng phạt”....

Tuy *sự thật thông thường* không phải là lời nói dối, nhưng nó không trung thực thật sự, nó như lớp men đẹp bên ngoài che lấp chất đất thô xấu bên trong của chiếc bình đất.

Khi nói “chiếc bình đẹp”, đó không phải là lời nói dối, chỉ là lời nói thiếu trung thực với hiện vật ấy mà thôi.

Hoặc khi nói “con người tồn tại trong một kiếp sống”, đó không phải là lời nói dối, đó chỉ là cách nói thông thường của đại đa số, nhưng theo chân đế, thì đó là “lời đảo ngược (*vipallāsavācā*)”; vì có cái gì thường hằng cả trăm năm đâu? Cái luôn luôn biến đổi ấy lại được xem là *thường* sao?

Khi có ý nghĩ “cái tôi thường hằng” bấy giờ đã rơi vào bất thiện, rơi vào tà kiến; người này sẽ cho rằng “cái tôi” ấy sau khi chết,

hoặc sẽ tồn tại, hoặc sẽ tiêu hoại, hoặc một phần tồn tại, một phần bị tiêu hoại..⁽¹²⁵⁾.

“Yā imā Cunda anakavīhitā ditṭhiyo loke uppajjanti attavādapatisamyuttā vā lokavādapatisamyuttā vā, yattha cetā ditṭhiyo uppajjanti yattha ca anusenti yattha ca samudācaranti, taṃ netam mama, neso’ ham asmi, na meso attā ti evaṃ – etaṃ yathābhūtaṃ sammappaññāya passato evaṃ – etāsaṃ ditṭhīnaṃ pahānaṃ hoti, evaṃ – etāsaṃ ditṭhīnaṃ paṭinissaggo hoti”.

*“Này Cunda, những loại sở kiến này khởi lên trên đời, hoặc liên hệ đến ngã luận, hoặc liên hệ đến thế giới luận, – chỗ nào những sở kiến này tiềm ẩn, và chỗ nào những sở kiến này hiện hành, chỉ có cách như thật quan sát chúng với trí tuệ rằng: **“cái này không là của tôi, tôi không phải là cái này. Cái này không phải tự ngã của tôi”**, có vậy thời có sự đoạn trừ những sở kiến ấy, có sự xả ly những sở kiến ấy”⁽¹²⁶⁾. (HT. TMC dịch).*

Lời dạy trên của Đức Phật khẳng định “tất cả mọi tà kiến” đều xuất phát từ “cái tôi”, “cái của tôi”, “cái chính tôi”. Cần phải quán xét sự vật với trí tuệ “không có cái tôi”, “không có cái của tôi”, nhờ đó diệt trừ được mọi tà kiến, mọi quan niệm sai lầm.

b- Sự thật tốt cùng (paramatthasacca – chân đế).

Sự thật tốt cùng là “sự xác nhận hay phủ nhận” một sự kiện hoặc một điều nào đó.

Tuy phải mượn tục đế (danh từ) để diễn đạt, nhưng nêu bày ý nghĩa “khẳng hay phủ định” một cách trọn vẹn, làm cho ý nghĩa **“thật”** được phơi bày ra, như khi Đức Phật dạy:

Sabbe saṅkhārā aniccāti: *Tất cả pháp hữu vi là vô thường.*

Sabbe saṅkhārā dukkhāti: *Tất cả pháp hữu vi là khổ.*

Sabbe dhammā anattāti: *Tất cả pháp là vô ngã.*

Lời dạy trên cho thấy tính *khẳng định*: “Đã là pháp hữu vi thì phải vô thường, phải khổ, không có pháp hữu vi nào là thường, là lạc được”.

Mặt khác, lời dạy trên cho thấy *tính phủ nhận*: “Không có pháp hữu vi nào là *thường*, không có pháp hữu vi nào là *lạc*”....

Ở dạng khẳng định của chân đế, khi nói “chất đất hiện có, chất lửa hiện có, tâm sinh lên...” là nói đến các pháp hữu vi đang hiện bày ở sátna trụ (ṭhitikhaṇa) của chúng.

Ở dạng phủ nhận, khi nói “không có chúng sinh, không có người, không có chư Thiên, không có Phạm thiên, không có voi, không có ngựa...”, có nghĩa là “không có cái gì gọi là chúng sinh đang hiện bày cả, đó chỉ là danh sắc hay ngũ uẩn đang hiện bày mà thôi”.

Chân đế luôn luôn đối lập với ảo giác đồng thời có tính phủ nhận ảo giác. Khi phủ nhận hay phản đối ảo giác, người ấy thường thoát ra những bất thiện pháp và có thể thành tựu bậc Thánh.

Nhưng theo tục đế thì: Có người sống trăm tuổi, có người *thường* trăm táng, có “*thiên lạc*, có *dục lạc*”...

Theo tục đế, con người tồn tại, chúng sinh tồn tại; con người hay chúng sinh tiếp tục luân hồi từ kiếp này đến kiếp khác trong biển đời.

Nhưng theo chân đế, không có con người hay chúng sinh và không có ai luân hồi từ kiếp này đến kiếp khác cả.

Vậy cái gì chuyển di từ kiếp sống này sang kiếp sống khác?

Chính là nghiệp lực (kammabala) liên kết với ái, một khi ái bị trừ diệt hoàn toàn thì nghiệp lực trở thành vô hiệu.

Ở đây, có thể có câu hỏi: “Hai sự thật này dường như là hai thái cực cách xa nhau?”.

Tất nhiên là như vậy, nhưng chúng ta vẫn có thể đem chúng lại với nhau để làm nổi bật chúng, như đen trắng tuy đối lập nhau, nhưng khi gần nhau thì đen làm nổi bật trắng và ngược lại.

Chúng ta không thể nói theo chân đế lẫn tục đế được sao? Hay bắt buộc phải nói một trong hai sự thật?

Đề cập đến mỗi loại sự thật là đề cập đến cách diễn đạt và đối tượng được thông tri ý nghĩa.

Khi một người trò chuyện với một người, vị ấy nói “có người A đang sống ở Mandalay”, vị ấy không bị phản bác, vì những từ ngữ này mô tả những gì đang có ở bên ngoài.

Khi thảo luận về chân pháp, một học viên Atỳđàm (Abhidhamma) nói “không có người, không có chư thiên...”, vị ấy cũng không bị phản bác. Vì theo chân đế thì chỉ là “danh sắc”. Người, chư thiên... chỉ là những từ ngữ mô tả danh sắc sau lớp vỏ định danh ấy ^([27]). Đây là đề cập đến sự thật theo cách diễn đạt.

Với đối tượng thì sao? Với đối tượng là người chưa làm quen với chân đế, thì dùng tục đế rồi dẫn dắt vào chân đế, như:

“Kiñca, bhikkhave, sabbam? Cakkhuñceva rūpañ ca, sotañca saddā ca, ghānañ ca gandhā ca, jivhā ca rasā ca, kāyo ca phoṭṭhabbā ca, mano ca dhammā ca. Idaṃ vuccati, bhikkhave, sabbam”.

“ Và này các Tỳkhu, thế nào là tất cả? Mắt và các sắc; tai và các tiếng; mũi và các mùi; lưỡi và các vị; thân và các xúc; ý và các pháp. Như vậy, này các tỳkhu, gọi là tất cả ”^([28]).

Theo lời dạy của bài kinh, chúng ta thấy: Đức Thế Tôn định nghĩa “tất cả” theo chân đế, không theo định nghĩa của tục đế.

Và “**tất cả**” ở đây chỉ cho danh sắc hay 12 xứ (āyatana).

Với đối tượng có trí, hiểu được chân pháp thì dùng ngay những từ ngữ chỉ cho chân đế, như:

Kusala dhammā: *Tất cả pháp thiện.*

Akusala dhammā: *Tất cả pháp bất thiện.*

Abyākatā dhammā: *Tất cả pháp vô ký*^([29])

Như người đào đất từ những nơi khác, nghiền ra thành bụi, trộn vào nước thành bùn và dùng bùn này để làm ra nhiều loại bình, ly, chum... và trong thế gian đang có nhiều loại bình, chum, ly.

Nhưng “*tất cả*” bình, ly, chum... là *đất*. Và hai sự thật được đặt bên nhau.

Khi thảo luận về vấn đề “các loại hình của bình, ly....” thì danh từ bình, ly.. không bị phản đối, vì sao? Vì bình, ly ... có trong thế gian.

Xét ra, tục đế mang tính khẳng định theo thế gian, còn chân đế mang tính phủ nhận tục đế, vì chân đế chỉ thừa nhận “*chất đất đang hiện hữu*” mà thôi, không có bình, ly, chum, vại... chi cả. Mặt khác, tuy phủ nhận tục đế, nhưng chân đế cũng phải mượn tục đế để diễn đạt. Tức là qua từ ngữ của tục đế làm nổi bật chân đế, làm cho bản chất *thật* của sự vật hiện lộ ra.

Có điều “cùng là từ ngữ” nhưng tục đế thường dùng những từ ngữ thông dụng, còn chân đế dùng những thuật ngữ có tính chuyên đề, như mắt là từ ngữ thông thường, nhãn vật (cakkhuvatthu), nhãn xứ (cakkhāyatana), nhãn quyền (cakkhundriya)... là thuật ngữ chuyên đề.

“...Cakkhum, bhikkhave, aniccaṃ...”

... *Mắt, này các Tỷkhu là vô thường...*”[30].

“... Cakkhum, bhikkhave, anattā...”

... *Mắt, này các Tỷkhu là vô ngã...*”[31].

Mắt là từ ngữ thông dụng của tục đế, còn vô thường, vô ngã là thuật ngữ của chân đế.

Đức Phật có dạy:

“Desito Ānanda mayā dhammo anantaraṃ abāhiraṃ karitvā; natatth’ Ānanda Tathāgatassa dhammesu ācariya muṭṭhi”.

“*Này Ānanda, Ta giảng pháp thù thắng (mayā) đã thực hành ở giữa, không phải bên ngoài, vì này Ānanda, đối với các pháp, Như lai không bao giờ là vị thầy còn nắm tay.*”[32]

“*Pháp bên ngoài*” là tục đế”; “*pháp ở giữa*” là chân đế (là con đường giữa hay bát chánh đạo).

Trong hai sự thật, thì tục đế không cần phải giải thích nhiều vì đó là sự thật theo cách sử dụng đã có, riêng chân đế cần phải giải thích thêm một số điều.

Trong những từ ngữ mà chúng ta gọi là “bình đất, ly đất...”, theo ý nghĩa chân đế thì đó chỉ là “đất”, không phải là “bình hay ly”.

Đất là một thuật ngữ chỉ cho những gì có đặc tính “cứng hay mềm”, bình hay ly không có đặc tính này và “bình hay ly...” cũng không phải dùng để mô tả “đất”, chúng dùng để mô tả “khái niệm về hình dạng” của *đất* bị biến đổi thành hình cầu, hình bầu dục...”.

Bình hay ly không thể áp dụng cho *đất* không có hay hình bầu dục, hình cầu.

Lại nữa, nếu những cái bình làm bằng vàng, bạc hay đồng, người ta không gọi là “bình đất” mà là “bình vàng, bình bạc, bình đồng”; nhưng dù là ngọc, vàng, bạc, đồng hay bất kỳ kim loại nào chẳng nữa, theo chân đế cũng chỉ là “*đất*”.

Đặc tính “cứng hay mềm” của đất tuy có thay đổi cũng chỉ chuyển từ “cứng” sang “mềm” hay ngược lại; nói gọn, chúng chỉ hoán chuyển với nhau, nên có thể nói rằng “bản chất đất không thay đổi”, còn bình, ly ... có thể thay đổi, chúng chỉ là sự định danh (santhānapaññati), chúng không có bản chất thật nào khác, ngoài “cứng” của đặc tính đất. Chúng chỉ là những khái niệm (paññatti) thể hiện trong tâm do dáng vẻ, hình dạng đặc biệt của bèn được gia công.

Do vậy, theo chân đế, phủ nhận “bình, ly...” là điều hợp lý, không cần phải bàn cãi.

Ngọc, vàng, bạc, đồng... sao lại là đất? Như đã giải thích, “đất” là một thuật ngữ chỉ cho đặc tính “cứng hay mềm”, ngọc vàng, bạc... có đặc tính này nên gọi chung là *đất*.

Lại nữa, ngọc, vàng, bạc bị tán nhuyễn thành bụi, trộn chung vào đất chúng trở thành bụi đất, còn bụi đất trộn chung với bụi vàng chúng vẫn là “bụi đất”.

Bây giờ chúng ta phân tích về các pháp theo chân đế. Trong hai thuật ngữ “danh sắc” được đề cập ở trên thì: Danh pháp có 54 loại, sắc pháp có 28 loại.

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khưu Chánh Minh dịch Việt

7- Các danh pháp (nāmadhammā)

Danh pháp có 54 loại là:

- Tâm hay thức (citta).
- Tâm sở (cetasika), có 52 loại .
- *Nípàn* (Nibbāna)^([33]).

*- Tâm hay thức (citta) là pháp có khả năng nhận biết cảnh.

*- Tâm sở (cetasika) là những pháp đồng sinh với tâm, ngoài sự “biết cảnh” như tâm, những tâm sở còn có những đặc tính, chức năng riêng.

*- *Nibbāna* (nípàn), theo nguyên ngữ là ni (không có) + varn (liên kết). Nípàn là pháp không có *liên kết* với *ái*, là pháp thoát ra vòng sinh tử, thoát ra mọi đau khổ.

A- Tâm hay Thức.

Thức có sáu loại là: Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức.

*- Thức sinh lên tại thần kinh nhãn được gọi là **nhãn thức**, có chức năng thấy. Nhãn thức có khả năng nhận biết tất cả màu sắc, dáng vẻ, hình dạng...

*- Thức sinh lên tại thần kinh nhĩ được gọi là **nhĩ thức**, có chức năng nghe. Nhĩ thức có khả năng nhận biết tất cả âm thanh.

*- Thức sinh lên tại thần kinh tỷ được gọi là **tỷ thức**, có chức năng ngửi. Tỷ thức có khả năng nhận biết tất cả mùi.

*- Thức sinh lên tại thần kinh thiệt được gọi là **thiệt thức**, có chức năng nếm. Thiệt thức có khả năng nhận biết tất cả vị chất.

*- Thức sinh lên tại thần kinh thân được gọi là **thân thức**, có chức năng đụng chạm. Thân thức có khả năng nhận biết tất cả đụng chạm.

*- Thức sinh lên tại sắc ý vật (hadayavatthu) gọi là **ý thức**. Ý thức có khả năng nhận biết tất cả đối tượng (ārammaṇa – cảnh). Trong cõi vô sắc (*arūpa loka*) ý thức sanh lên không cần sắc ý vật.

Ý thức được chia ra làm bốn loại:

*- **Tâm Dục giới** (*kāmāvacaracittaṃ*)^[34]

*- **Tâm Sắc giới** (*rūpāvacaracittaṃ*)–

*- **Tâm Vô sắc giới** (*arūpāvacaracittaṃ*).

*- **Tâm Siêu thế** (*lokuttaracittaṃ*).

– **Tâm dục giới** là loại tâm nằm trong quyền lực của dục tham (*kāmatanhā*), nói cách khác dục tham chiếm ưu thế trong các loại tâm dục giới.

Tâm Dục giới có bốn thành phần là: Tâm bất thiện (*akusalacittaṃ*), tâm thiện (*kusalacittaṃ*), tâm quả (*vipākacittaṃ*) và tâm vô ký (*kiriyacittaṃ*).

– **Tâm Sắc giới** là tâm thiện (*jhānacittaṃ*), tuy thoát khỏi tham dục (*kāmalobha*), nhưng vẫn còn trong phạm vi quyền lực của ái sắc (*rūpatanhā*), là sự thích thú với cảnh thiên sắc, ái sắc chiếm ưu thế trong tâm thiên Sắc giới.

Tâm Sắc giới có ba thành phần là: Tâm thiên (thiện) Sắc giới, tâm quả thiên Sắc giới và tâm vô ký thiên Sắc giới.

– **Tâm Vô sắc giới** (arūpāvacara). Cũng là loại tâm thiện, nhưng với đề mục vô sắc, loại tâm này tuy thoát ra được sự kềm chế của ái sắc, nhưng vẫn bị ái vô sắc (arūpatanhā) chi phối, vẫn nằm trong quyền lực của tham cảnh thiện Vô sắc.

Tâm Vô sắc giới cũng có ba thành phần: Thiện, quả và vô ký như tâm Sắc giới.

– **Tâm Siêu thế** (lokuttaracittaṃ). Là tâm chứng đắc Nípàn và thành tựu địa vị bậc Thánh (ariya) thoát khỏi ba loại ái (ái dục, ái sắc, ái vô sắc) diệt trừ nghiệp dẫn tái sinh vào ba cõi.

Tâm Siêu thế có hai loại: Tâm Đạo và tâm quả Siêu thế; mỗi loại có bốn bậc là: Tâm Đạo Dự lưu, tâm quả Dự lưu; tâm Đạo Nhất lai, tâm quả Nhất lai; tâm Đạo Bất lai, tâm quả Bất lai; tâm Đạo Alahán, tâm quả Alahán. Tính gọn là 8 tâm (nếu tính rộng thì có 40 tâm).

B- Tâm sở (cetasikā).

Tâm sở có 52 loại, bao gồm các thành phần như sau:

a- Tâm sở tợ tha (vimissaka cetasikā).

Gọi là “tợ tha” nghĩa là “giống như bên ngoài (chúng)”. Tức là khi chúng hợp với thiện thì chúng là thiện, khi chúng hợp với bất thiện thì chúng là bất thiện, chúng hợp với vô ký thì chúng là vô ký.

Ngài Shwe Zan Aung gọi chúng là “không thiện” cũng “không bất thiện”, do chúng hợp với cả tâm thiện và bất thiện.

Tâm sở tợ tha bao gồm hai thành phần: Tâm sở biến hành và tâm sở biệt cảnh.

*- **Bảy tâm sở biến hành (sabba cittaka).** Được gọi như vậy vì 7 tâm sở này có trong tất cả các tâm, đó là: Xúc (phassa), thọ (vedanā), tưởng (saññā), tư (cố ý) (cetanā), nhất hành (ekaggatā), mạng quyền (jīvitindriya) và tác ý (manasikāra).

1'- **Xúc (phassa).** Là sự chạm mạnh để làm cho cảnh (ārammaṇa) thích hợp hay không thích hợp lộ ra.

Xúc là một tác lực cơ bản của danh pháp, mọi danh pháp (ngoài xúc) nếu không có xúc thì không thể sinh lên. Nếu sức mạnh của xúc yếu ớt, không đủ sức “nhấn mạnh” cảnh, khi ấy cảnh không lộ ra để các danh pháp khác sinh lên.

2’- *Thọ* (vedanā). Là khả năng nhận lãnh cảnh do xúc làm hiển lộ ra. Tất cả chúng sinh thường chìm đắm trong các loại thọ này.

3’ – *Tưởng* (saññā). Là sự “nhớ lại” để hiểu biết.

Tất cả chúng sinh hiểu biết nhiều hơn nhờ tưởng; nếu tưởng đúng pháp thì mang lại rất nhiều lợi ích, còn như tưởng sai pháp sẽ dẫn đến những tai hại lớn.

Tưởng thường phù hợp với theo tập quán, tín ngưỡng... hoặc chúng theo “khuôn mẫu” cái đã từng biết (như ví dụ con hươu ở trên).

4- *Tư hay cố ý* (cetanā). Là khả năng xác định các hành động của các tâm sở để làm cho chúng hài hoà.

Theo cách nói thông thường của thế gian, thì đó là *người giám sát, người thực hiện* hay *tác giả* của việc nào đó, của công trình nào đó.

Chúng ta thường nói “Ồ, việc này do người này làm ra”, hay “đây là công trình của người này”...

Tư (*cetanā*) được cho là nghiệp (*kamma*), vì xác định các hoạt động của thân, khẩu, ý hay giám sát các tâm sở khác.

Mỗi thành tựu trong cuộc đời, là kết quả từ những nỗ lực trong công việc do thân, khẩu và ý thực hiện. Cũng vậy, những kiếp sống mới là kết quả của tâm sở Tư (*cetanā*) trong các hoạt động của thân, khẩu, ý được thực hiện trong hiện tại, kiếp trước hay kiếp trước trước đó.

Trái đất, nước, núi, cây, cỏ, đồng ruộng, sa mạc... tất cả đều do thời tiết (*utu*) tạo ra, nhưng vẫn có vai trò của tâm sở Tư trong đó, như xe báu, ngọc báu của vua Chuyển luân vương là do

phước riêng của vua Chuyển luân, chúng hiển lộ ra, hay thời nào chúng sinh sống thiện pháp thì mưa thuận gió hòa...^([35]).

5'-*Nhất hành (ekaggatā)*. Cũng được gọi là Định (*samādhi*). Nó nổi bật trong sự chứng đắc định (*jhānasamāpatti*), hay chứng đạt các tâm thiền siêu thế (*lokuttara jhāna*).

6'-*Mạng quyền (Jīvitindriya)*. Là danh mạng quyền, nổi trội trong việc giữ gìn sự an trụ cho danh pháp.

7'-*Tác ý (Manasikāra)*. Có chức năng đem cảnh mong muốn đến cho tâm.

*- **Sáu tâm sở biệt cảnh (*paṭiṇṇaka cetasikā*)**. Được gọi như vậy, vì chúng chỉ sinh lên khi gặp cảnh thích hợp.

Sáu tâm sở biệt cảnh là: Tầm (*vitakka*), Tứ (*vicāra*), Thắng giải (*adhimokkha*), cần (*virīya*), hỷ (*pīti*), và dục (*chanda*).

1'- Tầm (*vitakka*). Có chức năng hướng tâm đến cảnh. Tầm cũng được gọi là Tư duy (*saṅkappa*).

Tư duy có hai loại là chánh tư duy (*sammāsaṅkappa*)^([36]), và tà tư duy (*micchāsaṅkappa*).

2'- *Tứ (vicāra)*. Có chức năng quan sát cảnh.

3' – *Thắng giải (adhimokkha)*. Theo nghĩa đen là “tách rời khỏi tâm (*mokkha* – thoát ra) với cảnh”. Nó có chức năng làm cho tâm không bị dao động giữa hai điều: “đó là”, hay “đó không là”, “đúng hay không đúng”.

4'- *Cần (vīriya)*. Nghĩa là sự cố gắng; có hai loại là chánh cần và tà cần. Chánh cần là sự cố gắng thực hành thiện pháp, còn tà cần là sự cố gắng thực hành theo bất thiện pháp.

5'- *Hỷ (pīti)*. Là sự thích thú, hân hoan.

6- *Dục (chanda)*. Là sự mong muốn, như muốn đi, muốn nói...

Sáu tâm sở này không có thường xuyên trong tất cả các loại tâm, có nhiều tâm không có chúng, do vậy, chúng được gọi là biệt cảnh (*paṭiṇṇaka*).

Bảy tâm sở biến hành hợp với sáu tâm sở biệt cảnh, tổng cộng là 13 tâm sở. Mười ba tâm sở này được gọi là tâm sở *tṛ* *tha* (*vimissaka cetasikā*). Chúng có mặt trong ba loại tâm: Thiện, bất thiện và vô ký.

b- Tâm sở bất thiện (akusala cetasikā).

Có 14 tâm sở là: Tham (lobha), sân (dosa), si (moha), tà kiến (diṭṭhi), ngã mạn (māna), ganh ty (issā), bòn xén (macchariya), hối hận (kukkucca), không hổ thẹn (vớ) tội lỗi (ahirika), không ghê sợ (vớ) tội lỗi (anottappa), loạn động (uddhacca), đã dươi (thīna), buồn ngủ (middha) và nghi (vicikicchā).

1' - Tham (lobha). Theo nghĩa đen là tham, nhưng nghĩa mở rộng là “sự dính mắc của tâm vào cảnh”.

Đôi khi tham được gọi *ái* (taṇhā), là *đắm nhiễm* (abhijjhā), là *trìu mền* (rāga).

2' - Sân (dosa). Nghĩa đen là *nóng nảy*, nghĩa mở rộng là “sự đánh mạnh của tâm vào cảnh”.

Dosa có hai tên gọi khác là *paṭigha* (phẫn nộ) và *byāpāda* (hiềm hận).

3' - Si (moha). Nghĩa đen là “sự mê muội”, nghĩa mở rộng là “sự thiếu hiểu biết về pháp”.

Moha cũng được gọi là *avijjā* (vô minh), *aññāṇa* (si mê, ngu xuẩn) và *adassana* (mù lòa).

Ba loại tâm sở trên được gọi là ba căn bất thiện (*akusalamūla*), chúng là nguồn gốc của tất cả các bất thiện pháp.

4' - Tà kiến (diṭṭhi). Là thấy sai, hiểu sai, cho vô thường là thường, vô ngã là ngã, thiện là bất thiện hay phủ nhận quả của nghiệp...

5' - Ngã mạn (māna). Là sự so sánh danh sắc (*nāma-rūpa*) này (là danh sắc của chúng sinh ấy) với danh sắc khác, xem là cao thượng hay không cao thượng, theo giòng họ, tài sản, địa vị, hay

những gì chứng đạt hoặc không chứng đạt được từ đó nảy sinh tự hào hay tự ti mặc cảm.

6'- *Ganh tỵ (issā)*. Là sự không hài lòng, không tán thành, thiếu xu hướng chúc mừng người, khi thấy người này có những thành công trong đời sống.

Issā còn mang ý nghĩa khác, là “có khuynh hướng tìm lỗi người”.

7'- *Bỏn xẻn (macchariya)*. Là sự hẹp hòi, keo kiệt, không muốn chia sẻ với người khác những gì mình có.

8'- *Hối hận (kukkucca)*. Là lo lắng thái quá về những nghiệp bất thiện đã làm hay về những nghiệp thiện đã bỏ qua.

Có hai cách thể hiện như vậy “Ta đã làm điều ác” hay “ta đã bỏ qua những nghiệp thiện như bố thí, trì giới...”.

9'- *Không hổ thẹn tội lỗi (ahirika)*. Khi sắp phạm một tội gì đó thì không có cảm giác tội lỗi như “ta thật có tội nếu làm điều này”, hoặc là “một số người hay chư thiên có thể biết điều tội lỗi này được ta làm”, cảm giác ấy không sinh lên trong tâm người ấy. Đó chính là “không hổ thẹn với tội lỗi”.

10'- *Không ghê sợ tội lỗi (anottappa)*. Là không sợ hậu quả khi làm điều tội lỗi, không “lo sợ tự mình chê trách mình (attānuvādabhaya) như: “ta là kẻ ngu ngốc; ta đã làm điều sai trái”, không “lo sợ người khác chỉ trích (parānuvādabhaya)”, không “lo sợ bị hình phạt (daṇḍabhaya) của luật nước”, không “lo sợ trong các cõi khổ (apāyabhaya) sau khi mạng chung”.

11'- *Loạn động (uddhacca)*. Là trạng thái tâm tâm tán loạn, không vững vàng, như người bị lạnh run rẩy.

12'- *Dã dơi (thīna – hôn trầm)*. Là sự lười biếng của tâm; đó là trạng thái lơ mơ khi nhận biết cảnh của tâm, giống như người uống rượu quá say không còn điều khiển được thân mình.

13'- *Buồn ngủ* (middha – thuy miên). Là sự lười biếng của của các tâm sở, đó là sự lờ mờ trong khả năng nhận biết của mỗi tâm sở như xúc, thọ, tưởng...

14'- *Hoài nghi* (viicikicchā). Là không tin vào điều cần phải tin. Mười bốn loại trên được gọi là *Pāpajāti* (giống ác) hay pháp bất thiện (akusaladhammā), thực tế chúng là bất thiện.

c- Tâm sở tịnh hảo (sobhana cetasi kā hay kalyāṇajātika).

Gọi là tịnh hảo (sobhanā), vì nhóm tâm sở này vừa trong sạch vừa tốt đẹp. Nhóm tâm sở này gồm có 25 loại: Vô tham (alobha), vô sân (adosa), vô si (amoha), tín (saddhā), niệm (sati), hổ thẹn tội lỗi (hiri), ghê sợ tội lỗi (ottappa), hành xả (tatramajjhataṭṭā), tịnh thân (kāyapassaddhi), tịnh tâm (cittapassaddhi), nhu thân (kāyalahutā), nhu tâm (cittamudutā), thích thân (kāyakammaññatā), thích tâm (cittakammaññatā), thuần thân (kāyapāguññatā), thuần tâm (cittapāguññatā), chánh thân (kāyujukatā), chánh tâm (cittujukatā), chánh ngữ (sammāvācā), chánh nghiệp (sammākammanta), chánh mạng (sammā ājīva), bi (karuṇā), tùy hỷ (mudutā).

Hai tâm sở cuối được gọi là *appamaññā* (vô lượng).

1'- *Vô tham* (alobha). Là trạng thái tâm không thích thú cảnh. *Alobha* cũng được gọi là *nekkhammadhātu* (xuất ly giới) và *anabhijjhā* (không đắm nhiễm).

2'- *Vô sân* (adosa). Là trạng thái tâm không khó chịu với cảnh. *Adosa* cũng được gọi là *abyāpāda* (không hiềm hận) và *mettā* (từ).

3'- *Vô si* (amoha). Là “không mê muội “, nghĩa rộng là “biết các pháp như thật”.

Amoha cũng được gọi

là *ñāṇa* (trí), *paññā* (tuệ), *vijjā* (minh), *sammādiṭṭhi* (chánh kiến).

Ba loại này được gọi là ba *kalyāṇamūla* (cội rễ thiện) do chúng là nguồn gốc của tất cả các pháp thiện.

4'- *Tín* (saddhā). Là tin điều đáng tin, tin điều cần phải tin. Tín còn được gọi là *pasāda*(trong sạch).

5'-*Niệm* (sati). Là ghi nhận rõ để không lãng quên, cũng được gọi là *dhāraṇa* (nắm bắt), *utthāna* (nổi bật lên).

6- *Hổ thẹn tội lỗi* (*hiri*). Là sự nhún nhường, bao hàm cả sự lưỡng lự khi làm các điều ác do thấy hổ thẹn khi người khác biết việc mình làm.

7'- *Ghê sợ tội lỗi* (*ottappa*). Là sự thận trọng, bao hàm cả sự lưỡng lự khi làm các điều ác do lo sợ tự buộc tội, bị người khác buộc tội hay lo sợ phải chịu hình phạt trong hiện tại, hay lo sợ bị trừng phạt trong các cõi khổ (*apāyabhaya*).

8'- *Hành xả* (*tatramajjhataṭṭā*). Là sự cân bằng của tâm, là cách tâm không bám cảnh và cũng không đẩy lùi cảnh.

Tatramajjhataṭṭā còn được gọi là *upekkhā brahmavihāra* (xả phạm trú) trong bốn loại phạm trú: Từ , bi, hỷ, xả, là xả giác chi (*upekkhā sambojjhaṅga*) trong các giác chi (*bojjhaṅga*).

9'- *Tịnh thân* (*kāya passaddhi*). Nghĩa là sự an tịnh của các tâm sở.

10'- *Tịnh tâm* (*citta passaddhi*). Nghĩa là sự an tịnh của tâm.

“**An tịnh**” nghĩa là các tâm sở và tâm được êm dịu nhờ thoát ra pháp bất thiện (*pāpadhamma*) khi làm các việc thiện.

11'- *Khinh thân* (*kāyalahutā*). Là sự nổi bật của các tâm sở.

12'- *Khinh tâm* (*cittalahutā*). Là sự nổi bật của tâm.

“**Sự nổi bật**” có nghĩa là các tâm sở và tâm trở nên sáng chói do thoát khỏi pháp bất thiện quấy nhiễu đến chúng, khi làm các việc thiện. Giải thích tương tự cho phần còn lại.

13'- *Nhu thân* (*kāyamudutā*). Là sự mềm dẻo, dễ uốn nắn của các tâm sở.

14'- *Nhu tâm* (cittamudutā). Là sự mềm dẻo, dễ uốn nắn của tâm.

15'- *Thích thân* (kāyakammaññatā). Là sự thích hợp trong việc làm của các tâm sở.

16'- *Thích tâm* (cittakammaññatā). Là sự thích hợp trong việc làm của tâm.

17'- *Thuần thân* (kāyapāguññatā). Là sự thành thạo của các tâm sở.

18'- *Thuần tâm* (cittapāguññatā). Là sự thành thạo của tâm.

19'- *Chánh thân* (kāyujukatā). Là tính ngay thẳng, chính trực của các tâm sở.

20'- *Chánh tâm* (cittujukatā). Là tính ngay thẳng, chính trực của tâm.

21'- *Chánh ngữ* (sammāvācā). Là lời nói đúng đắn. Chánh ngữ là không thực hiện bốn việc ác về lời như: Nói dối, nói vu khống, nói lời sỉ nhục và nói vắn vơ.

22'- *Chánh nghiệp* (sammā kammantā). Là không làm những việc ác về thân như: sát sanh, trộm cắp và tà dâm.

23'- *Chánh mạng* (sammā ājīva). Là nuôi mạng một cách đúng đắn.

Chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng được gọi là ba giới phần.

24'- *Bi* (karuṇā). Là sự thương xót, có ý muốn giúp đỡ những ai đang đau khổ.

25'- *Tùy hỷ* (muditā). Là sự vui mừng với thành công của người khác.

Hai tâm sở này được gọi là *karuṇā brahmavihāra* (bi phạm trú) và *muditābrahmavihāra* (hỷ phạm trú). Chúng cũng được gọi là *appamaññā citta* (vô lượng tâm), theo định nghĩa sau:

“*Appamānesu sattesu bhavāti = appamaññā: Do không có giới hạn chúng sinh, gọi là vô lượng*”.

C- Nípàn (nibbāna).

Nibbāna là sự diệt nghiệp dẫn đi tái sinh.

Nípàn chỉ có một, nhưng tùy theo sự chứng đạt Nípàn của bậc Thánh, Nípàn có thể phân thành ba loại: Nípàn thứ nhất, nípàn thứ hai và nípàn thứ ba. Ví như người có mắt nhìn rõ một vật, lần thứ hai nhìn rõ hơn và lần thứ ba thì thấy rõ trọn vẹn.

– *Nípàn thứ nhất*: Thoát khỏi 4 cõi khổ (ám chỉ sự chứng đắc Nípàn của bậc Thánh Dự lưu và bậc Thánh Nhất lai. (Hai bậc này đã diệt trọn vẹn nghiệp dẫn đi tái sinh về bốn khổ cảnh – Nd).

– *Nípàn thứ hai*: Thoát thế gian dục lạc (kāmaloka) (ám chỉ sự chứng đắc Nípàn của bậc Thánh Anahàm – Nd).

– *Nípàn thứ ba*: Thoát ra khỏi cõi Sắc (rūpaloka) và cõi Vô sắc (arūpaloka) (ám chỉ sự chứng đắc Nípàn của bậc Thánh Alahán. Nd).

Thức, 52 tâm sở và Nípàn gom lại là 54 danh pháp.

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khưu Chánh Minh dịch Việt

8- Sắc pháp (rūpadhammā)

Sắc pháp là thể vật chất vô tri giác, có tất cả là 28 sắc pháp.

Trong đó có 18 sắc gọi là “sắc sinh khởi – jātarūpāni”, là loại sắc có khả năng tạo ra sắc khác. Mười sắc còn lại gọi là “sắc phi khởi sinh – ajātarūpāni”, vì chúng không có khả năng tạo ra sắc khác.

A-Mười tám sắc sinh khởi (Jātarūpāni).

Gồm các loại sắc sau: Bốn sắc tứ đại, (mahābūta), sáu sắc vật (vatthurūpa) làm chỗ nương sinh cho tâm, bốn sắc trần cảnh (gocararūpa), hai sắc tính (bhāvarūpa), sắc mạng quyền (jīvitindriyarūpa), sắc vật thực (āhārarūpa).

1’- Sắc Tứ đại (mahābūta).

Gọi là *mahābhūta* (đại hiện) vì phát triển nhanh chóng.

Đó là bốn chất cơ bản của sắc pháp, các loại sắc pháp khác đều nương từ bốn chất này mà sinh ra. Sắc tứ đại là đất (pathavī), nước (āpo), lửa (tejo), gió (vāyo).

*- Yếu tố mở rộng là **đất** (pathavī); đất là nền tảng của vật chất. *Đất* có đặc tính “cứng hay mềm”, đất thay đổi đặc tính này với nhiều cách: Cứng, rất cứng, mềm, mềm dẻo, rất mềm...

*- Yếu tố kết dính là **nước** (āpo); nước có khả năng “kết dính” các vật chất, nhờ đó chúng tạo ra *những khối sắt*, quặng, mỏ, núi non, lâu đài hoặc làm “tan rã” các vật chất.

Nhìn bên ngoài, có nhiều loại kết dính cũng như tan rã.

*- Yếu tố nóng – lạnh là **lửa** (tejo), lửa có khả năng đốt cháy hay làm chín các sắc pháp. Tính chất làm chín này có hai loại là tính chất làm chín của nóng và của lạnh (như cơ thể bị lạnh quá có thể bị hư hoại)...

*- Yếu tố chuyển động là **gió**(vāyo), gió có khả năng “đẩy tới” hay “cản lại”. Nó có nhiều loại “đẩy tới” như vận chuyển, rung, truyền tin... còn cản lại thì: chậm dần, rất chậm, đứng hẳn...

Từ tứ đại này, tất cả những dạng sắc pháp khác được bắt nguồn hay tạo ra. Hoặc, nói theo cách khác thì “tất cả sắc pháp là sự kết hợp của bốn chất này, tùy theo từng tỷ lệ”.

2’ – Sáu sắc vật (vatthurūpa).

Sắc vật là loại sắc mà từ đó tâm sinh lên và nương trú. Gồm có sáu loại.

*- *Sắc thần kinh nhãn (cakkhupasāda)*. Là thành phần cảm giác bên trong cầu mắt, tại đó *nhãn thức* được sinh ra.

Thần kinh nhãn có khả năng thu bắt tất cả màu sắc, hình dạng, dáng vẻ...

*- *Sắc thần kinh nhĩ* (sotapasāda). Là thành phần cảm giác bên trong tai, tại đó *nhĩ thức* được sinh ra.

Thần kinh nhĩ có khả năng thu bắt tất cả âm thanh.

*- *Sắc thần kinh ty* (ghānapasāda). Là thành phần cảm giác bên trong mũi, tại đó *ty thức* được sinh ra.

Thần kinh ty có khả năng thu bắt tất cả các mùi.

*- *Sắc thần kinh thiệt* (jīvhāpasāda). Là thành phần cảm giác phía trên bề mặt của lưỡi, tại đó *thiệt thức* sinh ra.

Thần kinh thiệt có khả năng thu bắt tất cả các vị chất.

*- *Sắc thần kinh thân* (kāyapasāda). Là thành phần cảm giác chính, nó toả khắp toàn bộ cơ thể bên trong và bên ngoài từ đầu đến chân, tại đó *thân thức* sinh lên.

Thần kinh thân có khả năng thu bắt tất cả “đụng chạm” ở thân.

*- *Sắc ý vật* (hadayavatthu). Là loại sắc rất vi tế bên trong trái tim, tại đó *ý thức* bao gồm 109 loại tâm sinh lên và nương trú ⁽¹³⁷⁾.

Sắc ý vật có khả năng thu bắt tất cả đối tượng (ārammaṇa – cảnh)

Tất cả các loại tâm được sinh ra từ sáu loại sắc này, nhưng mỗi loại sắc chỉ dung chứa tâm tương ứng, như thần kinh nhãn chỉ dung chứa nhãn thức, thần kinh nhĩ chỉ dung chứa nhĩ thức... sắc ý vật chỉ dung chứa ý thức.

3'- Bốn sắc trần cảnh (gocararūpa).

Sắc trần cảnh là loại sắc làm đối tượng cho các giác quan thu bắt, làm khởi sinh năm đôi thức (nhãn, nhĩ, ty, thiệt, thân thức).

*- *Sắc cảnh sắc* (rūpārammaṇarūpa). Là tất cả màu hay hình dạng, dáng dấp của nhiều hình ảnh. Sắc cảnh sắc là một trong bốn nhân sinh nhãn thức, tất cả những gì lọt vào thần kinh nhãn, bị nhãn thức biết, đều là cảnh sắc.

*- **Sắc cảnh thính** (saddārammaṇarūpa). Là tất cả các tiếng. Sắc cảnh thính là một trong bốn nhân sinh nhĩ thức. Tất cả những âm thanh lọt vào vùng kiểm soát của thần kinh nhĩ, bị nhĩ thức biết, đều là sắc cảnh thính.

*- **Sắc cảnh mùi** (gandhārammaṇarūpa). Là tất cả các mùi. Sắc cảnh mùi là một trong bốn nhân sinh tỷ thức. Tất cả những gì lọt vào vùng kiểm soát của thần kinh tỷ, bị tỷ thức biết, đều sắc cảnh mùi.

*- **Sắc cảnh vị** (raārammaṇarūpa). Là tất cả các vị chất. Sắc cảnh vị là một trong bốn nhân sinh thiệt thức. Tất cả những gì lọt vào vùng kiểm soát của thần kinh lưỡi, bị thiệt thức nhận biết, đều là sắc cảnh vị.

Ở đây không đề cập đến sắc cảnh xúc (phoṭṭhabbārammaṇarūpa), vì sắc cảnh xúc chính là một trong ba đại: Đất, lửa, gió.

Khi thân đụng chạm vào đất thì đất là cảnh xúc (pathavīphoṭṭhabbārammaṇa). Khi thân đụng chạm với lửa, thì lửa là cảnh xúc (tejophoṭṭhabbārammaṇa). Khi thân đụng vào gió thì gió là cảnh xúc (vāyopjoṭṭhabbārammaṇa).

Còn nước (āpo) là loại sắc vi tế (sukhumārūpa) nên nước không thể đụng chạm được mà chỉ *nhận thức*.

4'- Hai sắc tính (bhāvarūpa).

Bhāva có nghĩa là “bản tính”.

*- **Sắc nữ tính** (itthibhāvarūpa). Là loại sắc tạo ra hình dạng, dáng dấp, cách thức của người nữ.

*- **Sắc nam tính** (purisabhāvarūpa). Là loại sắc tạo ra hình dạng, dáng dấp, cách thức của người nam.

Hai sắc tánh này được có riêng biệt trên cơ thể của người nam hay người nữ. Giống như sắc thần kinh thân, hai sắc tính này lan toả toàn bộ cơ thể từ lòng bàn chân đến đỉnh đầu, bên trong và bên ngoài.

Chúng có đặc tính nổi trội lên để phân biệt nữ hay nam.

5'- Sắc mạng quyền (*jīvitindriyarūpa*).

Jīvita có nghĩa là “sự sống”, *indriya* là “khả năng kiểm soát”.

Gọi là “sắc mạng quyền” vì có khả năng kiểm soát, gìn giữ “sự sống” của các sắc pháp do nghiệp tạo ra, như nước trong hồ gìn giữ sự sống cho cây sen.

Theo cách nói thông thường là “người sống”, “người chết”, theo chân đế là đề cập đến “có hay không có sắc mạng quyền”.

Khi nói “người ấy còn sống” là ám chỉ sắc mạng quyền còn tồn tại, cho dù người ấy đang ở trạng thái hoặc “hôn mê”, hoặc “tỉnh táo”, “hoặc lịm dần”... Khi nó hoại diệt thì người ấy “chết”. Sắc mạng quyền cũng như sắc thần kinh, nó lan tỏa khắp châu thân.

6'- Sắc vật thực (*āhārarūpa*).

Sắc vật thực (*āhārarūpa*) chủ yếu là dưỡng tố (*ojā*), dưỡng tố là thành phần chủ yếu nuôi dưỡng và thúc đẩy sự lớn mạnh của các sắc pháp.

Như nước có trong đất hay nước rơi từ trên trời xuống giúp các hạt giống nảy mầm, nuôi dưỡng cây, thúc đẩy sự lớn mạnh của cây. Cũng vậy, sắc vật thực giúp các sắc pháp do bốn nhân tạo ra là: Nghiệp, tâm, thời tiết và vật thực được sinh ra và lớn lên.

Sắc vật thực là nhân tố hỗ trợ chủ yếu của sắc mạng quyền, giúp sắc mạng quyền được tồn tại; sắc vật thực có trong thực phẩm mà chúng sinh dùng hằng ngày.

B- Mười sắc phi khởi sinh (*ajātarūpāni*).

Đó là : Sắc hư không (*ākāśadhātu*), hai sắc tiêu biểu (*viññattirūpa*), ba sắc đặc biệt (*vikārarūpa*), bốn sắc tướng trạng (*lakkhaṇarūpa*).

1'- *Ākāśadhātu* (sắc hư không).

Sắc hư không (*ākāśadhātu*) là khoảng trống giữa hai sắc pháp, gọi là không giới (*ākāśadhātu*), hư không là loại sắc pháp

“không thực thể – nijjīva”, không phải là nguyên tố “sống” như tứ đại... mà đó chỉ là “khoảng trống”.

Trong đồng cát nhiều “khoảng trống” giữa hai hạt cát, do vậy chúng ta có thể nói rằng có rất nhiều hư không trong đồng cát. Khi đồng cát bị dời đi hay bị gió bốc các hạt cát tung bay, bấy giờ “khoảng trống” giữa hai hạt cát cũng bị hoại đi, các “khoảng trống” trong đồng cát cũng không còn.

Tương tự như vậy, trong đá, cẩm thạch hay kim cương, sắt... có nhiều hạt nguyên tử, giữa hai hạt nguyên tử là “khoảng trống”; trong mỗi hạt nguyên tử nhỏ nhất thì cũng có ít nhất là tám sắc là: tứ đại, màu, mùi, vị và sắc vật thực, và mỗi sắc được tách rời với nhau bởi “hư không” ở giữa chúng.

Do có những “khoảng trống” này mà đá, sắt.. có thể bị vỡ ra, bị cắt thành từng miếng, bị nghiền nhỏ hay bị chảy ra.

2’ - Hai sắc tiêu biểu (*viññattirūpa*).

Gọi là *viññattirūpa* (*sắc tiêu biểu*) có nghĩa là “phương thức truyền đạt ý nghĩa” để người khác hiểu được. Đó là:

*- *Thân biểu tri* (*kāyaviññatti*). Là sự chuyển động đặc biệt của cơ thể, nhờ đó người khác biết được ý nghĩa như đi, đứng, nằm, ngồi....

*- *Ngữ biểu tri* (*vacīviññatti*). Là sự chuyển động đặc biệt của âm thanh trong sự nói, nhờ đó người khác biết được ý nghĩa như ca, ngâm, la, hét, than van....

Tuy không thể nhìn thấy tâm của người khác, nhưng nhờ hai “phương thức truyền đạt” này, một người có thể biết được mục đích, dự định, mong muốn... của người khác.

Hai loại sắc pháp này được dùng không chỉ để truyền đạt ý nghĩa, mà còn dùng trong “mục đích thực hiện ý muốn” như ướn ngực, vắn mình, đọc lầm nhằm khi muốn học thuộc lòng bài kinh...

3’ - Ba sắc đặc biệt (*vikārarūpa*).

Vikāra phân tích thành VI (đặc biệt) + KĀRA (làm). *Vikāra* nghĩa là sự diễn đạt đặc biệt của các sắc sinh khởi (*jātarūpa*).

*- *Sắc khinh* (*lahutārūpa*). Là sự nhẹ nhàng của sắc pháp.

*- *Sắc nhu* (*mudutārūpa*). Là sự mềm dẻo của sắc pháp.

*- *Sắc thích nghiệp* (*kammaññatārūpa*). Là sự thích ứng của hai phương thức truyền đạt.

Khi một trong tứ đại bị bất hoà và không thích ứng với các chất còn lại trong bất kỳ phần nào của cơ thể, thì những phần này không còn như thường lệ trong một số công việc. Khả năng nhẹ nhàng trở nên nặng nề; sự mềm dẻo trở nên cứng rắn, không linh động; khả năng thích ứng theo ý muốn với công việc trở nên khó khăn, miễn cưỡng.

Cũng vậy khi tứ đại bất hòa, lười, môi không thích ứng với mong muốn nói lên mà còn nặng nề, cứng nhắc.

Khi tứ đại cân bằng và các phần cơ thể khoẻ mạnh, sắc pháp (*rūpa*) có những tính chất như: linh hoạt, mềm dẻo và thích ứng; những tính chất này được gọi là ba sắc đặc biệt (*vikārarūpa*).

4'- Bốn sắc tướng trạng (*lakkhaṇarūpa*).

Lakkhaṇa có nghĩa là đặc tính nổi bật mà theo đó biết được “tính vô thường” của sắc pháp.

*- *Sắc sinh* (*upacayarūpa*). Có nghĩa là “sinh lên”, “khởi sinh (*ācaya*)”.

*- *Sắc liên tục* (*santatirūpa*). Có nghĩa là “tiếp tục diễn tiến” (còn gọi là sắc tiến).

Từ lúc sinh rồi “tăng trưởng” cho đến khi không thể “tăng trưởng”, giai đoạn này gọi là *santati* hay *pavatta* (sự đi tới) (sắc tiến). Việc tạo ra (*jati*) các nhóm tính chất của sắc pháp nói riêng được hình thành trong giai đoạn “liên tục” này.

*- *Sắc già* (*jaratārūpa*). Là trạng thái cũ kỹ, suy tàn, thuần thực, chín muồi (với ý nghĩa chúng sẵn sàng rơi xuống), già cõi, thối nát, mục nát. Còn gọi là sắc dị.

*- Sắc vô thường (*aniccatārūpa*). Có nghĩa là vô thường, chết, chấm dứt, hoạt diệt, vỡ ra hay trạng thái biến mất^([38]). Còn gọi là sắc diệt.

Một cái cây có năm giai đoạn là *ācaya* (khởi sinh), *upacaya* (sinh lên), *santati* (phát triển), *jaratā* (căn cõi) và *aniccatā* (chấm dứt).

Đầu tiên là nảy mầm (khởi sinh), mầm nhô ra khỏi vỏ (sinh lên) rồi phát triển dần dần hàng ngày và sau khi chấm dứt giai đoạn phát triển, cái cây ở trạng thái phát triển đầy đủ trong một thời gian. Sau đó, nó bắt đầu hư hoại (già cõi) và cuối cùng thì chết (*aniccatā*).

Ở đây, sự sinh ra ban đầu của sắc pháp là giai đoạn *ācaya*; phát triển dần dần là giai đoạn *upacaya*, ở trạng thái phát triển đầy đủ là giai đoạn *santati*. Tuy nhiên, trong ba giai đoạn này vẫn có *sátna già cõi* (*khaṇika jaratā*) và *sátna diệt* (*khaṇika aniccatā*) nhưng không dễ gì thấy.

Cái cây tàn đi là giai đoạn *jaratā* (*di*), trong giai đoạn này vẫn có *sátna sinh* (*khaṇikajāti*) và *sátna diệt* (*khaṇika maraṇa*) nhưng cũng không dễ gì thấy.^([39])

Cái cây chết đi và các bộ phận biến mất hoàn toàn được gọi là giai đoạn *aniccatā* (*diệt*), trong cái mà chúng ta gọi là *chết* thì cũng có *sinh – trụ* nhưng không thấy được.

Năm giai đoạn được mô tả, chỉ để minh họa cho sắc tướng (*lakkhaṇarūpa*).

Cũng vậy, chúng ta có thể chia ra trong cuộc sống của một trái cây, các cành, lá, chồi, hoa và quả ra làm năm giai đoạn. Một trái cây có thể được chia ra làm năm giai đoạn như vậy:

Giai đoạn đầu tiên là xuất hiện, giai đoạn thứ hai là lớn lên hay phát triển, giai đoạn thứ ba là chững lại, giai đoạn thứ tư là chín và hư thối, và giai đoạn thứ năm là rơi khỏi thân cây, gọi là diệt hay biến mất hoàn toàn.

Cây, trái có năm giai đoạn như trình bày. Tương tự như vậy đối với thành phần vật chất trong cơ thể hay sự chuyển động của thân, khẩu.

Sự bắt đầu, giữa và cuối, tất cả được tìm thấy trong sự tồn tại của mỗi sắc pháp.

Năm mươi bốn danh pháp hợp với hai mươi tám sắc pháp thành 82 pháp chân đế. Nói cách khác, tự ngã, linh hồn, chúng sinh, con người ... chỉ là nói theo tục đế.

C- Yếu tố tạo ra sắc pháp.

Có bốn yếu tố tạo ra sắc pháp là: Nghiệp (kamma), tâm (citta), thời tiết (utu) và vật thực (āhāra).

*- *Nghiệp (kamma)*. Nghiệp ở đây chỉ cho nghiệp thiện hay nghiệp bất thiện ở kiếp trước hay kiếp trước trước vào thời điểm tái sinh.

Trong thời thường nhật của cuộc sống, nghiệp được tạo ra cũng góp phần biến đổi hay thay thế một số sắc nghiệp cũ.⁽¹⁴⁰⁾

*- *Tâm (citta)*. Là tâm và các tâm sở tồn tại trong kiếp hiện tại.

*- *Thời tiết (utu)*. Là chất lửa (tejodhātu – hỏa giới); với hai trạng thái nóng (*uṇhatejo*), lạnh (*sītatejo*) của lửa.

* *Vật thực (āhāra)*. Là hai loại dưỡng tố (ojā) chủ yếu: Dưỡng tố được tích trữ bên trong thân và dưỡng tố từ ngoài đưa vào qua hình thức những thực phẩm.

Trong 28 loại sắc pháp thì:

*- Nghiệp tạo ra chín loại sắc: 6 sắc vật nương (5 sắc thân kinh + sắc ý vật) + 2 sắc tính (nữ, nam) + sắc mạng quyền.

*- Tâm tạo ra 2 sắc biểu tri: Thân + ngũ biểu tri.

*- Sắc cảnh thính do *tâm* và *thời tiết* tạo ra.

*- Ba sắc khinh, nhu và thích nghiệp do *tâm*, *thời tiết* và *vật thực* tạo ra.

*- Do bốn nhân tạo, có 11 sắc: Tứ đại + 3 sắc cảnh (sắc + mùi + vị) + sắc vật thực + sắc hư không + sắc sinh + sắc tiến.

Mười một sắc pháp này luôn luôn gắn liền một cách riêng lẽ với các sắc khác (sắc do một nhân tạo, sắc do 2 nhân tạo, hoặc sắc do 3 nhân tạo), từ đó tạo ra nhóm 8, nhóm 9, nhóm 10..., gọi là đoàn sắc (kalāparūpa).

Riêng chính 11 sắc này tạo ra đoàn sắc cơ bản gọi là “*đoàn sắc bất ly* (avinibbhogarūpa – *không thể tách rời*)”.

Đoàn bất ly gồm 8 sắc cơ bản là : Tứ đại, sắc, mùi, vị và vật thực; trong đó tuy có sắc hư không, sắc sinh, sắc tiến nhưng ba sắc này chỉ nhất thời và luôn thay đổi, không phải là thành phần cố định.

Như khi hai sắc kết dính nhau do “nước” thì hư không mất, khi nước làm “tan rã” tách rời hai sắc pháp thì sắc hư không hiện ra. Khi có “sắc sinh” thì không có “*sắc liên tục*” và ngược lại.

*- *Sắc không có nhân tạo*. Là sắc hư không, sắc dị và sắc diệt. Tuy sắc dị và diệt có nổi bật, nhưng do chúng phá hoại những gì được tạo ra, nên xem như “không do nhân sinh”.

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khuru Chánh Minh dịch Việt

9– Các nhân (hetu)

Trong 82 pháp có thực tính (sabhāva). Nípàn là pháp *ra ngoài sinh diệt*, nên *nibbāna* không cần bất kỳ nhân nào để sinh lên cũng không cần bất kỳ nhân nào để duy trì, vì *nibbāna* không ở trong phạm vi của “già- chết” (*jarā-maraṇa*), do vậy, *nibbāna* là pháp vô vi (asaṅkhāra dhamma).

Ngoài *nibbāna*, những pháp chân đế còn lại, tất cả đều nằm trong phạm vi sinh – diệt, gọi là pháp hữu vi (saṅkhāradhamma), nên chúng có nhân sinh ra.

Sắc pháp có bốn nhân sinh như đã đề cập, tuy *sắc hư không, sắc di và sắc diệt* không có nhân sinh, nhưng chúng vẫn bị **diệt**. Trong bốn nhân vừa đề cập liên quan đến sắc pháp, thì nghiệp (kamma) là nhân; tâm (*citta*), thời tiết (*utu*), vật thực (*āhāra*) đơn giản chỉ là duyên ⁽⁴¹⁾.

Cơ thể vật chất phát triển, chững lại và được duy trì bởi năng lực của chất ẩm gọi là *utu*(thời tiết) và bởi năng lực của sắc vật thực; nếu quyền lực của sắc vật thực hết thì sắc mạng quyền chấm dứt; thế là quyền lực của sắc thời tiết nơi thân) cũng chấm dứt. Sắc do tâm tạo chỉ hiển lộ khi cần thiết.

Như những cái cây, hạt là nhân, chúng phát triển và được duy trì bởi những các thành phần của đất, nước và ánh sáng. Nếu hai thành phần đất và nước không có thì hạt giống không có, hạt giống không có thì làm gì có cây? Mặt khác, cho dù có đất, nước, ánh sáng nhưng không có hạt giống thì cây không thành hình.

Cũng vậy, cây ví như cơ thể vật chất, hạt giống ví như nghiệp (*kamma*), đất ví như thời tiết (*utu*), nước ví như sắc vật thực (*āhāra*) và ánh sáng mặt trời ví như tâm.

Về danh pháp (tâm và tâm sở), có 3 loại danh pháp: thiện, bất thiện và vô ký.

Trong đó danh pháp thiện hay bất thiện là quan trọng, vì chúng chính là nhân tạo thành nghiệp thiện hay nghiệp bất thiện; duyên (*paccaya*) cho danh thiện hay bất thiện là cảnh (*ārammaṇa*).

Nhân cho danh thiện sinh khởi chính là ***tác ý đúng*** (*yoniso manasikāra*)⁽⁴²⁾; nhân cho danh bất thiện sinh khởi là ***tác ý sai*** (*ayoniso manasikāra*).

“*Tác ý*” được hỗ trợ bởi *āvajjana* (hướng đến), nói cách khác, “*hướng đến* (*āvajjana*)” là duyên cho “*tác ý*”. Đôi khi *āvajjana* (hướng đến) được dùng đồng nghĩa với *tác ý* (*manasikāra*).

Nếu hướng tâm đúng thì tâm thiện sinh lên, nếu hướng tâm sai thì tâm bất thiện sinh lên; cảnh (*ārammaṇa*) chỉ là điều kiện hỗ trợ, không phải là nhân để thiện hay bất thiện sinh khởi.

Tâm có thể được ví như con thuyền, thủy thủ là “tác ý”, hướng đi con thuyền (là *āvajjana*) nằm trong tay người thủy thủ. Nếu “hướng đi đúng” con thuyền sẽ đến nơi muốn đến; nếu “hướng đi sai”, con thuyền sẽ bị lạc lối, thuận buồm xuôi gió ví như gặp thuận cảnh, gặp phải sóng to, gió lớn ví như gặp nghịch cảnh. Bây giờ chúng ta nói đến **nhân** theo cách khác. Mỗi thức (*citta*) trong sáu thức đều có bốn nhân.

*- Nhân sinh *nhãn thức* có bốn: Nhãn vật (*cakkhu vatthu*) hay thần kinh nhãn, cảnh sắc (*rūpārammaṇa*), ánh sáng (*āloka*) và tác ý (*manasikāra*).

Trong đó *manasikāra* (tác ý) chính là tâm Hướng ngũ môn (*pañcadvārāvajjana citta*)⁽⁴³⁾. Nếu thiếu một trong bốn nhân này thì nhãn thức không sinh lên.

*- Nhân sinh *nhĩ thức* có bốn: Nhĩ vật (*sotavatthu*) hay thần kinh nhĩ, cảnh thính (*saddārammaṇa*), khoảng không (*ākāsa*) và tác ý (*manasikāra*). Nếu thiếu một trong bốn thì nhĩ thức không sinh lên.

*- Nhân sinh *tỷ thức* có bốn: Tỷ vật (*ghānavatthu*), cảnh mùi (*gandhārammaṇa*), gió (*vāta*)⁽⁴⁴⁾ và tác ý (*manasikāra*). Nếu thiếu một trong bốn thì tỷ thức không sinh lên.

*- Nhân sinh *thiệt thức* có bốn: Thiệt vật (*jīvhāvatthu*) hay thần kinh thiệt, cảnh vị (*rasārammaṇa*), chất nước (*āpo*)⁽⁴⁵⁾ và tác ý (*manasikāra*). Nếu thiếu một trong bốn thì thiệt thức không sinh lên.

*- Nhân sinh *thân thức* có bốn: Thân vật (*kāyavatthu*), cảnh xúc (*phoṭṭhabbārammaṇa*), chất thô (*thaddha*) và tác ý (*manasikāra*). Ở đây, *thaddha* là tính chất thô kệch của một trong ba chất: Đất, lửa, gió; chỉ với mức độ xúc chạm thô kệch tối thiểu nào đó mới

có thể tác động lên thần kinh thân, nếu quá nhẹ nhàng thì cảnh xúc không thể tác động lên thần kinh thân.

Và nếu không có sự tác động thì thân thức không sinh khởi, đồng thời nếu thiếu một trong bốn nhân thì thân thức cũng không sinh lên.

*- Nhân sinh ý thức có bốn: Sắc ý vật (hadayavatthu), cảnh pháp (dhammārammaṇa), ý môn (manodvāra) và tác ý (manasikāra). Cảnh pháp (dhammārammaṇa) bao gồm tất cả đối tượng: Các sắc pháp (ngoài năm sắc cảnh kể trên), tất cả tâm – tâm sở, *nibbāna* và chế định (paññatti).

Trong thực tế, ý thức vẫn biết được năm sắc cảnh (sắc, thính, mùi, vị và xúc), nhưng nói cảnh pháp là để phân biệt với 5 cảnh trên, vì chúng có liên quan đến 5 giác quan, ý thức thì không liên quan gì đến 5 giác quan.

Ý môn (manodvāra), là sự sinh diệt liên tục loại tâm đầu tiên của kiếp sống mới, thuật ngữ gọi là bhavaṅgacitta (tâm hữu phần), tâm đầu tiên của kiếp sống mới, thuật ngữ gọi là paṭisandhiviññāṇa (thức nối liền hay tâm tái tục).

Vì sao cảnh pháp lại xuất hiện trong ý môn mà không ở sắc ý vật?

Sắc ý vật là nơi ý thức sinh lên, nhưng nó không là loại cơ quan nhất định nào cả, nên sự tác động của các cảnh không thể xuất hiện ở đó, do vậy chúng phải xuất hiện chỉ ở ý môn, như “sự nhớ lại”, “sự tưởng tượng”, “sự suy gẫm”...

Ở cõi ngũ uẩn thì có sắc ý vật để làm chỗ nương sinh cho tâm, cõi vô sắc thì không cần điều kiện này.

Và nếu thiếu một trong ba nhân (ở cõi Vô sắc) hay bốn nhân (trong cõi ngũ uẩn) thì ý thức không sinh lên, như: Tuy có tác ý đến kiếp trước, nhưng cảnh pháp này không hiện khởi nên không “biết được kiếp trước”, trong đời sống hằng ngày, có khi

chúng ta muốn nhớ lại điều gì đó, nhưng không tài nào nhớ được, chỉ vì cảnh pháp ấy không csinh lên...

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khuru Chánh Minh dịch Việt

10- Hai Abhiññā (thắng trí)

Abhiññā là *abhi* + *căn ñā*; *abhi* là cao tột, *căn ñā* là hiểu biết. *Abhiññā* được dịch là “**thắng trí**”, hay khả năng hiểu biết đặc biệt, xuất sắc hơn người thường.

Thắng trí có hai loại là: Định thắng trí (*samatha abhiññā*) và pháp thắng trí (*dhamma abhiññā*).

a - Định thắng trí (samatha abhiññā).

Là thắng trí có được nhờ tu tập thiền yên lặng (*samatha*). Có năm loại:

1’ - *Thần thông trí (iddhividha abhiññā)*. Là năng lực siêu nhiên: Đi trong không khí, xuyên qua đất, hóa thân thành sai khác...

2’ - *Thiên nhĩ trí (dibbasota abhiññā)*. Là nghe được tiếng của những chúng sinh vô hình như chư thiên, ngựa quý...

3’ - *Tha tâm trí (cetopariya abhiññā)*. Là biết được ý nghĩ người khác.

4’ - *Túc mạng trí (pubbenivāsa abhiññā)*. Là nhớ lại được những kiếp quá khứ.

5’ - *Sinh tử trí (yathākammupaga abhiññā)*. Là biết được chúng sinh chết từ cảnh giới nào tái sinh lại cảnh giới này, biết được chúng sinh chết từ cảnh giới này sinh về cảnh giới nào.

Sanh tử trí tương tự như thiên nhãn trí của chư thiên.

b- Pháp thắng trí (dhamma abhiññā).

Là sự nhận thức thấu đáo về các pháp chân đế được mô tả trong phần “sự thật – sacca”, cùng với những đặc tính tương ứng của chúng theo chân đế lần tục đế.

Pháp thắng trí có ba loại:

1’- *Trí do nghe* (sutamaya ñāṇa). Là trí có được do học hỏi.

2’- *Trí suy tư* (cintāmayā ñāṇa). Là trí có được do suy luận.

3’- *Trí tu* (bhāvanāmayā ñāṇa). Là trí có được do tu tập thiền (jhānabhāvanā).

Trí tu có hai loại là: “Trí nương theo để tỏ ngộ, gọi là *anubodha ñāṇa* (tùy giác)” và “trí thông đạt, gọi là *paṭivedha ñāṇa*”.

*- *Tùy giác trí* (anubodhañāṇa). Là trí quán về vô thường, khổ và vô ngã hay trí quán về các pháp với tất cả các đặc tính của chúng đúng như sự thật.

*- *Thông đạt trí* (paṭivedhañāṇa). Là tuệ siêu thế về bốn Đạo. Nhờ tuệ này mà có thể xua tan được bóng đêm của các ô nhiễm (*kilesa*) như tà kiến, phóng dật..., những ai đắc Đạo thì được thấy ánh sáng (vijjā – minh).

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khưu Chánh Minh dịch Việt

11- Ba Pariññā (hoàn hảo)

Pariññā có nghĩa là sự hiểu biết đầy đủ một cách đúng đắn, nên dịch là “hoàn hảo”. Có ba loại hoàn hảo là:

a- *Trí hoàn hảo* (ñāta pariññā).

Là nhận thức rõ ràng, đầy đủ và **đúng đắn** về danh sắc, Nípàn cùng với tất cả các nhân gần (padatṭhāna) của chúng (trừ Nípàn, vì Nípàn không có nhân sinh – Nd) .

Nói cách khác, *trí hoàn hảo* là “hiểu rõ ràng về bốn pháp: Tâm, tâm sở, sắc pháp và Nípàn”, như được mô tả trong phần “sự thật” và “các nhân”.

Hay “*trí hoàn hảo*” là sự nhận thức trọn vẹn các pháp một cách hoàn hảo theo ***pháp thắng trí*** trong các khía cạnh chân đế, qua sự che đậy của chế định (*santhānapaññāti*) như: diễn đạt bằng ngôn từ, hình ảnh hay ví dụ để mô tả... .

Như nói: tóc, lông, móng, răng da... trí hoàn hảo sẽ nhận thức đó là “chất đất”... Khi nói: Mật, đàm, mủ, máu... trí hoàn hảo sẽ nhận thức “đó là chất nước”...

Chỉ nhận thức rõ ràng một cách đúng đắn về một trong tứ đại (đất, nước, gió, lửa) cũng gọi là “trí hoàn hảo về sắc pháp”.

Còn về 54 loại danh pháp, nếu chỉ nhận thức rõ ràng về một trong 4 danh uẩn: Thọ, tưởng, hành, thức; cũng gọi là “trí hoàn hảo về danh”. Khi nhận thức rõ Nípàn đó là chức năng cao tột của trí hoàn hảo.

b- Diễn tiến hoàn hảo (*tīraṇa pariññā*). Là sự nhận thức đúng đắn, rõ ràng và đầy đủ về diễn tiến của chuỗi danh sắc. Từ lúc sinh lên, tăng trưởng rồi suy thoái, cuối cùng diệt đi. Tiếp theo là nhận thức sâu rộng về hiện tượng sinh diệt ấy.

Diễn tiến hoàn hảo có ba:

*- *Vô thường hoàn hảo* (*anicca pariññā*). Là trí hoàn hảo về sự sinh – diệt hay “sinh ra rồi chết”.

“Chết” có hai loại: Chết theo thông thường và chết theo chân đế.

Khi nói “cái chết là điều không tránh khỏi của tất cả chúng sinh”, đó là “chết theo thông thường”; cái chết này không có gì nổi bật cũng không nằm trong “vô thường hoàn hảo”, vì đó chỉ là sự hồi tưởng lại cái chết (*marañānussati* – tùy niệm sự chết).

Chỉ có “cái chết” chân đế (ám chỉ sátna diệt của danh sắc – Nd) mới có đặc điểm nổi bật, đó mới là “vô thường hoàn hảo”.

Nói cách khác, thấy rõ “sự diệt của danh sắc”, không phải do hồi tưởng lại, đó mới là “vô thường hoàn hảo”.

*- *Khổ hoàn hảo (dukkha pariññā)*. Là tuệ hoàn hảo về đặc tính khổ.

Khổ có hai loại: Cảm thọ khổ (vedayita dukkha) và kinh sợ khổ (bhayattha dukkha).

– *Cảm thọ khổ (vedayita)*. Là cái khổ về thân tâm; khổ thân là đau đớn thuộc về thân, như nhức răng, đau chân, ê ẩm toàn thân ... Khổ tâm là buồn rầu (soka), than van (parideva), tuyệt vọng (upāyāsa)...

– *Kinh sợ khổ (bhayattha dukkha)*. Là do nghĩ đến cái khổ trong tương lai nên phát sinh kinh sợ, sự kinh sợ này ở giữa *tuệ thấy nguy hại (ādīnava ñāṇa)* và *tuệ sợ (bhaya ñāṇa)*.

Như sợ khổ sinh (jātidukkha), sợ khổ già (jarādukkha), sợ khổ chết (maraṇadukkha), sợ hành khổ (saṅkhāradukkha), sợ khổ do thay đổi (vipariṇāma dukkha), những loại khổ này sẽ giải thích sau.

Đây là ví dụ minh họa cho hai sự khổ này.

Một người bị bệnh hiểm nghèo, phải sống kiêng khem như ăn rau và trái cây để căn bệnh được giảm nhẹ, để giữ mạng sống. Khi ăn nhiều chất bổ dưỡng như thịt gia cầm, thịt bò, cá... với sự thích thú, hài lòng, sau khi ăn, người này bị chứng bị hành hạ khiến thân đau đớn, tâm khó chịu, bất an; món ăn càng ngon thì người này chịu đau đớn nhiều hơn, cơn bệnh càng gia tăng. Đây là “khổ thân”.

Một người bạn của y, với lòng tốt đem đến biếu một số món ăn thượng vị, cơm trộn bơ, thịt gà, cá, thịt... Y lo sợ sẽ bị đau đớn nếu ăn món ăn như vậy, dù chỉ chút ít. Tuy cảm ơn người bạn nhưng y phải từ chối rằng “cảm ơn bạn, vật thực rất ngon, rất bổ dưỡng, nhưng nếu tôi ăn vào bệnh sẽ gia tăng, thân thể sẽ đau đớn lắm”.

Trong ví dụ này, món ăn thượng vị là cảnh tốt đẹp, khi ăn có khẩu vị ngon (là lạc thân), tâm thích thú (là lạc tâm). Đó là cảm giác lạc (*vedayitasukha*).

Nhưng người này thấy trước rằng “món ăn này sẽ gây cho mình sự đau đớn có thể làm giảm sức khỏe hay chết đi”, món ăn này thật sự “nguy hại – *ādīnava*”. Người này chùn lại và sợ nó, vì biết rằng vị càng ngon thì càng bị nhiều đau đớn, nên y không thích thú món ăn ấy mà còn nhàm chán nó. Đây là “kinh sợ khổ”.

Thật ra, *kinh sợ khổ* không phải là sự kinh sợ do tâm sân điều hành, mà đó là sự kinh sợ cái “hậu quả phát sinh trong tương lai”.

Người bị chứng bệnh hiểm nghèo ví như người chưa thoát ra tà kiến “cái tôi”, “cái của tôi”, chưa được an toàn đối với các cõi khổ khi tái sinh.

Món ăn thượng vị ví như các kiếp sống của người, chư thiên và phạm thiên và cảm giác lạc (*vedayita sukha*) khi thọ dụng món vật thực ví như an lạc cõi người, an lạc cõi chư thiên, an lạc cõi phạm thiên.

Sự đau đớn thân tâm sau khi thọ dụng món ăn, ví như trạng thái tái sinh trong nhiều kiếp sống khác sau khi chết.

Cảm thọ khổ (*vedayita dukkha*) đồng nghĩa với thọ khổ (*dukkha vedanā*), trong tam đề thọ (*vedanātīkā*) là:

– *Dukkhāya vedanāya sampayuttā dhammā*: Tất cả pháp hòa hợp với thọ khổ ^([46]).

Kinh sợ khổ (*bhayattha dukkha*) đồng nghĩa với “sự thật về cái khổ (*dukkhasaccam*)” và với “tướng khổ (*lakkaṇa dukkham*)”, là một trong ba đặc điểm nổi bật của pháp hữu vi: Vô thường, khổ, vô ngã.

Do vậy, khả năng nhận thức đầy đủ và hoàn hảo về bản chất bên trong của khổ sanh tử luân hồi đối với người, chư thiên, phạm

thiên, sau bức màn “an lạc”, gọi là *dukkha pariññā* (khô hoàn hảo).

*- *Vô ngã hoàn hảo* (anatta pariññā). Là trí hoàn hảo và đầy đủ về khả năng nhận định pháp theo đặc tính “không có cái ta”. Với trí về vô ngã (anatta), thấy được rằng: “Tất cả chuỗi danh sắc theo chân đế” thì chẳng có chi gọi là “linh hồn”, là “thực thể thường hằng”.... Nhờ đó hiểu rằng “tự ngã” không hề có; không hề có “một linh hồn thường hằng” di chuyển từ kiếp này sang kiếp khác.

Nếu đạt ở mức độ cao nhất, tuệ này được gọi là *anattā pariññā*.

c- *Diệt trừ hoàn hảo* (*pahāna pariññā*). Là tuệ hoàn hảo, có khả năng xua tan ảo giác.

Nó xua tan ba pháp “thường đảo ngược (*nicca vipallāsa*)” theo cách quán xét về vô thường.

Xua tan ba pháp “lạc đảo ngược (*sukha vipallāsa*)” theo cách quán xét về khổ.

Xua tan ba pháp “trong sạch đảo ngược (*subha vipallāsa*)” theo cách quán về “không trong sạch”.

Và xua tan ba pháp “ngã đảo ngược (*attā vipallāsa*)” theo cách quán về vô ngã.

Ở đây, *attā* (ngã) hay linh hồn, thực chất chỉ sự tưởng tượng qua sự **phủ lấp của chế định** (*santhāna paññatti*), và *jīva* (cuộc sống) thực chất chỉ là tưởng tượng qua “**chế định liên tục** (*santati paññatti*)” của danh sắc hay ngũ uẩn.

Trong hai ảo tưởng này thì “**phủ lấp chế định** (*santhāna paññatti*)” có thể được thoát khỏi nhờ tuệ về hai loại sự thật tục đế và chân đế.

Nhưng **liên tục chế định** (*santati paññatti*) chỉ có thể được loại trừ khi *vô thường hoàn hảo* đạt đến đỉnh cao.

Santati có nghĩa là sự tiếp diễn của một pháp hay nhiều pháp, một uẩn hay nhiều uẩn cùng tiếp diễn. Có hai sự tiếp diễn.

*- *Sự tiếp diễn của sắc pháp.* Là sự tiếp diễn của sắc pháp do nghiệp tạo, do tâm tạo, do thời tiết tạo và do vật thực tạo. Mỗi một trong bốn loại tiếp diễn này sẽ thay đổi nếu nhân tương ứng sinh ra chúng bị thay đổi.

a'- *Sự thay đổi tiếp diễn của sắc do nghiệp tạo.*

Sự thay đổi tiếp diễn của loại sắc do nghiệp tạo ra không rõ ràng lắm, tuy nhiên, chúng vẫn có sự thay đổi, như khi “một sắc thần kinh nào đó bị hư hoại, sự tiếp diễn của loại sắc thần kinh đó chấm dứt”; hoặc giả, có thể thấy sự thay đổi tiếp diễn qua chức năng của chúng.

Khi “*thấy*” là sắc thần kinh nhãn đang thu nhận cảnh sắc, chỉ một *cái thấy* dường như toàn bộ “cảnh sắc” được hình thành. Thật ra, từng *nét*, từng *nét* được sắc thần kinh nhãn thu bắt một cách nhanh chóng, rồi đúc kết lại một cách liên tục, bấy giờ “cảnh sắc” mới hiện rõ trong sắc thần kinh nhãn. Đó là diễn tiến liên tục của thần kinh nhãn đối với sự thấy.

Khi người này chớp mắt, trong khoảnh khắc ngắn ấy, sự thấy diệt mất, thay thế vào đây là “sự không thấy”, đó là “đang thu bắt cảnh sắc đã bị thay thế bằng “không thu bắt cảnh sắc”. Hoặc khi người ấy nhắm mắt để ngủ thì “sự không thấy” tiếp diễn, bất ngờ người ấy mở mắt, *sự không thấy* chấm dứt và *sự thấy* sinh lên rồi tiếp diễn.

Tương tự như vậy với “sự nghe”, dường như thần kinh nhĩ chỉ *một lần* thu nhận trọn vẹn âm thanh. Thật ra, “từng đợt sóng âm” tiếp chạm với thần kinh nhĩ và nhanh chóng nối kết lại thành “âm thanh”. Khi âm thanh chấm dứt thì “sự nghe kết thúc”, và “sự không nghe” sinh lên. Đó là thay đổi sự tiếp diễn của sự nghe.

Các sắc do nghiệp tạo khác cũng được hiểu tương tự như vậy. Đây là sự thay đổi tiếp diễn của sắc do nghiệp tạo.

b'- *Sự thay đổi tiếp diễn của sắc do tâm tạo.*

Sự thay đổi tiếp diễn của các sắc do nghiệp tạo khó thấy (như hai sắc tính, sắc mạng quyền, sắc ý vật chẳng hạn), nhưng với loại sắc do tâm sinh ra thì rất rõ ràng.

Chỉ một hành động ngồi xuống, nhiều cử động của nhiều bộ phận khác nhau nơi cơ thể được nối kết nhau tạo thành “sự ngồi”, tương tự như thế với “sự đứng”; khi “sự ngồi” thay đổi thành “sự đứng” thì sự *liên tục ngồi* bị thay đổi thành “liên tục đứng”....

Những cử động từ ngồi sang đứng... chỉ là sự thay đổi tiếp diễn sang tiếp diễn khác của sắc uẩn.

Trong mỗi uẩn, đều có ba giai đoạn: Sinh (jāti), già (jarā) và chết (maraṇa). Trong mỗi bước đi đều có: Sự bắt đầu, sự tiếp diễn và sự chấm dứt; trong mỗi bước đi, đều có “sinh lên”, “tiến triển”, “thối hóa” và “diệt mất”, dù chúng ta nói “*một bước*”.

Điều này áp dụng chung cho toàn bộ cơ thể.

Nếu có hàng trăm hay hàng ngàn bước đi trong sự đi bộ, thì có hàng trăm hàng ngàn bộ bốn: Sinh, tiến, dị, diệt. Đồng thời có hàng trăm, hàng ngàn sự thay đổi tiếp diễn nơi cơ thể, như một bước chân chấm dứt thì sự dừng lại sinh lên, khi sự dừng lại chấm dứt thì sự đi mới sinh lên... Hay là, một bước đi có thể được chia ra làm hai là nhấc chân lên, đặt chân xuống, thế là đã có “sự thay đổi tiếp diễn”.

Tương tự như thế với tất cả oai nghi: Đứng, ngồi, nằm, co tay, duỗi tay....

Cái gì làm thay đổi sự tiếp diễn của sắc pháp?

Chính là sự thay đổi của sắc tứ đại do tâm tạo, như một bước đi chẳng hạn, khi nhấc chân lên là chất gió mạnh hơn ba chất kia, khi đặt chân xuống thì chất đất mạnh hơn ba chất kia... khi chất lửa mạnh thì chân mỗi nhừ, khi đi nhanh thì chất gió mạnh, khi đi chậm thì chất gió yếu...

Trong các trạng thái tâm như: vui, buồn, cấu kình... sẽ có những động tác thích ứng với trạng thái tâm, bấy giờ loại sắc do tâm tạo đã thay đổi sự tiếp diễn.

c' - *Sự thay đổi tiếp diễn của sắc do thời tiết (utu) tạo ra.*

Utu (thời tiết) chính là chất lửa, khi chất lửa thay đổi từ nóng sang lạnh hay từ lạnh sang mát, từ mát dịu sang âm... tạo ra thời tiết.

Chất lửa thay đổi sự tiếp diễn ra sao?

Tất cả các trạng thái mệt mỏi, kiệt sức, kích động, nóng bức trong sự tiếp diễn là do chất lửa tạo ra.

Chính lửa tạo ra các sắc rồi làm thay đổi sự tiếp diễn, như khi trời nóng chúng ta tự quạt, bấy giờ “chất lửa nóng” bị diệt thay vào đó là “chất lửa mát” và sự tiếp diễn của chất lửa mát hiển lộ. Khi không quạt thì chất lửa mát diệt, chất lửa nóng sinh lên và sự tiếp diễn của chất lửa nóng được lộ ra....

Nói chung, sắc uẩn mệt mỏi, rã rời, đã dươi... là do lửa gây nên, chính lửa là tác nhân gây ra những thay đổi trong sự tiếp diễn. Khi chất lửa cường mạnh, nó thiêu đốt các sắc khác. Điển hình như chất lửa trong đoàn sắc *thân biểu tri* trong “*sự đi*” quá mạnh thiêu hủy *sắc thân biểu tri đi*, khi ấy tâm muốn đi, nhưng “*đi không nổi*”.

Với vật thực nóng và lạnh chúng ta quan sát thấy những sự thay đổi khác nhau trong cơ thể, đó là do nhiệt độ (*utu*) tạo ra.

Sự tăng lên, giảm đi và điều trị căn bệnh bằng vật thực và thuốc không thích hợp hay thích hợp cũng là do nhiệt độ.

Thậm chí sắc uẩn do tâm tạo vẫn bị nhiệt độ (chất lửa) làm thay đổi sự tiếp diễn, như “*thân biểu tri* ngồi mệt mỏi” thì “*thân biểu tri* nằm” xuất hiện, hay khi bị cảm (do lửa nóng hay lạnh), “*ngũ biểu tri* khàn khàn”, khi hết cảm “*ngũ biểu tri* du dương, thanh thót”.....

d' - *Sự thay đổi tiếp diễn của sắc do vật thực tạo ra.*

Nhiều sức sống có nghĩa là khi vật thực vào đến dạ dày, dưỡng tố (ojā) trong vật thực được hấp thụ rồi lan tỏa toàn bộ cơ thể, khiến cơ thể trở nên cường tráng, khoẻ mạnh.

Điều cần thiết nhất cho chúng sinh cõi dục là “dưỡng tố” không bị khiếm khuyết và làm tăng trưởng dưỡng tố trong thân để duy trì sự sống.

Nếu con người cho rằng điều quan trọng nhất là **sự sống**, rõ ràng việc tiếp nhận vật thực thích hợp là vấn đề rất quan trọng.

Việc tiếp nhận vật thực còn quan trọng hơn việc tăng máu vì nếu vật thực vào cơ thể bị giảm sút, tất cả máu và thịt trong cơ thể sẽ dần dần giảm đi. Đời sống của sắc pháp do nghiệp tạo như mắt, tai,... phụ thuộc vào sắc mạng quyền (jīvitindriyaruupa), sắc mạng quyền lại phụ thuộc vào sắc vật thực.

Nếu không được tiếp nhận vật thực, toàn bộ cơ thể cùng với sức sống sẽ yếu đi. Nếu việc tiếp nhận vật thực bên ngoài bị trì hoãn trong vòng sáu hay bảy ngày, sức sống của những sắc pháp do nghiệp tạo sẽ hết, khi đó người ta nói rằng chúng sinh ấy “chết”. Bây giờ, không cần phải chỉ ra sự thay đổi diễn tiến của các sắc do vật thực tạo vì chúng rõ ràng cho mỗi người, có được vật thực phù hợp đầy dưỡng tố thì sắc do vật thực tạo tươi tốt, khoẻ mạnh. Trái lại thì xanh xao, vàng vọt, gầy yếu....

*- *Sự tiếp diễn của danh pháp.*

Chúng cũng rất nhiều. Mỗi người biết tâm của chính mình đều có sự tiếp diễn của nhiều loại tâm sở: tham, sân, si, tín, vô tham, vô sân....

Trong oai nghi ngồi, nhiều loại suy nghĩ sinh lên, đến nỗi không đếm được và điều này mọi người đều nhận biết.

Mỗi quá trình của *sự suy nghĩ*, đều có sinh lên (jāti), dừng lại (thiti) và diệt mất (bhaṅga).

Nhiều người nhận biết như vậy: “bây giờ tham sinh lên trong ta”, “sân đang sinh lên trong ta”....; hay “tham đã diệt trong ta”; hay “sân đã diệt trong ta”.

Nhưng không thể nói rằng nó diệt mãi mãi hay không thể nói rằng nó đã hết vì đây chỉ là sự diệt hay chết tạm thời của quá trình tiếp diễn các suy nghĩ. Khi có các điều kiện thuận lợi thì chúng sẽ sinh lên trở lại.

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khuru Chánh Minh dịch Việt

12 – Giảng rộng về Diễn tiến hoàn hảo (tīraṇa pariññā)

Tam tướng hay ba đặc điểm nổi trội của pháp hữu vi là: Tướng vô thường (anicca lakkaṇa), tướng khổ (dukkha lakkaṇa) và tướng vô ngã (anatta lakkaṇa).

a- Tướng vô thường. Là sự thay đổi. Sự thay đổi này có hai cách: Thay thế (vipariṇāma) và biến đổi đặc tính (aññathābhāva).

*- *Thay thế.* Là chuyển từ cái này sang cái khác, như từ tâm tham chuyển sang tâm sân, tâm thiện... hay từ hiện tại chuyển thành “quá khứ”, hoặc cái **có** trở thành **không có**...

*- *Biến đổi đặc tính.* Là biến đổi thực chất cũ thành thực chất mới.

Có thể hiểu hai sự thay đổi của trạng thái vô thường qua ví dụ như sau: Trong hồ chứa nước, nước đục như bần, người ta đổ nước này đi, thay vào đó là nước trong sạch. Đây là “thay thế”. Cũng nước đục ấy, người ta cho vào loại hóa chất (như phèn chua chẳng hạn – Nd) để tẩy hay làm lắng đọng chất bần, nước trở nên trong sạch. Đây là “biến đổi thực chất”.

Khi nhận thức rõ hai cách này, sẽ thấy rõ trạng thái vô thường của danh sắc, do đó nói rằng “*trạng thái vô thường là lãnh vực của thay thế và biến đổi*”.

Khi quan sát và nhận định ngọn lửa đèn cháy trong đêm, chúng ta thấy ngọn lửa có năm đặc tính nổi bật: sinh lên, rực sáng, tiếp diễn, nhỏ dần và tắt mất.

Khi thấy ngọn lửa trong khoảnh khắc sinh lên, đây là sự sinh của sắc cảnh sắc, không phải là ngọn lửa sinh lên (vì những gì mắt thấy được là sắc cảnh sắc, còn “lửa” có đặc tính “nóng hay lạnh”, mắt không thể thấy được “nóng hay lạnh”, chỉ có thể nhận thức “nóng hay lạnh” qua sự tiếp xúc của thân, bấy giờ ngọn lửa trở thành “cảnh xúc”, không phải là cảnh sắc). Như vậy, “ngọn lửa” đã bị *thay thế* bằng “cảnh sắc”.

Thấy ngọn lửa bùng lên, đây là sự tiến triển của cảnh sắc, không phải lửa tiến triển.

Từ cảnh sắc *sơ sinh* cho đến cảnh sắc *lớn mạnh*, đó là sự *biến đổi đặc tính*, đồng thời cũng là sự *thay thế*.

Thấy ngọn lửa tiếp tục cháy không ngừng trong trạng thái bình thường, đây là sự tiếp diễn của cảnh sắc.

Thấy ngọn lửa nhỏ dần, là sự già (jarā) của cảnh sắc.

Thấy ngọn lửa tắt, đây là diệt của cảnh sắc.

Từ giai đoạn sinh lên cho đến lúc diệt của cảnh sắc, đều bao hàm hai cách: Thay thế và biến đổi.

Cho dù ngọn lửa đứng yên hay do gió làm lung linh cũng chỉ là “hiện diện” của năm đặc tính này mà thôi. Đôi khi ngọn lửa có thể do gió làm tắt đi, bấy giờ sự “tiếp diễn” nhanh chóng được *thay thế* bằng “sự diệt”, không qua giai đoạn “già cõi”.

Năm đặc điểm nổi bật liên tục “thay thế” và “biến đổi”, được gọi là tướng vô thường. Từ đó, hiểu được “ngọn lửa là vô thường”, “cảnh sắc là vô thường”.

Tương tự như thế với các sự vật có “chuyển động”, hành giả hiểu được rằng “tất cả các pháp hữu vi là vô thường”.

Diện mạo chuyển động bên ngoài của sắc pháp dễ nhận rõ, nhưng diện mạo chuyển động bên trong sắc pháp rất khó thấy, ngày nay nhờ khoa học phát triển, sự chuyển động của các hạt nguyên tử bên trong sắc pháp được phát hiện.

Việc phát hiện ra những chuyển động này, khiến những người phương Tây như Leibnitz và Fechner, cho rằng “sắc pháp là sinh vật sống”.

Thật ra, sắc pháp không phải là “sinh vật sống”, diện mạo chuyển động của những hạt nguyên tử mà khoa học khám phá ra, chỉ là mô phỏng theo sự diễn hoạt của sắc pháp do tác động của nhiệt độ (utu).

Sự diễn hoạt này có được là do có sắc tích lũy (*ācaya rūpa*); tất nhiên, trong một số cơ quan trong thân, có thể có những sinh vật sống đang tồn tại.

Khi chúng ta nhìn vào dòng nước đang chảy hay nhìn vào nước sôi trong ấm thì chúng ta thấy những diện mạo chuyển động, đây là sự mô phỏng lại diễn hoạt của sắc pháp do sự thay đổi vật chất tạo ra.

Và trong nước “yên lặng” dưới con mắt phàm tục thì những diện mạo chuyển động vẫn có thể thấy được nhờ kính hiển vi.

Ở đây, “những sự mô phỏng” này là sự tích hợp của sắc pháp mới, gọi là *ācaya rūpa*. Nhờ thấy rõ những sự tích hợp của sắc pháp mới, những cái chết hay sự biến mất tiếp theo của sắc pháp cũ mà chúng ta gọi là *aniccatū rūpa* (sắc vô thường) cũng được thấy rõ.

Khi sự tích hợp sắc pháp mới và sự diệt của sắc pháp cũ xảy ra, thì sắc liên tục (*santati rūpa*) được thấy rõ, khi việc mô phỏng tồn tại thì thấy rõ được sắc cũ rơi ra (*apacaya rūpa*), khi sắc pháp cũ vượt quá thì thấy rõ sắc già (*jaratā rūpa*).

Như đã nêu ra ở trên, trong mỗi cái cây, rễ, cành, lá, mầm, hoa, quả ... đều có năm tướng nổi bật. Cũng vậy, khi nhìn vào chúng qua kính hiển vi, chúng ta thấy rằng chúng có đầy đủ những cơ quan rất nhỏ chuyên động như thể chúng là những sinh vật sống; nhưng thực tế thì đây chỉ là những sự mô phỏng sắc pháp do sự thay đổi vật chất tạo ra.

Về các cơ thể của sinh vật hay con người, năm tướng nổi bật này cũng được thấy rõ trong mỗi thành phần của cơ thể như: Tóc, lông, móng tay, móng chân, răng, da bên trong, da bên ngoài, cơ, thần kinh, gân, xương lớn, xương nhỏ, tủy, cột, tim, màng, phổi, ruột, vật thực chưa tiêu hoá, vật thực đã tiêu hoá và não. Khi chúng ta nhìn vào chúng qua kính hiển vi, chúng cũng chuyên động như những sinh vật rất nhỏ, đó chỉ là sự mô phỏng vật chất do nghiệp, tâm, vật thực và thời tiết tạo ra, tất nhiên trong một số trường hợp, chúng có thể là vi khuẩn.

Do vậy, nếu chúng ta nhìn chúng bằng trí tuệ, thì tướng vô thường trong tất cả sắc pháp của toàn bộ cơ thể sẽ được nhận biết rõ ràng.

Vô thường trong danh pháp như thế nào?

Vô thường trong danh pháp cũng có hai cách: Thay thế (vipariṇāma) và biến đổi tính chất (aññathābhāva), nhưng khó thấy rõ như sắc pháp.

Có nhiều thuật ngữ và sự diễn đạt khác nhau để dùng cho những phương thức khác nhau của sự sinh – diệt không ngừng của danh sắc.

Như “thấy” và “không thấy” dùng để mô tả chức năng của mắt; “thấy” chỉ cho sự nhận biết cảnh sắc của mắt, tức là sự diễn đạt “nhãn thức sinh lên”; “không thấy” là dự diễn đạt “nhãn thức diệt”, hay “nhãn thức không sinh lên”.

Khi nói “thấy”, là chỉ cho nhãn thức sinh lên qua sự kết hợp của bốn nhân: Thần kinh nhãn, cảnh sắc, ánh sáng và tác ý.

Khi nói “không thấy”, là cụm từ mô tả “không có nhãn thức”, tức là thiếu một trong bốn nhân sinh nhãn thức.

Ví dụ trong đêm tối, khi không có ánh sáng thì không có nhãn thức sinh lên, đó là sự trì hoãn tạm thời.

– Nhãn thức sinh lên khi có ánh sáng, khi ánh sáng mất thì nhãn thức mất.

– Ánh sáng có năm đặc điểm nổi bật trong lửa; nếu ánh sáng mạnh thì sự thấy còn, nếu ánh sáng yếu thì sự thấy yếu, nếu ánh sáng mất thì mất sự thấy.

Trong thời gian ngắn này, hai từ ngữ “thấy” và “không thấy” có thể được dùng đến.

Nếu không có chướng ngại, người đó nhìn thấy; nếu có chướng ngại, người đó không nhìn thấy. Nếu mí mắt mở, người đó thấy; nếu mí mắt đóng lại, người đó không thấy.

Như vậy, sự *thay thế* và *biến đổi* của nhãn thức qua nhân ánh sáng được trình bày.

Trong trường hợp thần kinh nhãn bị phá hủy, nhãn thức hoàn toàn không thể sinh lên.

Nếu cảnh sắc khuất khỏi tầm nhìn thì nhãn thức không sinh hoặc bị diệt, khi cảnh sắc hiện rõ trong tầm nhìn thì “sự thấy” sinh lên...

Các thức khác tham gia trong quá trình diễn tiến của “sự thấy” cũng được hiểu như “nhãn thức”.

Tương tự như vậy với các chức năng “nghe” và “không nghe” của tai; “ngửi” và “không ngửi” của mũi; “nếm” và “không nếm” của lưỡi, “đụng chạm” và “không đụng chạm” của thân cũng được hiểu như thế.

Về ý thức, có nhiều phương thức khác nhau và mỗi phương thức rõ ràng trong “thay thế” và “biến đổi” của chúng qua những sự thay đổi nhiều loại suy nghĩ khác nhau.

Trong số các tâm sở, như cảm thọ (vedanā) sự thay đổi lạc, khổ, hoan hỷ, giận dữ và xả là rất rõ ràng. Cũng vậy, sự thay đổi của tướng, tâm, tứ từ tốt đến xấu và ngược lại rất hiển nhiên.

b- Tướng khổ. Nói gọn, tướng vô thường cũng có thể được gọi là tướng khổ, vì bậc trí lo sợ cái khổ trong luân hồi (saṃsāra) Vì sao các bậc trí lại sợ hãi? Vì trong thế gian, già (jarā) và chết (maraṇa) là mối nguy hiểm mà hầu hết chúng sinh đều lo sợ. *Thay thế* (vipariṇāma) không là gì, nhưng chính là già – chết trong khoảnh khắc, đó cũng là con đường đưa đến *sự sụp đổ* (vinipātana) (sự chết).

Chúng sinh còn tồn tại không chuyển đến kiếp sống mới, là do được duy trì bằng nhiều biện pháp bảo tồn.

Biến đổi đặc tính (vipariṇāma) cũng đáng lo sợ, vì những bất hạnh hơn kiếp sống này có thể rơi vào chúng sinh phàm nhân. *Khởi sinh* (ācaya), *hiện sinh* (upacaya) và *tiếp diễn* (santati), là những đặc điểm của *biến đổi đặc tính* (aññathābhāva) chúng cũng đem đến nhiều bất lợi. Chúng có thể tạo trong cơ thể nhiều loại bệnh tật; chúng có thể tạo trong tâm nhiều loại phiền não (*kilesa*), nhiều loại ảo tưởng và nhiều bất lợi khác.

Hai cách của tướng vô thường này luôn gắn liền với danh sắc, cho dù danh sắc ấy có trong cõi dục (kāmaloka), cõi Sắc (rūpaloka) hay cõi Vô sắc (arūpaloka).

Hai cách của tướng vô thường dẫn đến nhiều loại khổ, khổ được gom gọn vào ba loại khổ là: Khổ khổ (dukkhadukkhatā), hành khổ (saṅkhāradukkhatā) và hoại khổ (vipariṇāmadukkhatā).

*- **Khổ khổ.** Là đau đớn trên cơ thể (*kāyika*) và sâu khổ trong tâm.

*- **Hữu vi khổ.** Là sự thay đổi, biến chuyển của danh sắc, chúng dẫn đến khổ khi diệt mất. Chúng chỉ được duy trì với một nỗ lực lớn trong kiếp sống.

Sự biến chuyển thay đổi cơ thể của chúng sinh là người, thú dễ nhận rõ hơn cơ thể chư thiên, cơ thể Phạm thiên lại càng khó nhận rõ hơn.

Trong số 100 người từ bỏ dục lạc, sống đời sống xuất gia, khép mình vào giới luật, nhưng hiếm người sau khi mệnh chung được tái sinh về cõi Phạm thiên, tuy tất cả đều biết rằng “đó là sinh thú” tốt. Nhưng họ không thực hành thiền tịnh (samatha), vì sự thực hành này đòi hỏi phải có nhiều nỗ lực và khổ sở sinh khởi nơi thân, như ngồi lâu tê chân, nhức mỏi...

Khi đạt được các pháp thiền (*jhānadhama*), họ phải duy trì với sự cẩn trọng cao vì nếu không có thể bị hoại trong khoảnh khắc bởi nhiều trường hợp vật vãn.

– “**Biến đổi khổ** (còn gọi là *hoại khổ*). Là trạng thái diệt sau khi biến đổi từ trạng thái này sang trạng thái khác trong bất kỳ thời điểm nào.

Danh sắc của người, chư thiên và phạm thiên là khổ thật sự vì phải chịu ba tướng khổ nói trên.

Nói rộng ra thì có 11 loại khổ:

1’ - **Sinh khổ** (*Jāti dukkha*). Có ba loại sinh là : Phiền não sinh (kilesajāti), nghiệp sinh (kammajāti) và quả (của nghiệp) sinh (vipākajāti).

*- *Phiền não sinh*. Là sự sinh lên của các pháp gây **nóng bức** như: Tham, sân, si, tà kiến, mạn...

Trong các loại phiền não thì tham mạnh hơn cả. Tham sẽ sinh lên bất cứ khi nào có dịp thích hợp, như thuốc súng gặp ngọn lửa sẽ bùng cháy; khi tham sinh lên khó bị trừ diệt bằng bất kỳ cách nào; nó sẽ phát triển đến đỉnh cao nào đó. Và đó là “khổ thật sự”, tất cả các bậc thánh (*ariya*) đều úy kỵ phiền não tham nhiều nhất. Tính rộng thì có đến 1.500 loại phiền não.

Như ngọn đồi có nhiều rắn độc trú ngụ, đó là nơi đáng sợ. Cũng vậy, bậc Thánh thấy rõ danh sắc này dù là người, chư thiên hay

Phạm thiên đều là nơi trú của phiền não, nên các Ngài nhàm chán danh sắc này và không cho đó là “tôi”, là “của tôi”.

*- *Quả (của nghiệp) sinh*. Là các loại bệnh tật khác nhau, các loại khổ thọ khác nhau sinh khởi nơi thân. Hoặc phải tái sinh vào các cảnh giới khổ như địa ngục, súc sinh...

*- *Nghiệp sinh*. Là các nghiệp bất thiện, đó là môi trường tốt cho các ô nhiễm (āsava – lậu hoặc) sinh lên và phát triển.

Có ngôi làng là nơi bọn cướp trú ngụ, ngôi làng ấy rất đáng sợ, những người tốt không muốn đến gần, không hề nghĩ là “của tôi”. Cũng vậy, các sinh hữu dù là sinh hữu người, chư thiên hay Phạm thiên, đối với bậc thánh đó là nơi nên tránh, là nơi đáng sợ, các Ngài không hề nghĩ các sinh hữu ấy là “của tôi”.

Các sinh hữu do *quả sinh* kết hợp với phiền não, với nghiệp bất thiện; đó là những sinh hữu “khổ thực sự”, chính là bốn khổ cảnh.

Với các nghiệp thiện, tuy dẫn đến sinh hữu tốt hơn, nhưng đó chính là nơi cung cấp dưỡng tố cho các ô nhiễm phát triển, cung cấp nhiên liệu cho các phiền não “bùng cháy”.

2’- **Già khổ** (*jarā dukkha*).

3’- **Chết khổ** (*Marāṇa dukkha*).

Già và chết, nếu tính theo thời sátna (*khaṇakāla*) thì đó là sátna già cỗi và sátna diệt của sắc pháp; đối với danh pháp đó là sát na trụ (*ṭhitikhaṇa*).

Còn tính theo đời sống chúng sinh, thì đó là thời gian già lão, rồi đi đến tử vong.

Già- chết luôn bám sát theo mỗi chúng sinh từ lúc sinh ra cho đến khi mệnh chung, cho dù đó là người, chư thiên hay Phạm thiên.

4’- **Buồn khổ** (*soka dukkha*).

5’- **Than van khổ** (*parideva dukkha*).

6’- **Khổ thân** (*kāyika dukkha*).

7'- **Khổ tâm** (cetasika dukkha).

8'- **Khổ đau** (upāyāsa dukkha),

Năm loại khổ này chúng sẵn sàng sinh lên khi có cơ hội thuận lợi. Năm loại này thấy rõ ràng nhất ở cõi nhân loại, cõi chư thiên thì hiếm hơn và rất khó nhận ra ở cõi Phạm thiên.

Riêng các cõi địa ngục, cõi ma đói (peta – ngạ quỷ) thì 5 loại khổ này tràn ngập, chúng xuất hiện cả ngày lẫn đêm.

9'- **Khổ** (do) **không thương phải gần** (apiyasampayoga dukkha).

10'- **Khổ** (do) **thương phải xa** (piyavippayoga dukkha).

11'- **Khổ** (do) **ghét phải gặp** (icchāvighāta dukkha)

Đó là sự khổ do kết hợp với điều không đáng hài lòng, hay không kết hợp được với điều đáng hài lòng.

Những loại “khổ” này rất nhiều, rất rõ ràng và cũng rất thường xuyên gặp trong cuộc sống.

Trong 11 loại khổ thì : Sanh khổ, già khổ, chết khổ là quan trọng nhất.

c- **Tướng vô ngã.**

Khi đề cập đến từ *anattā* (vô ngã), trước tiên phải hiểu nghĩa của từ *attā*.

*- **Atta**. Theo nghĩa thông thường là “ta”, nghĩa bóng là “*thực thể*”^[47] hay *bản chất*.

Thực thể hay *bản chất* đã được giải thích trong phần chân đế rồi. Đặc tính cứng – mềm là có thật”, định danh cho đặc tính này là **đất**.

Đất là bản chất của “cái bình”, “bình” là danh từ mô tả hình dạng của đất, không phải là tên gọi của đất, và hình ảnh thì không có bản chất thật như chân đế, chỉ là cái bóng dính theo hình mà thôi.

Nếu có câu hỏi: “Có cái bình tồn tại trong thế gian không?”, người không phân biệt được “hai sự thật – tục và chân đế”, thì sẽ

trả lời rằng: Có. Và khi được yêu cầu “hãy chỉ ra cái bình”, họ sẽ chỉ cái bình đất ở gần đó và nói “đó không phải là cái bình sao?”.

Nhưng người này đã sai lầm, vì sao? Vì chỉ có đất tồn tại, chứ không có cái bình tồn tại, “bình” chỉ là khái niệm, là hình dáng của đất. Khái niệm hay hình dáng là “trống không” vì không có thực tính pháp (sabhāvadhamma).

Nhưng **bình** không tồn tại lại trở nên tồn tại, chỉ vì bình gắn liền với thực thể đất, “một khái niệm, một hình dáng” lại trở thành “một thực thể”. Bình không là đất, đất không là bình; nhưng người này cho “bình và bản chất cứng – mềm (đất)” là một, đó là sự sai lầm. Vì sao? Vì người ta có thể định danh cho “bản chất cứng – mềm” ấy với nhiều từ ngữ tùy theo hình dáng của bản chất đó như: Bình, ly, chum... Tùy theo sự tốt hay xấu của “bản chất cứng – mềm”, thì có các từ ngữ như: Đất, đá, gạch, ngọc, vàng, bạc... Tùy theo kích thước nhỏ hay lớn của “bản chất cứng – mềm”, thì có các từ ngữ: bụi, đồng, khối, gò, đồi, núi...

Các từ ngữ có thể thay đổi, nhưng “bản chất cứng- mềm” không thay đổi⁽¹⁴⁸¹⁾, do đó “bản chất cứng – mềm” là thực thể, còn các danh từ, các khái niệm “không có thực thể” (anatta).

Cũng vậy, chúng sinh, người, thú, chư thiên... không có thực tính. Chúng sinh, người, thú... là định danh cho “bản chất của danh sắc”. Các danh từ, thú, người, chư thiên, phạm thiên có thể thay đổi tùy theo dạng của danh sắc, nhưng danh sắc vẫn là “danh sắc”.

*- **Anatta**. Theo nghĩa thông thường là “vô ngã”, nghĩa bóng là “không thực thể, không bản chất”.

Khi nhận thức rõ “đất là khác, bình là khác”; bình là khái niệm, đất là thực thể (hay thực tính) và “khái niệm” thì rỗng không.

Cũng vậy, nếu nhận thức rõ ngũ uẩn, hay danh sắc là thực thể thì các danh từ thú, người, chư thiên, phạm thiên... là khái niệm có từ bản chất tốt hay xấu, kích thước lớn hay nhỏ, hình dạng khác khác nhau của danh sắc, các danh từ ấy là *rỗng không*.

Sẽ sai lầm khi cho các danh từ ấy là chuỗi danh sắc tiếp diễn, cũng sẽ sai lầm khi cho chuỗi danh sắc tiếp diễn là danh từ ấy, *vì sao?*

Vì “người” chỉ là hình thức của chuỗi tiếp diễn của danh sắc, có những chuỗi danh sắc tiếp diễn, nhưng đó không phải là “người” mà là “thú”, là “chư thiên”....

Nếu cho “người” là chuỗi danh sắc tiếp diễn, thì những cái “không phải là người” như chư thiên, thú, ngạ quỷ... sẽ không có chuỗi danh sắc tiếp diễn hay sao?. Do đó, nên hiểu “người” không phải là chuỗi danh sắc tiếp diễn, chuỗi danh sắc tiếp diễn cũng không phải là “người”. Chuỗi danh sắc tiếp diễn có thật, “người” không có thật.

Thế là, các khái niệm (paññatti), các danh từ là anattā.

Mặt khác, tuy danh sắc có thực thể, chuỗi tiếp diễn của danh sắc ấy” bị biến dạng”, khi bị biến dạng, “cái thực thể cũ mất”, “khi cái thực thể cũ không có, thì đó là anatta”.

Còn Nípàn ra sao? Trước tiên *danh từ* Nípàn vốn không có thực thể (như đã trình bày ở trên) nên danh từ Nípàn là vô ngã (anatta); còn thực tính của Nípàn là gì? Là sự diệt khổ. Đức Phật có dạy thiên tử Rohitassa rằng:

“... Api cāhaṃ, āvuso. imasmimyeva byāmamatte kaḷevare sasaññimhi samanake lokañca paññāpemi lokasamudayañca lokanirodhañca lokanirodhagāminiñca paṭipada’ti”.

... “*Nhưng này hiền giả, trong cái thân dài độ mấy tấc này (byāmamatte), với những tưởng, những tư duy của nó. Ta tuyên bố về thế giới, về thế giới tập khởi, về thế giới đoạn diệt, về con đường đưa đến thế giới đoạn diệt*” [49].

Sự hiển lộ của Nípàn là “trống không”, như Pāli:

Animittapaccuppatthānam: Hiển lộ (thành tựu) của Nípàn là không có hiện tượng”.

Do đó, Nípàn là vô ngã (anatta). Có thể hiểu điều này như sau: Thuốc dùng để trị bệnh, khi bệnh dứt thì “sự dứt bệnh ấy” là *rỗng không* (không còn chứa mầm của bệnh ấy nữa)⁽¹⁵⁰⁾, đồng thời thuốc ấy cũng không còn.

Sự dứt bệnh là có thật, nhưng sự dứt bệnh ấy không có hiện tượng, người ta dùng từ “khỏe mạnh” để chỉ cho “không bệnh”, nhưng cụ thể “cái sức khỏe” đó là gì? Không thể chỉ ra được, tương tự như vậy với danh từ Nípàn và thực tính của Nípàn. Một ý nghĩa khác của anatta (vô ngã) là: “*Không nằm trong quyền lực của bất kỳ ai*”.

Chính các tướng vô thường, các tướng khổ được trình bày chi tiết ở trên cũng là các tướng vô ngã (*anattā*). Như thế nào?

*- *Tướng vô thường chính là tướng vô ngã.*

Giả sử rằng định danh (*paññatti*) như người, sinh vật... là thường hằng, thế thì chúng phải sống mãi trong kiếp sống này sang các kiếp kế kế, thực tế điều này không thể có, một *người* khi mệnh chung tái sinh là mèo, cọp.. thì “người” đã bị “thú thay thế”. Ngay cả danh từ một người, chúng vẫn có thể thay đổi thành khác khi người đó thay tên, đổi họ.

Những danh từ ấy cũng thay đổi theo chuỗi danh sắc đang diễn tiến, như : Đi, đứng, nằm, ngồi, co tay, duỗi chân... về danh pháp thì: Vui, buồn, bực tức, cău kính, thích thú, thản nhiên, nhớ lại, muốn làm...

Xét ra, chúng cũng bị vô thường, nhưng không phải là “vô thường của một thực thể”, chúng vô thường do gắn liền với thực thể, như mũi tên gắn chặt vào bia, khi bia quay thì mũi tên quay, bia dừng thì mũi tên dừng, vô thường của chế định (*paññatti*) *không thực chất là vô thường*”.

Về thực thể danh sắc, chúng luôn luôn bị tướng vô thường chi phối qua hai cách: Thay thế (vipariṇāma) và biến đổi (aññathābhāva).

Mỗi khi bị *thay thế*, hay bị *biến đổi* thì **thực thể cũ** không còn, đó là tướng vô ngã.

*- *Tướng khổ trở thành tướng của vô ngã.*

Các tướng của khổ rất độc ác, không đáng hài lòng, không thuận lợi, tất cả chúng sinh đều mong được tốt đẹp, thịnh vượng và hài lòng.

Nếu danh – sắc chỉ là *một thể* thì tất cả chúng sinh phải giống nhau và những ước muốn của họ phải là một, nhưng thực tế thì ngược lại, điều này cho thấy danh sắc đa dạng và sai khác nhau trong từng chúng sinh một.

Từ ngữ **“mong muốn”** được dùng ở đây với ý nghĩa là “tham (lobha) kết hợp với dục (chanda)”. Đặc tính nổi bật trong chúng sinh là “khao khát hạnh phúc thân tâm”.

Danh sắc sinh lên không theo “mong muốn”, chúng chỉ sinh lên do có nhân riêng, như Đức Phật dạy:

“...tesaṃ Aññatitthiyānaṃ paribbājakānaṃ evaṃ byākareyyātha – chandamūlakā... Sabbe dhammā, manasikārasambhavā...”

Các pháp lấy dục (chanda) làm căn bản. Tất cả pháp lấy tác ý làm sinh khởi...⁽⁵¹⁾

Đặc điểm nổi bật của chuỗi danh sắc là “không thay đổi nhân sinh ra chúng”; như tín (saddhā) sinh lên do nhân nào thì không thể thay đổi bằng nhân khác, hoặc tham (lobha) sinh lên do nhân nào thì không thể thay thế bằng nhân khác được.... những điều kiện tác động chỉ là “sự hỗ trợ hay duyên” mà thôi.

Danh sắc sinh diệt chỉ phụ thuộc vào nhân sinh hay nhân diệt của chúng, chúng không theo ý chúng sinh. Như nếu muốn ám phải tìm nhân tạo ra “ám”, khi nhân “sự ám” diệt thì “sự ám” mất, không phải muốn ám là có “ám”, muốn “ám diệt” thì “ám

diệt”. Muốn sống thọ phải tìm nhân duy trì tuổi thọ như: vật thực, thời tiết... không phải muốn sống thọ là được ngay “sống thọ”

Và nếu muốn tái sinh vào các cõi vui thì phải tạo nhân cho nó, là các thiện nghiệp, không ai có thể tái sinh vào cõi vui chỉ với “ý muốn”.

Đôi khi có ý nghĩ sai lầm rằng: “một người muốn đến nơi nào, thì sẽ đến được nơi ấy”, và điều này vẫn có thể xảy ra. Nhưng thật ra, sự thành tựu ấy là do “nhân đã có từ trước, nhân ấy đang trở quả”, ý muốn chỉ là “bước tiếp nối”.

Như người có ý “muốn đi”, sự đi được khởi lên và thành tựu. Thật ra, sự đi có được là do có “sắc thân biểu tri” là nhân, sắc thân biểu tri đã được “tâm trước đó tạo ra”, sau đó hằng loại “ý muốn đi” sinh lên và sắc thân biểu tri hoạt động. Nếu như không có sắc “thân biểu tri” (như người bị tê liệt chẳng hạn), dù cho có “muốn đi” cũng không thể đi được.

Nhiều người suy nghĩ và tin tưởng sai lầm rằng “một người có thể duy trì được chính mình theo mong muốn khi có sức khỏe tráng kiện và nghỉ ngơi trong bất kỳ oai nghi nào”, người ấy đã bỏ qua một thực tế là: “Sự ăn uống trong những ngày trước đang cho quả”.

Họ cũng nghĩ sai rằng những mong muốn của họ luôn được như ý, khi họ thấy mình sống hạnh phúc trong các ngôi nhà sang trọng trong kiếp này. Nhưng sự thật ra, nếu tự nhìn lại họ sẽ thấy có biết điều mà họ không như ý trong công việc, trong đời sống... và sự “như ý” mà họ nghĩ đó là do nhân họ tạo trước đó đang cho quả. Như người “tiêu xài tiền như ý”, tiền là kết quả của nhân làm việc, nhân tích lũy... nếu không có “tiền” thì làm sao “tiêu xài như ý” được.

Khi trông thấy các tướng của khổ hành (*saṅkhāradukkhatā*) diễn tiến ngược với ý muốn, người ấy nhận thức rằng “chuỗi danh

sắc này” không nằm trong quyền lực của “ý muốn” và như thế chúng là anattā.

Vì rõ ràng, chuỗi danh sắc không phải là thực thể đối với ý muốn.

Ba trí quán xét, hiểu thấu đáo và đầy đủ về tam tướng, được gọi là *diễn tiến hoàn hảo* hay *tam tướng hoàn hảo* (tīraṇa pariññā).

Trí đi chung với sự quán xét tướng vô thường, gọi là *trí quán vô thường* (aniccavipassanāñña); trí đi chung với quán xét tướng khổ, gọi là *trí quán khổ* (dukkhavipassanāñña); trí đi chung với quán xét tướng vô ngã, gọi là *trí quán vô ngã* (anattavipassanāñña).

Trong ba trí quán (vipassanāñña), trí quán vô thường phải có đầy đủ và đúng đắn, để loại trừ “tà kiến về thuyết linh hồn hay tự ngã”.

Để đạt được trí quán vô ngã, phải thuần thục về trí quán vô thường; nếu trí quán vô thường được hoàn hảo thì dễ dàng đạt được trí quán vô ngã hoàn hảo.

Trí quán khổ là giai đoạn chuyển tiếp từ trí quán vô thường đến trí quán vô ngã, do đó trí quán khổ không đến tột đỉnh so với hai trí kia.

Trí quán vô thường trừ diệt “thường kiến”, trí quán khổ trừ diệt “lạc kiến”, trí quán vô ngã trừ diệt “ngã kiến”.

Đạo siêu thế có bốn bậc:

Đạo đầu tiên (Dự lưu) trừ tuyệt kiến ảo tưởng (diṭṭhimaññā), nhưng chưa trừ được ái ảo tưởng, mạn ảo tưởng.

Hai đạo kế tiếp (Nhất lai và Bất lai) không phải trừ kiến, nhưng vẫn chưa trừ được ái – mạn.

Chỉ có đạo Alahán trừ tuyệt được ái ảo tưởng (tañhāmaññā) và mạn ảo tưởng (mānāmaññā) bằng trí quán vô ngã.

Điều quan trọng nhất cho những ai đi theo giáo pháp Đức Phật là phải tự thoát hoàn toàn khỏi khổ giới (dukkhadhātu) vĩnh viễn.

Không có cách nào để chúng sinh thoát khỏi bốn cõi khổ vĩnh viễn khi giáo pháp của Đức Phật bị tiêu hoại.

Thoát khỏi bốn khổ cảnh, là thoát ra các nghiệp bất thiện liên hệ với tà kiến, trong đó có tà kiến về “tự ngã” .

Rất may mắn, chúng ta gặp được Giáo pháp của Đức Phật, chúng ta nỗ lực hành thiền quán về vô thường để có trí quán về vô ngã được hoàn hảo.

Để khẳng định điều này, ở đây có đoạn kinh:

“Aniccasaññino Meghiya anattasaññā sañhāti anattasaññino samugghātaṃ pāpuṇāti diṭṭhe’va dhammā nibbānaṃ”.

“Này Meghiya, với những ai có tướng vô thường, thì tồn tại tướng vô ngã. Có tướng vô ngã, thì tà kiến bị phá hủy, ngay hiện tại có thể đạt được Nípàn” [52].

Bài kinh trên cho thấy “tướng vô thường có thể trở thành tướng vô ngã”.

Thiền định (samatha) cần phải “ở một mình – độc cư”, nhưng thiền quán thì không cần thiết phải như vậy, thiền quán có thể thực hành ở mọi nơi.

Sự thuần thục của tuệ là điều chủ yếu, nếu tuệ già dặn thì quán vô thường có thể dễ dàng thực hành trong khi nghe pháp, hay trong đời sống tại gia.

Với người có tuệ được phát triển, có và không có chính mình, có và không có nhà, có và không có làng mạc hay thị trấn... tất cả đều là cảnh quán vô thường của người đó, trí quán vô thường càng tăng trưởng.

Nhưng người có trí chưa sung mãn, chỉ có thể thực hiện điều này với một nỗ lực bền bỉ, thì tuệ quán vô thường mới phát triển.

Thảo luận về Abhidhammā, bàn về “cái chết theo sátna”, chỉ trong chớp mắt “cái chết ấy” xảy ra vô số kể, nhưng chỉ bàn luận điều này khi thấy cần thiết. Trái lại, điều này vô cùng **cần thiết** đối với thiền quán, “cái chết sátna” cần được lưu ý trong mọi thời điểm, nhờ đó mới thấy được rằng: *cái gọi là chúng sinh “liên tục chết* (santati vipariṇāma)” và “*liên tục thay đổi* (santati aññathābhāva)”.

Và đó cũng là quy luật hiển nhiên của tất cả danh sắc chúng chẳng lệ thuộc vào bất kỳ quyền lực nào, chúng chỉ lệ thuộc vào nhân sinh nhân diệt của chúng.

Đối với sắc pháp, trước tiên là quán xét *tứ đại* trong số các sắc pháp. Nếu thấy rõ sự sinh diệt của tứ đại nhiều lần trong một ngày, thì sự sinh diệt của các sắc pháp nương sinh từ tứ đại (upādārūpā – sắc y sinh) như: cảnh sắc, cảnh thính, cảnh mùi ... cũng được thấy rõ.

Về danh pháp thì quán xét sáu thức trước khi quán xét các tâm sở. Nếu thấy rõ sự thay đổi các tâm thì cũng thấy rõ sự thay đổi của các tâm sở; như khi thấy tâm tham thay đổi bằng tâm sân, thì thọ đã biến đổi từ thọ vui hay thân nhiên chuyển thành thọ khổ (uru).., tưởng trong tâm tham khác với tưởng trong tâm sân, tưởng trong nhãn thức khác với tưởng trong nhĩ thức ... mong muốn (dục – chanda) trong tâm tham khác với mong muốn trong tâm thiện ...

Tất cả những cảnh *thay thế*, cảnh *biến đổi* ấy là dưỡng tố cho tướng vô thường hiển lộ mạnh mẽ.

Mục đích của thiền quán là loại trừ những khái niệm (paññatti – chế định) như: Chúng sinh, người, cây cỏ, núi, sông..., loại trừ những ảo giác : Thường, lạc, tịnh, ngã.

Đạt được mục đích của thiền quán tùy thuộc vào sự nắm bắt tam tướng được hoàn hảo, như được trình bày.

Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī) của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-khưu Chánh Minh dịch Việt

13- Pahāna Pariññā (diệt trừ hoàn hảo)

Trong kinh điển có năm loại *pahāna* (diệt trừ) cần phải bàn là:

1- *Tạm thời diệt trừ (tadaṅgapahāna)*.

2- *Gián đoạn diệt trừ (vikkhambhanapahāna)*.

3- *Cắt đứt diệt trừ (samucchedapahāna)*.

4- *Khinh an diệt trừ (paṭipassaddhipahāna)*.

5- *Kết thúc diệt trừ (nissaraṇapahāna)* (còn gọi là “sự viên tịch”).

Để làm rõ những loại trên thì phải đề cập đến ba “nơi trú” của các ô nhiễm (*āsava* – lậu hoặc), được gọi là *vùng (bhūmi)* của chúng, đó là:

a- *Vùng ngủ yên (anusayabhūmi)*. Là vùng mà các ô nhiễm (*āsava* – lậu hoặc) yên lặng, như sóng trong nước, không dấy động và các tâm sở “thay mặt” cho chúng trong ba thời sinh – trụ – diệt..

b- *Vùng bộc phát (pariyutṭhānabhūmi)*: Là vùng mà các ô nhiễm đã “trở mình”, chúng đã hiện diện trong tâm chúng sinh khi tâm bắt ngoại cảnh (cảnh sắc, cảnh thính, cảnh mùi, cảnh vị, cảnh xúc và cảnh pháp”, bất kỳ cảnh nào có khả năng làm cho chúng “thức dậy”, tạo ra sự xáo động qua một trong 6 cửa (*dvāra*) là nhãn môn, nhĩ môn, tỷ môn, thiệt môn, thân môn và ý môn. Chúng chính là những tâm sở bất thiện, chủ yếu là: Tà kiến, tham và si; những tâm sở bất thiện còn lại chỉ là “tùy tùng” của ba ô nhiễm này.

c- *Vùng vi phạm (vītikkamabhūmi)*. Là thân, khẩu, khi ấy các ô nhiễm trở nên mạnh mẽ, không thể điều khiển được; chúng tạo ra những ác nghiệp qua thân – khẩu.

Có ba sự học tập (*sikkhā*) là : Giới học (*sīla sikkhā*), định học (*samādhi sikkhā*) và tuệ học (*paññāsikkhā*).

Giới học. Có thể trừ khử ô nhiễm ở *vùng vi phạm*, nhưng ô nhiễm ở hai vùng còn lại chưa được diệt trừ.

Do các ô nhiễm ở hai vùng: *Bộc phát* và *ngủ yên* chưa được diệt trừ, khi chúng bộc phát sẽ nhanh chóng tràn đến *vùng vi phạm*, tái lập lại những gì mà giới học đã khử trừ.

Loại ô nhiễm do giới khử trừ được gọi là *tạm thời diệt trừ (tadaṅgapahāna)*.

Định học. Là những tầng thiền Sắc giới hay Vô sắc giới, có thể khử trừ những ô nhiễm ở *vùng bộc phát*, nhưng không thể khử trừ những ô nhiễm ở *vùng ngủ yên*.

Mỗi khi chúng thức dậy nhanh chóng tràn đến *vùng bộc phát*, chúng tạo ra những chướng ngại cho thiền định.

Do vậy, sự khử trừ ô nhiễm do thiền Định (*samādhi*), gọi là “gián đoạn diệt trừ (*vikkhambhanapahāna*- còn gọi là **áp chế** đoạn trừ), có nghĩa là “khử trừ có khoảng cách”. Dĩ nhiên, năng lực khử trừ của định học cao hơn giới học.

Tuệ học. Là tuệ của thiền quán khi đạt đến Đạo siêu thế.

Tuệ học có khả năng trừ diệt các ô nhiễm trong “*vùng ngủ yên*”, nơi mà Giới học, Định học không thể đến được. Tùy theo cấp độ chúng đạt Đạo siêu thế, các loại ô nhiễm ít hay nhiều được tuyệt dứt.

Các ô nhiễm được tuệ học trừ tuyệt, chúng không bao giờ còn sinh khởi được. Cách khử trừ này, gọi là “**tận trừ (samucchadapahāna)**” (sammuccheda nghĩa đen là “cắt bỏ”).

– Tuệ đi đôi với Quả siêu thế loại trừ các ô nhiễm, bằng cách làm cho chúng yên lặng hoàn toàn.

Ví như lửa đã tắt nhưng còn hơi nóng, người ta đem một hai thùng nước dội vào, khiến lửa hoàn toàn nguội lạnh, cũng vậy, khi tuệ đạo diệt trừ tận gốc ô nhiễm, tuy ô nhiễm hết rồi nhưng dư hưởng của chúng còn vương vít; tuệ Quả siêu thế diệt trừ nốt, khiến ô nhiễm hoàn toàn biến mất, không còn chút dư tàn, sự khử trừ này gọi là “khinh an diệt trừ (paṭipassaddhi pahāna)”.

Loại trừ bằng cách đạt đến *nibbāna* được gọi

là *nissaraṇapahāna* hay *viên tịch (parinibbāna)*. Là hoàn toàn thoát khỏi vĩnh viễn mọi trói buộc của các hữu.

Như vậy, tuệ học có ba loại : Tuệ quán, tuệ Đạo và tuệ Quả siêu thế.

Tuệ quán chỉ có thể “tạm trừ” ô nhiễm ở vùng ngủ yên, không thể “tuyệt dứt” như tuệ Đạo. Chỉ có tuệ đạo mới làm được việc này theo tương ứng.

– Tuệ Đạo Dự lưu (*sotāpatti magga*) (tuệ Đạo đầu tiên), loại trừ hoàn toàn tất cả tà kiến và hoài nghi, đồng thời cũng loại trừ tất cả nghiệp bất thiện dẫn xuống bốn cõi khổ, khiến chúng vĩnh viễn không thể sinh khởi lên được.

– Tuệ Đạo Nhất lai (*sakadāgāmi magga*), loại trừ tất cả tham và sân thô.

– Tuệ Đạo Bất lai (*anāgāmi magga*), loại trừ tất cả các tham và sân vi tế còn lại, chưa được đạo thứ hai loại trừ. Với bậc Anahàm không còn ái dục và sân; cõi Phạm thiên (*brahma loka*) là nơi duy nhất để vị ấy tái sinh vào.

– Tuệ Đạo Alahán (*Arahatta magga*), loại trừ tất cả các ô nhiễm còn lại. Vị ấy trở thành bậc Alahán (*Arahatta*) thoát khỏi tam giới.

Theo lời dạy của Đức Phật (Buddha *sāsana*); **tận**

trừ (*sammuccheda pahāna*) là điều chính yếu cần phải đạt được.

Bây giờ tôi sẽ chỉ ra những điểm chính cần thiết cho những ai hành thiền quán.

Trong ba tuệ quán thì tuệ vô thường cần phải đạt được đầu tiên. *Như thế nào?* Nếu chúng ta nhìn kỹ vào buổi chiếu phim thì chúng ta sẽ thấy nhiều hình ảnh cho một cảnh đẹp, chúng thay đổi nhanh chóng trong khoảnh khắc.

Chúng ta cũng sẽ thấy rằng cần có một trăm hay nhiều hơn nữa những bức ảnh để trình diễn một cảnh cơ thể chuyển động. Thực tế, đó là các chức năng của *thay thế* (vipariṇāma) và *biến đổi* (aññathābhāva), hay đại diện của vô thường cho các chuyển động.

Nếu xem xét kỹ những chuyển động trong cảnh như đi, đứng, ngồi, ngủ, co, duỗi... của các phần trong cơ thể trong khoảnh khắc, chúng ta sẽ thấy rằng trong đó chứa đầy những thay đổi. Đó là vô thường.

Thậm chí trong một bước đi, có nhiều sự thay đổi của hình ảnh, cũng vậy với những cử động khác. Bây giờ chúng ta áp dụng điều này vào chính chúng ta.

Vô thường của danh sắc có trong toàn bộ cơ thể chúng ta, hoặc trong mỗi phần cơ thể. Nếu có thể thấy rõ được những chức năng vô thường luôn hoạt động trong cơ thể chúng ta thì chúng ta sẽ đạt được *tuệ trừ diệt*.

Sự vỡ ra, rơi xuống, và thay đổi của nhiều bộ phận trong mỗi giây, mỗi phần nhỏ của giây, cho chúng ta thấy rõ sự thay đổi của mỗi bộ phận lớn nhỏ trong cơ thể.

Nếu thấy rõ được như vậy thì có thể nói rằng “quán vô thường” được thực hiện tốt. Và nếu quán vô thường được thực hiện tốt thì quán vô ngã cũng được thực hiện tốt.

Cụm từ “*được thực hiện*” có nghĩa là việc hành thiền được tiến hành thuần thực, đến mức có thể thấy vô thường trong toàn bộ

thời gian sống; nhưng không có nghĩa rằng đạt được tuệ Đạo hay tuệ Quả Siêu thế

Sự đạt được tuệ Đạo – quả Siêu thế, nhanh hay chậm tùy theo *giới* trong sạch hay còn nhiễm ô.

Rất khó biết được sự thật về thành tựu đạo quả của người khác. Thậm chí, có bậc thánh Dự lưu, nhưng phạm nhân cũng khó biết “vị ấy là bậc Dự lưu”. Vì sao? Do khó hiểu được giai đoạn tiềm tàng của các ô nhiễm.

Những hành giả (yogis) hay các thiền sinh không biết được sự ‘tiềm tàng’ của các ô nhiễm, đôi khi nghĩ mình “thành tựu bậc Dự lưu”, trong khi tà kiến và hoài nghi chỉ bị loại trừ phần nào mà thôi.

Khi tà kiến và nghi với tất cả các trạng thái tiềm tàng của chúng được diệt tận, vị ấy mới thật sự đạt được Đạo Dự lưu.

Các thiền sinh nên hành thiền quán suốt cả cuộc đời, phải hoan hỷ quán vô thường cho đến khi thuần thục.

Ngay cả bậc Thánh Alahán cũng không từ bỏ sự luyện tập này, để đảm bảo tâm yên lặng. Khi hành thiền cả đời, tuệ quán của các thiền sinh sẽ phát triển để vượt qua lãnh vực phạm nhân, thành tựu bậc Thánh trước khi chết hay khi sắp chết, nếu không thành tựu bậc thánh, vị ấy cũng được tái sinh vào cõi chư thiên trong kiếp sau và kiếp kế kế.

Bài thuyết giảng ngắn *Vipassanā dīpanī* hay Khái quát về pháp hành thiền quán cho những người theo giáo pháp Đức Phật tại Châu Âu được kết thúc nơi đây.

Bài này được viết ở Mandalay trong khi tôi ngụ tại tu viện *Ratanāsīri*, nơi có tổ chức họp hàng năm của Hội phổ biến pháp Đức Phật ra nước ngoài và hoàn thành vào ngày 14th tại Taboung năm 2458 B.F nhằm ngày 26.02.1915 C.E.

⁽¹⁾– Như Pāli: Sabbesaṅkhārā aniccāti: Các pháp hữu vi là vô thường.

Sabbe saṅkhārā dukkhāti: Các pháp hữu vi là khổ.

Sabbe dhammā anattāti: Các pháp là vô ngã. (Dhp- câu số 277, 278, 279) – Nd phụ chú..

Và theo ý nghĩa này, ngay cả Nípàn cũng không có “ngã”, nhưng Nípàn là p háp vô vi (asaṅkhāradhamma) nên Nípàn là thường, lạc, tịnh.

Gọi là **thường**, không phải Nípàn luôn có trong danh sắc của bậc Thánh, mà do “nhân sinh khổ” bị diệt, vĩnh viễn không còn sinh lên nữa, nên gọi là “thường”.

Gọi là **lạc**, vì nhân sinh khổ bị diệt vĩnh viễn, nên khổ sinh lên do nhân đó không còn, thế là “lạc”.

Gọi là **tịnh**, vì những nhơ bẩn do nhân sinh khổ không có, thế là “trong sạch”- (Nd phụ chú).

⁽²⁾– A.ii, 52. Pháp bốn chi, Vipallāsasuttaṃ (kinh Đảo ngược).

⁽³⁾– Đức Phật có dạy: Māyūpamañca viññāṇaṃ: Thức uẩn như nhà ảo thuật. (S.iii, 114; kinh Bọt nước – Phenabiṇḍūpamasuttaṃ) (Nd pc).

⁽⁴⁾– “Sattā kammayoni: Chúng sinh có nghiệp là thai tạng”. M. iii, kinh Tiểu Nghiệp phân biệt – Cūlakammavibhaṅgasuttaṃ. (Nd trích dẫn).

⁽⁵⁾– Nibbānaṃ paramaṃ sukhaṃ :Nípàn là hạnh phúc tối thượng (Dhp- câu) – ND pc.

⁽⁶⁾– Ám chỉ đoạn kiến (ucchedadiṭṭhi) – Nd pc.

⁽⁷⁾– Bốn khổ cảnh là: Địa ngục, súc sinh, ngạ quỷ và Atula – ND pc.

⁽⁸⁾– A.i,282, pháp ba chi, kinh Che dấu (Paṭicchannasuttaṃ) – Nd pc

⁽⁹⁾– Xem M.i, (số 22), kinh Ví dụ con rắn (Alagaddūpamasuttaṃ) – Nd pc.

⁽¹⁰⁾ – Xem D.i, kinh Phạm võng – Brahmajālasuttam – Nd pc.

⁽¹¹⁾ – Xem M,iii Kinh Tiểu nghiệp phân biệt. Nd pc.

⁽¹²⁾ – Āsava còn được dịch là “thấm rịn, rỉ chảy, ô nhiễm”, như rỉ sét sinh ra từ sắt lại làm mòn sắt, ở đây dịch là “trầm luân” nghĩa là “chìm đắm trong luân hồi”. Pháp “chìm đắm này có bốn là:

– Chìm đắm trong cõi dục, hay trong ngũ trần: Sắc, thanh, hương, vị, xúc, gọi là kāmāsava: Dục trầm luân, hay dục ô nhiễm.

– Chìm đắm trong cõi Sắc hay cõi Vô sắc, gọi là bhavāsava: Hữu trầm luân hay hữu ô nhiễm.

– Chìm đắm trong kiến thức sai quấy, gọi là ditṭhāsava: Kiến trầm luân, hay kiến ô nhiễm.

– Chìm đắm trong sự mê muội, gọi là Avijjāsava: Vô minh trầm luân, hay vô minh ô nhiễm.

Chi pháp của *dục trầm*, *hữu trầm* là tâm sở tham

(lobhacetāsika); của *kiến trầm* là tâm sở tà kiến (ditṭhīcetasika);

của *vô minh trầm* là tâm sở Si (mohacetāsika). Tâm sở tham chính là ái – Nd pc.

⁽¹³⁾ – Gati thường được hiểu theo nghĩa saṃsāra (luân hồi), đây chúng tôi dùng theo nghĩa gốc là *đi*, nên dịch là “luân chuyển”. Nd pc.

⁽¹⁴⁾ – Trái dừa có thể bốc lên cao khi gặp gió trốt, nhưng khi gió dứt thì trái dừa lại rơi xuống. Cũng vậy, một số phàm nhân có thể tái sinh vào cõi cao hơn khi gặp gió trốt “thiện nghiệp”, nhưng khi phước ấy hết, thì phàm nhân lại rơi xuống – Nd pc.

⁽¹⁵⁾ – Riêng các vị chư thiên (devā) có thể rơi thẳng xuống địa ngục như Ác ma Dūsī trong kinh Hàng ma (Māratajjanīyasuttam), được ghi chép trong Trung bộ Kinh I – Nd pc.

(^[16]) – S.ii, 263; chương IX; Tương Ưng ví dụ (Opammasamyuttam).

(^[17]) – S.v, 455. kinh lô khóa 1 (Paṭhamachiggaḷayugasuttam).

(^[18]) – S.v, 474 . Tương ưng sự thật (Saccasamyuttam), Phẩm năm sanh thú (Pañcagatipeyyālavaggo).

(^[19]) S.v, 475, Tương ưng sự thật (Saccasamyuttam), Phẩm năm sanh thú (Pañcagatipeyyālavaggo).

(^[20]) – Ở đây chỉ cho bậc Thánh Hữu học . Nd.

(^[21]) – Xem DhpA- kệ ngôn số 16. Nd pc.

(^[22]) – Tất nhiên đối với các cõi Phạm thiên, vị Thánh phải chứng đắc thiên định

(^[23]) – Nếu bậc Thánh Dự lưu là chư Thiên, các Ngài cũng không tái sinh vào cõi người, là Phạm thiên Dự lưu, các Ngài cũng không tái sinh vào cõi Dục – Nd pc.

(^[24]) – S.ii,133. Tương ưng Minh kiến (Abhisamayamasamyuttam), kinh Đầu ngón tay (Nakhasikhāsuttam)(Nd)

(^[25]) – Xem D.i, kinh Phạm Võng (brahmajālasuttam). Nd pc.

(^[26]) – M. i, số 8, kinh Đoạn giảm (Sallekhasuttam).

(^[27]) – Như nhà khoa học, có thể từ “nước” hay thuật ngữ 2HO. Đối với người thường dùng từ “:nước”, đối với nhà khoa học bạn, có thể dùng cả hai từ mà không bị phản bác. Nd pc.

(^[28]) – S.iv,15, Phẩm Tất cả (Sabbavaggo) Kinh Tất cả (Sabbasuttam).

(^[29]) – Dhs, đầu đề tam (mātikā).

(^[30]) S.iv, 1, Tương ưng sáu xứ (Saḷāyatanasamyuttam), Kinh Vô thường (Ajjhattāniccasuttam) (Nd pc).

(^[31]) S.iv, 2 Tương ưng sáu xứ (Saḷāyatanasamyuttam), Kinh Vô ngã (Ajjhattānattasuttam) (Nd pc).

(^[32]) – D,iii, kinh Đại viên tịch (Mahāparinibbānasuttam).

^([33]) – *Nibbāna* ở đây được xem như là một pháp thực tính (*sabhāva*), không phải là một quan niệm mang tính chủ thể hay khách thể.

^([34]) – *avacara*, nghĩa là thường lui tới – Nd pc.

^([35]) – Xem *Jātaka*, chuyện trọng pháp (*Gurudhamma*). – Nd.

^([36]) – Là chánh tư duy trong Bát chánh đạo. Chánh tư duy là “sự tìm kiếm đúng”, là tìm kiếm bản thể đúng như thật của các pháp; trong đó có Nípàn; còn tà tư duy là “tìm kiếm sai”, tức là tìm kiếm dục lạc – Nd pc.

^([37]) – Tính hẹp thì: 89 tâm – (5 đôi thức + 4 tâm quả Vô sắc giới) + 2 tâm thần thông = 77 tâm.

Tính rộng thì : 121 tâm – (5 đôi thức + 4 tâm quả Vô sắc) + 2 tâm thần thông = 109 tâm. (Nd).

^([38]) – Phong cách của Ngài Ledi Sayadaw khi mô tả một ý nghĩa, Ngài thường dùng nhiều thuật ngữ “đồng nghĩa”. Do không thành thạo ngôn ngữ cùng văn hoá Miến Điện nên tôi (dịch giả bản Anh ngữ – Nd) khó có thể dịch với nhiều thuật ngữ thích hợp.

^([39]) – Chú giải sư của “*dhammasaṅgaṇī*”, trong *Atthasālinī* có giải thích điều này bằng minh họa về cái hàm trú ẩn bên bờ sông. Trước tiên, nước phun ra khỏi hàm giống như *ācaya* của chuỗi sắc pháp, phun tia nước là sự tăng trưởng dần dần của nước cho đến khi đầy giống như *upacaya* và ngập giống như *Santati* – Dịch giả bản Anh ngữ.

^([40]) – Như trong Sớ giải kinh Pháp cú có ghi nhận: Ngài Soreyya từ thân nam biến thành nữ khi xúc phạm đến Ngài Mahā Kaccāyana, từ thân nữ trở thành nam sau khi Soreyya sám hối Ngài Mahā Kaccāyana. Nd.

^([41]) – Điển hình chúng sinh cõi Vô tướng do nghiệp sinh ra. Nd pc.

^([42]) – *Manasikāra* là “việc làm của ý”. Nd pc

^[43] – *Tâm hướng ngũ môn* là tâm hướng về năm cửa: Mắt, tai, mũi, lưỡi và thân. Nhưng mỗi thói điễm chỉ hướng được một cửa tương ứng với cảnh, như khi có cảnh sắc xuất hiện thì tâm này hướng về mắt, khi có cảnh thính xuất hiện thì tâm này hướng về tai.... – Nd.

^[44] – Vāta là loại gió đi vào mũi, nhờ đó mùi mới xúc chạm được với thần kinh mũi – Nd.

^[45] – Chất nước ở đây chỉ cho nước bọt có trong lưỡi – Nd.

^[46] – Dhs, Mẫu đề tam (Mātikā).

^[47] – Sabhāva – Thực tính hay bản thể thật có. – Nd pc.

^[48] – Ở đây nên hiểu là: Trạng thái cứng có thể thay đổi từ: rất cứng đến, cứng, cứng vừa phải rồi, mềm, vừa mềm, rất mềm...” Tức là chúng vẫn thay đổi trạng thái từ cứng sang mềm hay ngược lại. Nhưng chung quy vẫn là mềm hay cứng hoặc cứng hay mềm, nên dùng “không thay đổi” theo nghĩa này, không phải theo nghĩa “luôn luôn”, như “luôn luôn cứng, luôn luôn mềm” – Nd pc.

^[49] – A.ii, 49. Pháp bốn chi, kinh Rohitassa (Rohitassasutta) – Nd trích dẫn.

^[50] – Gọi Nípàn là thường, vì những gì bị diệt vĩnh viễn không còn sinh khởi lại, như bệnh vĩnh viễn không còn tái phát, đó là thường.

Gọi là lạc, vì sự khổ do phiền não ấy ra đã chấm dứt hoàn toàn, như sự khổ do bệnh gây ra đã chấm dứt không còn sinh khởi lại. Khổ dứt đó là “lạc”; lạc vì không khổ chứ không phải là thọ lạc, do đó gọi Nípàn là lạc – Nd pc.

^[51] – A.iv, 338. Chương 8 pháp, kinh Cội rễ của sự vật (mūlakasutta).

^[52] – A.iv, 354- Chương pháp 9 chi; kinh Tôn giả Meghiya (Meghiyasutta.)

*Bài Pháp trích từ cuốn Minh Sát Diễn Giải (Vipassanā Dīpanī)
của Ngài Ledi Sayadaw, Đức Unyana chuyển sang Anh ngữ, Tỳ-
khru Chánh Minh dịch Việt*