

CON ĐƯỜNG THIỀN CHỈ VÀ THIỀN QUÁN

MAHĀTHERA HENEPOLA GUṆARATANA
Tỳ khuru PHÁP THÔNG dịch

Mục lục

Lời giới thiệu (1)

Lời giới thiệu (2)

Lời người dịch

CHƯƠNG I - GIỚI THIỆU THIỀN TRONG NỘI DUNG KINH ĐIỂN

Tâm quan trọng của thiền

Truy nguyên gốc từ *Jhāna*

Jhāna và *Samadhi*

Jhāna và các thành phần của sự giác ngộ

CHƯƠNG II - NHỮNG CHUẨN BỊ TRƯỚC KHI HÀNH THIỀN

Nền tảng giới

Cắt đứt những chướng ngại

Đến gần bậc Thiện trí thức

Các đề mục Thiền chỉ (Định)

Chọn một trú xứ (chỗ ở thích hợp)

CHƯƠNG III - VƯỢT QUA CÁC TRIỀN CÁI

Năm triền cái

Viễn ly các triền cái

Các loại viễn ly

Nhân sanh các triền cái

Sự diệt các triền cái

Con đường tu tập theo tuần tự

Phương pháp chánh niệm

Sự thủ tiêu các triền cái

Những lợi ích của việc đoạn trừ triền cái

CHƯƠNG IV - SƠ THIỀN VÀ CÁC THIỀN CHỈ

Tâm

Bất thiện tâm

Thiện tâm

Tứ

Hỷ

Lạc
Nhất tâm

MÔ TẢ TỔNG QUÁT SƠ THIỀN

Tiến trình tâm thiền
Hoàn thiện sơ thiền

CHƯƠNG V - CÁC BẬC THIỀN CAO HƠN

NHỊ THIỀN – SỰ CHỨNG THIỀN

Nội tịnh
Nhất tâm
Định
Hỷ và Lạc
Những nhận xét chung về nhị thiền

TAM THIỀN – SỰ CHỨNG THIỀN

Xả
Chánh niệm và Tỉnh giác
Lạc
Nhất tâm

TỨ THIỀN – SỰ CHỨNG THIỀN

Bốn điều kiện
Các yếu tố mới trong tứ thiền
Hệ thống thiền 5 bậc
Những nhận xét kết luận

CHƯƠNG VI - VƯỢT QUA TỨ THIỀN

Tứ thiền vô sắc
Không vô biên xứ
Thức vô biên xứ
Vô sở hữu xứ
Phi tưởng, phi phi tưởng xứ

NHỮNG NHẬN XÉT CHUNG VỀ THIỀN VÔ SẮC

Các loại thắng trí
Những điều kiện cần thiết cho thắng trí
Lục thông
Biến hóa thông
Tám năng lực

Ba loại thần biến
Thiên nhĩ thông
Tha tâm thông
Túc mạng thông
Thiên nhãn thông
Lậu tận thông
Các loại thắng trí khác
Thiền và tái sanh

CHƯƠNG VII - CON ĐƯỜNG TU TẬP TUỆ QUÁN

Bản chất của tuệ
Nhị thừa (2 cỗ xe)
Các nhiệm vụ của thiền
Thất thanh tịnh
Sơ đạo và sơ quả
Giới thanh tịnh
Tâm thanh tịnh
Kiến thanh tịnh
Đoạn nghi thanh tịnh
Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh
Đạo hành tri kiến thanh tịnh
Tri kiến thanh tịnh

CHƯƠNG VIII - THIỀN VÀ CÁC THÁNH CHỨNG

Thiền Siêu thế
Mức thiền của Đạo và Quả
Thánh quả Định và Diệt tận định
Bảy loại thánh nhân
Jhāna và bậc A-la-hán

KẾT LUẬN

PHỤ LỤC

37 Pháp hỗ trợ giác ngộ
Các đề mục
Các pháp giải thoát khác
Tám giải thoát

NHỮNG CHỮ VIẾT TẮT

-ooOoo-

Lời giới thiệu (1)

“Con đường Thiền Chỉ Thiền Quán” đã được Ngài Gunaratana trình bày một cách khúc chiết, rõ ràng có thể giúp cho những ai muốn nghiên cứu tường tận chỗ đồng dị, cộng biệt, sinh khắc của hai pháp môn này hầu tránh tình trạng nhầm lẫn, võ đoán và phiến diện trong lý thuyết cũng như trong thể nghiệm con đường giác ngộ giải thoát.

Rất nhiều sách trình bày nhầm lẫn giữa Định và Tuệ hay Chỉ và Quán, đưa đến tình trạng định không ra định, tuệ chẳng ra tuệ, hoặc hành thiền định hóa ra chỉ là những “ngoại thuật” (những hình thức tập trung tư tưởng hay ý chí có mục đích khác với định nhà Phật), và hành thiền tuệ lại có kết quả của định rồi tưởng lầm là đã chứng được các bậc tuệ quán.

Một vài phái thiền chủ trương loại hẳn tứ thiền bát định ra khỏi con đường tuệ giác. Điều này có thể đúng với một số người nhưng đó không phải là định luật tất yếu và phổ quát nên không nhất thiết phù hợp với mọi căn cơ trình độ của hành giả trên đường giác ngộ.

Chủ trương duy tu thiền tuệ có thể rút ngắn hành trình tu tập với những người đã có sẵn túc duyên, nhưng với người chưa đủ những yếu tố ba-la-mật khác, chưa cân bằng với các căn tín, tấn, niệm, định, chưa có sự hỗ trợ thích đáng của bảy giác chi v.v... thì đến một mức độ nhất định nào đó hành giả sẽ bị đình trệ không thể nào tiến triển được nữa. Từ đó sinh ra chán nản, mất tin hoặc sinh tâm nghi ngờ giáo pháp, hóa ra không bằng một người do tu thiền định một cách đúng hướng mà phát tuệ một cách tự nhiên.

Chính vì vậy mà dù rằng vị càn tuệ không cần tới bát định cũng có thể đạt được mục đích tối hậu, đức Phật đã xác nhận vị câu phân giải thoát vẫn ưu thắng hơn về nhiều mặt trên đường tự giác giác tha.

Để đi sâu vào những trình tự tu tập định tuệ xin mời quý vị nghiên cứu kỹ lưỡng những điều đã được trình bày một cách mạch lạc và đầy đủ trong tập sách “Con đường Thiền Chỉ Thiền Quán” mà đại đức Pháp Thông đã dịch rất cẩn thận và trung thực này.

Tổ đình Bửu Long, ngày 04-03-2004
Tỳ Kheo Viên Minh

-ooOoo-

Lời giới thiệu (2)

“Chỉ Quán Đạo” hay “Con đường Thiền Chỉ và Thiền Quán” là tập sách thiền được biên soạn kỹ lưỡng, dịch thuật cẩn thận, rất xứng với cái tên của

tập sách này.

Tập sách Thiền “Chỉ Quán Đạo” như là một cảm nang (khi hành giả bị bế tắc thì dở sách này sẽ tìm thấy lối thoát); như một la bàn (cứ nhìn vào sách thấy rõ vật thực của triền cái thì tránh, vật thực của thất giác chi thì hành là đúng); như đôi tay (khú-mư) để làm việc.

Nếu gặp được tập sách thiền “Chỉ Quán Đạo” như gặp được minh sư điếm đạo, bởi tập “Chỉ Quán Đạo” này y cứ theo Phật ngôn rất chuẩn xác, và cũng nương theo chú giải nên rất dễ hiểu.

Những công thức thiền quán, chính đức Phật dạy, có thứ lớp tuần tự của mỗi nhân quả này đưa đến nhân quả khác, như cách liên châu luận: nhờ thân cận bậc chân nhân nên được nghe diệu pháp; nhờ được nghe diệu pháp nên có đức tin; nhờ có đức tin nên có như lý tác ý; nhờ có như lý tác ý nên có chánh niệm tỉnh giác; nhờ có chánh niệm tỉnh giác nên có sự thu thúc lục căn; nhờ có thu thúc lục căn nên ba nghiệp (thân, khẩu, ý) được trong sạch; nhờ tam nghiệp thanh tịnh nên thắng tri năm triền cái; nhờ thắng tri năm triền cái nên minh sinh khởi; do minh sinh nên vô minh diệt; do vô minh diệt thì hành diệt; do hành diệt thì thức diệt; do thức diệt thì danh sắc diệt; do danh sắc diệt thì lục nhập diệt; do lục nhập diệt thì xúc diệt; do xúc diệt thì thọ diệt; do thọ diệt thì ái diệt; do ái diệt thì thủ diệt; do thủ diệt thì hữu diệt thì sanh diệt; do sanh diệt thì già, đau, chết (của sắc), ưu, bi, khổ, não, sầu, ai (của danh) cũng diệt. Như vậy là chấm dứt toàn bộ khổ uẩn.

Nhưng khởi đầu của công thức thiền quán chính là nương tựa bậc thiện hữu (kalyāṇimitta) nên đức Phật tuyên bố: “Toàn bộ đời sống phạm hạnh này là thiện hữu, thiện bạn lành, thiện giao du.” Thiện hữu, thiện bạn lành, thiện giao du ở đây chính là vị đạo sư (vị thầy dạy đạo); mà cuốn sách thiền “Chỉ Quán Đạo” này là vị thiền sư (Sư là thư năng ngôn, thư là sư bất năng ngôn) của chúng ta vậy.

Tập sách thiền “Chỉ Quán Đạo” đối với tôi là tập thứ hai (tập thứ nhất là “Đoạn trừ lậu hoặc”) trong số dịch phẩm của đại đức Pháp Thông, mà tôi rất vui mừng và ưa thích, nên trân trọng giới thiệu đến chư Tăng, Phật tử trong nước và ngoài nước, nên thỉnh làm “cuốn sách đầu giường” cho việc tu tập thiền Chỉ Quán.

Bửu Đức Tự, ngày 14-03-2004
Tỳ kheo Giác Chánh

-ooOoo-

Lời người dịch

Về cơ bản, lời dạy của đức Phật là con đường đưa đến sự diệt khổ. Trọng tâm của con đường này là hành thiền. Như vậy thiền có thể được xem là trái tim của Phật giáo ứng dụng, các giai đoạn chuẩn bị của đạo lộ đều dẫn đến đó, và cũng từ đó các giai đoạn chứng đắc cao hơn khác được thành tựu. Một trong những phương diện quan trọng nhất của thiền Phật giáo mà chúng ta bắt gặp rất thường xuyên trong kinh điển Nguyên Thủy là hệ thống các thiền chứng, gọi theo Pàli là Jhānas. Các thiền chứng Jhāna đã từng là phương tiện góp phần làm nên sự giác ngộ của đức Phật, và sau đó nhập vào trình tu tập được Ngài thiết lập cho hàng đệ tử. Chúng xuất hiện ở giai đoạn đầu của đạo lộ chuẩn bị đến các tuệ giác cao hơn, rồi một lần nữa trong sự kết hợp trực tiếp với tuệ giải thoát, và ngay cả ở giai đoạn cuối, các thiền chứng vẫn được xem như một thành tựu tinh thần của con người đã giải thoát hoàn toàn. Do đó một hiểu biết về thiền hết sức là cần thiết.

Thực ra, thiền là một lãnh vực vô cùng thâm sâu, huyền diệu và bất khả tư nghi. Ngoại trừ đức Phật với trí lực “Tri chư thiền giải thoát tam muội” [\[1\]](#) tổng hợp toàn diện và đầy đủ nhất các nguồn kinh điển và chú giải liên quan đến thiền và diễn đạt lại bằng phương pháp luận thích hợp nhất với thời hiện đại. Tác giả của cuốn sách, Hòa thượng Thiền sư Henepola Gunaratana, sinh năm 1927 tại Tích Lan, xuất gia năm 13 tuổi, hiện đang hướng dẫn những khóa thiền lớn tại Hoa Kỳ và Canada. Cuốn sách đã đem lại ánh sáng hiểu biết cho rất nhiều người, nhất là những hành giả đang lúng túng giữa thiền chỉ và thiền quán, hay những người thường xem nhẹ giá trị của định trong thiền minh sát.

Thấy được những lợi ích trên chúng tôi cố gắng chuyển dịch tác phẩm ra Việt ngữ để cùng chia sẻ với mọi người, mong rằng nó sẽ đem những lợi ích thiết thực nhất cho những ai được đọc, cũng như góp phần làm phong phú thêm nền thiền học Nam truyền hiện tại.

**Viên Không, Quý Xuân Giáp Thân
Tháng 4 năm 2004
Dịch giả: Dhamma Vidū**

-ooOoo-

[\[1\]](#) *Jhānādisaṅkilesadiñña* – Tri chư thiền giải thoát tam muội lực – một trong mười Như Lai lực.

CHƯƠNG I

GIỚI THIỆU THIỀN TRONG NỘI DUNG KINH ĐIỂN

Trong rất nhiều bài pháp, đức Phật thường dạy rằng: **“Vĩ như nước trong đại dương chỉ có một vị, đó là vị mặn, pháp và luật của Như Lai cũng thế, chỉ có một vị, đó là vị giải thoát (vimuttirasa)”** [1]. Vị giải thoát thâm nhuần trong pháp và luật của đức Phật là vị giải thoát tinh thần, và có thể nói toàn bộ lời dạy của Ngài chủ yếu là nhằm vào việc làm sao để mọi người cảm, nhận được trọn vẹn hương vị này. Giải thoát tinh thần, theo quan niệm của đạo Phật, là sự giải thoát khổ. Vấn đề khổ là suối nguồn, từ đó toàn bộ dòng pháp như trào dâng, và sự giải thoát khổ là đích mà Pháp Phật hướng đến. Có lẽ vì thế đức Phật mới có thể nói trong suốt sứ mạng hoàng pháp của Ngài: **“Này chư Tỳ kheu, xưa cũng như nay, Như Lai chỉ làm sáng tỏ vấn đề khổ và sự diệt của khổ này.”** [2]

Việc quan tâm đến vấn đề khổ và giải thoát khổ được thấy rõ nét qua giáo lý Tứ đế, trong đó đức Phật đã tóm gọn giáo pháp của Ngài. Có thể nói giáo lý Tứ đế đề cập trọn vẹn vấn đề khổ, nhìn từ bốn góc độ khác nhau. Đế thứ nhất vạch trần các hình thức và tầm mức của khổ, từ đó cho thấy khổ là một phần tử không thể tách khỏi cuộc sống. Về mặt thể xác, nó trói chặt con người vào tiến trình bức bách của sanh, lão, bệnh, tử; trong khi về phương diện tinh thần thì bị gặm nhấm bởi sầu, bi, khổ, ưu, não. Hơn nữa, trong bức tranh mô tả cuộc đời theo đức Phật, khỏi khổ này còn trở nên tăng thịnh đến vô cùng do sự kiện tái sanh. Vòng khổ ưu không chỉ xoay một lần, ngoại trừ các bậc đã giác ngộ, còn thì nó cứ xoay vần liên tục suốt từ thời vô thủy dưới dạng luân hồi (*samsāra*), hay vòng tử sanh miên viễn.

Sau khi đã vạch trần tầm mức và những hình thức của khổ trong Chân đế thứ nhất, ở ba đế còn lại, đức Phật chỉ cho thấy Nhân sanh khổ, sự diệt khổ và con đường đi đến sự diệt khổ. Nhân sanh là tham ái, sự ham muốn hưởng thụ và khát khao hiện hữu không bao giờ thỏa mãn được này đã làm cho bánh xe sinh tử vận chuyển không ngừng. Sự diệt khổ là tiến trình đảo ngược lại mối quan hệ duyên sinh hay sự từ bỏ hoàn toàn và đoạn diệt của tham ái này. Con đường đưa đến sự đoạn khổ là con đường tu tập thân tâm theo Trung đạo, tránh xa mọi cực đoan – khổ hạnh và lợi dưỡng, thường kiến và đoạn kiến, v.v... Bát Chánh Đạo chính là Trung đạo bao gồm chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định.

Trong khi ba đế đầu cho thấy quan điểm giáo lý trong lời dạy của đức Phật thì đế thứ tư hay Đạo đế mô tả một chế độ tu tập thực tiễn. Chế độ tu tập này tập trung vào sự tự chứng. Đức Phật không xuất hiện giữa nhân gian như đấng cứu thế từ trên cao giáng hạ. Ngài đến như một bậc thầy giác ngộ, một người đã tìm ra con

đường đi đến chỗ đoạn tận khổ đau và muốn chỉ con đường đó cho người khác. Đạo lộ này mỗi người phải tự mình bước lấy. Chính si mê và phiền não trong mỗi người trói chặt họ vào vòng khổ đau, do đó, cũng chính những nỗ lực thanh tịnh nội tâm sẽ lót đường cho sự giải thoát của họ. Bởi lẽ xét cho cùng, mọi ràng buộc đều xuất phát từ vô minh (*avijjā*), nên đức Phật công bố, chìa khóa mở cánh cửa giải thoát phải được tìm thấy trong trí tuệ (*paññā*). Trí tuệ ở đây phải là trí tuệ phát sinh từ nội tâm như một sự hiểu biết tức thời các sự thực cơ bản của hiện hữu. Pháp (*Dhamma*) phải được bậc trí tự mình chứng ngộ là vậy (*paccattam veditabbo vinññuhi*).

Chính vì việc tự chứng chân lý là điều kiện tất yếu để đạt đến sự đoạn tận khổ mà thiền mới đảm nhận một vị trí quan yếu trong giáo lý của đạo Phật về con đường giải thoát. Đối với đạo Phật, thiền là phương tiện làm nảy sinh trí tuệ nội tại cần phải có để giải thoát khổ. Tính đa dạng của thiền xuất phát từ những dị biệt về căn tánh của mỗi hành giả, song mục đích của thiền là như nhau đối với tất cả, tức là phải tạo ra tâm thanh tịnh và minh kiến cần thiết cho tuệ giải thoát khỏi sanh.

Các pháp môn thiền được dạy trong truyền thống Phật giáo theo văn hệ *Pāli* (Phật giáo Nguyên Thủy) đều y cứ trên kinh nghiệm tự thân của đức Phật – kinh nghiệm đã được Ngài hun đúc trong suốt quá trình tầm cầu giác ngộ của mình. Chúng được chọn lựa sao để tái tạo lại nơi người đệ tử đang hành theo pháp môn ấy cũng cái khám phá cơ bản mà tự thân đức Phật đã làm khi ngồi dưới cội bồ đề, tức chân lý Tứ đế.

Các đề mục và pháp môn thiền trình bày trong Thánh điển *Pāli* có thể chia thành hai hệ thống tương quan lẫn nhau. Một được gọi là tịnh chỉ tu tập (*samathabhāvanā*), một được gọi là minh sát tu tập (*vipassanābhāvanā*). Tịnh chỉ tu tập cũng còn gọi dưới tên thiền định (*samādhībhāvanā*), và minh sát tu tập là thiền tuệ (*paññābhāvanā*). Việc thực hành tịnh chỉ nhắm vào sự phát triển một trạng thái tâm an định, hợp nhất kể như một phương tiện để cảm nghiệm an lạc nội tại và làm phát sanh trí tuệ. Còn minh sát tu tập nhắm vào việc phát triển trực giác tuệ để thấu triệt thực chất của mọi hiện tượng (danh – sắc).

Trong hai hệ thống, minh sát tu tập được đạo Phật xem như chìa khóa chính đi vào giải thoát, liều thuốc giải trực tiếp nọc độc vô minh nằm dưới mọi khổ đau và trói buộc. Trong khi thiền định được công nhận là sản phẩm chung của cả những hành giả theo Phật giáo lẫn không phải Phật giáo thì thiền tuệ được xem là khám phá của đức Phật và là một đặc điểm vô song của đạo Phật. Tuy nhiên, vì sự phát triển tuệ giác đòi hỏi phải có một mức độ định nào đó và thiền định được dùng để củng cố cho định này nên sự tu tập định khẳng định một vị trí không thể thiếu trong tiến trình thiền của đạo Phật. Hai loại thiền này được tu tập cùng nhau sẽ tạo cho tâm một lợi khí thích hợp cho sự giác ngộ. Với tâm hợp nhất nhờ sự tu tập định và được làm cho bén nhạy, chói sáng bằng sự tu tập tuệ, hành giả có thể tiến hành để đạt đến sự đoạn tận khổ mà không bị chướng ngại.

Trọng tâm của hai hệ thống thiền, mặc dù thực chất vẫn thuộc thiền định hơn, là các bậc thiền chứng gọi là bốn thiền (*jhāna*) [3]. *Jhāna* là một từ *Pāli* đã được các dịch giả dịch sang Anh ngữ bằng nhiều cách khác nhau. Chẳng hạn, có người dịch là “meditation” (tĩnh lự, trầm tư), mà điều này đối với chúng ta dường như có vẻ quá thường; hoặc “rapture” và “ecstasy” (trạng thái say mê, trạng thái ngây ngất). Lỗi dịch này gợi lên một mức độ phấn chấn, phấn khích không hợp với các bậc thiền cao hơn. Một số vị khác dịch là “trance” (ngây ngây) dễ lầm với trạng thái kém thông minh, dưới mức bình thường, một trạng thái nghịch hẳn với *jhāna*; trong khi “musing” (trầm ngâm, không biết gì đến chung quanh) thì lại quá yếu và cổ điển. Chỉ có từ “absorption” (sự tập trung toàn triệt) mà một số dịch giả dùng được xem là thích hợp nhất trong số đó, song cũng chỉ xác đáng với từ “*appāna*” (an chỉ) trong *Pāli*, một trạng thái tâm an tịnh được kể trong các bậc thiền. Do đó, chúng tôi thích đề nguyên từ “*jhāna*” không dịch vì những lý do kể trên.

Jhāna tự thân nó là những trạng thái tâm hợp nhất, sâu lắng được biểu thị bằng sự an trú hoàn toàn của tâm vào đối tượng của nó. Trạng thái này là kết quả của sự tập trung toàn tâm trên một đối tượng duy nhất với sự chuyên chú cao đến độ các hoạt động lan man của tư duy phải giảm thiểu và cuối cùng dừng hẳn. Các bậc thiền trong hệ thống bốn thiền được đặt tên đơn giản theo vị trí của chúng trong tiến trình biểu thị bằng những con số như sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Trong các bản kinh, bốn thiền này được mô tả bằng một công thức quen thuộc biểu diễn trình tự chứng đắc của chúng như sau:

“Ở đây, này các Tỳ khuru, vị Tỳ khuru hoàn toàn ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, đi kèm với tầm và tứ.”

Vị Tỳ khuru ấy diệt tầm và tứ, chứng và trú nhị thiền, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm và tứ, nội tĩnh nhất tâm.

Vị Tỳ khuru ấy ly hỷ, trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm lạc thọ mà các bậc thánh gọi là xả, niệm lạc trú, chứng và trú tam thiền.

Vị Tỳ khuru ấy xả lạc, xả khổ, diệt hỷ, ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú tứ thiền, không khổ, không lạc, với niệm thanh tịnh do xả sanh” [4]

Muốn đắc các bậc thiền như đoạn kinh trên trình bày, người hành thiền phải bắt đầu bằng việc tẩy trừ các ác bất thiện pháp hay những trạng thái tâm bất thiện cản trở sự tự chủ nội tâm. Những bất thiện pháp này thường được gộp chung lại dưới tên năm triền cái (*paññanivarāṇa*): tham dục, sân hận, hôn trầm – thụy miên, trạo cử – hối quá và hoài nghi. [5] Sự an trú của tâm trên đối tượng của nó được tạo ra bởi năm tâm sở đối nghịch với năm triền cái vừa kể – tầm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm. Năm tâm sở này còn được gọi là năm thiền chi (*jhānangāni*) vì chúng nâng tâm lên mức sơ thiền và trú ở đó như những phần tử rõ rệt của nó.

Sau khi đắc sơ thiền, hành giả có thể tiếp tục đạt đến các bậc thiền cao hơn. Công việc này được thực hiện bằng cách diệt những chi thiền thô ở mỗi bậc thiền. Những thiền chi còn lại sẽ là những yếu tố rõ rệt của các bậc thiền kế tiếp. Bằng cách này hành giả có thể đi từ sơ thiền lên đến tứ thiền. Vượt qua bốn thiền còn có một hệ thống thiền bốn loại khác cao hơn làm sâu lắng thêm yếu tố tịnh chỉ đã được phát triển trong các bậc thiền (sắc giới) trước. Những thiền chứng này gọi là vô sắc (*arūpa*) vì, về bản thể, chúng tương ứng với các cảnh giới vô sắc gồm Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ và Phi tướng phi phi tướng xứ. Trong các bản chú giải kinh điển *Pāli*, hệ thống này được gọi là bốn thiền vô sắc (*arūpajjhāna*), còn bốn bậc thiền trước được đặt tên lại là bốn thiền hữu sắc (*rūpajjhāna*) cho dễ hiểu. Thường thường hai hệ thống này được ghép lại với nhau dưới tên gọi chung là bát thiền hay bát định chứng (*aṭṭhasamāpattiyo*). Những vấn đề vừa nêu sẽ được khảo sát tỉ mỉ trong nội dung tác phẩm này.

Thoạt tiên bốn thiền hữu sắc và bốn thiền vô sắc xuất hiện như những trạng thái tịnh chỉ sâu lắng hợp thể thuộc giai đoạn chuẩn bị của đạo lộ giải thoát trong Phật giáo. Ở mức này, chúng cung cấp căn bản định cần thiết cho trí tuệ khởi lên. Tuy nhiên, ở giai đoạn sau, bốn thiền hữu sắc lại tái hiện trong tu tập đạo lộ, song lần này chúng khởi lên với sự kết hợp trực tiếp của tuệ và được định danh là các thiền siêu thế (*lokuttarajjhāna*). Các thiền siêu thế này là những cấp độ định thuộc bốn đạo siêu thế (*lokuttaramagga*) và bốn quả (*phala*), những giai đoạn chứng ngộ trên đạo lộ giải thoát. Cuối cùng, ngay cả sau khi đã thành tựu sự giải thoát hoàn toàn, các bậc thiền hợp thể này vẫn được duy trì như những chứng đặc đối với bậc giải thoát và có thể dùng như một phần kinh nghiệm quán chiếu của các Ngài mà không có gì chướng ngại.

TÂM QUAN TRỌNG CỦA THIỀN (JHĀNA)

Ta có thể dễ dàng nhận ra tầm quan trọng của bốn thiền trên đạo lộ giải thoát của đạo Phật qua việc nó được đề cập thường xuyên trong kinh điển. Bốn thiền xuất hiện một cách nổi bật vừa trong kinh nghiệm riêng của đức Phật và vừa trong những lời khuyên giáo của Ngài đối với hàng đệ tử. Thời thơ ấu, trong lúc đang tham dự một buổi lễ hạ điền hàng năm theo tục lệ Ấn Độ, Ngài liền nhập vào sơ thiền. Nhiều năm sau đó, chính cái ký ức về sự kiện tuổi thơ này đã hé mở cho Ngài con đường đi đến giác ngộ trong suốt những giai đoạn chán nản nhất của Ngài khi những nỗ lực theo đuổi khổ hạnh trở thành vô ích. [6] Sau khi chọn một chỗ ngồi bên bờ sông *Neranjarā* (Ni liên thiền), đức Phật liền nhập bốn thiền ngay trước khi hướng tâm đến Tam minh dẫn đến sự giác ngộ. [7] Xuyên suốt sự nghiệp hoằng pháp tích cực của Ngài, bốn thiền luôn luôn là “thiền trú” (*dibbavihāra*) được Ngài sử dụng để sống hiện tại lạc trú [8]. Sự tuệ tri của Ngài về tính chất ô nhiễm, sự thanh tịnh và cách xuất ly khỏi bốn thiền và các thiền chứng khác là một trong mười Như Lai Lực giúp Ngài vận chuyển bánh xe Pháp vô song [9]. Ngay trước lúc nhập diệt, đức Phật cũng nhập bát định chứng theo chiều thuận và nghịch; sự nhập diệt tự động diễn ra ở tứ thiền sắc giới [10].

Trong kinh điển chúng ta luôn luôn thấy đức Phật khích lệ hàng đệ tử của Ngài tu tập thiền định và bốn thiền hữu sắc chắc chắn đã được kể trong trình tự tu tập toàn diện mà Ngài đề ra cho hàng đệ tử này [11]. Thiền định được đề cập trong trình tự tu tập như tầng thượng tâm học (*adhicittasikkhā*) hay chánh định (*sammā samādhi*) của Bát Thánh Đạo và định căn, định lực (*samā dhindriya – samādhibala*). Mặc dù trong kinh điển, chúng ta vẫn có thể gặp một đôi chỗ đề cập đến cỗ xe càn tuệ (a vehicle of dry insight - ngày nay thường được gọi là thiền minh sát), song những chỉ dấu cho thấy rằng con đường này không phải là con đường dễ dàng chút nào do thiếu sự trợ giúp của năng lực tịnh chỉ mà một người hành thiền định vốn có. So ra, con đường của người đã đắc định dường như vẫn bằng phẳng và thú vị hơn. [12]

Hơn nữa đức Phật còn chỉ ra cho thấy lạc của các bậc thiền là sự thay thế của Ngài cho các loại dục lạc thế gian. Ngài nói: **“*Này Cunda, có bốn sự theo đuổi hỷ lạc nhất định đưa đến yếm ly, vô tham, tịnh diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết bàn. Thế nào là bốn? Đây vị Tỳ khuru ly dục, ly ác pháp, chứng và trú sơ thiền... nhị thiền... tam thiền... tứ thiền.*”** [13]

Các vị đệ tử Phật sống nhiệt tâm theo đuổi bốn loại hỷ lạc này có thể mong đợi bốn kết quả, bốn sự lợi ích. Đó là, chúng bốn giải thoát – Nhập lưu, Nhất lai, Bất lai và A-la-hán quả ([14]). Ví như sông Hằng thiên về hướng Đông, xuôi về hướng Đông, hướng về hướng Đông, cũng vậy, vị Tỳ khuru tu tập bốn thiền làm cho sung mãn bốn thiền, thiên về Niết bàn, xuôi về Niết bàn, hướng về Niết bàn ([15]). Như một phương tiện (*pariyāyena*), đức Phật thậm chí còn đề cập đến bốn thiền như một loại Niết bàn. Ngài gọi các bậc thiền ấy là Niết bàn tự mình thấy (*sandiṭṭhikanibbāna*), Niết bàn tối hậu (*parinibbāna*), bị phân Niết bàn (*tadanga-nibbāna*) và thiết thực hiện tại Niết bàn (*diṭṭha-dhammanibbāna*). Chẳng hạn trong Tăng Chi Kinh, khi giải thích thiết thực hiện tại Niết bàn, Ngài Ānanda dẫn lời đức Phật nói: **“*Ở đây, này hiền giả, Tỳ khuru ly dục... chứng đắc và an trú sơ thiền. Cho đến như vậy, này hiền giả, là thiết thực hiện tại Niết bàn được Thế Tôn nói đến với pháp môn.*”** [16]

TRUY NGUYÊN GỐC TỪ JHĀNA

Bhadantācariya Buddhaghosa – Luận Sư Phật âm, nhà chú giải vĩ đại của Phật giáo đã truy nguyên từ *Pāli Jhāna* (*Skt. Dhyāna*) đến hai hình thức có gốc động từ. Một là động từ *jhāyati* với nghĩa tư duy hay tĩnh lự, có nguồn gốc chính xác theo từ nguyên. Luận sư giải thích: **“*Bằng phương tiện này hành giả tư duy nên được gọi là Jhānata. Tư duy ở đây phải hiểu với nghĩa nhận thức một đối tượng nhất định.*”** [17] Ngoài ra, Ngài còn đưa thêm một từ phái sanh nữa của *jhāna* dù hơi có vẻ khô khan, song với ý định làm sáng tỏ nhiệm vụ của nó hơn là giới thiệu gốc động từ. Từ phái sinh này được theo dấu từ chữ *jhāna* đến động từ *jhāpeti* với nghĩa “thieu đốt”, lý do là: **“*vì nó thieu đốt các pháp đối nghịch, nên gọi là jhāna.*”** [18] Lời giải thích thứ hai này hàm ý rằng *jhāna* “thieu đốt” hay “thieu hủy” các phiền não ngăn cản sự phát triển định và tuệ trong tâm.

Luận sư *Buddhaghosa* nói rằng *jhāna* có đặc điểm của sự quán chiếu (*upanijjhāna*). Theo Ngài, quán chiếu có hai loại: quán đối tượng (*ārammaṇ-ūpanijjhāna*) và quán tam tướng (*lakkaṇāupanijjhāna*). Loại quán đầu được sử dụng trong tám định chứng cùng với các định cận hành của chúng bởi lẽ những pháp quán đối tượng này được dùng như căn bản cho việc phát triển định. Vì lý do đó mà các thiền chứng này, đặc biệt là bốn thiền (sắc giới), được định danh là “*jhāna*” trong khuynh hướng giải thích thiền thuộc văn hệ *Pāli*. Tuy nhiên, Luận sư cũng đồng ý rằng từ “*jhāna*” còn có thể mở rộng sang lãnh vực tuệ quán (*vipassanā*), đạo (*magga*), và quả (*phala*) trên cơ sở chúng thực hiện công việc quán tam tướng, dù có vẻ lỏng lẻo.

“Ở đây, tuệ quán tam tướng vô thường, khổ, vô ngã. Phận sự quán của tuệ được hoàn thiện nhờ đạo (*magga*), do vậy đạo được gọi là quán tam tướng. Quả quán tướng (đặc tính) diệt thực thụ, vì vậy nó cũng được gọi là quán tam tướng.” [19]

Tóm lại, hai ý nghĩa của *jhāna* là “quán” và “thiền đốt” có thể được liên kết trong tiến trình thiền như sau: nhờ gắn chặt tâm trên đối tượng, hành giả làm giảm và diệt các phẩm chất hạ liệt của tâm như năm triền cái, đồng thời thúc đẩy sự tăng trưởng của những phẩm chất cao thượng như các thiền chi. Rồi khi các thiền chi xuất hiện, sự gắn chặt tâm trên đối tượng với sức mạnh các lúc càng tăng dần tâm đến sự an trú hoàn toàn trên đối tượng. Sau đó, nhờ quán các đặc tánh của hiện tượng bằng trí tuệ, hành giả cuối cùng đạt đến thiền (*jhāna*) siêu thế thuộc bốn đạo. Với thiền này, hành giả thiền đốt các phiền não và đắc các quả giải thoát.

JHĀNA VÀ SAMĀDHI

Trong từ vựng thiền Phật giáo, chữ *jhāna* được kết hợp chặt chẽ với một chữ khác –*samādhi*, thường được dịch là định. *Samādhi* xuất phát từ căn có tiền tố động từ *sum-ā-dhā*, với nghĩa gom lại hay hợp lại với nhau, như vậy gọi lên sự tập trung hay hợp nhất của tâm. Chữ *samādhi* hầu như được dùng lẫn lộn với chữ *samatha* (tĩnh chỉ), mặc dù *samatha* bắt nguồn từ một căn khác là “*sam*” với nghĩa “trở nên vắng lặng”.

Trong kinh điển, *samādhi* được định nghĩa là sự nhất tâm (*citta ekagata*) [20], sự định nghĩa này hoàn toàn phù hợp với tính nghiêm ngặt của thuật ngữ tâm lý trong Vi Diệu Pháp (*Abhidhamma*). Vi Diệu Pháp xem nhất tâm như một tâm sở (*cetasika*) riêng biệt có mặt trong mọi tâm. Nó là một biến hành tâm sở với nhiệm vụ hợp nhất tâm trên đối tượng của nó, bảo đảm rằng mỗi tâm chỉ bắt một đối tượng duy nhất mà thôi. Khi nhất tâm vượt qua sự ổn định căn bản của tâm trên một đối tượng để đem lại cho tâm một mức độ kiên cố và không tán loạn nào đó thì được xếp dưới danh mục *samādhi* (định). Có lẽ vì vậy mà Bộ Pháp tụng (*Dhammasangani*) đồng hóa các loại nhất tâm này với một chuỗi các từ đồng nghĩa bao gồm tĩnh chỉ (*samatha*), định căn (*samādhindriya*), định lực (*samādhibala*). Từ quan niệm tâm lý nghiêm ngặt này, *samādhi* (định) có thể hiện diện trong các tâm bất

thiền cũng như thiền và vô ký. Trong hình thức bất thiện nó được gọi là “tà định” (*micchā-samādhī*), trong hình thức thiện gọi là “chánh định” (*sammāsamādhī*).

Tuy nhiên, trong những phân tích về pháp hành thiền định, *samādhī* là một thuật ngữ được giới hạn trong phạm vi nhất tâm thuộc loại thiền. Luận sư *Buddhaghosa* trong Thanh Tịnh Đạo định nghĩa *samādhī* là sự nhất tâm thuộc phần thiện (*kusalacitta ekaggata*). Từ nội dung này, chúng ta có thể hiểu rằng chỉ có nhất tâm thiện dự phần vào sự chuyển hóa có chủ ý của tâm đến một mức độ an định cao hơn mới được nói đến bằng từ “*samādhī*”. Ngài *Buddhaghosa* còn giải thích *samādhī* theo từ nguyên là “*sự tập trung của tâm và các tâm sở trên một đối tượng duy nhất một cách đều đặn và chân chánh*”. Ngài gọi đó là “*trạng thái nhờ đó tâm và các tâm sở của nó duy trì một cách đều đặn và chân chánh trên một đối tượng duy nhất không bị xao lãng và phân tán.*”

Mặc dù tính chính xác của định nghĩa này là vậy, từ *samādhī* vẫn được dùng trong văn học thiền *Pāli* với những mức độ khác nhau về đặc nghĩa. Trong nghĩa hẹp nhất, như Luận sư *Buddhaghosa* đã xác định, nó biểu thị tâm sở đặc biệt trách nhiệm cho sự tập trung của tâm, tức nhất tâm tâm sở. Trong nghĩa rộng hơn, nó có thể biểu thị những trạng thái tâm hợp nhất do sự tăng cường định tạo ra, đó là những thiền chứng thuộc tịnh chỉ và các giai đoạn cận hành của chúng. Và trong một nghĩa rộng hơn nữa, từ *samādhī* có thể được dùng để gọi pháp môn tu tập nhằm tạo ra và làm cho sung mãn những trạng thái định đã được tinh lược ấy. Ở đây, nó tương đương với sự tu tập tịnh chỉ (*samatha-bhāvanā*: the development of serenity).

Như vậy, chính theo nghĩa thứ hai này mà *samādhī* và *jhāna* gần gũi nhau nhất về ý nghĩa, cũng như cùng chia sẻ một phạm vi và nguồn tham chiếu. Cũng có lúc đức Phật đặt chánh định ngang hàng với bốn thiền, tức là Ngài cho định bao gồm các thiền chứng biểu thị bằng các bậc thiền. Tuy nhiên, cho dù *jhāna* (thiền) và *samādhī* (định) khi dùng theo nghĩa rộng có phần chồng chéo lên nhau, song trong những nghĩa gợi ý và tùy theo ngữ cảnh của chúng vẫn có một vài dị biệt ngăn sự đồng hóa tuyệt đối của hai từ này. Trước hết, năm sau cách dùng công thức thiền (*jhāna*) để giải thích chánh định của đức Phật, cần có một sự hiểu biết sát nghĩa hơn về các thuật ngữ. Theo sự hiểu biết này, *samādhī* có thể được thu hẹp lại trong một phạm vi nào đó nhằm biểu thị yếu tố duy nhất hay yếu tố nổi bật nhất trong bậc thiền, tức nhất tâm, trong khi *jhāna* tự thân nó phải được xem như chứa đựng trạng thái tâm trong tính toàn vẹn của nó, hoặc ít ra cũng toàn nhóm tâm sở chỉ rõ trạng thái thiền ấy là một bậc thiền.

Thứ hai, khi *samādhī* (định) được xét đến theo nghĩa rộng hơn của nó đòi hỏi phải có một phạm vi tham chiếu rộng hơn *jhāna*. Truyền thống chú giải *Pāli* nhìn nhận ba mức độ định [21]. Một là chuẩn bị định (*parikammāsamādhī*) vốn được tạo ra như kết quả của những nỗ lực ban đầu của hành giả sơ cơ khi tập trung tâm ý vào đề mục thiền của mình. Hai là cận định (*upacārasamādhī*), đánh dấu bằng sự diệt trừ hoàn toàn năm triền cái, sự xuất hiện của các thiền chỉ, và sự sanh khởi của một

bản sao chói sáng trong tâm của đề mục thiền gọi là “tợ tướng” (*paṭibhāganimitta*). Ba là an chỉ định (*appanāsamādhi*), sự an trú hoàn toàn của tâm trên đề mục của nó do sự sung mãn của các thiền chi đem lại. An chỉ định tương đương với bất định chứng – tứ thiền sắc giới và tứ thiền vô sắc. Chính ở mức độ này, *jhāna* (thiền) và *samādhi* (định) trùng khớp nhau. Tuy nhiên, *samādhi* vẫn có một phạm vi rộng hơn *jhāna*, bởi lẽ nó không chỉ bao gồm các bậc thiền (*jhāna*) mà còn gồm cả hai cấp độ định chuẩn bị dẫn đến các bậc thiền ấy nữa. Hơn nữa, *samādhi* cũng còn gồm luôn một loại định khác gọi là “sát na định” (*khanikasamādhi*), sự ổn định của tâm linh động được tạo ra trong tiến trình tuệ – quán trên sự trôi chảy liên tục của các hiện tượng (thân – tâm).

JHĀNA VÀ CÁC THÀNH PHẦN CỦA SỰ GIÁC NGỘ

Những nguyên tắc thiền tập được đức Phật diễn giải trong suốt sự nghiệp hoằng pháp của mình được chính Ngài hệ thống lại thành bảy phạm trừ căn bản bao gồm cả thầy ba mươi bảy “Pháp Trợ Bồ Đề” hay ba mươi bảy thành phần dẫn đến sự giác ngộ (*bodhipakkhīyādhammā*). Bảy phạm trừ trong đó các pháp này được phân phối là Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ như y túc, Ngũ căn, Ngũ lực, Thất giác chi và Bát Thánh Đạo. Bốn thiền hoặc dự phần trực tiếp, hoặc được ngâm chỉ trong những nguyên tắc tu tập này. Muốn hiểu được ý nghĩa của chúng trong pháp luật của đạo Phật, có lẽ sẽ có giá trị hơn nếu thấy rõ vì sao chúng được sắp xếp như vậy. Trước tiên, chúng ta sẽ xét đến vị trí của thiền trong Bát Thánh Đạo, phạm trừ quan trọng nhất trong bảy phạm trừ kể trên, sau đó chúng ta sẽ tiếp tục lược qua sự tương quan của chúng đối với các phạm trừ còn lại.

Tám chi phần của Bát Thánh Đạo là chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định. Tám chi phần này thường được chia thành ba phạm trừ rộng hơn: Giới uẩn (*silakkhandha*), Định uẩn (*samādhikhandha*) và Tuệ uẩn (*paññānakkhandha*) [22]. Giới uẩn bao gồm các chi phần chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng. Định uẩn gồm các chi phần chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định. Tuệ uẩn gồm các chi phần chánh kiến và chánh tư duy. Mặc dù chúng ta thấy tuệ xuất hiện viên mãn nhất chỉ sau khi định đã được thiết lập song hai chi phần của tuệ vẫn được đặt ở khởi điểm của đạo lộ vì lẽ muốn bắt tay vào việc thực hành Tam học giới, định, tuệ này, nhất thiết phải có phần nào chánh kiến và chánh tư duy.

Trong ba chi phần của Giới uẩn, chánh ngữ là tránh không nói dối, nói đâm thọc, nói lời thô lỗ và nói chuyện phù phiếm. Chánh nghiệp là tránh sát sanh, trộm cắp và tà dâm. Chánh mạng là tránh những phương tiện sinh nhai bất chánh mà chỉ làm những nghề chánh đáng. Như trước đã nói, Bát Thánh Đạo hoạt động ở hai cấp độ. Ở cấp độ hiệp thế tức là đang trong những giai đoạn chuẩn bị của việc tu tập tự thân và ở cấp độ siêu thế với sự chứng đắc bốn đạo siêu thế. Hai phương thức này áp dụng cho mỗi trong tám chi phần của Bát Thánh Đạo. Các chi của nhóm Giới, được kể trong Vi Diệu Pháp như ba tiết chế tâm sở riêng biệt, khởi lên ở cấp độ hiệp thế bất cứ khi nào một người cố ý tránh hay tiết chế được trong những trường

hợp sắp phạm giới nào đó. Ở cấp độ siêu thế, ba chi này khởi lên đồng thời trong các tâm đạo siêu thế, thực hiện nhiệm vụ cắt đứt những khuynh hướng đối nghịch của chúng.

Ba chi phần của Định uẩn cũng được phân tích tỉ mỉ trong các kinh. Chánh tinh tấn được giải thích như Tứ chánh cần: tinh tấn ngăn ngừa các ác pháp chưa sanh, tinh tấn diệt trừ các ác pháp đã sanh, tu tập các thiện pháp chưa sanh và làm tăng trưởng các thiện pháp đã sanh. Chánh niệm chú trọng đến sự quán niệm đối với bốn niệm xứ (*satipatthāna*) là thân, thọ, tâm và pháp. Chánh định là sự hợp nhất của tâm để trở thành nhất tâm hay định xuyên qua tứ thiền (*jhāna*). Ở mức siêu thế, chánh tinh tấn trở thành yếu tố tinh tấn trong các đạo và quả, chánh niệm trở thành yếu tố tác ý và chánh định trở thành yếu tố nhất tâm. Như chúng ta sẽ thấy, theo các nhà chú giải thuộc truyền thống Thượng Tọa Bộ (*Theravāda*), định trong phần thực hành ở cấp độ hiệp thế không cần phải phát triển đến mức của bốn bậc thiền. Tuy nhiên, mức độ định càng mạnh thì căn bản cho tuệ càng vững vàng nên các bậc thiền vẫn được đề cao, là cơ sở xác tín nhất cho sự an tịnh tâm. Và khi chứng đắc các đạo, quả siêu thế, tâm khởi lên với một sức tập trung toàn triệt tương đương với tứ (hay ngũ) thiền. Do đó, các bậc thiền được kể như những phần tử của Bát Thánh Đạo và nằm trong nhóm Định.

Định làm nhiệm vụ như một căn bản cho tuệ. Như đức Phật dạy: “*Hãy tu tập định, này các Tỳ khuru, người có định sẽ tuệ tri các pháp đúng như chúng thực sự là*” [23]. Tuệ uẩn, hay nhóm tuệ, bao gồm hai chi là chánh kiến và chánh tư duy. Chánh kiến là một từ tương đương với trí tuệ tâm sở, chánh tư duy là pháp phụ trợ cho nó. Chánh kiến được giải thích là sự hiểu biết không lầm lạc những sự thực và quy luật căn bản cấu thành thực tại. Ở mức hiệp thế, chánh kiến bao gồm sự hiểu biết về nghiệp (*kamma*) và quả của nghiệp, sự hiểu biết về Pháp (*Dhamma*) như Tam tướng (vô thường, khổ, vô ngã), Thập nhị nhân duyên, Tứ thánh đế. Ở mức siêu thế, chánh kiến là trí tuệ thâm nhập trực tiếp Tứ thánh đế bằng việc “thấy” Niết bàn – vô vi giới. Chánh tư duy đi kèm với chánh kiến trong nhóm này bao gồm những tư duy xuất ly, vô sân và vô hại. Ở mức siêu thế, chánh tư duy trở thành chức năng tịnh hóa tâm khởi dục tham, sân hận, não hại và gắn chặt tâm vào Niết bàn.

Ba nhóm của tám chi đạo này liên kết với nhau như những giai đoạn tu tập hỗ tương và vận hành hài hòa để hoàn tất mục tiêu giải thoát tối hậu khỏi mọi khổ đau mà hành giả ước nguyện. Từ góc độ này mà ba nhóm được mệnh danh là Tam học (*tisso sikkha*).

Nhóm Giới tạo thành Tăng thượng giới học (*adhisīlasikkhā*), nhóm Định tạo thành Tăng thượng tâm học (*adhicittasikkhā*) và nhóm Tuệ tạo thành Tăng thượng tuệ học (*adhipanññāsikkhā*) [24]. Mỗi phần trong Tam học này phát triển tùy thuộc phần trước nó và hỗ trợ cho phần sau nó. Giới học cung cấp nền tảng cơ bản cho định, bởi vì sự ổn định tâm chỉ có thể được thiết lập khi những động lực thúc đẩy việc phạm giới được kiểm soát và chế ngự. Định cung cấp nền tảng cơ bản cho tuệ

vì sự nhận thức trong sáng về bản chất thực của mọi hiện tượng đòi hỏi phải có sự thanh tịnh và hợp nhất của tâm. Trí tuệ đạt đến tột đỉnh của nó trong bốn đạo và bốn quả. Chính tuệ này búng gốc các lớp phiền não và đưa đến sự giải thoát tối hậu khỏi mọi khổ ách.

Từ sự phân tích tương đối rõ về Bát Thánh Đạo ở trên, bây giờ chúng ta sẽ lược qua các nhóm khác để thấy thiên hợp với các giác phần còn lại của chúng như thế nào. Tứ niệm xứ và Tứ chánh cần đồng nhất với chánh niệm và chánh tinh tấn của Bát Thánh Đạo. Ở mức độ này, chúng được gọi là tướng (*nimitta*), điều kiện cần thiết (*parikkhāra*) của định, và định bao gồm bốn thiền (*jhānā*). Như vậy, chúng ta thấy thiên sanh khởi từ việc tu tập ở hai nhóm Tứ niệm xứ và Tứ chánh cần này. Tứ như ý túc gồm Dục như ý túc, Cần như ý túc, Tâm như ý túc, và Thầm như ý túc [25]. Vì bốn giác phần này được coi là những hỗ trợ cho việc đắc định và hướng đến các năng lực thần thông cũng như các đạo quả siêu thế nên sự liên quan của chúng với thiên là điều hiển nhiên [26]. Ngũ căn và Ngũ lực có cùng năm yếu tố như nhau – tín, tấn, niệm, định, tuệ [27] - được gọi là Căn (*indriya*) hay Quyền khi chúng sử dụng ưu thế trong lãnh vực đặc biệt của nỗ lực tinh thần, và là Lực (*bala*) trong nghĩa chúng không thể bị dao động khi đương đầu với những đối nghịch của chúng [28]. Định căn và định lực được xem là có mặt trong bốn thiền. Thất giác chi là niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, tịnh, định và xả. [29] Thiên rõ ràng được đặt vào nhóm này như là định giác chi. Nó cũng kết hợp mật thiết với các chi phần hỷ, tịnh và xả khi mỗi chi này nổi bật lên trong quá trình tu tập thiên.

-ooOoo-

[1] AN. 4 : 203

[2] MN. 1-140

[3] Để phân biệt Tứ thiền sắc giới với đệ tứ thiên (bậc thiền thứ tư), trong tác phẩm này chúng tôi dùng “Bốn thiền (sắc giới)”, và Bốn thiền (vô sắc)”, còn tứ thiên để chỉ đệ tứ thiên. ND.

[4] DN . 2 : 314-15, MN 1-182

[5] Theo *Pāḷi: Kāmachanda, byāpāda, thīnamiddha, uddhaccakukkucca, vicikicca.*

[6] MN 1: 246 - 247

[7] MN 1: 246 - 47

[8] DN 3 - 220

[9] *Jhānādasankilesadināna*: tri chu thiền, giải thoát tam muội lực, là trí lực thứ 7 trong 10 trí lực của một vị Phật – MN. 168

[10] DN. 2 - 156

[11] DN. 1 - 47

[12] AN. 2: 150-152

[13] DN. 3 – 131 – 132

[14] Ibid

[15] SN. 5: 308

[16] AN. 4 - 453

[17] Vin.A 1:116

[18] Ibid

[19] Vin, A1: 116

[20] MN. 1:301

[21] Narada, Manual, pp. 389, 395, 396.

[22] MN. 1:301. DN. 2: 291-315. MN. 3: 71-78

[23] SN. 3:13

[24] AN. 1:235 - 236

[25] SN. 5: 249 - 293

[26] Ibid, 268

[27] Ibid. 193 - 252

[28] Dhs, pp. 162 - 267

[29] SN. 5: 63 - 140

CHƯƠNG II

NHỮNG CHUẨN BỊ TRƯỚC KHI HÀNH THIỀN

Thiền (*jhāna*) không phải ngẫu nhiên khởi lên mà tùy thuộc vào những điều kiện thích hợp nhất. Thiền là những trạng thái tâm vốn chỉ có thể phát sanh khi được cung cấp những “thức ăn” thích hợp dẫn đến sự phát triển của chúng. Vì vậy, trước khi bước vào thiền tập, người muốn hành có kết quả phải chuẩn bị một nền tảng vững vàng cho việc tu tập của mình bằng cách hoàn tất một vài điều kiện căn bản. Trước hết, vị ấy phải thanh tịnh giới hạnh của mình vì lẽ giới tạo thành điều kiện hỗ trợ tất yếu cho định. Sau đó, vị ấy phải cắt đứt những chướng ngại bên ngoài ảnh hưởng đến việc tu hành và tự đặt mình dưới sự chỉ dẫn của một vị thầy có đủ phẩm chất. Vị thầy sẽ giao cho hành giả một đề tài thích hợp để phát triển thiền, đồng thời giải thích cho họ những phương pháp quán. Sau khi học xong những phương pháp này, hành giả tìm đến một trú xứ thích hợp rồi nỗ lực chuyên cần để đạt đến sự thành công. Trong chương này chúng ta sẽ tuần tự khảo sát từng bước chuẩn bị trước khi bắt đầu việc thiền tập.

NỀN TẢNG GIỚI

Một hành giả muốn đắc thiền trước hết phải đặt mình vào một nền tảng giới luật vững chắc. Thanh tịnh giới là điều không thể thiếu được trong tiến trình thiền vì một vài lý do tâm lý sâu xa. Thứ nhất, giới cần thiết để phòng ngừa mối nguy hiểm của sự ân hận. Ý thức tội lỗi day dứt trong tâm nảy sanh khi ta vô tình hoặc cố ý phạm vào những nguyên tắc đạo đức căn bản. Sự tuân thủ thận trọng những nguyên tắc cư xử đạo đức này sẽ bảo vệ hành giả khỏi mối nguy hối hận có thể làm gián đoạn sự an tịnh nội tâm. Vì thế, đức Phật công bố giới có lợi ích của sự không hối hận, không hối hận có lợi ích được hoan hỷ, hoan hỷ sẽ dẫn đến tâm thanh tịnh và cuối cùng là định. [\[1\]](#)

Lý do thứ hai, một nền tảng giới luật là cần thiết cho việc tu thiền xuất phát từ sự hiểu biết về mục đích của định. Định, trong giới luật của đạo Phật nhằm đến việc cung cấp một căn bản cho tuệ bằng cách tẩy sạch tâm khỏi những ảnh hưởng phân tán của phiền não. Nhưng muốn khai trừ những phiền não này một cách hiệu quả để cho định sanh thì những bộc lộ thô tháo của phiền não qua thân và khẩu trước hết phải được kiểm soát. Chúng ta thấy những vi phạm đạo đức luôn luôn do những phiền não – tham, sân, si – thúc đẩy. Khi một người phạm giới, họ bị kích động và vô tình cũng cố thêm cho chính những yếu tố tâm lý mà lẽ ra việc hành thiền của vị ấy là phải trừ diệt. Điều này đẩy hành giả vào một tình huống mâu thuẫn khiến cho những cố gắng về thanh tịnh tâm của mình trở thành vô hiệu. Cách duy nhất hành giả có thể tránh làm hỏng những nỗ lực thanh tịnh tâm của mình khỏi những phiền não vi tế là ngăn chặn những xung lực bất thiện nội tại không cho bộc phát dưới dạng thô của thân hành và khẩu hành bất thiện. Chỉ khi nào hành giả thiết lập được sự kiểm soát đối với các biểu hiện bề ngoài của phiền não, hành

giả mới có thể xoay vào bên trong để đương đầu với chúng như những ám ảnh tâm lý xuất hiện trong tiến trình tu tập.

Về phương diện tiêu cực, việc hành giới bao gồm việc kiêng tránh những hành vi bất thiện thuộc thân và khẩu, trong khi về phương diện tích cực nó chính là sự tuân giữ những nguyên tắc đạo đức thúc đẩy an lạc tự thân và hòa hợp trong những quan hệ giữa mình và mọi người. Giới luật căn bản được đức Phật thiết lập nhằm hướng dẫn hàng đệ tử tại gia của Ngài là ngũ giới (*pañcasīla*): không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu và các chất say. Những nguyên tắc này ràng buộc như những bồn phạm đạo đức tối thiểu đối với tất cả mọi người thực hành theo đạo Phật, và người tu tập có thể thực hiện được những tiên bộ đáng kể trong thiền pháp với sự ràng buộc này. Tuy nhiên, đối với những vị có nguyện vọng chứng đắc các mức độ thiền cao hơn, hoặc muốn theo đuổi con đường tu tập đến những giai đoạn giải thoát, được khuyến khích là hãy đảm nhận những giới luật cao hơn liên quan đến đời sống xuất gia. Đạo Phật truyền thống kinh điển *Pāli* hay Phật giáo Nguyên thủy rất minh bạch khi nhấn mạnh đến những hạn chế của đời sống tại gia trong việc theo đuổi lộ trình giải thoát ở mức viên mãn nhất của nó. Mặc dù người tại gia vẫn có thể thành thực cả hai phương diện định và tuệ, thậm chí đắc chứng các đạo quả siêu thế, song về phương diện trợ duyên cho đời phạm hạnh, so với đời sống của bậc xuất gia rõ ràng đời sống tại gia được nhìn nhận là khiêm khuyết hơn. Kinh điển nhiều khi đề cập đến hạn chế của đời sống tại gia như “một con đường lấm bụi trần”, trong khi đời sống xuất gia tựa như bầu trời rộng mở.

Đối với những vị thiên về đời sống xuất gia, đạo Phật đưa ra một cơ cấu hỗ trợ cộng đồng dưới hình thức Tăng già (*Bhikkhu Sangha*). Theo đó, sau khi từ bỏ đời sống tại gia, vị hành giả nếu thực sự không còn những chướng ngại, sẽ xin phép gia nhập Tăng đoàn, trước hết thọ giới bậc thấp của hàng xuất gia (*pabbajā*) để trở thành một vị sa di, kế đó thọ giới cao hơn (*upasampadā*) để trở thành một vị Tỳ kheo, tức một vị sư đã tròn đủ giới luật. Đời sống tu viện, với việc nhấn mạnh đến sự thanh tịnh, giản dị và độc cư của nó đã được đức Phật đặc biệt trù liệu để đáp ứng những điều kiện ngoại duyên tốt nhất cho sự tiến bộ bên trong khi thực hành những lời dạy của Ngài. Nền tảng cho việc tu tập này là Tăng thượng giới học. Học giới cho các vị Tỳ kheo được tập hợp thành một hệ thống gọi là Tứ thanh tịnh giới (*Catupāvisuddhisīla*) gồm bốn phần: *Biệt biệt giải thoát thu thúc giới* (*pātimokkha samvarasīla*); *Thu thúc lục căn giới* (*indriya samvarasīla*); *Thanh tịnh sinh mạng giới* (*ājivaparissuddhisīla*); *Quán tưởng thọ dụng tứ vật dụng giới* (*paccayasannissitasīla*).

1. Biệt biệt giải thoát thu thúc giới chủ yếu là giữ gìn thận trọng những giới điều của *Pātimokkha* (Biệt giải thoát giới). Biệt giải thoát giới gồm 227 học giới được đức Phật ban hành để điều hòa hạnh nghi của các vị Tỳ kheo như kinh nói: “*Vị Tỳ kheo sống chế ngự với sự chế ngự của giới bốn (biệt giải thoát giới), đầy đủ hành xử và chánh hạnh, thấy sợ hãi trong những lỗi nhỏ nhất...*” [2]. Những giới luật

này tạo thành trụ cột của kỷ luật tu tập, trợ giúp cho sự thanh tịnh chánh hạnh cần thiết để bảo đảm thành công trong thiền quán.

2. Thu thúc lục căn giới là áp dụng sự chế ngự đối với các căn khi tiếp xúc với các trần. Như kinh nói: “*Khi mắt thấy sắc, vị ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng; những nguyên nhân gì do đó mà nhãn căn không được chế ngự khiến cho tham ái, ưu bi, các bất thiện pháp khởi lên, vị ấy chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn.*” [3] Đối với các căn khác cũng phải hiểu như trên. Mục đích của việc thu thúc này là để ngăn ngừa các hoạt động giác quan không cho dẫn đến sự khởi lên của các phiền não. Tâm không tu tập sẽ nắm bắt các trần cảnh qua các “tướng”, hay qua các khái niệm mơ hồ, không thực, cho rằng bản chất của chúng là đáng ưa hay đáng ghét để từ đó, những đối tượng khả ái có khuynh hướng khởi dậy tham đắm, những đối tượng không khả ái khởi lên ác cảm. Để chiến thắng cái khuynh hướng lưỡng phân của các hệ lụy cảm xúc rất bất lợi cho sự định tâm mới hình thành này, hành giả phải luôn luôn canh phòng các căn của mình khi tiếp xúc với các đối tượng đa dạng của chúng. Nhờ chánh niệm cẩn mật, hành giả chắc chắn sẽ ngăn được những xung lực tự phát có khuynh hướng bám vào cái đáng ưa và cự tuyệt cái không thích, thay thế chúng bằng một thái độ xả ly vô chấp, xem mọi trần cảnh bình đẳng như nhau.

3. Thanh tịnh sanh mạng giới đòi hỏi hành giả phải tránh những phương tiện làm ăn bất chánh. Đối với một vị Tỳ kheo, điều này được quy định nghiêm ngặt hơn chánh mạng ràng buộc một người tại gia cư sĩ. Vị Tỳ kheo chỉ được phép nhận những thứ đáp ứng nhu cầu căn bản như vật thực, y phục, chỗ ở và được phàm trị bệnh, hợp với những nguyên tắc của đời sống tu sĩ. Đó là, những vật cúng dường tùy ý người cư sĩ (muôn dâng gì thì dâng), hoặc được phép yêu cầu nếu có lời đề nghị của những người hộ trì Tam bảo tín tâm. Vị Tỳ kheo bị cấm khoe khoang những sở đắc tâm linh như một cách để củng cố uy tín của mình trước mặt người cư sĩ, và còn phải tránh dùng những cách thức như mưu đồ, thuyết phục, gợi ý, tự hạ mình để có được những phương tiện sinh hoạt cho cá nhân mình.

4. Giới liên quan đến việc sử dụng các món vật dụng là hệ quả tất nhiên của *sinh mạng thanh tịnh giới*. Sau khi có được những nhu yếu phẩm của mình bằng phương tiện chánh đáng, vị Tỳ kheo còn phải sử dụng chúng một cách chánh đáng, hiểu rõ mục đích thực thụ của chúng chỉ là để duy trì đời phạm hạnh. Vị ấy phải quán tưởng rằng ta dùng y phục đây chỉ để bảo vệ thân thể khỏi nóng lạnh và giữ gìn giới hạnh. Vật thực này chỉ để nuôi dưỡng thân mạng và giữ cho nó được khỏe mạnh. Chỗ ở này chỉ để ngăn ngừa những khắc nghiệt của thời tiết. Và dược phẩm này chỉ để chữa bệnh, để duy trì sanh mạng. Nhờ sử dụng các nhu yếu phẩm sau khi đã quán tưởng như vậy, hành giả có thể tránh được cạm bẫy của lòng tham muốn thoả mái và hưởng thụ. Nhờ nhận thức đúng nhu cầu vật chất của cuộc sống chỉ là phụ thuộc so với giá trị của mục đích tâm linh, hành giả có thể phát triển các đức tri túc, thanh đạm và giản dị đối với các đòi hỏi của thân tâm.

CẮT ĐỨT NHỮNG CHƯỚNG NGẠI

Sau khi đã thiết lập được nền tảng cơ bản của giới thanh tịnh, hành giả được khuyên nên cắt đứt những chướng ngại bên ngoài (*palibodha*) làm trở ngại những nỗ lực hướng đến đời sống thiền quán của hành giả. Thanh Tịnh Đạo kể ra mười loại chướng ngại: trú xứ, gia đình, lợi dưỡng, lớp học, xây dựng, du lịch, quyền thuộc, ưu ão, sách vở và các thần thông. [4]

1. Trú xứ, có thể là một phòng riêng, một cái cốc hoặc một ngôi chùa, sẽ trở thành một chướng ngại đối với những ai quan tâm thái quá đến công việc và nhiệm vụ phải làm với nó hoặc với những sở hữu họ đã tích chứa ở đó. Thiền đòi hỏi phải có sự từ bỏ những gì liên quan đến tiện nghi và sự thoải mái của đời sống định cư. Như vậy, một hành giả nếu thấy sự tiến bộ của mình bị chướng ngại bởi sự dính mắc trú xứ này thì nên từ bỏ nó và tìm một nơi thanh vắng, độc cư để có thể theo đuổi việc tu tập của mình.

2. Gia đình nghĩa là thân bằng quyến thuộc hay những người hộ tăng. Bởi lẽ một hành giả sống liên hệ mật thiết quá với những người này sẽ bị liên lụy tình cảm với họ, nên hành giả được khuyên là hãy tu tập xả ly hoặc chuyển đến một nơi ở khác, ở đó, những liên lụy kể trên không có cơ hội xảy ra.

3. Lợi dưỡng là bốn vật dụng. Một vị Tỳ kheo có danh tiếng và xuất sắc (về một phương diện nào đó) có thể thường xuyên được hàng cư sĩ tìm kiếm để dâng cúng tứ vật dụng. Để cảm ơn họ, hành giả phải tụng kinh phúc chúc và thuyết pháp, cũng phần nào chướng ngại cho việc hành thiền. Trong trường hợp này, hành giả nên giã từ mọi người và du hành đến một nơi nào đó khó ai biết đến.

4. Lớp học là một nhóm đệ tử. Vị Tỳ kheo luôn bận rộn trong việc chỉ dẫn đệ tử sẽ khó có thì giờ thuận tiện cho việc thiền quán. Nếu hành giả có ý định dành trọn thời gian cho việc hành thiền, hành giả phải bàn giao nhóm đệ tử của mình cho một vị thầy khác và ra đi một mình.

5. Xây dựng nghĩa là đang xây cất một công trình. Điều này sẽ là một chướng ngại trong trường hợp hiện tại của hành giả vì nó đòi hỏi thời gian và trí óc. Muốn vượt qua chướng ngại này, việc xây dựng phải som được hoàn tất, nếu không, nên giao lại cho người khác điều hành.

6. Du lịch là đang đi đây đi đó. Chương trình này cần phải được hủy bỏ để hướng vào một nơi cư trú ổn định cho việc hành thiền.

7. Quyền thuộc là những người đặc biệt thân thiết trong tăng chúng, chẳng hạn như các giáo thọ sư hay đệ tử, hoặc cha mẹ của mình. Trong trường hợp đau ốm, hành giả cố gắng chăm sóc cho họ mau lành bệnh, hoặc giao phó công việc chăm sóc ấy cho người có trách nhiệm.

8. Ưu ão là đang đau khổ vì một căn bệnh nào đó. Căn bệnh cần phải được điều trị, nếu không lành, vẫn cứ kiên trì tu tập mặc cho bệnh hoạn.

9. Sách vở là nghiên cứu kinh điển. Đối với người nghiên cứu kinh điển để tầm cầu tri thức thì đây là một chướng ngại cho việc hành thiền của họ. Hành giả phải từ bỏ việc nghiên cứu và tụng đọc kinh điển trong suốt giai đoạn thực hành miên mật.

10. Thần thông là một chướng ngại đối với tuệ chứ không phải định, vì chúng là những sản phẩm của định. Chướng ngại này có thể được cắt đứt dễ dàng bằng cách không quan tâm đến việc luyện tập cũng như kết quả của chúng.

ĐẾN GẦN BẬC THIÊN TRI THỨC

Con đường tu tập dẫn đến các thiên chứng là một lộ trình đầy gian nan, nó đòi hỏi phải có những đề mục đặc biệt, những kỹ thuật chính xác và sự thiện xảo trong việc đối phó với những chướng ngại trong khi thực hành. Kinh nghiệm đắc thiên đã được truyền lại qua bao thế hệ các bậc thiên sư tính từ thời đức Phật. Mỗi vị đã truyền lại những kiến thức và kinh nghiệm tích lũy được cho các vị đệ tử kế thừa, nhờ vậy đảm bảo được tính liên tục của truyền thống. Một vị hành giả có khả năng được khuyến khích là hãy tự mình tận dụng di sản sống của pháp hành này bằng cách đặt mình dưới sự dạy dỗ của một vị thiên sư có đủ phẩm chất. Thiên sư này sẽ giao cho hành giả một đề mục thiên thích hợp với căn tánh của hành giả, chỉ dẫn cách thức tu tập và hướng dẫn từng bước trên con đường thực hành.

Không giống như các truyền thống Ấn giáo vốn tập trung vào hình ảnh minh sư (*guru*) như hiện thân của thần thánh hoặc một đấng trung gian giữa con người và thần thánh, Phật giáo Nguyên Thủy (*Theravāda Buddhism*) luôn luôn nhấn mạnh đến vai trò sư phạm của vị thiên sư. Vai trò này được chỉ rõ bằng một từ đặc chọn trong kinh điển *Pāli* – *Kalyānamitta* – “bậc thiên tri thức” hay “người bạn lành”. Thiên sư không phải là một vị thần linh hay hóa thân của thần linh, được trang bị những phương tiện giải thoát trong tự thân. Thực chất các Ngài chỉ là một người bạn cao niên hơn và là một vị thầy hướng dẫn. Những chỉ dẫn của các Ngài trên lộ trình tu tập hoàn toàn phát xuất từ trí tuệ thù thắng được hun đúc bằng kinh nghiệm cá nhân của các Ngài. Ngay cả các vị Phật cũng chỉ tùy duyên mà “khai thị”, phần còn lại phụ thuộc hoàn toàn vào những nỗ lực của người hành trì.

Tuy nhiên, tầm quan trọng của việc nương tựa một bậc thiên tri thức (*Kalyānimitta*) lại rất được nhấn mạnh trong truyền thống Phật giáo *Theravāda*. Khi Tôn giả *Ānanda* đến nơi đức Phật và thưa rằng, dường như hơn nửa đời phạm hạnh tùy thuộc vào các bậc thiên tri thức, đức Phật điều chỉnh lại, không phải “hơn nửa” mà chính là “toàn bộ”. Nương tựa bạn lành sẽ dẫn hành giả đến sự tu tập Bát Thánh Đạo [5]. Một dịp khác, khi thị giả của Ngài là Tỷ kheo *Meghiya* nằng nặc xin phép để được đọc cư thiên định, đức Phật giải thích rằng, khi tâm giải thoát chưa được thành thực, có một pháp sẽ dẫn đến sự thành thực của tâm ấy là thân cận bạn lành và có bạn đồng hành [6]. Thực vậy, chính đức Phật đã mô tả bản thân mình như là người bạn lành tối thượng hướng dẫn các chúng sanh đến chỗ giải thoát khỏi sanh, lão, bệnh, tử [7].

Bậc thiện tri thức có phận sự giao cho hành giả một đề tài thiền. Thanh Tịnh Đạo nói rằng muốn làm được điều này vị ấy phải có những phẩm chất thích hợp, chẳng hạn như phải đáng được tôn trọng, quý kính, nói những lời uyên thâm và biết quan tâm đến sự an vui, tiến bộ của người đệ tử. Trong kinh nói, vì rằng đức Phật chính là một “người bạn lành” lý tưởng nên khi Ngài còn tại thế, mọi đề tài thiền quán đều được xin nơi Ngài. Sau khi Ngài diệt độ, các vị thiền sư có đủ phẩm hạnh còn lại như các vị đại đệ tử, các vị Alahán đã đắc thiền, vị Bất lai, vị Nhất lai, vị Nhập lưu, các vị phạm nhân đã chứng thiền và các bậc tinh thông kinh điển khác sẽ thay thế đức Phật làm nhiệm vụ ấy.

Khi biết có một vị thiền sư đầy đủ phẩm hạnh như đã nói, hành giả phải đi đến chỗ vị ấy và xin được trú ngụ ở đó. Hành giả không nên hỏi xin một đề tài thiền ngay khi mới đến mà trước hết phải làm những bổn phận của người học trò với lòng kính trọng và khiêm tốn. Hành giả đến đánh lễ thầy vào buổi chiều và lui ra khi được cho phép. Sau mười ngày hoặc hai tuần, hành giả phải tạo một cơ hội nào đó để được gặp thầy. Khi mọi điều kiện được xem là thuận lợi, hành giả có thể giải thích lý do việc mình đến. Hành giả phải nguyện dâng hiến thân mạng mình cho đức Phật và vị thầy, rồi thỉnh xin một đề mục thiền quán với tất cả lòng chân thành và quyết tâm của mình.^[8]

Vị thiền sư sẽ giao một đề mục thích hợp với căn tánh của người đệ tử. Các bậc tiền bối của truyền thống *Theravāda* (Phật giáo Nguyên thủy) đưa ra sáu loại căn tánh (*carita*) căn bản của con người là: tánh tham, tánh sân, tánh si, tánh tín, tánh trí tuệ, tánh tâm (tư duy) ^[9]. Cả tánh nổi bật nhất trong một người được quyết định bởi tích lũy nghiệp đời trước của họ. Vị thiền sư, hoặc dựa vào khả năng “thấy” được tâm người khác của mình, hoặc dựa vào sự quan sát hay bằng cách hỏi trực tiếp, sẽ đánh giá căn tánh của người đệ tử rồi chọn một đề mục thích hợp cho họ.

CÁC ĐỀ MỤC THIỀN CHỈ (ĐỊNH)

Các đề mục thiền mà đức Phật định cho từng căn tánh vào những dịp khác nhau (trong các bản kinh) nhằm giúp họ phát triển sự an tịnh nội tâm đã được các nhà chú giải hệ thống lại thành một bảng tổng hợp thường được gọi là Bốn mươi nghiệp xứ (*Kammaṭṭhāna*). Chữ *Kammaṭṭhāna* nghĩa đen là một nơi làm việc. Từ này được áp dụng cho các đề tài thiền vì ở đây, người hành thiền đảm nhận công việc liên quan đến chuyên môn của mình, tức công việc hành thiền.

Bốn mươi nghiệp xứ hay đề mục thiền này được phân làm bảy nhóm. Thanh Tịnh Đạo liệt kê chúng như sau: 10 đề mục *Kasīṇa* (biển xứ), 10 bất tịnh tướng, 10 tùy niệm, 4 phạm trú, 4 vô sắc xứ, một tướng (vật thực bất tịnh), một đề mục phân tích tứ đại. ^[10]

Kasīṇa là một dụng cụ biểu trưng tính chất đặc biệt nào đó được dùng như một hỗ trợ cho định. *Kasīṇa* (biển xứ) có 10 loại là *kasīṇa* đất, *kasīṇa* nước, *kasīṇa* lửa, *kasīṇa* gió, *kasīṇa* màu xanh, *kasīṇa* màu

vàng, *kasina* màu đỏ, *kasina* màu trắng, *kasina* ánh sáng và *kasina* hư không có giới hạn. Chữ *kasina* có ý nghĩa của sự “toàn vẹn” (*sakalatthena*). Nó được áp dụng cho 10 đối tượng thiền này vì ở đây, mỗi thứ đều biểu hiện một tính chất đặc trưng, toàn vẹn của nó. *Kasina* có thể là một hình thức xuất hiện tự nhiên của tứ đại hay màu sắc đã chọn sẵn, hoặc cũng có thể là một dụng cụ nhân tạo như một đĩa có sơn màu hay một đĩa làm bằng tứ đại (đất, nước, lửa, gió) tiện dụng cho việc hành thiền.

Mười loại bất tịnh tướng là mười giai đoạn trong tiến trình phân hủy của một tử thi. Đó là, tử thi trương phình, xám xịt, thối rữa, cắt rời, bị gặm nhấm, vung vãi ra, bị chặt và văng lung tung, chảy máu, dòi bọ đục khoét và còn lại một bộ xương. Mục đích chính của pháp quán này là nhằm giảm bớt lòng tham dục nhờ thấy được tính chất ô trược của xác thân này. Muốn thấy được “tướng” của các tử thi, cần phải có những xác chết thực thụ (chứ không phải tưởng tượng). Vì thế, những đề tài này còn được gọi là mộ địa quán bởi hành giả phải đi vào nghĩa địa để thấy tử thi thực được quăng bỏ ở đó.

Mười tùy niệm là tùy niệm Phật, tùy niệm Pháp, tùy niệm Tăng, tùy niệm giới, tùy niệm bố thí, tùy niệm chư thiên, niệm sự chết, niệm thân, niệm hơi thở và tùy niệm sự bình an. Ba tùy niệm đầu là những pháp quán thuộc về đức tin đối với ân đức Tam bảo – những đối tượng tôn kính của người Phật tử. Ba tùy niệm tiếp theo nói đến hai đức hạnh của người Phật tử là giữ giới và bố thí. Tùy niệm hay nhớ tưởng đến chư thiên dành cho những hành giả còn mong muốn được tái sanh ở các cõi cao hơn. Niệm sự chết để luôn nhớ rằng cái chết chắc chắn sẽ xảy ra – một cách thúc đẩy sự tinh tấn tu tập. Niệm thân (hay niệm 32 thể trược) là sự quán tưởng thân này thành 32 phần và tính bất tịnh của nó. Niệm hơi thở là tỉnh giác với sự chuyển động vô – ra của hơi thở, đây là đề mục căn bản nhất trong các đề mục thiền của Phật giáo. Và tùy niệm sự bình an là hồi tưởng đến các đức của Niết bàn.

Bốn phạm trú là sự tu tập tâm từ, bi, hỷ, xả không giới hạn. Những đề tài thiền này còn được gọi là Tứ vô lượng tâm (*appamanññā*) bởi vì chúng cần được phát triển đối với các hữu tình chúng sanh không có sự hạn chế hay có tính riêng biệt.

Bốn vô sắc là Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ và Phi tướng phi phi tướng xứ. Đây là những đối tượng đưa đến bốn thiền chứng tương ứng gọi là thiền vô sắc (*arūpajjhāna*).

Một đề mục tưởng là tưởng tính chất đáng nhòm góm của vật thực

Một đề mục phân tích là sự phân tích tứ đại, tức phân tích thân này thành bốn yếu tố đất, nước, lửa, gió.

Bốn mươi nghiệp xứ được đề cập trong bản chú giải văn hệ *Pāḷi* từ hai góc độ quan trọng khác nhau. Một là khả năng dẫn đến các cấp độ định khác nhau của chúng; hai là sự thích hợp của chúng đối với các căn tánh khác nhau.

Không phải tất cả các đề mục thiền đều có hiệu quả như nhau trong việc dẫn đến các cấp độ định sâu hơn. Như đã giải thích ở trên, vượt qua giai đoạn chuẩn bị, định có thể khởi lên hoặc ở mức cận hành (*upacārasamādhī*), hoặc ở mức an chỉ (*appanāsamādhī*) tùy thuộc vào năng lực của các thiền chi trong tâm thiền ấy. Hơn nữa, an chỉ định có thể khởi lên ở bất kỳ bậc thiền nào trong số tám cấp độ thiền chứng của bốn Sắc giới và bốn Vô Sắc giới. Do đó, Bốn mươi nghiệp xứ trước hết phải được phân biệt trên cơ sở khả năng của chúng trong việc chỉ dẫn đến cận định hay dẫn đến an chỉ định nữa; rồi những nghiệp xứ nào có thể dẫn đến an chỉ định còn phải được phân biệt thêm theo khả năng dẫn đến các cấp độ thiền khác nhau nữa của chúng.

Trong số bốn mươi đề mục, mười đề mục chỉ có khả năng đưa đến cận định. Đó là tám tùy niệm, tức tất cả các tùy niệm ngoại trừ niệm thân (32 thể trước) và niệm hơi thở – cộng với tướng tính chất đáng nhòm gó trong vật thực và phân tích tứ đại. Sự tu tập những đề mục thiền này có thể khiến cho các triền cái suy giảm và hiển lộ các thiền chi, nhưng vì chúng bị chi phối bởi tính đa dạng của các ân đức và đòi hỏi một sự áp dụng năng động của tư duy nên không thể vượt qua cận định. Ba mươi đề mục còn lại có thể đưa đến an chỉ.

Trong ba mươi đề mục còn lại, mười *kasīna* và niệm hơi thở đều đưa đến tứ thiền. Hiệu quả của chúng ở phương diện này được xem là do tính chất đơn giản của chúng và nhất là do thoát khỏi sự kiến tạo của tư duy. Mười bất tịnh tướng và niệm thân (32 thể trước) chỉ đưa đến sơ thiền. Sở dĩ chúng bị giới hạn ở đây là vì tâm chi có thể duy trì đề mục với sự trợ giúp của chi tâm (*vitakka*), một chi thiền không có mặt ở nhị thiền và các bậc thiền cao hơn. Ba phạm trú đầu (từ, bi, hỷ) có thể đưa đến ba bậc thiền thấp chứ không đến được tứ thiền vì chúng khởi sanh cùng với thọ lạc (*sukha*) vốn chỉ hiện hữu trong ba bậc thiền đầu nhưng bị thay thế bởi thọ xả ở bậc thiền thứ tư. Ngược lại, vì đòi hỏi phải có sự đi kèm của thọ xả và không thể cùng tồn tại với thọ lạc nên xả phạm trú chỉ khởi lên ở mức tứ thiền, ở đây thọ xả có chủ quyền hơn. Bốn vô sắc xứ dẫn đến các thiền vô sắc tương ứng với tên của chúng. Tuy nhiên, vì bốn vô sắc thiền này về cấu trúc thiền chi giống như tứ thiền (thuộc sắc giới), chỉ khác ở các đối tượng của chúng nên bốn vô sắc xứ được nói là dẫn đến tứ thiền.

Bởi vì nội dung của tác phẩm này là muốn chú trọng đến các tiến trình xuyên qua bốn thiền (sắc giới), do đó, ở đây sẽ giả định trường hợp một hành giả chọn đề mục thiền của mình là một *kasīna* hoặc niệm hơi thở mà thôi.

Bốn mươi nghiệp xứ hay đề mục thiền cũng được phân biệt theo tính chất thích hợp của chúng đối với các loại căn tánh khác nhau. Như trên đã đề cập, các truyền thống chú giải công nhận sáu loại căn tánh chính là tham, sân, si, tín, tuệ, tầm. Dĩ nhiên cách phân loại này có khuyết điểm là quá đơn giản – các bậc cô đức cũng đã nhìn nhận điều này. Do đó, sự phối hợp với các đặc điểm hay nét riêng (của tính tình) có thể làm cho sự xác nhận dễ dàng hơn. Song sáu loại căn tánh trên cũng

được xem như một nguyên tắc dựa vào thực tiễn đủ để phục vụ mục đích mà nó đưa ra, tức giao một đề tài thích hợp cho hành giả.

Visuddhimagga (Thanh Tịnh Đạo) chia bốn mươi đề mục theo các căn tánh khác nhau này như sau: mười bất tịnh tướng (tử thi) và niệm thân (32 thể trực) rõ ràng có ý định làm giảm dục tham, nên là mười một đề tài thích hợp cho những hành giả thuộc tánh tham. Bốn phạm trú và bốn *kasīna* màu (xanh, vàng, đỏ, trắng) được coi là hợp với tánh sân. [11] Niệm hơi thở là một pháp tùy niệm hợp với những hành giả tánh si và tánh tầm. Sáu tùy niệm đầu (Phật, Pháp, Tăng, Giới, Thí, Thiên) hợp với những hành giả tánh tín. Bốn đề mục – niệm sự chết, tùy niệm sự bình an, phân tích tứ đại và tướng tính chất đáng nhòm góm của vật thực (tướng vật thực bất tịnh) – đặc biệt có hiệu quả đối với những hành giả tánh tuệ. Sáu *kasīna* còn lại (đất, nước, gió, lửa, ánh sáng, hư không) và bốn vô sắc xứ hợp với mọi cá tánh. Tuy nhiên, đối với người tánh tầm, *kasīna* nên giới hạn về kích thước, ngược lại, người tánh si nên mở rộng ra. [12]

Ngay sau khi đưa ra bảng phân tích này, Luận sư *Buddhaghosa* còn thêm vào một điều nữa nhằm ngăn ngừa sự hiểu lầm. Ngài nói rằng mặc dù cách phân chia theo cá tánh này được thực hiện trên cơ sở của sự đối lập trực tiếp và sự thích hợp hoàn toàn, song thật ra không có một hình thức thiên thuộc phần thiện nào lại không đoạn trừ các triền cái và trau dồi các tâm sở thiện. Ngài còn trích dẫn một đoạn trong kinh *Meghiyasuttak* khuyên hành giả nên tu tập bất tịnh để trừ bỏ tham dục, tu tập tâm từ để trừ bỏ sân hận, tu tập hơi thở để cắt đứt những tư duy tán loạn, tu tập vô thường để diệt mạn tùy miên “Ta là”. [13]

CHỌN MỘT TRÚ XỨ (CHỖ Ở THÍCH HỢP)

Khi vị thầy giao đề mục thiền cho đệ tử hợp với căn tánh của họ thì cần phải giải thích những phương pháp tu tập đề mục ấy. Vị thầy có thể dạy cách thức tu tập từng bước một cho người đệ tử nếu họ còn ở gần mình, hoặc sẽ dạy chi tiết nếu người ấy phải đi hành ở một nơi khác. Trong trường hợp sau, người đệ tử phải cẩn thận chọn một nơi ở thích hợp cho việc tu tập. Kinh điển đề cập đến mười tám loại chùa không tiện cho việc tu thiền là: quá lớn, mới lập, hư nát, gần đường lộ, có ao hồ, có các loại cây có hoa trái, được nhiều người ưa chuộng, ngôi chùa ở thành phố, ở giữa rừng cây hay cánh đồng, có người hay cãi nhau, ở bến cảng, ở vùng biên địa, ở biên giới, ngôi chùa thường có phi nhân lai vãng, không gần bậc thiện tri thức. Trừ khi vị ấy đã tu tập vững vàng, còn không, hành giả sơ cơ nên tránh nơi ở có những lỗi này.

Có năm yếu tố góp phần làm cho một trú xứ trở thành thuận lợi cho việc hành thiền đã được đức Phật đề cập là: không quá xa cũng không quá gần một ngôi làng có thể làm chỗ dựa cho việc khát thực và có một con đường sạch sẽ; trú xứ phải là một nơi yên tĩnh, hẻo lánh; phải tránh được những khắc nghiệt của thời tiết và các loại côn trùng hay thú vật nguy hại; phải tương đối dễ dàng trong việc có được bốn món vật dụng; phải thuận tiện cho việc đến gặp một vị trưởng lão đa văn hay các vị

thiện trí, những người mà hành giả có thể tham vấn khi có những vấn đề khởi sinh trong lúc hành thiền.^[14] Các loại trú xứ thường được đức Phật khen ngợi như một nơi thích hợp dẫn đến sự chứng đắc các thiền tìm thấy trong kinh điển là trú xứ hẻo lánh ở trong rừng, dưới một cội cây, trên núi, trong một hang động, ở nghĩa địa, trảng bằng có rừng cây bao bọc, giữa trời hay một đồng rơm.^[15] Sau khi đã tìm được một trú xứ thích hợp và ổn định, hành giả phải thận trọng nghiêm trì giới luật phải biết hài lòng với những nhu cầu đơn giản của mình, thường xuyên phòng hộ các căn, chánh niệm tỉnh giác trong mọi hoạt động và chuyên cần hành thiền như đã được thiền sư chỉ dẫn. Chính ở thời điểm này, hành giả phải đương đầu với thách thức đầu tiên trong cuộc sống tu tập thiền quán của mình, đó là chiến đấu với năm triền cái.

-ooOoo-

[1] AN. 5: 1-7

[2] Chi tiết xem Vism, p.p 13-37, TTĐ. 27-71

[3] MN. I: 180

[4] PP., 91. “*Āvāso, kulam, lābho, gano, kammam, addhānam, nāti, ābādho, gantho, iddhi*”. Vism. p. 73

[5] SN. 1:88

[6] AN. 4: 354-358

[7] S N. 1:68

[8] P.P, p.100 Vism, p. 80

[9] P.P, p.102. “*Ragacarito, dosacarito, mohacarito, saddhacarito, buddhacarito, vitakkacarito*” Vism, p82.

[10] P.P, p.112 Vism, p. 89. Về những từ Pàli gọi 40 nghiệp xứ này, xem phần phụ lục cuối sách.

[11] Vì sao các kasina màu này lại được đề nghị như một loại hóa giải tánh sân thì không thấy Chú giải giải thích. Có lẽ việc quán các màu sắc như vậy có một hiệu quả tâm lý nào đó trong việc làm giảm sân hận và bất mãn.

[12] PP., p. 117-118. Vsm. p. 92-93

[13] PP. p. 125 Vsm, p.99

[14] AN. 5:15

[15] MN. 1:181, 269, 274.

-ooOoo-

CHƯƠNG III

VƯỢT QUA CÁC TRIỀN CÁI

Các thiền được chứng theo từng bậc, việc làm chủ hay thuần thục mỗi bậc thiền thấp là điều kiện tiên quyết trong việc thực hành dẫn đến bậc thiền cao hơn. Việc chứng đắc bất cứ một bậc thiền nào cũng xảy ra xuyên qua hai mặt của tiến trình tu tập: một là sự diệt trừ các trạng thái gây trở ngại và mặt kia là sự tu tập các trạng thái cấu thành bậc thiền ấy. Phương diện đầu được gọi là các chi phần phải đoạn trừ (*pahānangāni*). Phương diện sau là các chi phần phải cụ bị hay phải chuẩn bị đầy đủ (*samannāgatangāni*). Chẳng hạn, ở bậc thiền đầu (sơ thiền), các chi phần phải đoạn trừ là năm triền cái, các chi phần phải cụ bị là năm thiền chi căn bản của bậc thiền ấy. Cả hai được hàm ý trong công thức tiêu chuẩn cho sơ thiền mà kinh thường mô tả như sau:

“Hoàn toàn ly dục, ly các bất thiện pháp, vị ấy chứng và trú sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh đi kèm với tâm và tứ.” [1]

Trong công thức này, phần đầu *“hoàn toàn ly dục, ly các bất thiện pháp”* liên hệ đến sự diệt trừ các triền cái. Phần thứ hai đề cập đến các trạng thái có mặt trong bậc thiền, liệt kê các pháp phải cụ bị. Trong chương này, chúng ta sẽ bàn chi tiết đến việc đoạn trừ các triền cái, ở chương sau chúng ta sẽ xét đến các thiền chi.

NĂM TRIỀN CÁI

Năm triền cái (*paññcanivaranā*) là tham dục, sân hận, hôn trầm – thụy miên, trạo cử – hối quá và hoài nghi. Chúng được lưu ý vì đó là các chướng ngại cho thiền mà đức Phật đã chỉ ra. Những phiền não này không chỉ chướng ngại cho sơ thiền mà còn là áp lực chính đối với nguyện vọng giải thoát giác ngộ của con người. Chúng mang tên *“triền cái”* là vì chúng che án và bao phủ tâm, ngăn cản sự phát triển thiền ở cả hai lĩnh vực tịnh chỉ và tuệ giác. Vì lý do đó mà đức Phật gọi năm triền cái là những *“chướng ngại, ngăn che, làm uế nhiễm tâm, làm yếu trí tuệ”*. [2] Hơn nữa, Ngài còn nói: *“Năm triền cái, này chư Tỳ kheo, tác thành si ám, tác thành không mắt, tác thành vô trí, đoạn diệt trí tuệ, dự phần vào tổn hại, không đưa đến Niết bàn”*. [3]

Dục tham triền cái (kāmacchanda) được giải thích như là sự khát khao *“năm dục lạc”* – sắc, thanh, hương, vị, xúc – được xem là *“khả ái, khả lạc, khả ý, khả hỷ, tương ưng với dục, hấp dẫn”*. [4] Nó là một hình thức của phiền não gốc tham

(*lobha*) và là một cách biểu hiện của ái (*tanhā*) mà đức Phật xác nhận là nhân sanh khổ.

Sân hận triền cái (*byāpāda*) biểu thị sự ghét bỏ đối với người hay vật không vừa ý, tầm mức của nó thay đổi từ sự bực mình nhẹ nhàng đến lòng oán hận thâm sâu. [5] Nó là hình thức của phiền não gốc sân (*dosa*). Như vậy, hai triền cái đầu tiên này tương ứng với hai phiền não gốc (tham, sân). Phiền não gốc thứ ba – si (*moha*) – dù không được kể riêng ra trong số năm triền cái, song có thể được thấy có mặt dưới các triền cái khác.

Hôn trầm – thụy miên (*thīnamiddha*) được đức Phật tuyên bố là một triền cái kép có thể xem như hai loại dưới dạng các thành phần cấu thành của nó: “*Hôn trầm, này chư Tỳ kheo, là một triền cái; thụy miên là một triền cái. Như vậy hôn trầm – thụy miên triền cái vốn được nói gọn, theo cách phân này trở thành hai loại.*” Các bộ Luận thuộc Tạng Diệu Pháp cũng phân chia theo phương pháp này và định nghĩa hai từ riêng biệt. Chẳng hạn như bộ Pháp tụ (*Dhammasangani*) giải thích hôn trầm (*thīna*) bằng một chuỗi các từ đồng nghĩa gọi lên tính chất đình trệ, đã dục của tâm và thụy miên (*middha*) bằng những từ gọi lên tình trạng mơ màng, ngái ngủ của thân.

“*Ở đây, thế nào là hôn trầm – thụy miên triền cái?*”

Trước hết cần phân biệt hôn trầm và thụy miên.

Trong mối liên quan này, thế nào là hôn trầm?

Pháp nào là sự không bén nhạy của tâm, không thích nghi, sự chân chừ, đình trệ, lười biếng, cách lười biếng, thái độ lười biếng, đã dục, cách đã dục, thái độ đã dục của tâm. Đây được gọi là hôn trầm.

Thế nào là thụy miên?

Pháp nào là sự không bén nhạy của thân, không thích nghi, sự che lấp, đậy khuất, bịt ngăn bên trong, hôn mê, bản thân, buồn ngủ. Đây được gọi là thụy miên.” [6]

Trạo cử – hối quá (*uddaccakukucca*) cũng được xem như triền cái kép cần định nghĩa bằng cách tách ra trước khi phối hợp. Trạo cử đồng nghĩa với sự kích động, sự tán loạn, sự không vắng lặng và phóng dật của tâm; trong khi hối quá là ý thức tội lỗi được đánh thức dậy bởi sự phạm giới, nó đồng nghĩa với thái độ hối hận, ăn năn của tâm. [7]

Hoài nghi (*vicikicchā*) được giải thích chủ yếu là sự nghi ngờ hay phân vân đối với đức Phật, giáo Pháp, chư Tăng và điều học. [8] chú giải nói rằng, hoài nghi đối với đức Phật nghĩa là nghi ngờ không biết có hay không sự hiện hữu của một bậc với đủ những phẩm chất cao quý của một vị Phật. Hoài nghi Pháp là nghi ngờ về sự

hiện hữu của con đường giải thoát, của các đạo, quả và Niết bàn. Hoài nghi Tăng là nghi ngờ về sự hiện hữu của các bậc thánh thiện hay nghi ngờ sự lợi ích của việc cúng dường đến chư Tăng. Hoài nghi điều học (giới luật) là nghi ngờ tính hiệu quả của giới, định, tuệ trong việc dẫn đến sự đoạn tận khổ. [\[9\]](#)

Đức Phật đưa ra hai loạt ví dụ để minh chứng cho hậu quả bất lợi của năm triền cái. Loạt ví dụ đầu so sánh năm triền cái chưa được đoạn trừ trong tự thân với năm tai họa: tham dục như món nợ, sân hận như bệnh hoạn, hôn trầm – thụy miên như ở tù, trạo cử – hối quá như tình cảnh nô lệ và hoài nghi như bị lạc lối trong sa mạc. Sự giải thoát khỏi năm triền cái được xem như thoát khỏi nợ nần, được sức khỏe tốt, phóng thích khỏi nhà tù, giải phóng khỏi tình trạng nô lệ và đến một nơi an toàn. [\[10\]](#) Loạt ví dụ thứ hai so sánh năm triền cái với năm loại bất tịnh làm ô nhiễm một bát nước, ngăn không cho một người mắt sáng thấy rõ bóng mình trong ấy. Năm bất tịnh tương xứng với năm triền cái là: tham dục giống một bát nước hòa lẫn với các màu, sân hận như một bát nước đun sôi, hôn trầm – thụy miên như bát nước phủ rong rêu, trạo cử – hối quá như nước bị gió thổi làm cho xao động và hoài nghi như nước lẫn bùn. Một người mà tâm bị ám ảnh bởi năm triền cái này cũng chẳng khác nào một người mắt sáng nhưng không thể thấy rõ bóng mình trong năm loại nước kể trên, họ không biết và không thấy như thực lợi ích của mình, lợi ích của người khác hoặc lợi ích của cả hai. [\[11\]](#)

Mặc dù có rất nhiều phiền não đối nghịch với sơ thiền, song chỉ có năm triền cái được gọi là các pháp cần phải đoạn trừ mà thôi. Theo Thanh Tịnh Đạo, lý do thứ nhất là vì năm triền cái này đặc biệt chướng ngại cho thiền (*jhāna*). Mỗi triền cái gây chướng ngại cho việc chứng thiền bằng cách cản trở khả năng tập trung của tâm theo lối riêng của nó.

“Khi tâm bị ô nhiễm với tham dục do thèm muốn các đối tượng sai khác, nó không thể tập trung vào đối tượng đưa đến sự hợp nhất; hoặc khi bị tham dục chi phối, tâm không nhập được vào đạo lộ đoạn trừ dục giới. Khi bị phiền nhiễu bởi sân hận đối với một đối tượng nào đó, nó không thể khởi lên mà không bị gián đoạn. Khi bị hôn trầm – thụy miên thắng lướt, tâm sẽ khó điều phục. Khi bị chi phối bởi trạo cử – hối quá, tâm sẽ bất an và lao xao. Khi bị ảnh hưởng của hoài nghi, tâm không thể leo lên đạo lộ để hoàn tất việc chứng thiền. Vì thế, chỉ có những pháp này được gọi là các chi phần cần đoạn trừ bởi chúng đặc biệt chướng ngại cho việc chứng thiền.” [\[12\]](#)

Lý do thứ hai của việc hạn chế chỉ còn năm triền cái là các pháp cần phải đoạn trừ trong sơ thiền là để cho phép thực hiện một sự liên kết trực tiếp giữa các triền cái và các thiền chi, tức năm tâm sở – tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm – có trách nhiệm trong việc nâng tâm lên mức an chi. Luận sư *Buddhaghosa* nói rằng việc đoạn trừ chỉ đề cập đến năm triền cái có quan hệ với thiền bởi vì các triền cái là những chướng ngại trực tiếp của năm thiền chi: *“Vì các triền cái là những đối nghịch bướng bỉnh của các thiền chi, ý muốn nói rằng các thiền chi được xem là xung khắc với chúng, trừ diệt chúng và thủ tiêu chúng”* [\[13\]](#). Để chứng minh cho luận cứ của mình, Luận

sư trích dẫn một đoạn kinh giải thích tính đối xứng giữa các thiên chi và triền cái theo nguyên tắc “một chọi một”:

“Định không thể ở chung với tham dục, hỷ xung khắc với sân, tâm không hợp với hôn trầm – thụy miên, lạc đối nghịch với trạo cử – hối quá, tứ mâu thuẫn với hoài nghi.” [14]

Như vậy, chúng ta thấy mỗi thiên chi có nhiệm vụ đặc biệt loại trừ một chương ngại nhất định nào đó. Để chỉ rõ mối liên hệ giữa những chương ngại này với năm thiên chi, chúng được tập hợp lại thành một hệ thống gọi là năm triền cái.

Nguyên tắc này cũng được áp dụng để giải thích cơ sở hợp lý đằng sau sự ghép nối xảy ra ở hai trong số năm triền cái, tức hôn trầm – thụy miên và trạo cử – hối quá. Như chúng ta đã thấy, năm triền cái nếu được tách ra theo lối phân tích sẽ thành bảy tâm sở riêng biệt: tham, sân, hôn trầm, thụy miên, trạo cử, hối và nghi. Lý do bảy rút lại còn năm theo lối tổng hợp này một lần nữa nằm trong sự tiết giảm cần phải có để thiết lập sự đối nghịch trực tiếp giữa năm thiên chi và năm triền cái. Bởi lẽ có năm thiên chi nên các phiền não đối kháng cũng phải là năm. Hôn trầm – thụy miên một bên và trạo cử – hối quá một bên, chúng sẵn sàng ngã theo sự nối kết được đòi hỏi phải có này. Vì hôn trầm – thụy miên cùng có những nét chung là sự không thích nghi của tâm, còn trạo cử – hối quá có cùng đặc tính của sự khuấy động tâm. Như vậy, một thiên chi vẫn có đủ khả năng đối kháng và làm cho yên lặng hai triền cái trong mỗi loại cũng là điều tự nhiên. Theo phương pháp đã được trích dẫn trong Thanh Tịnh Đạo, hôn trầm – thụy miên là hai triền cái bị phản công bởi chi tâm, còn trạo cử – hối quá là lạc. Theo cách này, sự loại trừ lẫn nhau giữa các thiên chi và triền cái trở thành cơ sở cho việc tập hợp các triền cái thành một hệ thống năm loại.

VIỄN LY CÁC TRIỀN CÁI - CÁC LOẠI VIỄN LY

Đoạn kinh quen thuộc mô tả sự chứng đắc sơ thiền đã dẫn trong chương giới thiệu nói rằng sơ thiền được đạt đến bởi một người đã “ly dục, ly bất thiện pháp”.. Chúng ta đã xác quyết mục đích của mệnh đề “các bất thiện pháp” là nói về các triền cái, bây giờ, chúng ta sẽ tìm hiểu ý nghĩa của từ “viễn ly” (*viveka*). Diễn dịch về đoạn kinh này, Thanh Tịnh Đạo giải thích rằng có ba loại viễn ly thích hợp với nội dung hiện tại là thân viễn ly, tâm viễn ly và viễn ly bằng sự đè nén. [15] Ba cụm từ này ám chỉ đến hai hệ thống phân giải cần phải được xét đến để làm sáng tỏ ý nghĩa của chúng.

Hai từ đầu thuộc về một hệ thống ba loại gồm thân viễn ly, tâm viễn ly và “viễn ly sanh y” (*upadhi-viveka*). Thân viễn ly là thân rút khỏi những vướng mắc trong sinh hoạt xã hội để sống độc cư với mục đích dành trọn thời gian và năng lực cho việc phát triển tâm linh. Tâm viễn ly, vốn thường đi đôi với thân viễn ly, là tâm tránh khỏi những vướng mắc với phiền não, trong thực tế, ít nhất việc đó cũng phải diễn ra ở cấp độ cận định hoặc tương đương với cận định. Viễn ly sanh y chính là Niết

bàn, sự giải thoát khỏi tam giới. Ở đây, sự thành tựu sơ thiền không lệ thuộc vào loại viễn ly thứ ba vốn là quả của nó hơn là điều kiện tiên quyết này, song nó vẫn đòi hỏi sự độc cư của thân và sự tách ly của tâm khỏi những phiền não, vì vậy mới nói thân viễn ly và tâm viễn ly.

Loại viễn ly thứ hai, viễn ly bằng sự đè nén, thích hợp với nội dung thiền đang được đề cập hơn. Viễn ly bằng sự đè nén thuộc về một hệ thống khác thường được bàn đến dưới đầu đề “đoạn trừ” (*pahāna*) thay vì “viễn ly”. Hệ thống này ghi lại năm loại đoạn trừ: đoạn trừ bằng sự đè nén, bằng sự thay thế các đối nghịch, bằng tuyệt diệt, bằng tịnh chỉ và bằng giải thoát hay xuất ly. [16]

1. Đoạn trừ bằng đè nén hay chế ngự xảy ra khi các triền cái bị trục xuất khỏi tâm do sức mạnh của định, rõ rệt nhất vào những lúc đắc thiền. Nó được minh họa bằng hình ảnh đám rong rêu trong nước bị ép xuống bởi một chiếc bình để ngấm.

2. Đoạn trừ bằng thay thế các pháp đối nghịch là sự thay thế các bất thiện pháp bằng thiện pháp, ví dụ thường được dẫn ra là sự đoạn trừ các quan kiến sai lầm bằng những chi đặc biệt của minh sát tuệ (trí) như sự đoạn trừ thân kiến bằng **đanh** – sắc phân tích trí.

3. Đoạn trừ bằng tuyệt diệt hay cắt đứt là sự trừ diệt các kiết sử bằng các siêu thế đạo theo cách chúng không bao giờ khởi lên lại, giống như một cái cây bị sét đánh (không bao giờ mọc lại được).

4. Đoạn trừ bằng tịnh chỉ là sự diệt trừ các phiền não vào các sát na “quả” kế tiếp các thánh đạo.

5. Đoạn trừ bằng xuất ly là Niết bàn, sự giải thoát tối hậu khỏi các pháp hữu vi. [17]

Loại đoạn trừ thích hợp với sự chứng thiền là đoạn trừ bằng đè nén. Công việc đè nén năm triền cái khởi sự với những nỗ lực đầu tiên để tập trung tâm vào một trong những đối tượng đã mô tả, chẳng hạn như các *kasīṇa* (biến xứ). Khi hành giả gắn chặt tâm mình trên đối tượng ban đầu thì sẽ đạt đến một trạng thái, lúc này hành giả có thể nhắm mắt vẫn thấy rõ đối tượng như khi mở mắt. Đối tượng do tưởng ra này gọi là “học tướng” (*uggahanimitta*). Khi hành giả tập trung vào học tướng, những nỗ lực của hành giả sẽ đưa những thiền chi đang hình thành vào hoạt động, tức làm cho chúng tăng trưởng sức mạnh, độ bền và nổi bật lên như kết quả của sự nỗ lực thiền hành. Nhờ tu tập thường xuyên mà những thiền chi, vốn xung khắc với các triền cái này, sẽ làm nhiệm vụ như những thuốc giải hữu hiệu – loại trừ các triền cái, làm cho chúng suy giảm và cô lập chúng để không gây chướng ngại cho tâm thiền. Cùng với việc thực hành liên tục, “học tướng” sẽ tạo ra một phiên bản của chính nó nhưng rất trong sáng và thanh tịnh gọi là “tợ tướng” (*paṭibhāga nimitta*). Sự hiển lộ của tợ tướng đánh dấu sự đè nén hoàn toàn các triền cái và tâm đạt đến cận định (*upacārasamādhī*). Cả ba sự kiện này – đè nén các triền cái, phát

sanh tợ tướng, nhập vào cận định – xảy ra cùng một lúc, không cách khoảng. [18] Và mặc dù trước đó trình tự tu tập tâm có thể đòi hỏi sự trừ diệt các triền cái khác nhau vào những thời điểm khác nhau, song khi cận định đã thành tựu thì mọi phiền não đều lắng xuống cùng nhau:

Cùng lúc với việc đắc tợ tướng, tham dục của hành giả cũng được đoạn trừ bằng sự đè nén do không tác ý các dục kể như đối tượng bên ngoài. Và do đoạn trừ sự thuận theo (dục ấy), sân hận cũng được đoạn trừ, như mũi cùng ra với máu vậy. Cũng thế, hôn trầm – thụy miên được đoạn trừ do nỗ lực tinh tấn, trạo cử – hối quá được đoạn trừ do quyết tâm đối với các pháp an tịnh, không gây ra sự hối hận. Và hoài nghi về đạo sư – bậc chỉ dạy con đường tu tập, hoài nghi về con đường (pháp), hoài nghi về kết quả của con đường tu tập, được đoạn trừ do thực chứng phân tích tuệ. Như vậy, năm triền cái được đoạn trừ. [19]

Mặc dù các tâm sở định rõ bậc thiền có mặt trong cận định, song chúng vẫn chưa đủ mạnh để tạo cho trạng thái này có năng lực trọn vẹn của sơ thiền. Các thiền chi (tâm sở) ấy chỉ đủ mạnh để loại trừ triền cái và cô lập chúng mà thôi. Tuy nhiên, với sự thực hành liên tục, các thiền chi mới sanh này sẽ tăng trưởng sức mạnh cho đến khi chúng có đủ năng lực để an trú trong sơ thiền. Như vậy, khởi đi từ tình trạng phân tán của một cái tâm chưa tu tập, hành giả bắt đầu phát triển được sự định tâm. Việc thực hành ban đầu này sẽ đánh thức một vài tâm sở vốn đối kháng với các triền cái và hợp nhất tâm trên đối tượng của nó. Sự đè nén hoàn toàn các triền cái đánh dấu việc thành tựu cận định với việc chứng thiền đang có kết quả. Khi các thiền chi này được tăng cường sức mạnh do tinh cần tu tập, tâm hành giả sẽ hoàn toàn an trú trên đối tượng và sự đắc thiền thực sự xảy ra.

NHÂN SANH CỦA CÁC TRIỀN CÁI

Năm triền cái, đức Phật dạy, cũng giống như các pháp hữu vi khác do duyên tạo thành, sanh khởi và hoại diệt tương quan với các pháp kể như trợ duyên của chúng. Khi các trợ duyên này có mặt, các triền cái sẽ xuất hiện và tăng trưởng. Khi những trợ duyên ấy được loại trừ, các triền cái cũng sẽ suy tàn và biến mất. Bởi lẽ năm triền cái sanh và diệt tùy thuộc vào các yếu tố khác nên việc hiểu biết các yếu tố này là điều cần yếu để đoạn trừ chúng. Vì lý do đó mà đức Phật đã đặc biệt quan tâm đến việc giải thích nhân sanh của các triền cái – một sự giải thích được tiến hành trên hai mặt, chung cho cả nhóm và riêng cho từng phần tử.

Trong Tăng chi kinh (*Anguttara Nikāya*), đức Phật gộp năm triền cái vào một chuỗi các duyên nuôi dưỡng và duy trì vô minh vốn là cội nguồn căn bản của luân hồi (*samsāra*):

“Vô minh, này các Tỳ kheo, ta nói rằng có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và cái gì là thức ăn cho vô minh? “Năm triền cái” – cần phải trả lời như vậy. Năm triền cái, ta nói rằng có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và thức ăn của năm triền cái là gì? “Ba hành ác”- cần phải trả lời như vậy. Này các Tỳ kheo,

ta nói rằng ba hành ác có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và cái gì là thức ăn cho ba hành ác? “Các căn không chế ngự” – cần phải trả lời như vậy. Nay các Tỳ kheo, ta nói rằng các căn không chế ngự có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và cái gì là thức ăn cho các căn không chế ngự? “Không chánh niệm tỉnh giác” – cần phải trả lời như vậy. Nay các Tỳ kheo, ta nói rằng không chánh niệm tỉnh giác có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và cái gì là thức ăn cho không chánh niệm tỉnh giác? “Phi lý tác ý” – cần phải trả lời như vậy. Nay các Tỳ kheo, ta nói rằng phi lý tác ý có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và cái gì là thức ăn cho phi lý tác ý? “Không có lòng tin” – cần phải trả lời như vậy. Nay các Tỳ kheo, ta nói rằng không có lòng tin có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và cái gì là thức ăn cho không có lòng tin? “Không nghe Diệu Pháp” – cần phải trả lời như vậy. Nay các Tỳ kheo, ta nói rằng không nghe Diệu Pháp có thức ăn chứ không phải không có thức ăn. Và cái gì là thức ăn cho không nghe Diệu Pháp? “Không giao tiếp với bậc chân nhân” – cần phải trả lời như vậy.” [\[20\]](#)

Như lời tuyên bố trên đã chỉ rõ, năm triền cái trong khi “nuôi dưỡng” vô minh cũng được nuôi dưỡng lại bằng ba hành ác (thân hành, khẩu hành và ý hành bất thiện), không chế ngự các căn, không chánh niệm tỉnh giác, không như lý tác ý, v.v... Do phi lý tác ý mà một người không kiểm soát tâm của mình. Thiếu chánh niệm tỉnh giác, họ để cho các căn tự do buông thả theo các trần cảnh để tìm kiếm sự thỏa mãn dục lạc. Bị chi phối bởi các kích thích giác quan, họ vướng vào ba loại hành ác, từ đó củng cố các triền cái lúc này đang duy trì vô minh vốn trói buộc họ trong vòng khổ ách.

Trong chuỗi duyên sanh này, phi lý tác ý đóng một vai trò rất quan trọng. Phi lý tác ý (*Ayoniso manasikāra*) là “sự suy xét không thích hợp”, “sự suy xét lầm lạc”, thường được giải thích như là tác ý đến đối tượng qua bốn “điên đảo tưởng” (*vipallāsa*) – tác ý vô thường là thường, khổ là lạc, vô ngã là ngã và bất tịnh là tịnh. Và để nhắc mọi người chú ý đến vai trò chủ đạo của phi lý tác ý trong việc tạo ra sự sanh khởi và tăng trưởng của năm triền cái, Đức Phật chỉ rằng, do suy xét lầm lạc (phi lý tác ý) như vậy nên các triền cái chưa sanh sẽ khởi sanh và các triền cái đã sanh được tăng trưởng. Tuy nhiên phi lý tác ý không chỉ làm nhiệm vụ như một nhân chung cho các triền cái mà còn như một nhân đặc biệt riêng cho mỗi triền cái nữa. Những hoạt động của phi lý tác ý luôn luôn khoác những hình thức đặc biệt được quyết định bởi sự đa dạng của các đối tượng và cách sanh khởi của chúng. Những dị biệt trong hình thức của phi lý tác ý tương quan với các triền cái theo cách, nếu phi lý tác ý đến một điều gì thì sẽ trở thành nhân cho một triền cái nào đó. Đức Phật dạy:

“Ví như, này các Tỳ kheo, thân này được duy trì bởi thức ăn, tồn tại nhờ thức ăn và không có thức ăn thì không tồn tại. Cũng vậy, năm triền cái này được duy trì bởi thức ăn, tồn tại nhờ thức ăn và không có thức ăn thì không tồn tại.

“Này các Tỳ kheo, cái gì là thức ăn cho sự khởi sinh của dục tham (kāmacchanda) chưa sanh và dục tham đã sanh được tăng trưởng và mở rộng? Này các Tỳ kheo, có tịnh tướng (subhanimitta) của các pháp. Sự phi lý tác ý thường xuyên đến các tịnh tướng ấy là thức ăn cho dục tham chưa sanh được khởi, và dục tham đã sanh được tăng trưởng, mở rộng.

“Và này các Tỳ kheo, cái gì là thức ăn cho sân hận chưa sanh được khởi và sân hận đã sanh được tăng trưởng, mở rộng? Này các Tỳ kheo, có chương ngại tướng (patighanimittam)^[21] của các pháp. Sự phi lý tác ý thường xuyên đến các chương ngại tướng ấy là thức ăn cho sân hận chưa sanh được khởi sinh và sân hận đã sanh được tăng trưởng, mở rộng.

“Và này các Tỳ kheo, cái gì là thức ăn cho hôn trầm – thụy miên chưa sanh được khởi sinh và hôn trầm – thụy miên đã sanh được tăng trưởng, mở rộng? Này các Tỳ kheo, có sự không hài lòng, lười nhác (tandī), uể oải (vijambhikā), tâm lười biếng (cetasolīnattam). Sự phi lý tác ý thường xuyên đến chúng là thức ăn cho hôn trầm – thụy miên chưa sanh được khởi sinh và hôn trầm – thụy miên đã sanh được tăng trưởng, mở rộng.

“Và này các Tỳ kheo, cái gì là thức ăn cho trạo cử – hối quá chưa sanh được khởi sinh và trạo cử – hối quá đã sanh được tăng trưởng, mở rộng? Này các Tỳ kheo, có sự không tịnh chỉ của tâm. Sự phi lý tác ý thường xuyên đối với tâm không tịnh chỉ ấy là thức ăn cho trạo cử phóng dật chưa sanh được khởi sinh và trạo cử phóng dật đã sanh được tăng trưởng, mở rộng.

“Này các Tỳ kheo, cái gì là thức ăn cho hoài nghi chưa sanh được khởi sinh và hoài nghi đã sanh được tăng trưởng, mở rộng? Này các Tỳ kheo, có những pháp làm căn cứ cho hoài nghi. Sự phi lý tác ý thường xuyên trên ấy là thức ăn cho hoài nghi chưa sanh được khởi sinh và hoài nghi đã sanh được tăng trưởng, mở rộng.”^[22]

Như vậy, chúng ta thấy dục tham khởi lên đặc biệt là do phi lý tác ý đến tịnh tướng hay sự hấp dẫn của các đối tượng; sân hận do phi lý tác ý về những chương ngại tướng hay những nét không khả ái; hôn trầm – thụy miên do phi lý tác ý những trạng thái đưa đến sự thần thờ, uể oải; trạo cử – hối quá do phi lý tác ý đưa đến những trạng thái quấy động (tâm) và hoài nghi do phi lý tác ý đến những vấn đề mơ hồ.

SỰ DIỆT CỦA CÁC TRIỀN CÁI

Một khi căn nguyên làm cho sự khởi sinh và tăng trưởng của các triền cái đã trở nên rõ rệt thì phương pháp để làm mất tác dụng và trừ diệt chúng tất nhiên sẽ nảy sinh. Bởi lẽ các triền cái khởi lên tùy thuộc vào những nhân duyên đặc biệt nên việc kiểm soát và thắng phục chúng đòi hỏi phải loại trừ các nhân sanh của chúng. Mặc dù việc hoàn tất thực thụ của một sự dừng lại như vậy đòi hỏi một sự nỗ lực

cần chuyên, song đạo Phật vẫn có một cơ sở để lạc quan rằng những năng lực cần thiết để vượt qua những triền cái không vượt quá khả năng tu tập của con người, miễn họ có được một phương pháp thích hợp. Và mục đích chính của Phật pháp là khai mở các phương pháp đó vậy.

Con đường duy nhất để đoạn trừ tối hậu các triền cái là bốn đạo siêu thế. Và để đạt đến các siêu thế đạo này tất yếu phải có sự tu tập minh sát (*vipassanā*), vì lẽ sự thâm nhập vào thực tánh của mọi hiện tượng (thấy rõ tam tướng) chỉ có ở đạo tuệ siêu thế mà thôi. Thế nhưng, muốn minh sát tuệ sanh khởi, các triền cái phải được làm cho suy yếu đến một mức nào đó, ở đây, chúng không còn làm gián đoạn tiến trình quán chiếu.

Đối với việc khắc phục sơ bộ các triền cái, kinh điển thường đưa ra hai giải pháp. Một là sự đè nén các triền cái bằng cách tu tập tịnh chỉ (*samatha*) ở mức cận định hoặc an chỉ định (*jhāna*); hai là sự trừ diệt các triền cái trong quá trình tu tập minh sát. Giải pháp đầu được mô tả trong các bài kinh, trong đó đức Phật chỉ ra các giai đoạn “tu tập tuần tự”; giải pháp sau nằm trong các bài kinh nói về sự tu tập “Tứ niệm xứ” (*Satipatthāna*). [23]

Sở dĩ đức Phật đưa ra hai phương pháp tu tập khác nhau này là vì khuynh hướng của các vị đệ tử. Những vị thiên về định thường có khuynh hướng muốn đắc định trước bằng cách đè nén các triền cái qua một bậc thiền nào đó rồi mới chuyển sang tu tập tuệ. Những vị này được gọi là “chỉ thừa hành giả” (*samathayānika*), tức những vị tu “tuệ có tịnh chỉ đi trước”. Trong khi đó những vị thiên về trí thường tiến hành thiền tuệ liền và để việc tu tập định lại sau khi đã đắc tuệ. Các vị này được gọi là “quán thừa hành giả”, nghĩa là người tu “tịnh chỉ có tuệ đi trước”. Tất nhiên cả hai khuynh hướng đều phải phát triển tuệ bằng việc thực hành Tứ niệm xứ, vì trí tuệ minh sát là điều cần yếu để đạt đến siêu thế đạo. Sự khác biệt, không phải ở phương diện tuệ, mà ở trình tự tu tập trong việc phát triển trí tuệ. Hành giả tu định đắc thiền xong rồi tu tuệ và cuối cùng đạt đến đạo quả. Hành giả tu quán đạt đến đạo quả trực tiếp bằng việc tu tập minh sát, không dựa vào nền tảng của một bậc thiền nào cả.

Bây giờ, chúng ta sẽ lần lượt xét đến từng phương pháp đoạn trừ triền cái này – phương pháp tu tập theo tuần tự, trong đó việc đắc định được nhấn mạnh; và phương pháp Tứ niệm xứ, nhấn mạnh đến việc phát triển tuệ giác trực tiếp. Cuối cùng sẽ điếm qua một chút cách bốn siêu thế đạo tuyệt trừ các triền cái như thế nào.

CON ĐƯỜNG TU TẬP THEO TUẦN TỰ

Như trên chúng ta đã thấy, các triền cái được duy trì bằng một chuỗi các duyên, bắt đầu là không thân cận các bậc chân nhân và tiếp tục qua việc không lắng nghe chánh pháp, thiếu niềm tin, phi lý tác ý, không chánh niệm tỉnh giác, không chế ngự các căn và can dự vào ba hành ác. Về việc tu tập theo tuần tự, kinh sa môn quả

(*Sāmaññaphalasutta*) đã đưa ra một con đường tu tập nhằm đảo ngược mô thức tập khởi này. Bài kinh bắt đầu với việc giới thiệu sự xuất hiện của đức Phật và giáo Pháp của Ngài trên thế gian, tạo cơ hội cho việc thân cận các bậc chân nhân và lắng nghe chánh pháp. Có được niềm tin nơi giáo pháp dẫn đến sự hết lòng tu tập, mà sự tu tập này được tiến hành tăng dần từng bậc nhằm đưa hành giả đến mục tiêu giải thoát.

Bước cơ bản nhất trên đạo lộ là sự tuân thủ giới luật theo các tâm mức khác nhau, từ ngũ giới cho người tại gia cư sĩ đến cụ túc giới cho các vị Tỳ kheo nhằm mục đích chế ngự thân và khẩu. Những hành vi sai trái của thân và khẩu - do các tâm bất thiện thúc đẩy - sẽ trở nên mạnh mẽ hơn nếu chúng được dung dưỡng, cho nên, muốn đoạn trừ các phiền não nhất thiết phải khởi đầu bằng việc kiểm soát những bộc lộ của thân hành và khẩu hành. Sự kiểm soát này được luyện tập bằng cách hành động hợp theo tinh thần giới luật. Nhờ thận trọng giữ gìn giới luật, hành giả có thể diệt được các hành ác của thân và khẩu vốn nuôi dưỡng năm triền cái, nhờ đó làm suy yếu những xung lực của chúng.

Tuy nhiên chỉ giữ giới không vẫn chưa đủ để chống lại ảnh hưởng của các phiền não tác động trên tiến trình nội tại của tâm thức. Ở đó các triền cái phải được đối phó theo mức riêng của chúng, tức là phải chịu một kỷ luật tu tập tâm toàn diện. Việc tu tập này bắt đầu bằng việc chế ngự các căn (*indriyasamvara*). Mắt thấy sắc hay nhận thức bất kỳ đối tượng nào với căn tương ứng, hành giả không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng, mà kiểm soát, phòng hộ và làm chủ các căn của mình. Bởi vì sự ngộ nhận các dục trần ấy là hấp dẫn hay đáng ghét đều có thể trở thành mảnh đất cho tham ái hoặc sân hận tăng trưởng. Vì vậy, hành giả phải tránh sự mê hoặc của các trần cảnh, chỉ quan sát, nhìn nhận sự thật một cách khách quan, không định kiến. Khi đã có sự tự chế này, hành giả mới phát triển chánh niệm tỉnh giác (*sati sampajannā*) trong mọi hoạt động và bốn oai nghi đi, đứng, nằm, ngồi của mình. Nhờ xem xét mọi việc mình làm với chánh niệm tỉnh giác, hành giả có thể ngăn những hoạt động này để không trở thành cơ sở cho sự khởi sanh của các triền cái. Muốn tránh tham và sân đối với những nhu cầu của cuộc sống, hành giả còn phải trau dồi thêm pháp tri túc (*santutti*) - biết đủ với những y phục, thức ăn, thuốc men và chỗ ở.

Những bước tu tập sơ khởi trong giới, chế ngự các căn, chánh niệm - tỉnh giác và tri túc này là một sự chuẩn bị cần thiết cho việc tu tập tăng thượng tâm qua pháp hành thiền. Một khi đã chu toàn những bước sơ khởi này, hành giả nên sửa soạn đi vào độc cư để phát triển các bậc thiền, chính ở giai đoạn này, hành giả sẽ đương đầu trực tiếp với cái triền cái. Việc trừ diệt các triền cái đòi hỏi người hành thiền trước hết phải đánh giá trung thực tình trạng nội tâm của mình bằng cách tự kiểm nội quan hay tự xem xét chính nội tâm mình. Khi tham dục, sân hận hay những triền cái khác có mặt, hành giả phải nhận thức được sự có mặt của chúng. Và khi sự hiện diện của chúng đã bị phát hiện, việc đòi hỏi kế tiếp là phải hiểu những đối trị thích hợp của chúng. Vì mọi triền cái khởi sanh, như chúng ta đã thấy, đều do phi lý tác ý, nên phương cách chung có hiệu quả nhất để đoạn trừ chúng là thay đổi

cách tác ý đến chúng. Điều này có nghĩa, thay thế phi lý tác ý bằng như lý tác ý (*yonisomanasikāra*) mà thôi. Nhờ điều chỉnh lại những sai lệch trong tiến trình nhận thức vốn cung cấp thức ăn cho sự tăng trưởng của các triền cái và thường xuyên như lý tác ý mà hành giả cô lập và loại trừ được các triền cái. Vì vậy, đức Phật nói rằng, đối với người thường xuyên như lý tác ý các pháp, những triền cái chưa sanh sẽ không khởi lên và những triền cái đã sanh được đoạn trừ. [24]

Cũng vì mỗi triền cái có thức ăn riêng do phi lý tác ý tương xứng với cách hoạt động đặc thù của nó nên mỗi triền cái cũng có cái “không - thức ăn” (*anāhāra*) hay nhân diệt của nó do như lý tác ý thích hợp. Như lý tác ý về bất tịnh tướng (*asubhanimitta*) của các pháp là “không - thức ăn” cho dục tham. Như lý tác ý về từ tâm giải thoát (*mettācetavimutti*) là “không - thức ăn” hay làm mất tác dụng sân hận. Như lý tác ý về phát cần giới (*ārambhadhātu*), tinh tấn giới (*nikkamadhātu*) và đồng mãnh giới (*parakkamadhātu*) làm mất tác dụng hôn trầm - thụy miên. Như lý tác ý đến tịch tịnh tâm (*cetaso vūpassama*) làm mất tác dụng trao cử - hồi quá và như lý tác ý đến thiện và bất thiện pháp (*kusalākusaladhamma*) làm mất tác dụng hoài nghi. [25]

Trong các bản chú giải, những gợi ý đa dạng của đức Phật về sự trừ diệt các triền cái đã được sắp đặt thành hệ thống gồm sáu biện pháp dẫn đến sự đoạn trừ của mỗi triền cái.

Đoạn trừ dục tham: Chọn một đề mục thiền biểu hiện tướng bất tịnh của pháp; áp dụng đề mục ấy vào việc tu tập thiền; phòng hộ các căn; tiết độ trong ẩm thực; được sự hỗ trợ của bạn lành (bậc thiện tri thức) trong nỗ lực tu tập; nói những điều thích hợp đưa đến sự thành tựu mục đích đã định (đoạn trừ dục tham).

Đoạn trừ sân hận: Chọn đề mục thiền từ ái; áp dụng đề mục ấy vào việc phát triển bậc thiền; suy xét về nghiệp như tài sản riêng của mình; thường xuyên như lý tác ý; thân cận bạn lành; nói những điều thích hợp trợ giúp cho việc phát triển từ tâm và loại bỏ sân hận.

Thắng phục hôn trầm - thụy miên: Thấy rõ lý do phát sanh hôn trầm - thụy miên nằm ở chỗ ăn uống quá độ; đổi sang một oai nghi khác; quán tưởng ánh sáng; ở nơi thoáng khí; thân cận bạn lành; nói điều thích hợp giúp loại trừ hôn trầm - thụy miên.

Trừ diệt trao cử - hồi quá: Có kiến thức; đặt câu hỏi; hiểu biết giới luật; thân cận các bậc trưởng lão có kinh nghiệm hơn mình về pháp hành; được sự hỗ trợ của bạn lành; nói chuyện thích hợp giúp loại trừ trao cử - hồi quá.

Vượt qua hoài nghi: Học hiểu những lời dạy của đức Phật; tìm hiểu rõ về đức Phật, giáo Pháp và thánh chúng đệ tử Phật; thông suốt giới luật; xác quyết niềm tin nơi Tam bảo; sự hỗ trợ của bạn lành; nói chuyện thích hợp giúp đẩy lùi hoài nghi. [26]

Sự đè nén các triền cái bằng những biện pháp này không những là điều thiết yếu cho bước khởi đầu để chứng thiền, mà còn bảo đảm khả năng mở rộng và kéo dài thiền chứng ấy nữa. Cho dù một hành giả có thể vượt qua các triền cái bằng sức mạnh của định, song nếu vị ấy vẫn chưa làm suy yếu sự ràng buộc của chúng trên những lớp tiềm thức bằng chánh tư duy và nỗ lực tinh thần thì những triền cái ấy sẽ có khuynh hướng chọc thủng sự an chỉ và làm tan biến định lực của vị ấy. Do đó, khả năng trú thiền của vị ấy sẽ suy giảm và nông cạn, như Thanh Tịnh Đạo giải thích:

“Khi một vị Tỳ kheo nhập vào một bậc thiền nào đó mà không hoàn toàn đè nén tham dục bằng cách hồi tưởng những nguy hiểm của dục, không làm lắng dịu hoàn toàn những bực bội của thân bằng an tịnh thân, không hoàn toàn loại bỏ hôn trầm – thụy miên bằng đề khởi phát cần giới, không hoàn toàn loại bỏ trạo cử – hối quá bằng cách khởi phát tịnh chỉ tướng và không hoàn toàn thanh tịnh tâm khỏi những trạng thái chướng ngại định khác, thì vị Tỳ kheo ấy chẳng bao lâu sẽ xuất thiền, như con ong bay vào một cái tổ không sạch, hay như đức Vua ngự vào một khu vườn bẩn thỉu”.^[27]

PHƯƠNG PHÁP CHÁNH NIỆM

Trong *Satipatṭhānasutta* – kinh Tứ niệm xứ^[28] – đức Phật đưa ra một phương pháp khác nhằm đoạn trừ các triền cái, trong đó sử dụng sự quán sát với chánh niệm chính các triền cái này như một cách để thoát khỏi sự bám giữ của chúng (trong tâm). Phương pháp này cũng bao hàm những bước tiên khởi cần phải tuân thủ như trong tiến trình tu tập theo tuần tự – giữ giới, chế ngự các căn, chánh niệm tỉnh giác, tri túc trong ẩm thực. Tuy nhiên, thay vì dùng những phương cách khác nhau để làm mất tác dụng các triền cái với mục đích đắc thiền, phương pháp chánh niệm trực tiếp tiến hành việc quán sát các hiện tượng thân – tâm hay danh - sắc với mục đích khơi dậy tuệ giác.

Các hiện tượng đa dạng của thân và tâm không ngoài bốn “niệm xứ”: thân (*kāya*), thọ (*vedanā*), tâm (*citta*) và pháp (*dhamma*). Việc đối đầu với các triền cái được xếp vào niệm xứ cuối cùng, tức tùy quán pháp (*dhammā-nupassanā*), và nó được xem như bài tập đầu tiên trong nhóm này.

“Ở đây, này các Tỳ kheo, vị Tỳ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái. Thế nào là vị Tỳ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái? Ở đây, này các Tỳ kheo, khi dục tham có mặt, vị ấy biết rõ: “dục tham đang có mặt trong ta”; vị ấy biết rõ vì sao dục tham chưa sanh lại khởi lên; vì sao dục tham đã khởi được đoạn trừ và làm thế nào dục tham đã đoạn trừ không sanh khởi trở lại. Đối với sân hận, hôn trầm – thụy miên, trạo cử – hối quá và hoài nghi, vị ấy cũng biết rõ như vậy.”^[29]

Một người hành thiền muốn tránh mọi điều kiện có khuynh hướng kích động các triền cái trở dậy là điều không thể được, do đó, vị ấy phải có một “kỹ thuật” khả dĩ

để đối phó với chúng một cách hiệu quả, ở mức nhân duyên – tức là ngăn không cho chúng khởi lên nếu có thể, hoặc diệt trừ một cách nhanh chóng và chắc chắn nếu đã sanh. Sự chánh niệm tỉnh giác sẽ cung cấp cho hành giả một “kỹ thuật” như vậy. Bằng việc chú tâm đơn thuần đến các triền cái, hành giả có được một sự hiểu biết rõ ràng về bản chất riêng của chúng và phân biệt rõ các nhân và duyên (sanh khởi và hoại diệt) của chúng. Quán sát năm triền cái là một phương tiện tu tập cho cả định lẫn tuệ. Nhờ trực diện với mỗi triền cái khi nó khởi sanh, hành giả tước bỏ được sức mạnh tàn hại mà nó sẽ vận dụng khi không bị phát hiện. Sự quán xét nội tâm này nếu được thực hiện một cách hoàn toàn trung thực sẽ tạo cho hành giả một sự tự tri cần có để chuyển hóa và làm cho trong sạch định hướng tâm linh của mình. Theo cách này, chánh niệm đối với các triền cái trở thành một phương tiện cho việc phát triển an định.

Cũng pháp quán ấy, khi hướng trực tiếp đến các triền cái như những sự kiện thuần túy đang phơi bày những đặc tánh phổ quát của các pháp (tam tướng) thì sẽ trở thành một phương tiện cho việc đạt đến trí tuệ minh sát (*vipassanā*). Nhờ quán sát việc sanh và diệt của các tiến trình tâm lý kết hợp với những triền cái, hành giả có được tuệ thể nhập vào sự thực vô thường (*anicca*). Nhờ chú tâm đến bản chất bất ổn và những ảnh hưởng khuấy động của chúng, hành giả thấy ra sự thực về khổ (*dukkha*). Và nhờ quán năm triền cái như những sự kiện phi cá tính thuần túy, không một thực thể hay một chỉ dấu nào để định vị tự ngã, hành giả hiểu được sự thật về vô ngã (*anatta*). Nếu những tuệ giác này được liên tục tu tập và phát triển sâu hơn, chúng sẽ dẫn đến việc chứng các siêu thế đạo. Phương pháp chánh niệm thậm chí có thể chuyển hóa những chướng ngại đối với thiền thành những phần tử cần thiết cho tiến trình thiền quán.

Trong việc tu tập thiền minh sát không có những nỗ lực chủ tâm nào được thực hiện để phát triển định. Bởi vì hành giả không giới hạn sự chú tâm của mình vào một đối tượng duy nhất, nên sự sanh khởi định ở mức cận hành hay an chỉ là không thể có được. Thiền minh sát đòi hỏi phải có sự quán sát liên tục trên dòng biến dịch của các hiện tượng (danh – sắc), đối tượng thay đổi trong từng khoảnh khắc, mọi hiện tượng không ngừng sanh diệt. Như vậy, tính ổn định, sự tập trung duy nhất – điều kiện cần thiết cho việc đắc định – đã vắng mặt trong thiền minh sát.

Tuy nhiên, việc tu tập minh sát tạo ra một loại định tự phát tồn tại cùng một lúc với chính nó. Loại nhất tâm này được gọi là “sát na định” hay “thời khắc định” (*khanikasamādhī*) có mặt do tính ổn định, sự chú tâm vào các hiện tượng đang thay đổi. Khi quán xét tiến trình sanh diệt của thân – tâm một cách không xao lãng, tự nhiên có một năng lực định liên tục đủ sức làm phạn sự đè nén các triền cái. Mặc dù không đủ mạnh để đắc định, song sát na định khởi sanh do minh sát tu tập này vẫn đủ mạnh để ngăn các triền cái không ảnh hưởng đến việc quán sát và trợ giúp cho tuệ minh sát khởi lên. Như vậy, dù không cố gắng phát triển thiền định, vị hành giả thuần quán vẫn có thể thiết lập định từng thời (sát na định) cho phép vị ấy có đủ sự nhất tâm để sử dụng như một căn bản định cho việc minh sát và chứng đạt đạo quả.

Tóm lại, hành giả tu tịnh chỉ (định) trước hết đè nén các triền cái bằng cận định hay bằng một bậc thiền nào đó rồi mới bắt đầu phát triển minh sát. Trong khi hành giả thuần quán bắt đầu bằng việc quán sát Tứ niệm xứ. Vị này tự nhiên phát triển sát na định đủ để diệt các triền cái làm cho thiền minh sát càng sâu hơn.

SỰ THỦ TIÊU CÁC TRIỀN CÁI

Trong các bậc thiền, triền cái được đoạn trừ chỉ bằng phương tiện trấn áp. Mặc dù không hoạt động, các triền cái vẫn tồn tại như những năng lực ngủ ngầm trong dòng hữu phần (dòng tâm thức duy trì kiếp sống) có thể trở dậy trở lại nếu có đủ kích thích. Sự thủ tiêu thực thụ của các triền cái đòi hỏi phải có trí tuệ thuộc các siêu thế đạo vốn đoạn trừ các triền cái bằng cách cắt đứt chúng tận gốc rễ. Sự đoạn trừ bằng cắt đứt (*samucchadappahāna*) này hoàn tất công việc tiêu diệt triền cái của nó bằng các siêu thế đạo khác nhau trong bốn giai đoạn phát triển. Theo Thanh Tịnh Đạo, đạo đầu tiên tức Nhập lưu thánh đạo (*sotāpattimagga*) cắt đứt hoài nghi triền cái. Đạo thứ hai – Nhất lai thánh đạo (*sakadāgāmicamma*) làm suy yếu tất cả các triền cái nhưng chưa dứt được. Đạo thứ ba – Bất lai thánh đạo (*anāgāmicamma*) cắt đứt dục tham, sân hận và hôi quá. Đạo thứ tư – Alahán Đạo (*Arahattamagga*) cắt đứt các triền cái còn lại – hôn trầm, thụy miên và trạo cử. Như vậy, chỉ có vị Alahán mới hoàn toàn vượt qua các triền cái. Đức Phật giải thích về một vị Alahán: “Năm triền cái được đoạn trừ, được cắt đứt tận gốc rễ, giống như thân cây ta-la không còn sống được, không còn mọc trở lại trong tương lai.”

NHỮNG LỢI ÍCH CỦA VIỆC ĐOẠN TRỪ CÁC TRIỀN CÁI

Theo Phật giáo văn hệ *Pāli*, sự suy giảm và loại trừ của các triền cái không những là điều kiện cần yếu cho việc đắc thiền mà còn cho cả việc phát triển các mặt đạo đức và tinh thần của con người. Các triền cái tiêu biểu cho toàn bộ những trạng thái tâm ô nhiễm bao gồm *ba bất thiện căn, tứ b惑, tứ kết, tứ lậu, tứ thủ, thập phiền não, thập kiết sử*.^[30] Các triền cái được đức Phật so sánh như món nợ, như bệnh hoạn, như ngục tù, như cảnh nô lệ, như con đường đi qua sa mạc, chúng che mắt con người khiến họ không thể thấy được lợi ích của bản thân mình, lợi ích của người khác hoặc lợi ích của cả hai.^[31] Do ảnh hưởng của các triền cái con người làm những điều lẽ ra họ không nên làm và xao lãng những bổn phận lẽ ra họ phải làm.^[32] Chúng làm ứ nhiễm tâm và suy yếu trí tuệ, tác thành si ám, tác thành không mắt, đoạn diệt trí tuệ, dự phần vào tổn hại, không đưa đến Niết bàn.^[33] Ví như vàng bị suy kém bởi năm tạp chất – sắt, đồng, chì, thiếc và bạc – “không mềm dẻo, không dễ dùng, không chói sáng, dễ bể vụn và không thể chạm trở tinh xảo được”, tâm cũng vậy, bị ứ nhiễm bởi năm triền cái, “không nhu nhuyễn, không dễ dùng, không chói sáng, cứng rắn và không thể định tâm chân chánh vào việc đoạn trừ các lậu hoặc”^[34]. Chính vì vậy mà đức Phật nói về chúng: “Này các Tỳ kheo, nếu ai nói một cách chân chánh về các triền cái, người ấy phải nói chúng là ‘một đồng tâm bất thiện’, vì quả thực năm triền cái này là một đồng tâm bất thiện hoàn toàn.”^[35]

Việc đoạn trừ năm triền cái đánh dấu bước mở đầu của giải thoát, như kinh nói: *“Khi năm triền cái đã được đoạn trừ, vị Tỳ kheo tự mình quán thấy như người đã thoát nợ, hết bệnh, khỏi tù tội, một người tự do và như đất lành an ổn.”*^[36] Cùng với sự đoạn trừ các triền cái, khả năng phát triển tâm linh của hành giả cũng được khai mở, không còn bị hạn chế. Cũng như vàng đã được tinh lọc khỏi năm tạp chất sẽ trở nên mềm dẻo, tinh chất, chói sáng và bền vững, có thể chạm trở dễ dàng. Vì thế, đức Phật nói:

“Khi tâm được thanh lọc khỏi năm uế nhiễm này thì sẽ trở nên nhu nhuyễn, dễ sử dụng, sáng chói, không vỡ vụn và có thể định tâm chân chánh vào việc trừ diệt các lậu hoặc. Và bất cứ pháp nào có thể chứng ngộ bằng thắng trí, nếu muốn, trong mỗi trường hợp, vị ấy có thể hướng tâm đến sự chứng ngộ pháp ấy khi các điều kiện khác đã được hoàn thành.”^[37]

Như vậy, chúng ta thấy việc đoạn trừ năm triền cái là điều kiện tiên quyết, không những để đắc thiền mà còn để đạt đến các thành tựu cao thượng khác. Chính nhờ sự đoạn trừ năm triền cái mà Tứ vô lượng tâm (*Brahmavihāra*) mới trở thành khả dĩ. Người hành thiền phải gột rửa tâm mình khỏi các triền cái trước khi muốn biến mãn thế gian này với những cảm xúc cao thượng của Từ, Bi, Hỷ, Xả.^[38] Trước khi giảng chân lý Tứ đế cho một vị đệ tử nào đó, đức Phật luôn luôn tin chắc rằng tâm vị ấy đã *“sẵn sàng, dễ dạy, không còn các chướng ngại (năm triền cái)”*^[39] để bảo đảm khả năng nắm bắt giáo lý thâm diệu mà một cái tâm đang còn ô nhiễm thì không thể nào thâm nhập. Như vậy sự giải thoát khỏi năm triền cái là một điều kiện cần thiết cho sự khởi lên của Pháp nhãn (Eye of Dhamma), khả năng thấu thị trực tiếp chân lý dẫn đến tầng giải thoát đầu tiên gọi là Nhập lưu thánh đạo. Những vị đã nhập vào dòng thánh (nhập lưu) tiếp tục tu tập để đạt đến *“sự an ổn tối thượng khỏi các khổ ách”* và trú ở đó sau khi đã đoạn diệt năm triền cái.^[40] Khi tâm đã trở nên *“định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản”* như vậy, hành giả có thể hướng tâm đến *tam minh*: túc mệnh minh – khả năng nhớ lại tiền kiếp của mình; sanh tử minh – khả năng biết được việc tử sanh của các chúng sanh khác; lậu tận minh – khả năng biết sự đoạn tận của các lậu hoặc.^[41] Tất cả những ai muốn đạt đến giải thoát, trước phải đoạn trừ các triền cái.

“Tất cả những ai đã giải thoát, đang giải thoát hoặc sẽ giải thoát khỏi thế gian này đều phải giải thoát bằng việc đoạn trừ năm triền cái làm ô nhiễm tâm và suy yếu trí tuệ, nhờ khéo an trú tâm trên bốn niệm xứ và chân chánh tu tập thất giác chi.”^[42]

Ngay cả chư Phật Chánh đẳng giác trong quá khứ, trong hiện tại và chư Phật Chánh đẳng giác trong vị lai chứng đắc quả vị vô thượng cũng do trước phải đoạn diệt năm triền cái.^[43] Có lẽ vì thế đức Phật mới mô tả giáo pháp của Ngài là hướng đến sự hủy diệt các chướng ngại này: *“Chính vì mục đích thắng trí năm triền cái, vì mục đích liễu tri, đoạn diệt và đoạn tận chúng, Bát Thánh Đạo phải được tu tập”*.^[44]

[1] “*Vivicc’eva kàmehi vivicca akusalehi dhammehi savitakkam savicàram vivekajam pitisukham patthànam jhànam upasampajja viharati*” MN. 1:89 Vibh p. 245.

[2] SN. 5:94

[3] SN. 5:97 “These five hindrances, monks, are causes of blindness, causes of loss of vision, causes of unknowing, opposed to wisdom, aligned with vexation, leading away from Nibbana.”

[4] MN. 1:85

[5] Xem Dhs., p. 222.

[6] Dhs.p. 232 # Bộ Pháp Tụ trang 303.

[7] Xem Dhs. P. 232. nt.

[8] MN – 1:101

[9] Dhs. A., pp. 388-389.

[10] DN. 1:71-73

[11] SN. 5: 121-124

[12] Vism. p. 118. PP., p.152.

[13] Vism, p. 114. PP, p. 147

[14] Vism p. 114 “*Samàdhi kàmacchandassa patipakkho, pìti byàpàdassa, vitakko thìnamidhassa, sukham uddhaccakukuccassa, vicàro vicikicayati petake vutta.*”

[15] Pàli: *Kàyaviveka, citta viveka, vikkhambhanaviveka.*

[16] Pàli: *Vikkhambhanappahànam, tadangappahànam, samucchedappahànam, patippassaddhippahànam, nissaranappahànam.* Xem Pts., p. 26.

[17] Vism., PP. 596 – 597 MN. A. 1:24 - 25

[18] Xem Vism, p. 102

[19] PP. p. 196 Vism. p. 155

[20] GS. 5:79. AN. 5:113

[21] Trong A.1, 3 dùng Asubhanimittam – bất mỹ tướng.

[22] SN. 5: 64 – 65.

[23] Đối với việc tu tập theo tuần tự, xem DN 1:47 – 86; MN. 1:175 – 84; 270 – 80. Đối với việc tu tập theo Tứ Niệm Xứ, xem DN. 2: 290 – 315 và MN. 1: 55 – 63.

[24] SN. 5: 85

[25] Ibid., 105 - 106

[26] Soma Thera, Way of Mindfulness, p.p. 117-126. MN. A. 1: 286 -290

[27] PP. p. 157 Vism, p. 122

[28] DN. 2: 290 – 315 MN. 1: 55 – 63.

[29] DN. 2: 300 – 301 (cô đọng lại).

[30] Ba bất thiện căn: tham, sân, si; Tứ bực: dục bực lưu (kàmogha), hữu bực lưu (bhavogha), kiến bực lưu (ditthogha) và vô minh bực lưu (avijjogha); Tứ kết: dục kết (kàmayoga), hữu kết (bhavayoga), kiến kết (ditthiyoga) và vô minh kết (avijjàyoga); Tứ lậu: dục lậu (kàmàsava), hữu lậu (bhavàsava), kiến lậu (ditthàsava), vô minh lậu (avijjàsava); Tứ thủ: dục thủ (kàmupàdàna), kiến thủ (ditthupàdànam), giới cấm thủ (sìlabbatupàdànam), ngã chấp thủ (attavàdupàdànam); Thập phiền não: tham, sân, si, mạn, kiến, nghi, thụy miên, trạo cử, vô tầm, vô quý; Thập kiết sử (samyojanam): dục ái, sắc ái, vô sắc ái, sân, mạn, kiến, giới cấm thủ, nghi, trạo cử, vô minh.

[31] DN. 1:73 SN. 5: 121-122

[32] AN. 2: 67

[33] SN. 5: 94, 97

[34] Nyanaponika Thera, The Five Mental Hindrances And Their Conquest (Năm triền cái và cách chinh phục) p.2 AN. 3:16

[35] SN. 5:145

[36] DN. 1:73

[37] Nyanaponika , Five Mental Hindrances, p.p. 2-3

[38] DN. 3: 49-50

[39] DN. 1:110 MN. 1:380

[40] SN. 5:327

[41] MN. 1:182

[42] AN. 5:195

[43] DN. 2:83

[44] SN. 5:60

-ooOoo-

CHƯƠNG IV

SƠ THIỀN VÀ CÁC THIỀN CHI

Như chúng ta đã nói lúc đầu, việc chứng thiền cần phải hiểu từ hai khía cạnh: một là sự đoạn trừ các pháp gây chướng ngại cho việc chứng thiền, hai là sự có mặt của các thiền chi tạo nên các thiền chứng. Ở trường hợp sơ thiền, các thiền chi này là năm tâm sở: tâm (*vitakka*), tứ (*vicāra*), hỷ (*pīti*), lạc (*sukha*) và nhất tâm (*cittass'ekaggatā*). Bốn trong năm tâm sở ấy đã đề cập trong các đoạn kinh mô tả sự chứng thiền; riêng nhất tâm, chi thiền thứ năm, được nói đến ở một chỗ khác. Sau khi đã dẫn tâm đến bậc thiền (sơ thiền), năm thiền chi này trú ở đó như những yếu tố xác định của nó, tạo cho thiền ấy có một dạng thức và đặc tính rõ rệt. Vì thế muốn hiểu sơ thiền nhất thiết phải hiểu qua việc nghiên cứu các thiền chi của nó.

Trong chương này, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết từng thiền chi một của sơ thiền, đặc biệt chú ý đến những đặc tính và nhiệm vụ của chúng trong tiến trình chứng đắc, khác với những gì được trình bày ở nơi khác. Chúng ta sẽ có một cái nhìn chung về bản chất của thiền, để làm sáng tỏ rằng sơ thiền không phải là một sự kết hợp tình cờ của những yếu tố không liên quan với nhau mà là một sự kết hợp có hệ thống các đồng tố của nó. Vấn đề này sẽ được làm rõ khi theo dõi tiến trình tâm của sự chứng thiền – chuỗi nhận thức mang tính chất năng động của kinh nghiệm. Chúng ta sẽ kết luận chương này với một vài nhận xét về các cách hoàn thiện sơ thiền, một đột phá mở đầu rất cần thiết cho sự phát triển định cao hơn.

TÂM (VITAKKA)

Chữ *vitakka* xuất phát từ căn *tak* (Skt. *tark*) có nghĩa “*tư duy*”, thường xuất hiện trong kinh cùng với một chữ khác – *vicāra* (*tứ*), vốn xuất phát từ căn *car* (P & Stk)

với nghĩa “*di chuyển*”. Hai từ này đi chung biểu thị hai phương diện có liên hệ với nhau nhưng khác loại của tiến trình tâm. Chúng ta sẽ dịch *vitakka* là “tâm” hoặc đơn giản là “*tư duy*”, còn *vicāra* là “*tứ*”.

Ở một đoạn kinh quan trọng trong *Cūlavēdalla* (Tiểu kinh phương quảng), Tỳ kheo *niDhammadinnā*, một bậc trí tuệ, mô tả tâm và tứ đi chung với nhau như là “*khẩu hành*” (*vacīsankhāra*), và đưa ra lời giải thích: “*Trước phải có tâm và tứ, sau đó mới phát ra lời nói, nên tâm và tứ là khẩu hành*” [1]. Chú giải định nghĩa “*khẩu hành*” như là cái “*tạo ra, gây ra hoặc khởi động lời nói*” [2]. Trong khi đó, phụ chú giải hay Sớ giải giải thích rằng sở dĩ tâm và tứ được coi là làm khởi động lời nói vì “*Tâm không tâm và tứ thì không thể tạo được tiếng nói*” [3]. Như vậy, việc diễn đạt những ý tưởng khởi nguồn từ “*tiếng nói bên trong*” và chi phối cách tạo âm của chúng qua bộ phát âm nên động cơ chính của lời nói lại là yếu tố chủ chốt trong tiến trình tư duy.

Trong các bản kinh và nhất là trong Tạng Diệu Pháp (*Abhidhamma*), “tâm” được định nghĩa là “*sự bám dính của tâm*” (*cetaso abhiniropana*), điều này được chú giải giải thích rằng tâm gắn tâm trên đối tượng [4]. Chú giải cũng chọn sự gắn tâm này như đặc tính chính của tâm và minh họa bằng một tỷ dụ ngắn gọn:

Nó (tâm) có đặc tính của sự bám dính của tâm trên đối tượng. Vì nó gắn chặt tâm vào đối tượng. Ví như một người leo được lên cung điện của Đức Vua nhờ vào một người trong hoàng tộc hoặc một người bạn thân thiết của Vua, tâm cũng vậy, leo lên được trên đối tượng nhờ vào tâm. [5]

Nhiệm vụ gắn chặt tâm vào đối tượng này dường như trở thành yếu tố hợp nhất bên dưới các cách thức phát sanh khác nhau của tâm, tạo cho nó một tính chất riêng bất chấp tính đa dạng trong những tác dụng của nó. Trong một cuộc thảo luận để làm sáng tỏ vấn đề, Shwe Zan Aung đã trình bày cho thấy sự hướng tâm và các tâm sở của nó vào một đối tượng là ý nghĩa cơ bản của tâm như thế nào, và điều này có thể áp dụng trong mọi trường hợp, ở đây, sự hoạt động của nó có thể nhận ra rõ ràng. Aung giải thích:

*Trong sự nhận thức các đối tượng bằng giác quan, yếu tố tâm có mặt như một hướng dẫn của các yếu tố đồng sanh. Trong trí tưởng tượng, tâm hướng đến một hình ảnh; trong khái niệm, tâm hướng đến một ý niệm; trong khái niệm biểu trưng, tâm hướng đến một khái niệm; trong sự quyết trạch (*vinicchaya-vīthi*), tâm hướng đến một lời xác nhận; trong lý luận (*takkavīthi*), tâm được nói bóng gió, nhưng không đề cập trong chuyên luận này (vì nó thuộc lãnh vực luận lý học – logic), là hướng đến một sự suy luận hay suy diễn; trong hoài nghi, tâm là một yếu tố bất định, lúc hướng đến đối tượng này, lúc đến đối tượng khác,... Trong sự phân tán, tâm là yếu tố hướng tâm đến nhiều đối tượng. Trong sơ thiền, tâm là yếu tố hướng tâm đến “*du ảnh*” (*after-image*). Trong tâm siêu thế, tâm là yếu tố hướng tâm đến Niết bàn. Và ở đây, nó được gọi là chánh tư duy (*sammā samkappa*), nguyện vọng đã viên mãn.* [6]

Trong những tiến trình của tư duy, khái niệm – tư tưởng và sự tưởng tượng, hoạt động của tâm dễ nhận ra hơn trong các tiến trình nhận thức khác. Nhưng bất luận khởi sanh ở đâu, nhiệm vụ hướng tâm của tâm vẫn được thực hiện, và điều này đặc biệt rõ ràng ở sơ thiền, nơi đây, tư duy “khẩu hành” không nổi bật mà chỉ còn lại tâm mà thôi.

BÁT THIỆN TÂM

Trong tự thân, tâm không thiện (*kusala*) cũng không bất thiện (*akusala*). Bản chất của nó là bất định và chỉ đơn thuần làm nhiệm vụ hướng tâm và các pháp đồng sanh của tâm vào đối tượng mà thôi. Tính chất đạo đức của nó được quyết định bởi các yếu tố phối hợp, đặc biệt là các căn chi phối nó. Khi tâm kết hợp với các căn bất thiện như tham (*lobha*), sân (*dosa*) và si (*moha*), nó trở thành bất thiện tâm (*akusalavitakka*). Khi tâm kết hợp với các căn thiện như vô tham (*alobha*), vô sân (*adosa*), vô si (*amoha*), nó trở thành thiện tâm (*kusalavitakka*).

Trong kinh điển, các bất thiện tâm này được phân thành ba loại là dục tâm (*kāmaavitakka*), sân tâm (*byāpādavitaṅka*) và hại tâm (*vihiṃsāvitaṅka*). Dục tâm là tư duy hay tâm bắt nguồn từ căn tham; sân tâm và hại tâm là những bộc lộ khác nhau của tư duy bắt nguồn từ căn sân. Các bất thiện tâm cũng còn gọi là các bất thiện tư duy (*akusalasamkappa*), ở đây chữ *vitakka* (tâm) và *samkappa* (tư duy) có thể dùng thay thế lẫn nhau.

Như vậy, có ba bất thiện tư duy, đó là, dục tư duy, sân tư duy và hại tư duy. Đức Phật, khi kể lại việc tu tập của mình trong suốt quá trình tâm cầu sự giác ngộ, giải thích rằng Ngài đã chia những tư duy của mình ra làm hai loại, thiện và bất thiện. Phía bất thiện, Ngài đặt những tư duy liên quan đến tham dục, sân hận và não hại. Khi tâm khởi lên một trong những tư duy này, Ngài liền xua tan nó bằng cách suy xét rằng những tư duy này đưa đến tự hại, hại người và hại cả hai; chúng làm tổn hại trí tuệ, đưa đến phiền não và rời xa Niết bàn. Rồi Ngài giải thích, nếu ai thường xuyên tư duy, suy nghĩ đến những bất thiện này, tâm sẽ xu hướng đến chúng và biến chúng thành thói quen.^[7]

Ngoài ba bất thiện tâm này còn có những bất thiện tư duy thứ yếu khác được kinh nói đến là “các ác bất thiện pháp” (*papakā akusalā dhamma*). Đức Phật dạy rằng việc đè nén và trừ diệt các tâm và tư duy bất thiện là một trong những phương pháp rèn luyện cơ bản của đời phạm hạnh. Một vị Tỷ kheo khi tu tập luôn chân chánh giác sát, không chấp nhận một tư duy tham dục đã khởi lên. Vị ấy đoạn trừ nó, xua tan nó, chấm dứt nó, tiêu diệt nó. Vị ấy không chấp nhận một tư duy sân hận đã khởi lên... một tư duy não hại đã khởi lên.. không chấp nhận các ác bất thiện pháp đôi lúc khởi lên. Vị ấy đoạn trừ chúng, xua tan chúng, chấm dứt chúng, tiêu diệt chúng.^[8]

Trong nỗ lực chứng thiền, vị hành giả phải dập tắt mọi tư duy bất thiện. Những tư duy ấy sẽ là những tâm kết hợp với năm triền cái. Tư duy kết hợp với triền cái thứ

nhất là tham dục, rõ ràng là dục tâm. Tư duy sân hận và tư duy não kết hợp với sân triền cái. Những tâm liên quan với các triền cái còn lại xem như nằm trong các “ác bất thiện pháp” mà một vị Tỳ kheo phải vượt qua trong tiến trình tu tập của mình. Kinh điển còn ghi lại một số các tư duy phân tán thứ yếu khác như những tư duy về thân bằng quyến thuộc, quê hương xứ sở, và lợi danh của mình^[9]. Đức Phật tuyên bố rằng tất cả những tư duy bất thiện này sẽ bị diệt, không còn dư tàn ở sơ thiên. Pháp hành để diệt những tư duy bất thiện này là Tứ chánh cần – tinh tấn đoạn trừ những bất thiện pháp đã sanh, ngăn ngừa những bất thiện pháp chưa sanh, phát triển các thiện pháp đã sanh và phát khởi các thiện pháp chưa sanh ^[10].

THIỆN TÂM

Thiện tâm (*kusalavitakka*) xuất hiện ở ba cấp: thiện tâm thuộc những tâm thiện bình thường, thiện tâm thuộc sơ thiên và thiện tâm thuộc siêu thế đạo.

1. Thiện tâm bình thường

Tâm trở thành thiện khi kết hợp với ba thiện căn là vô tham, vô sân, vô si. Trong kinh nói rằng, các tư duy thiện hay thiện tâm không liên hệ trực tiếp đến một kinh nghiệm tâm linh cao hơn được phân thành ba loại: xuất ly tâm (*nekkhammavitakka*) hay những tư duy về sự từ bỏ; vô sân tâm (*abyādavitaṅkka*) hay những tư duy về lòng từ thiện; và vô hại tâm (*avihimsāvitakka*) hay những tư duy về sự không nào hại. Ba thiện tâm này là ba đối lập trực tiếp của ba bất thiện tâm. Xuất ly tâm đối lại với dục tâm, vô sân tâm đối lại với sân tâm và vô hại tâm đối lại với hại tâm. Các thiện tâm cũng được kể dưới tên “thiện tư duy” (*kusalasamkappa*) vốn có cùng tính chất với ba loại trên. Đức Phật giải thích rằng lúc còn là một vị Bồ Tát, Ngài đã đưa ra một phạm trù gồm những tư duy (tâm) thiện, trong đó có tư duy xuất ly, vô sân và vô hại. Ngài hiểu rằng những tư duy này không dẫn đến tự hại, không dẫn đến hại người, không dẫn đến hại cả hai; mà dẫn đến sự tăng trưởng trí tuệ, giải thoát khỏi phiền não và chứng ngộ Niết bàn. Hơn nữa, Ngài tuyên bố, do tư duy và suy nghĩ đến sự xuất ly, người ta có thể xua tan những tư duy tham dục; do tư duy đến từ tâm, người ta có thể xua tan những tư duy sân hận, và do tư duy đến những điều vô hại, người ta có thể xua tan những ý nghĩ nào hại^[11].

Trong *Vitakkasaṅṭhāna Sutta* (An trú tâm kinh), đức Phật giới thiệu năm phương pháp sử dụng những tư duy (tâm) thiện để loại trừ những tư duy (tâm) bất thiện mà kinh sắp theo các căn tương ứng – tham, sân, si – của chúng. Trong số đó, có một phương pháp đối đầu trực tiếp, dùng một tư duy thiện để diệt một tư duy bất thiện.

Ví như một người thợ mộc có kinh nghiệm hoặc đệ tử của người đó, dùng một cái nêm nhỏ để làm bật ra, loại bỏ ra một cái nêm lớn; vị Tỳ kheo cũng vậy, muốn loại trừ một đối tượng bất thiện cần phải tác ý đến một đối tượng khác liên hệ đến thiện. Khi ấy, các tư duy ác, bất thiện liên hệ đến tham, sân, si sẽ được trừ diệt, sẽ

biến mất. Nhờ vậy mà nôi tâm được an trú, an tịnh, nhất tâm và định trên đề mục thiền của mình. [12]

Bốn cách khác vượt qua những tư duy bất thiện là suy xét đến những tai hại của chúng; cố gắng không tác ý đến chúng; suy nghĩ đến việc loại trừ nguồn gốc sanh ra chúng và dùng thiện tâm chế ngự, đánh bại, nhiếp phục ác tâm (với răng cắn chặt, ép sát lưỡi lên nóc họng).

Lời khuyên này được đưa ra cho một vị Tỳ kheo đang cố gắng tu tập để đạt đến tầng thượng tâm (*adhicitta*), một thuật ngữ tương đương với thiền (*jhāna*). Khi những tư duy bất thiện thỉnh thoảng khởi lên ngăn che tiến bộ tâm linh của mình, hành giả có thể tu tập các tư duy thiện để vượt qua chúng. Chú giải giải thích rằng, hành giả nên tác ý đến một đối tượng không đáng ưa nào đó để loại trừ tư duy tham dục liên hệ đến các hữu tình chúng sanh và tác ý đến tính chất vô thường để vượt qua những tư duy tham dục liên hệ đến các đối tượng vô tình; nên tu tập tâm từ để vượt qua lòng sân hận đối với các hữu tình và tác ý đến tứ đại để đoạn trừ lòng sân đối với loại vô tình. [13]

2. Thiện tâm trong thiền (*jhāna*)

Nhiệm vụ chung của tâm, như chúng ta đã thấy, là hướng tâm và các pháp đồng sanh đến đối tượng. Trong thiền, nhiệm vụ này trở nên mạnh hơn và rõ rệt hơn ở các chỗ khác. Chính xác hơn, phải nói rằng trong tâm thiền, tâm “đẩy” các pháp đồng sanh vào đối tượng thay vì chỉ hướng chúng vào đó thôi. Chính vì vậy Thanh Tịnh Đạo mới nói rằng trong thiền, nhiệm vụ của tâm là “đánh mạnh vào, quất mạnh vào, vì nhờ nó mà hành giả được bảo là có đối tượng do tầm đánh mạnh vào, có đối tượng do tầm quất mạnh vào.” [14]

Trong tiến trình thiền, tầm được định tính bằng một từ khác là *appanā* với nghĩa khắng khít (quen dịch là an chỉ). *Milindapanñha* (Mi-lan-đà vấn kinh) nêu tính chất khắng khít này như đặc tính nổi bật của tầm: “Tầm có đặc tính của sự khắng khít. Ví như người thợ mộc gắn một miếng ván đã được khéo cắt vào chỗ nối khắng khít như thế nào, tầm cũng có đặc tính khắng khít như vậy.” [15] Trong khi tầm bình thường có thể nói là chỉ dán tâm vào bề mặt của đối tượng, thì tầm ở trường hợp thiền thâm nhập vào chiều sâu hay phần bên trong của đối tượng. Như vậy, chúng ta thấy tầm ở mức độ an chỉ (khắng khít) được so sánh với một trái banh đặc chìm xuống đáy nước và nằm ở đó; tầm trong tâm bình thường ví như trái banh rỗng chỉ nằm được dưới nước khi có một sức ép đè xuống nhưng sẽ nổi lên mặt nước lại khi sức ép ấy không còn nữa.

Đối tượng của thiền (*jhāna*) mà tầm nhân tâm và các tâm sở của nó vào là tợ tướng (*paṭibhāganimitta*). Đối tượng này chúng ta đã gặp trong phần bàn luận về sự đè nén năm triền cái, tuy nhiên ở đây, chúng ta sẽ làm sáng tỏ thêm nữa bản chất của nó. Khi một hành giả bắt đầu việc tu tập của mình để chứng đắc thiền, hành giả chọn một đối tượng sơ khởi, chẳng hạn như một biến xứ (*kasina*) màu hoặc tứ đại

và tập trung vào đó cho đến khi hành giả có thể mừng tượng được đối tượng ấy khi nhắm mắt cũng rõ rệt như khi mở mắt. Bất cứ lúc nào hành giả nhận thấy rằng đối tượng không còn rõ nữa thì nên mở mắt ra và nhìn vào đối tượng trở lại cho tới khi có thể tạo được một ấn tượng rõ rệt trong tâm về cách xuất hiện của nó. Khi đã nhớ rõ cách xuất hiện của đối tượng rồi, hành giả nên nhắm mắt lại và tái lập tiến trình mừng tượng như trước cho đến khi thành thực. Khi đối tượng đã được định hình rõ nét, tức là khi hành giả tác ý đến nó khi nhắm mắt cũng rõ rệt như khi mở mắt, thì học tướng (*uggahanimitta – learning sign*) được coi là đã khởi lên. Ở thời điểm này, hành giả nên buông bỏ đề mục vật lý (đề mục thực) và chỉ tập trung vào học tướng, phát triển tướng ấy bằng cách đánh mạnh vào nó nhiều lần với tâm và tứ.

Khi hành giả tu tập được như vậy, sức mạnh các thiện chi sẽ tăng trưởng, mỗi chi thiện đè nén được triển cái tương ứng của nó. Tâm, như chúng ta thấy, phản công hôn trầm – thụy miên triển cái, cuối cùng dồn nó vào một trạng thái bị đè nén hoàn toàn. Khi các triển cái đã bị đè nén và phiền não chìm xuống, tâm nhập vào cận định. Lúc này học tướng được thay thế bằng tợ tướng. *Visuddhimagga* giải thích sự khác biệt giữa hai tướng này như sau:

Trong học tướng (uggahanimitta), bất cứ lỗi nào trên biển xứ (kasiṇa) cũng rõ rệt. Nhưng tợ tướng xuất hiện như thể vượt ra ngoài học tướng và trong sạch hơn gấp trăm ngàn lần chẳng khác nào tấm gương soi vừa được rút ra khỏi hộp, tựa như một chiếc đĩa làm bằng vỏ ốc xà cừ được đánh bóng láng, như vàng trắng thoát khỏi đám mây che, như những con hạc trắng tương phản trên nền mây đen. Nhưng tợ tướng không có màu sắc cũng chẳng có hình dáng, vì nếu có, mắt có thể nhìn thấy, có thể tuệ tri vì in dấu ba đặc tánh (tam tướng). Nhưng nó không phải vậy, vì nó chỉ sanh ra từ tướng nơi một người đã đắc định và chỉ là một cách xuất hiện (của tướng) mà thôi.

Tợ tướng là đối tượng của cả cận định lẫn an chỉ định (thiền). Cái khác giữa hai loại định này không phải ở đối tượng của chúng mà ở sức mạnh của các thiện chi chúng có. Trong cận định, các thiện chi vẫn còn yếu và chưa được phát triển đầy đủ. Trong an chỉ, các thiện chi đã đủ mạnh để thực thụ nhấn tâm vào đối tượng với sức mạnh của sự khắng khít hay an trú hoàn toàn. Trong tiến trình này, “tâm” là chi thiện chịu trách nhiệm tạo ra sự khắng khít của tâm với tợ tướng.

Bởi vì “tâm” trong thiền tương ứng với các thiện căn nên nó sẽ mang hình thức như một thiện tâm thuộc xuất ly, vô sân và vô hại. Sự xuất hiện của nó trong các dạng này bắt nguồn từ việc từ bỏ tham dục triển cái, sân triển cái và những phiền não gây ra ba bất thiện tâm (tham dục, sân hận, não hại). Vì lẽ tâm là chi thiện cần thiết để phản công trực tiếp loại triển cái đối nghịch với nó nên tâm thực hiện công việc đè nén hôn trầm – thụy miên. Và vì nó có nhiệm vụ chung là hướng tâm đến đối tượng nên tâm cũng nhấn tâm vào tợ tướng, giữ chắc nó ở đây với cường độ của an chỉ định.

3. Thiện tâm trong thánh đạo

Hình thức cao nhất của thiện tâm là tâm trong Bát Thánh Đạo. Bát Thánh Đạo, với tám chi phần của nó, hoạt động ở hai cấp, hợp thế và siêu thế. Bát Thánh Đạo hợp thế (*lokiya*) được phát triển vào những lúc khi mà tâm thiện của hành giả đang nỗ lực để chứng đắc Tứ thánh đế và tuyệt trừ phiền não. Bát Thánh Đạo siêu thế khởi lên khi sự tu tập đã thành thực viên mãn. Vào lúc siêu thế đạo sanh lên, nó thâm nhập vào Tứ đế nhờ chứng ngộ Niết bàn như đối tượng của nó, đồng thời thủ tiêu các phiền não.

Thiện tâm xuất hiện ở cả hai cấp độ của thánh đạo với tư cách là chánh tư duy (*sammāsankappa*) – chi phần thứ hai của Bát Thánh Đạo. Ở giai đoạn hiệp thế, nó chính là ba loại thiện tư duy về xuất ly, vô sân và vô hại. Ở giai đoạn siêu thế, nó là yếu tố hướng dẫn của tâm thực hiện nhiệm vụ nhấn tâm vào đối tượng của nó là Niết bàn. Chánh tư duy hiệp thế, dù là công đức, nhưng vẫn được mô tả như phải chịu ảnh hưởng của lậu hoặc (*āsava*) và đưa đến quả sanh y (*upadhi-vepakkha*), tức còn luân chuyển trong tam giới. Ngược lại, chánh tư duy siêu thế là một chi của siêu thế đạo thuộc bậc thánh (*ariya*) và vô lậu (*anāsava*). Đức Phật xác định nó như “*sự suy nghĩ, suy tầm, tư duy, khắng khít, tập trung vào, sự dán tâm vào, một ngữ hành trong tâm của vị Thánh, trong tâm của một vị vô lậu, của vị có thánh đạo, đang tu tập thánh đạo.*”^[16] Chánh tư duy thuộc loại này vẫn còn là một tư duy thiện về sự xuất ly, vô sân và bất hại bởi vì nó tương ứng với vô tham và vô sân. Tuy nhiên, đặc tánh chính của chánh tư duy là khả năng dẫn tâm vào an trú trên Niết bàn của nó và chính phương diện này được đức Phật nhấn mạnh trong định nghĩa của Ngài vừa rồi.

TỨ (VICĀRA)

Mặc dù chữ *vicāra* (tứ) và những phái sinh của nó hầu như xuất hiện trong kinh kết hợp với chữ *vitakka* (tâm) và những phái sinh của từ này một cách không đối, song việc sử dụng hai từ khác loại và hiếm thấy trường hợp từ này xuất hiện mà không có từ kia, khiến ta nghĩ rằng chúng tiêu biểu cho những phương diện khác biệt của tiến trình tâm. Bởi vì “tứ” luôn luôn theo sau “tâm” nên nó có vẻ như chỉ là một giai đoạn phát triển thêm của tâm, và sự hoài nghi này nảy sanh từ lối phân tích được đưa ra trong Vi Diệu Pháp cũng như các bản chú giải. Để thể hiện được sắc thái khác nhau này, chúng ta dịch *vicāra* là “tứ”. Chú giải giải thích tứ như sau:

Tư duy được kéo dài ra hay tư duy được duy trì (vicāraṇa) là tứ (vicāra). Sự duy trì liên tục (anusāna-rāṇa) là những gì muốn nói ở đây. Tứ có đặc tính của sức ép liên tục lên đối tượng (thời gian trú trên đối tượng). Nhiệm vụ của tứ là giữ cho các (tâm) pháp đồng sanh (trú) với đối tượng.

Nó được biểu thị bằng việc giữ cho tâm neo chắc (trên đối tượng ấy).^[17] Từ sự giải thích này nổi lên một vài đặc điểm của tứ. Thứ nhất, theo từ nguyên, *vicāra* biểu thị sự chuyển động liên tục; như vậy tứ là sự chuyển động liên tục của tâm trên đối tượng. Thứ hai, theo chức năng, tứ thực hiện phận sự gắn chặt tâm và các pháp đồng sanh trên đối tượng, giữ chúng neo chắc ở đó, duy trì công việc dán tâm mà

tâm thực hiện. Và thứ ba, tứ đóng vai trò quan sát. Bằng cách buộc chặt sự tập trung của tâm trên đối tượng, tứ cho tâm khả năng xem xét, khảo sát, nghiên cứu kỹ những đặc tính của đối tượng.

Các bản chú giải giải thích rất kỹ những dị biệt giữa tầm và tứ bằng cách mô tả tầm như sự xúc chạm đầu tiên của tâm trên đối tượng, tức giai đoạn thô và khởi đầu của tư duy cũng như đánh lên một tiếng chuông; trong khi tứ như hành vi neo tâm trên đối tượng, giai đoạn tạo sức ép liên tục và vi tế hơn này có thể ví như tiếng ngân của chuông [18]. Luận sư *Buddhaghosa* đưa ra thêm năm hình ảnh để minh họa cho sự tương quan giữa tầm và tứ:

(1) *Tâm được ví như sự chuyển động của con chim khi vỗ cánh bay vào hư không, tứ như sự di chuyển của nó qua hư không một cách thung dung, uyển chuyển với đôi cánh dang rộng.*

(2) *Tâm có thể được so sánh với việc bay đến đóa hoa của con ong, tứ như khi nó bay vo ve quanh đóa hoa ấy.*

(3) *Tâm giống như bàn tay nắm chắc một cái đĩa kim loại hoen ố cần phải chùi bóng, tứ như tay kia chà đĩa với một miếng giẻ tẩm dầu và bột.*

(4) *Tâm như bàn tay nâng của người thợ gốm khi anh ta đang làm một cái bình, tứ như tay kia nắn tới nắn lui.*

(5) *Tâm như mũi kim của chiếc compa cắm chắc vào giữa khi người ta muốn vẽ một vòng tròn, tứ như mũi kim xoay chung quanh.* [19]

Những ví dụ này cho ta thấy rõ rằng, mặc dù thường đi chung với nhau, tầm và tứ vẫn thực hiện những công việc khác nhau, tầm hưởng được một quyền ưu tiên hơn tứ về chức năng. Tầm đem tâm đến đối tượng, tứ gắn chặt và neo chắc nó ở đây. Tầm tập trung tâm trên đối tượng, tứ xem xét và khảo sát kỹ những gì được tập trung vào đó. Tầm đem lại một sự sâu lắng của định nhờ thường xuyên đưa tâm trở lại với cùng đối tượng, tứ duy trì sự định tâm đã thành tựu bằng cách giữ cho tâm neo chắc trên đối tượng đó. Trong sự liên hợp này, tầm – tứ là hai yếu tố thiết yếu cho sự thành tựu và ổn định của sơ thiền.

HỖ (PĪTI)

Chi thiền thứ ba có mặt trong sơ thiền là hỷ (*pīti*). Trong kinh, đôi khi hỷ được nói là khởi sanh từ một yếu tố khác theo thứ tự liên hệ gọi là *pāmojja* (hân hoan), một trạng thái xuất hiện cùng với sự đoạn trừ năm triền cái. Khi hành giả quán xét thấy năm triền cái đã được từ bỏ trong tự thân, “hân hoan sẽ khởi lên trong vị ấy; nhờ hân hoan như vậy, hỷ sẽ sanh; và khi có hỷ, thân vị ấy trở nên khinh an.” [20] Khinh an đưa đến lạc, trên căn bản của lạc này tâm trở nên định tĩnh và nhập vào sơ thiền. Như vậy, chúng ta có thể thấy rằng, hỷ không những báo trước sự khởi sanh thực

thụ của sơ thiền mà còn kéo dài suốt giai đoạn còn lại và rồi tiếp tục như một thiền chi cho đến tam thiền.

Để có được một sự phân giải rõ rệt về hỷ, chúng ta cần chuyển qua tạng Diệu Pháp và các bộ chú giải. Bộ Phân Tích (*Vibhanga*) – một trong bảy bộ luận của tạng Diệu Pháp – định nghĩa chi thiền hỷ như “sự mừng vui, sự no vui, sự hân hoan, sự hỷ duyệt, sự hài lòng, sự vui vẻ, sự phấn khởi, sự thích thú, sự hoan hỷ của tâm.” [21] chú giải xác định hỷ dưới dạng phái sinh gốc động từ cũng như qua đặc tính, nhiệm vụ và sự thể hiện của hỷ: “Nó làm cho tươi tỉnh (*pīnayati*) nên gọi là hỷ vậy. Hỷ có đặc tính làm cho ưa thích (*sampiyāyana*). Nhiệm vụ của hỷ là làm cho thân và tâm tươi tỉnh, hay nhiệm vụ của nó là làm thấm nhuần (rùng mình với hỷ). Nó được thể hiện bằng sự phấn chấn.” [22]

Hỷ kết hợp mật thiết với lạc (*sukha*), nhưng về tính chất vẫn khác nhau. Trong khi lạc là một cảm thọ và vì thế thuộc thọ uẩn (*vedanākhanda*), thì hỷ, ngược lại, thuộc về hành uẩn (*sankhārakkhandha*). Liên hệ với đối tượng tâm thì hỷ không thọ hưởng mà chỉ hướng dẫn. Shwe Zan Aung giải thích rằng: “Hỷ tóm lại có nghĩa là sự thích thú trong một đối tượng nó cho là đáng ưa, hoặc tin rằng đem lại lạc và thuộc nhiều mức độ khác nhau” [23]. Nếu định nghĩa dưới dạng tác dụng thì hỷ là cái tạo ra sự thích thú nơi đối tượng. Sớ giải tạng Diệu Pháp thì nói: “Đặc trưng của hỷ là chấp giữ đối tượng cho rằng đáng ưa.” [24] Bởi vì nó tạo ra một sự thích thú tích cực nơi đối tượng nên chi thiền hỷ có thể phản kháng và đè nén sân triền cái, trạng thái ghét bỏ hàm ý một sự đánh giá tiêu cực về đối tượng.

Các bản chú giải phân ra năm loại hỷ: tiểu hỷ (*khuddhikāpīti*), đản hỷ (*khaṇikāpīti*), ba hỷ (*okkan-tikāpīti*), khinh hỷ (*ubbegāpīti*) và biến mãn hỷ (*pharaṇāpīti*). Trong năm loại này, tiểu hỷ được nói là có thể làm dựng lông tóc trên thân. Đản hỷ tựa như là ánh chớp thỉnh thoảng lóe lên. Ba hỷ tựa mưa rào đổ xuống thân rồi biến mất như những lượn sóng đổ lên bờ. Khinh hỷ có thể nâng người lên và khiến cho nó di chuyển từ nơi này đến nơi khác. Biến mãn hỷ thấm nhuần toàn thân. Để minh họa sức mạnh của khinh hỷ, chú giải liên hệ câu chuyện Trưởng lão *Mahā Tissa*, vị “đã làm khởi lên khinh hỷ khi lấy ‘Đấng Giác Ngộ’ làm đối tượng và bay lên hư không như một trái bóng nảy bật trên nền nhà.” chú giải cũng liên hệ câu chuyện một thiếu nữ khởi lên khinh hỷ trong lúc đang trầm ngâm suy nghĩ đến ngôi điện thờ và du hành đến đó qua hư không, sớm hơn cha mẹ dù họ đã đi trước nàng.

Năm loại hỷ này rõ ràng được sắp theo cường độ của chúng, tiểu hỷ tiêu biểu cho loại hỷ yếu nhất và biến mãn hỷ là mạnh nhất. Năm loại, theo trình tự, tạo ra sự hoàn mãn dần dần của định như Thanh Tịnh Đạo giải thích:

Như vậy, khi năm loại hỷ này đã hình thành và phát triển đầy đủ sẽ viên mãn hai loại khinh an là thân khinh an và tâm khinh an. Khi khinh an đã hình thành và phát triển đầy đủ, nó sẽ viên mãn hai loại lạc, đó là thân lạc và tâm lạc. Khi lạc đã hình

thành và phát triển đầy đủ, nó sẽ viên mãn ba loại định, đó là sát na định, cận định và an chỉ định.^[25]

Tiểu hỷ thường là loại hỷ đầu tiên xuất hiện trong quá trình phát triển định, hiện hữu khi các phiền não lắng dịu và người hành thiền cảm nghiệm những dấu chỉ của định đang được thành tựu. Đản hỷ hay sát na hỷ đến kế tiếp. Mặc dù ảnh hưởng của nó mạnh hơn cấp độ hỷ trước, song đản hỷ, như tên gọi của nó đã chỉ ra, vẫn thoáng qua và không thể duy trì lâu. Ba hỷ chạy khắp thân, tạo ra một sự rung mình mãnh liệt nhưng không để lại một ảnh hưởng dài lâu. Khinh hỷ duy trì lâu hơn nhưng có khuynh hướng khuấy động định. Loại hỷ dẫn đến sự sâu lắng nhất của định là biến mãn hỷ, kinh thường nói nó thấm nhuần toàn thân khiến cho thân trở thành như một cái túi căng phồng hoặc như một hang núi bị ngập lụt với trận hồng thủy. Như vậy, biến mãn hỷ chính là chi thiền hỷ muốn nói đến ở đây, Thanh Tịnh Đạo tuyên bố: “Biến mãn hỷ là căn bản của định và nó tăng trưởng dần theo định.”^[26]

LẠC (SUKHA)

Thiền chi kế tiếp là sukha – lạc. Chữ “sukha” được dùng như một danh từ với nghĩa “lạc”, “dễ chịu”, “hạnh phúc” hay sự “hài lòng”, và vừa như một tính từ với nghĩa “trạng thái an lạc”, “trạng thái dễ chịu”. Như một thiền chi của sơ thiền, lạc biểu thị cảm giác dễ chịu. Từ sukha được định nghĩa chính xác theo nghĩa này trong phần phân tích về sơ thiền của bộ Phân Tích: “Ở đây, thế nào là lạc? Sự sáng khoái về tâm, sự dễ chịu thuộc về tâm, cảm giác sáng khoái và dễ chịu do tâm xúc sanh, trạng thái cảm thọ sáng khoái dễ chịu sanh từ tâm xúc. Đây gọi là lạc.”^[27] (chữ “tâm” ở đây cần hiểu là tâm sở – *cetasika* và có chỗ dịch là thân). Thanh Tịnh Đạo giải thích rằng lạc trong sơ thiền có đặc tính làm cho thỏa mãn, làm nhiệm vụ tăng cường độ cho các pháp tương ứng và sự trợ giúp (các pháp tương ứng với nó) được xem là thể hiện của lạc.

Để hiểu chính xác tính chất của lạc hiện diện trong sơ thiền, chúng ta cần phải bàn qua lối phân tích của đạo Phật về “thọ”. Thọ (*vedanā*) theo đạo Phật là một tâm sở có mặt trong tất cả các loại tâm, một yếu tố đồng sanh của kinh nghiệm, tức biến hành tâm sở. Nó có đặc tánh (tướng) của sự cảm giác, làm nhiệm vụ kinh nghiệm và sự thỏa mãn của các tâm sở được xem là biểu hiện của nó. Thọ được nói là luôn luôn sanh khởi do duyên xúc (*phassa*), mà xúc là sự kết hợp của căn – trần và loại thức thích hợp. Khi ba yếu tố này hợp lại, tâm tiếp xúc với đối tượng. Nó kinh nghiệm tính chất dễ cảm của đối tượng, và từ sự kinh nghiệm này, một loại thọ khởi lên hợp với tính chất biểu cảm của đối tượng ấy.^[28]

Vì xúc có sáu loại tính theo sáu căn (giác quan) nên thọ cũng có sáu loại tương xứng với sáu loại xúc sanh ra nó. Có thọ do nhãn xúc sanh, có thọ do nhĩ xúc sanh, thọ do tỷ xúc sanh, v.v... Thọ cũng còn được chia thành ba loại hoặc năm loại theo tính chất biểu cảm của nó. Trong nhóm ba loại có thọ lạc (*sukhavedanā*), thọ khổ (*dukkhavedanā*), thọ không khổ không lạc hay thọ trung tính (*adukkhamā-*

sukhāvedanā). Thọ lạc còn có thể chia thành hai: thọ lạc thuộc thân (*kāyika – sukha*) gọi là “lạc” (*sukha*) và thọ lạc thuộc tâm (*cetasika – sukha*) gọi là “hỷ” (*soma-nassa*). Cũng vậy, thọ khổ được chia làm hai: thọ khổ thuộc thân (*kāyikadukkha*) gọi là “khổ” (*dukkha*) và thọ khổ thuộc tâm (*cetasikadukkha*) gọi là “ưu” (*doma-nassa*). Trong hệ thống phân loại này, thọ trung tính được gọi là thọ xả (*upekkha*). Như vậy, khi chia ra năm loại chúng ta có: lạc, hỷ, khổ, ưu và xả thọ. Theo Vi Diệu Pháp, lạc và khổ chỉ cùng sanh với thân thức; hỷ và ưu chỉ cùng sanh với tâm thức; còn xả thì cùng sanh với cả tâm thức và bốn loại căn thức khác (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt căn). [29]

Bộ Phân Tích nói rằng lạc (*sukha*) của sơ thiền là lạc thuộc về tâm do ý xúc sanh, như vậy có nghĩa nó là một hình thức của hỷ (*somanassa*). Đức Phật kể ra những loại lạc thuộc về tâm tương phản nhau: lạc của đời sống tại gia và lạc của đời sống xuất gia, lạc trong ngũ dục và lạc của sự xuất ly, lạc có chấp thủ và lạc không chấp thủ, lạc còn lậu hoặc và lạc không còn lậu hoặc, lạc vật chất và lạc tinh thần, lạc của định và lạc không định, v.v... [30] Lạc cùng sanh với tham và hướng đến các sắc, thanh, hương, vị, xúc khả ái là dục lạc (*kāmasukha*). Lạc cùng sanh với các thiện căn do xuất ly khỏi những sự hưởng dục là lạc tinh thần (*nirāmisā-sukha*) hay xuất ly lạc (*nekkhammasukha*). Lạc của thiền (*jhāna*) cũng là lạc tinh thần nhưng do ly dục và ly các triền cái (*pavivekasukha*) sanh. Lạc này còn được gọi là lạc của định (*samādhasukha*).

Đức Phật đã chỉ cho thấy rằng lạc phát sanh do nhân duyên. Nó khởi lên trong trình tự các duyên đưa đến giải thoát. Trong trình tự này, lạc theo sau hỷ (*pīti*) và khinh an (*passadhi*) nhưng dẫn đến định (*samādhi*). Kinh *Upanisā* nói: “Hân hoan là trợ duyên cho hỷ; hỷ là trợ duyên cho khinh an; khinh an là trợ duyên cho lạc và lạc là trợ duyên cho định.” [31] chú giải giải thích rằng “hân hoan” (*pāmojja*) tiêu biểu cho những hình thức ban đầu của hỷ, hỷ là hình thức mạnh hơn. “Khinh an” (*passadhi*) là trạng thái thanh thản xuất hiện khi các phiền não lắng dịu. “Lạc” (*sukha*) được chú giải gọi là “lạc đi trước an chỉ định” [32] và phụ chú giải hay Sớ giải thì gọi “lạc thuộc cận thiền (*jhāna*)”. [33] Định do lạc sanh là bậc thiền tạo căn bản cho tuệ (*pāḍakaj-jhāna*). Từ những giải thích này, chúng ta có thể suy ra rằng lạc được kể trong trình tự duyên sanh này là chi thiền lạc mới sanh, nó bắt đầu xuất hiện ở giai đoạn cận hành và đạt đến sự sung mãn ngay khi đắc thiền thực thụ. Song vì lạc luôn luôn có mặt bất kỳ khi nào hỷ có mặt nên chắc chắn lạc phải khởi lên ngay lúc khởi đầu của tiến trình. Ở giai đoạn mang tên nó, lạc chỉ đạt đến sự nổi bật lên thôi, chứ không phải lần xuất hiện đầu tiên. Khi lạc có đủ sức mạnh, nó thực hiện nhiệm vụ đè nén pháp đối nghịch trực tiếp của nó là trạo cử – hồi quá triền cái vốn gây ra sự bất lạc do bản chất dao động của nó.

Hỷ (*pīti*) và lạc (*sukha*) liên kết với nhau trong một tương quan rất mật thiết, vì thế, phân biệt chúng có thể là điều rất khó. Tuy nhiên, hỷ và lạc không phải là hai trạng thái giống nhau. Lạc luôn luôn đi cùng hỷ, nhưng hỷ không phải lúc nào cũng kèm theo lạc: “có hỷ tất có lạc, nhưng có lạc không nhất thiết phải có hỷ”. Trong tam thiền, có lạc nhưng không có hỷ. Hỷ, như chúng ta đã biết, thuộc hành uân; còn lạc

thuộc thọ uẩn. *Aṭṭhasālīni* (chú giải) giải thích hỷ như là “sự thích thú khi đạt được điều mong muốn”, lạc là “sự thọ hưởng hương vị của cái đạt được ấy” và minh họa sự khác nhau này bằng một ví dụ sinh động:

Hỷ tựa như một người lữ hành mệt mỏi đang đi trong sa mạc mùa hè thì nghe nói đến hay thấy nước hoặc một bóng cây. Lạc cũng như khi uống được nước hay bước vào trong bóng cây của anh ta. Đối với một người đang trên đường băng qua bãi sa mạc mênh mông và bị cái nóng bức bách như vậy sẽ rất khát và muốn uống nước, nếu y gặp một người trên đường thì sẽ hỏi: “Ở đâu có nước?”. Người kia nói rằng: “Bên kia đám cây là khu rừng già có một hồ nước thiên nhiên. Hãy đi đến đó, bạn sẽ có nước uống”. Nghe những lời này, y sẽ cảm thấy hân hoan và thích thú, rồi khi đi tới y bắt gặp những lá sen v.v... rơi trên đất, lòng càng hân hoan, thích thú hơn nữa. Tiếp tục đi, y gặp tốp người áo quần tóc tai ướt sũng, nghe âm thanh của những con ngỗng rừng, những con công rừng, v.v..., thấy khu rừng già xanh ngắt tựa như một tấm lưới châu ngọc đang vươn lên bên cạnh hồ nước thiên nhiên, y sẽ thấy các loại sen, các loại súng trắng, xanh,... đủ màu mọc ở trong hồ, y sẽ thấy nước trong mát và càng hân hoan thích thú hơn nữa. Y sẽ đi xuống hồ nước, tắm mát và uống thỏa thích, cái nóng bức của y được dịu lại, y sẽ ăn những nõ sen và củ súng, giắt những bông sen xanh lên người và khoác những rễ cây mandalaka lên vai, rồi leo lên hồ, mặc áo quần vào, phơi tấm choàng tắm dưới nắng mặt trời và trong bóng cây mát mẻ với làn gió hiu hiu thổi nhẹ, y nằm xuống và thốt lên: “Ôi hạnh phúc quá! Hạnh phúc quá!” Minh họa này được giải thích, thời gian hân hoan và thích thú từ khi nghe nói đến hồ nước thiên nhiên và khu rừng già cho đến khi y thực sự thấy nước giống như hỷ dưới dạng hân hoan và thích thú lúc đang quan sát đối tượng. Thời gian, sau khi tắm và uống nước xong, y nằm xuống dưới bóng cây mát mẻ thốt lên: “Ôi hạnh phúc quá!” là ý nghĩa của lạc tăng thịnh và an trú trong cách thọ hưởng hương vị của đối tượng.^[34]

Hỷ và lạc cùng hiện hữu trong sơ thiền, do đó ví dụ mà chú giải đưa ra không nên xem như ngụ ý rằng chúng loại trừ lẫn nhau, tức có cái này thì không có cái kia. Mục đích của ví dụ là đề nêu ra cho chúng ta thấy rằng hỷ đạt đến sự nổi bật trước lạc, là trạng thái mà nó sẽ trợ giúp bằng cách cung ứng một nền tảng nhân duyên.

Khi mô tả về sơ thiền, kinh nói hỷ và lạc là do “ly dục sanh”. Bộ Phân Tích giải thích chi tiết hơn: “Những pháp ấy được sanh ra, được khéo sanh, được hiện hữu, được xuất hiện trong sự ly dục này. Do đó mới nói là do ly dục sanh”. Đức Phật nói rằng hỷ và lạc do ly dục sanh này thấm nhuần toàn thân người hành thiền theo cách mà không chỗ nào trên thân vị ấy không bị ảnh hưởng của chúng:

“Này các Tỳ kheo, vị Tỳ kheo ly dục,... chứng và trú trong sơ thiền, một trạng thái hỷ, lạc do ly dục sanh với tâm với trí. Tỳ kheo ấy thấm nhuần, tắm ướt, làm cho sung mãn, tràn đầy thân mình với hỷ lạc do ly dục sanh, không một chỗ nào trên thân không được hỷ lạc do ly dục ấy thấm nhuần. Cũng như một người hầu tắm lâu luyện hay đệ tử người hầu tắm, sau khi rắc bột tắm vào trong thau bằng đồng liền nhồi bột ấy bằng nước. Cục bột tắm ấy được thấm nhuần nước, nhào trộn với

nước, tằm ướt cả trong lẫn ngoài với nước nhưng không chảy thành giọt. Vị Tỳ kheo cũng vậy, thấm nhuần, tằm ướt, làm cho sung mãn, tràn đầy thân mình với hỷ, lạc do ly dục sanh, không một chỗ nào trên thân vị ấy không được hỷ, lạc do ly dục sanh thấm nhuần.” [35]

NHẤT TÂM (EKAGGATÀ)

Khác với bốn thiền chi trước, *ekaggatā* hay nhất tâm không được nêu rõ trong công thức mô tả sơ thiền, không những thế mà còn ở cả công thức mô tả các bậc thiền khác ngoại trừ nhị thiền. Tuy nhiên, sự bỏ sót này không nên xem như hàm ý rằng các bậc thiền khác thiếu nhất tâm, vì không có thiền nào xứng với tên gọi mà không có yếu tố quan trọng này. Thực vậy, nhất tâm được kinh *Mahāvedalla* kê như một chi thiền theo lời tôn giả Xá Lợi Phất: “*Sơ thiền, này hiền giả, có năm chi. Ở đây, khi một vị Tỳ kheo đã đạt đến sơ thiền có tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm. Như vậy, này hiền giả, sơ thiền có năm chi phần.*” [36] Hơn nữa, trong kinh *Anupada*, nhất tâm cũng được nói là hiện hữu trong sơ thiền và đứng hàng thứ năm trong bảng liệt kê những thành phần của sơ thiền, trước nó là bốn chi thiền quen thuộc (tâm, tứ, hỷ, lạc) [37]. Vi Diệu Pháp cũng đồng ý nhất tâm ở địa vị của một thiền chi. Trong chương nói về các bậc thiền, Bộ Phân Tích xác nhận ngay sau công thức mô tả thiền theo tiêu chuẩn: “Sơ thiền: tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm.” [38] Còn trong *Abhidhammatthasangaha*, một bộ toát yếu về triết học Vi Diệu Pháp biên soạn sau này, định nghĩa tâm sơ thiền cũng theo cách chính xác như trên. [39] Luận sư Buddhaghosa đưa ra lý lẽ nhằm xác nhận vị trí này (của nhất tâm) theo quan điểm chú giải bằng cách trích dẫn bộ Phân Tích như đã kể ở trên, để làm vững thêm sự bao hàm nhất tâm như một thiền chi của mình [40]. Như vậy các bản kinh, Vi Diệu Pháp và các bản chú giải – ba nguồn tham khảo có thẩm quyền của chúng ta – đều nhìn nhận nhất tâm là một thiền chi. Có lẽ sự nổi bật của nhất tâm trong các bậc thiền chúng đã quá hiển nhiên đến độ các Ngài cảm thấy không cần thiết phải đề cập nó một cách riêng biệt như vậy trong công thức nữa làm gì.

Nhất tâm là một biến hành tâm sở hay tâm sở chung có mặt trong tất cả các loại tâm. Nó là yếu tố nhờ đó mà tâm mỗi lần chỉ biết một đối tượng duy nhất, không bị phân tán bởi các đối tượng đa dạng khác. Như tên của nó đã chỉ ra, nhất tâm là đem tâm đến một điểm duy nhất, đó là điểm mà đối tượng của tâm hành (*mental activity*) chiếm giữ. Tuy nhiên, trong các tâm bất thiện, nhất tâm không mạnh vì chức năng tạo ổn định của nó luôn luôn bị các phiền não xói mòn. Nhất tâm chỉ đạt được sức mạnh toàn vẹn trong các tâm thiện, đặc biệt là trong các bậc thiền. *Aṭṭhasālini* giải thích:

Cũng như lấy nước tưới sơ sơ trên một nơi đầy bụi rồi làm phẳng nó, bụi ấy chỉ dịu xuống một thời gian ngắn và lại trở về tình trạng ban đầu của nó khi nước khô. Trong phần bất thiện cũng vậy, nhất tâm không mạnh. Và, như khi chúng ta tưới nước một nơi với nước đổ ra từ những bình lớn, đào xới bằng xẻng rồi dậm, nện, làm cho nó láng như một mặt gương đánh bóng, hình ảnh soi thấy được, dù một

trăm năm có trôi qua, sự phản chiếu lúc nào cũng thực, trong (tâm) thiện cũng vậy, nhất tâm rất mạnh.[\[41\]](#)

Là một thiền chi, nhất tâm luôn luôn hướng đến một đối tượng thiện. Nó làm công việc ngăn ngừa những ảnh hưởng bất thiện, đặc biệt là dục tham triền cái. Khi các triền cái vắng mặt, nhất tâm tích tụ một sức mạnh đặc biệt trong bậc thiền dựa trên nỗ lực tập trung đã được duy trì trước đó. Nhiệm vụ tạo ổn định của nó được tăng cường nhờ sự cộng tác của các thiền chi khác – tức là nhờ “tâm” nhấn tâm vào đối tượng, nhờ “tứ” giữ cho nó neo chắc ở đó, nhờ “hỷ” và “ lạc” kích thích sự thích thú và thỏa mãn của nó trong đối tượng. Bởi vì nhất tâm trong thiền hướng dẫn các yếu tố khác đến công việc hợp nhất này nên nó được gọi là “định căn” (*samādhindriya*). Bởi vì nó duy trì một sức mạnh ổn định khiến các ảnh hưởng phân tán khác không dễ gì vượt qua được nên nó cũng được gọi là “định lực” (*samādhibala*). Nó đưa tâm đến trạng thái tịnh chỉ (*samatha*) giúp hoàn thiện các căn (tinh thần) khác, đồng thời tác hành như một nền tảng cho tuệ giải thoát (*vipassanā*).

Trong kinh điển *Pāli*, nhất tâm được dùng như một từ đồng nghĩa với định (*samādhi*). Thực ra, như chúng ta đã nói ở trên, định được định nghĩa chính xác trong Thanh Tịnh Đạo như sự nhất tâm thuộc phần thiện [\[42\]](#). Định có đặc tính của sự không phân tán, nhiệm vụ tiêu diệt sự phân tán, không dao động là sự thể hiện của nó, và lạc được xem là nhân gần của định. Nói rằng lạc là nhân gần của định muốn ám chỉ đến trình tự duyên sanh của sự phát triển tinh thần đã bàn đến ở trước. Khi hành giả thấy rằng năm triền cái được loại trừ trong tự thân thì hân hoan (*pāmojja*) sanh; do hân hoan, hỷ sanh. Hỷ tạo ra thân khinh an và tâm khinh an; khinh an tạo ra lạc; và lạc đưa đến định. Định này làm phạn sự vượt qua tham dục, loại kích thích vi tế nhất.

MÔ TẢ TỔNG QUÁT SƠ THIỀN

Năm trạng thái được đức Phật định rõ là các thiền chi của sơ thiền không nên hiểu là những hiện tượng tâm lý duy nhất hiện diện trong bậc thiền. Sơ thiền bao gồm rất nhiều các tâm pháp đồng sanh cũng làm nhiệm vụ như những phần tử phối hợp của một tâm duy nhất. Kinh *Anupada* liệt kê các hiện tượng sau kể như những thành phần phụ của sơ thiền: xúc, thọ, tưởng, tư, tâm, dục, thắng giải, tinh tấn, niệm, hỷ, xả và tác ý [\[43\]](#). Trong văn học A-tỳ-đàm (*Abhidhamma*) liệt kê này vẫn còn được mô tả rộng thêm nữa. Bộ Pháp tụ (*Dhammasangani*), bộ luận chính của Tạng Diệu Pháp nói rằng, vào lúc tâm sơ thiền sanh có khoảng sáu mươi tâm pháp hiện diện. Bởi vì những tâm pháp này tiêu biểu cho một con số rất nhỏ của các yếu tố dàn rộng ra với sự lập lại của hơn mười hai loại chung, Vi Diệu Pháp yếu nghĩa giảm chúng lại còn một bảng gồm ba mươi ba tâm sở rõ rệt. Bảy biến hành – xúc, thọ, tưởng, tư, nhất tâm, mạng quyền và tác ý – là những tâm sở chung cho tất cả các tâm. Sáu biệt cảnh – tâm, tứ, thắng giải, cần, hỷ và dục – là những tâm sở chung nhưng không phổ biến, thay đổi tùy theo loại tâm. Trong đó cũng có mười chín sở hữu tịnh hảo (*sobhana*) vốn luôn đi kèm các tâm thiện: tín, niệm, tâm, quý,

vô tham, vô sân, xả, khinh thân và khinh tâm, tịnh thân và tịnh tâm, nhu thân và nhu tâm, thuần thân và thuần tâm, chánh thân và chánh tâm. [44] Ngoài ra, tuệ căn (*paññā*) luôn luôn có mặt trong thiền. Hai vô lượng tâm sở là bi (*karuṇā*) và hỷ (*muditā*) cũng có thể hiện diện riêng lẻ, như vậy đưa tổng số các tâm sở có thể có trong sơ thiền lên đến ba mươi lăm. Các phạm trú “từ” (*mettā*) và “xả” (*upekkhā*) được bao hàm bởi các tâm sở vô sân và xả trung tính (*tatramaj-jhattatā*), trong đó chúng tiêu biểu một vài cường độ nào đó.

Tuy thế chỉ có năm trong số các tâm sở này – tầm, tứ, hỷ, lạc và nhất tâm – được gọi là các chi phần của sơ thiền. Lý do là “khi những chi phần này sanh thì thiền (*jhāna*) được nói là đã sanh”. Thiền không phải là cái gì ngoài năm chi phần này mà có, mà là sự kết hợp của chính những chi phần này.

Nhưng, cũng như “Đội quân với bốn binh chủng”, “âm nhạc với năm cung” và “đạo với tám chi phần (Bát Thánh Đạo)” được nói đơn giản dưới dạng các phần tử của chúng, thì thiền này cũng vậy, cần phải hiểu là được nói đơn giản dưới dạng các chi phần của nó mà thôi, khi ta nói “có năm chi phần” hay “có được năm pháp” là nói sơ thiền phát sanh vậy. [45]

Không có chi phần nào trong số này, tách riêng khỏi nhóm, có thể tạo thành sơ thiền. Muốn cho thiền sanh, cả năm chi phải cùng có mặt và tác hành những nhiệm vụ đặc biệt của chúng trong bậc thiền như diệt trừ các triền cái đối nghịch với tự thân chúng và đem tâm vào an trú trong đối tượng. Năm hiện tượng tâm lý hay năm danh pháp chỉ được gọi là năm thiền chi nhờ vào những nhiệm vụ đặc biệt này. Chẳng hạn, tầm bình thường, nếu không phản công hôn trầm – thụy miên, không phải là một thiền chi. Hôn trầm – thụy miên và tầm, mặc dù có thể cùng tồn tại trong nhiều trạng thái tâm bình thường, nhưng khi tầm được phát triển để hướng đến một thiền chứng, nó trực xuất và loại trừ hôn trầm – thụy miên triền cái. Do đó, tầm trong thiền có một tầm cỡ cao hơn và một nhiệm vụ chuyên biệt hỗ trợ cho định. Tương tự, đối với hoài nghi và tứ. Tứ dù vẫn có thể hiện diện trong tâm lúc đang trong trạng thái hoài nghi, song bao lâu nghi còn có mặt, tứ không thể trở thành một thiền chi. Khi tứ được định hướng đến thiền, lúc đó nó đóng cửa không cho hoài nghi vào. Đối với các chi phần khác cũng áp dụng như vậy. Khi tâm còn bị ám ảnh bởi các triền cái, dẫn cho hỷ, lạc và nhất tâm có thể trở nên mạnh đến thế nào chăng nữa, chúng cũng không tạo thành sơ thiền cho đến khi các triền cái được trừ diệt.

Mỗi chi phần làm nhiệm vụ hỗ trợ cho chi thiền kế tiếp nó. Tầm phải hướng tâm đến đối tượng để cho tứ neo nó lại đó. Tứ hỗ trợ cho sự khởi sanh của hỷ, vì chỉ khi tâm được neo chắc trên đối tượng nó mới có thể tăng cường sự thích thú cần thiết cho hỷ nảy sanh. Khi hỷ tăng trưởng và sung mãn, nó đưa đến lạc sung mãn. Lạc tinh thần này kích lệ sự tăng trưởng của nhất tâm nhờ đưa ra một sự chọn lựa thay thế cho những lạc bất ổn của giác quan. Tham đắm dục lạc làm rối loạn tâm trí và ngăn chặn sự khởi sanh của định. Khi tâm bắt đầu tìm thấy hỷ, lạc thực sự trong một đề mục thiền thuộc phần thiện, tham đắm dục lạc sẽ giảm cho phép định

càng lúc càng trở nên mạnh hơn. Tỳ kheo Na Tiên (Nagasena) – một bậc thánh Alahán – cũng giải thích theo cách ấy: “*Tất cả mọi thiện pháp đều có khuynh hướng dẫn về định, pháp (định) đứng đầu các pháp thiện cũng như chóp nhọn trên mái nhà vậy.*”

Để cho một trạng thái tâm có được tính chất như một tâm sơ thiền, năm thiền chi không những phải có khả năng ngăn chặn và bít kín năm triền cái, mà chúng còn phải có thể nhấn tâm vào đối tượng với cường độ của sự tập trung toàn triệt. Nếu các thiền chi chỉ có mặt một phần, nếu tất cả đều có mặt nhưng không đủ sức mạnh để loại trừ triền cái, nếu chúng có thể loại trừ các triền cái nhưng không có khả năng đem tâm vào an trú, tâm ấy không phải là tâm sơ thiền. Song, nếu chúng khởi lên cùng nhau và thực hiện những nhiệm vụ riêng của chúng trong việc tạo ra an chỉ, sơ thiền sẽ khởi lên viên mãn với năm chi phần của nó. Thanh Tịnh Đạo giải thích nỗ lực đồng hợp tác để cuối cùng dẫn đến sơ thiền này như sau:

Nhưng khi tâm hướng tâm vào đối tượng, tứ giữ cho nó neo chắc ở đó, hỷ được tạo ra bởi sự thành công trong nỗ lực làm tươi mát tâm nhờ không bị các triền cái làm phân tán, và lạc tăng cường cho hỷ cũng vì lý do ấy. Khi đó, nhất tâm được hỗ trợ bởi sự hướng tâm vào, neo chắc lại, làm tươi mát và tăng cường hỷ này mới tập trung tâm một cách đều đặn và chánh đáng với các pháp phối hợp còn lại của nó trên đối tượng, trong sự hòa hợp. Tất nhiên có được năm pháp ở đây cần phải hiểu là sự khởi lên của năm thiền chi tâm, tứ, hỷ, lạc và nhất tâm này. Vì chính khi những thiền chi này khởi lên thì thiền được nói là đã khởi, đó là lý do tại sao chúng được gọi là năm chi phần cần phải có. [\[46\]](#)

TIẾN TRÌNH TÂM THIỀN

Các bản chú giải và các bản luận giải phân tích được soạn ra sau này của truyền thống *Theravāda* (Thượng tọa bộ) thường liên hệ tiến trình chứng thiền này với một bảng mô tả đặc biệt về tiến trình tâm (*cittavīthi*) dựa trên Vi Diệu Pháp. *Abhidhamma* phân tích kinh nghiệm thành một chuỗi những sự kiện nhận thức riêng lẻ nhưng có liên hệ nhân duyên với nhau gọi là *citta* (các tâm) hay *cittu'ppāda* (tâm khởi sanh). Mỗi tâm chỉ tồn tại trong một phần rất nhỏ của thời gian (sát na) và trải qua ba giai đoạn: sanh (*uppāda*), trú (*thiti*) và diệt (*bhanga*). Các tâm nối tiếp nhau với một tốc độ rất nhanh, một người bình thường khó có thể ghi nhận kịp thời những sát na tâm riêng biệt ấy. Kinh nghiệm, như chúng ta biết, chỉ là sự tổng hợp thô của một chuỗi các tâm không dễ phân biệt được tính chất duy nhất và riêng biệt của chúng mỗi khi sanh lên và diệt đi.

Theo Vi Diệu Pháp, các tâm không khởi lên một cách riêng biệt, mà như những phần tử của một chuỗi. Những chuỗi này có hai loại. Một là dòng tâm thụ động làm nhiệm vụ như “hữu phần” cơ bản hay dòng hộ kiếp (*bhavanga*). Loại thứ hai là tiến trình tâm tích cực, nhờ nó mà những nhận thức rõ ràng được thực hiện, các tư duy và ý chí nảy sanh và các hoạt động khác được tác hành. Các chuỗi tâm tích cực này được gọi là tiến trình tâm (*cittavīthi*).

Dòng hữu phần được cấu thành bởi một chuỗi tương tục các tâm tiếp diễn từ thời vô thủy. Với mỗi kiếp sống mới, dòng hữu phần xuất hiện trong bào thai người mẹ vào lúc thụ thai (đối với kiếp người và thú), bắt nguồn từ vô minh, được hỗ trợ bởi ước muốn tồn tại (hữu ái) và chính sanh nghiệp (*kamma*) quá khứ sẽ quyết định hình dáng và cá tính đặc biệt của nó. Xuyên suốt kiếp sống, dòng hữu phần này tiếp tục làm nhiệm vụ mỗi khi tâm thoát khỏi tiến trình nhận thức tích cực. Dòng hữu phần dễ nhận ra nhất vào lúc ngủ say, song nó cũng khởi lên vô số lần, dù rất ngắn, trong suốt lúc thức giữa những tiến trình nhận thức tích cực.

Khi một dữ kiện thuộc giác quan hay khi một ý tưởng tác động vào tâm, dòng hữu phần thụ động bị cắt đứt. Tâm lúc này nhập vào một giai đoạn nhận thức tích cực, sau đó nó lại trở về trạng thái thụ động của nó. Tiến trình chứng thiền xảy ra cũng như tiến trình nhận thức tích cực vậy. Khi tâm đã được giải phóng khỏi các triền cái và chuẩn bị đầy đủ cho sự chứng thiền vốn đang chìm trong dòng hữu phần được kích thích để vượt ra khỏi trạng thái ấy bằng sức mạnh của sự tác ý trước đó. Biến chuyển này gồm ba sát na. Sát na thứ nhất chỉ là sát na hữu phần thuộc quá khứ (*atītabhavanga*); thứ hai là sát na rung động của dòng hữu phần (*bhavanga calana*) do tác ý quyết định; thứ ba là sự cắt đứt hay dừng lại của dòng hữu phần thụ động (*bhavanga upaccheda*) khi tâm tích cực bất ngờ xảy ra. Liên sau sát na dứt dòng này, tâm, được in dấu rõ với tự tướng của đề mục thiền, sẽ khởi lên dưới dạng tích cực, hướng đến đối tượng qua “ý môn” (*manodvāra*) như một dữ kiện của nội tướng (datum of internal perception).

Theo sau hoạt động hướng tâm (ý môn hướng tâm) này, sẽ diễn ra phần quan trọng nhất của tiến trình tâm, đó là một chuỗi các tâm rất tích cực gọi là tốc hành tâm khởi lên (*javana*). *Javana* thường được dịch là tốc hành hoặc giữ nguyên “*javana*”, một giai đoạn tâm lý quan trọng quyết định tính chất đạo đức của nghiệp. Khi năm triền cái đã bị đè nén, bốn hoặc năm tốc hành tâm khởi lên trong tiến trình chứng thiền tiếp theo sau ý môn hướng tâm và được kết hợp với tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm đã tăng trưởng cực mạnh. Tốc hành tâm thứ nhất trong chuỗi này được gọi là sát na “chuẩn bị” (*parikamma*), bởi vì nó chuẩn bị tâm cho sơ thiền. Đối với một hành giả căn tánh lạnh lợi (lợi căn), sát na tâm chuẩn bị này được bỏ qua và chuỗi tốc hành bắt đầu với sát na kế. Tốc hành tâm thứ hai gọi là “cận hành” (*upacāra*) vì nó đưa tâm đến gần bậc thiền. Sát na tốc hành thứ ba gọi là “thuận thứ” (*anuloma*) làm cho tâm tăng thêm khả năng chứng thiền. Sát na thứ tư gọi là “chuyển tánh” (*gotrabhū*), là hoạt động nhờ đó dòng tâm thức vượt qua dục giới (*kāma vacara*) để vào sắc giới thiền. Bốn sát na được gọi chung là “cận định” (*upacārasamādhī*), mặc dù theo thuật ngữ, chỉ có một được chọn ra như sát na cận định thôi. Ngay sau trình tự này, tâm thiền sanh lên. Vào lúc chứng thiền lần đầu tiên nó chỉ kéo dài một sát na đại (one great thought – moment). Kế đó, tâm thiền diệt và tâm trở lại trạng thái thụ động của hữu phần, vì tâm sơ thiền gần với hữu phần.

Tiến trình này có thể được diễn tả sinh động hơn bằng lược đồ sau:

A					B												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
<i>bh</i>	<i>L</i>	<i>ch</i>	<i>m</i>	<i>p</i>	<i>u</i>	<i>a</i>	<i>g</i>	<i>jh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	

Trong lược đồ này, hàng A tiêu biểu cho bốn sát na đại đi trước tiến trình chứng thiền (*jhāna*). Bốn sát na này gồm hữu phần (*bh*), hữu phần rung động (*L*), hữu phần dứt dòng (*ch*) và tâm hướng đến tợ tướng qua ý môn (*m*). Hàng B tiêu biểu cho sự chìm xuống của tâm vào dòng hữu phần sau khi việc chứng thiền qua đi. P tiêu biểu cho sát na tâm chuẩn bị (*parikamma*); u: sát na tâm cận hành (*upacāra*); a: sát na tâm thuận thứ (*anuloma*) và g: sát na tâm chuyển tánh (*gotrabhū*). Sát na tiếp theo *jh* tiêu biểu cho sơ thiền. Sau sát na này tâm lại chìm vào dòng hữu phần được tiêu biểu bằng *bh* lặp lại đến bảy lần. Những dấu ba chấm dưới mỗi tâm tiêu biểu cho sự sanh (*uppāda*), trú (*thiti*) và diệt (*bhanga*) của mỗi sát na tâm. [47]

Từ lược đồ này, chúng ta thấy rõ rằng vào lúc chứng thiền giai đoạn sơ khởi nó chỉ kéo dài một sát na tâm duy nhất. Trừ phi hành giả làm chủ được sự chứng đắc theo năm cách làm chủ sẽ được giải thích ở sau, bằng không, hành giả khó có thể duy trì được lâu. Tuy nhiên, khi hành giả đã làm chủ thiền, một chuỗi sát na tâm thiền sẽ tiếp diễn bao lâu tùy vào quyết định của hành giả trước khi nhập vào thiền chứng ấy. Do đó, nếu chúng ta muốn biểu thị trường hợp này bằng lược đồ, chúng ta sẽ thấy một sự lặp lại của *jh* (thiền) thay vì *bh* (hữu phần) sau *jh* đầu tiên trong lược đồ trên của chúng ta.

HOÀN THIỆN SƠ THIỀN

Những hình thức nâng cao định, như chúng ta đã đề cập ở trên, được chia làm hai giai đoạn căn bản là cận định (*upacārasamādhī*) và an chỉ định (*appanāsamādhī*). Cận định được đạt đến ngay khi các triền cái đã bị đè nén và tâm trở nên chuyên chú vào tợ tướng. An chỉ định là giai đoạn phát triển sau đó khi các thiền chi thể hiện đầy đủ sức mạnh của chúng. Cái khác giữa cận định và an chỉ định nằm ở chỗ sức mạnh tương đối của các thiền chi. Trong cận định, các thiền chi vẫn còn yếu, vì thế định lúc có lúc không. Cũng như một đứa bé, nâng cho đứng trên chân của nó, chỉ được một lát lại té xuống, tâm trong cận định cũng vậy, chỉ tập trung vào tợ tướng được một lát lại buông ra. Trong an chỉ định, các thiền chi đã mạnh và được phát triển đầy đủ, nhờ vậy tâm có thể duy trì liên tục trong định, cũng như một người khỏe có thể đứng trên chân của y suốt cả ngày lẫn đêm vậy.

An chỉ định là định của bốn bậc thiền, còn cận định là định liền trước khi nhập vào các bậc thiền ấy. Một khi người hành thiền đã đắc cận định và tợ tướng xuất hiện, vị ấy vẫn phải nỗ lực thêm nữa để đạt đến an chỉ. Nhằm giúp hành giả phát triển pháp hành của mình, Thanh Tịnh Đạo giới thiệu một số biện pháp căn bản dựa trên xác chứng của các bậc cổ đức. Đó là, hành giả phải sống trong một trú xứ thích

hợp, thuận tiện cho việc khát thực; tránh nói chuyện vô ích; chỉ nên tiếp xúc với những người có khuynh hướng tu tập; chỉ dùng các loại thức ăn thích hợp; sống nơi khí hậu thích hợp và duy trì pháp hành trong một oai nghi thích hợp.[\[48\]](#)

Ngoài những biện pháp này, người hành thiền tích cực còn phải dựa vào mười loại thiện xảo trong định an chỉ. [\[49\]](#) Thứ nhất, “làm sạch nội ngoại xứ”, tức là hành giả phải làm sạch chỗ ở và thân thể của mình để những điều kiện này dẫn đến định tâm trong sáng. Thứ hai, “quân bình các căn” (*indriya-samattapatipādana*). Trong số năm căn (tinh thần) này, tín phải được quân bình với tuệ, và tinh tấn phải quân bình với định. Riêng căn thứ năm – niệm – luôn luôn hữu ích và không có pháp tương ứng đối nghịch. Thứ ba, hành giả phải biết thiện xảo trong việc tạo ra và phát triển định tướng. Các biện pháp từ thứ tư đến thứ bảy liên quan đến việc nỗ lực tâm (*paggaha*) mỗi khi tâm lơ lửng và cần phải nỗ lực, chế ngự tâm (*niggaha*) khi tâm dao động và cần phải chế ngự, khích lệ tâm (*sampahansa*) khi tâm bất an, chán nản và cần sự khích lệ, và nhìn vào tâm với thái độ xả (*ajjhūpekkhanā*) khi việc hành thiền đang tiến triển tốt đẹp và mọi sự can thiệp là không cần thiết. Biện pháp thứ tám là hành giả phải tránh những người tâm tán loạn. Thứ chín, hành giả phải thân cận những người có kinh nghiệm thiền định và cuối cùng, hành giả phải dứt khoát trong quyết tâm muốn đắc định của mình.

Sau khi đã đắc sơ thiền một vài lần, hành giả được khuyên là không nên cố gắng để đạt đến nhị thiền liền. Vì như vậy chỉ là một tham vọng tu tập đại dột và vô ích. Trước khi muốn lấy nhị thiền làm mục tiêu cho sự cố gắng của mình, hành giả cần phải hoàn thiện sơ thiền đã. Nếu hành giả quá hăng hái muốn đạt đến nhị thiền khi chưa hoàn thiện sơ thiền thì rất có khả năng sẽ không đắc nhị thiền mà còn tự thấy mình không thể lấy lại được sơ thiền nữa. Đức Phật so sánh người hành thiền cách ấy với con bò ngu ngốc, trong khi vẫn chưa quen thuộc với đồng cỏ của mình, lại khởi sự đi kiếm chỗ mới. Nó sẽ lạc lối trong rừng mà không kiếm được thức ăn, nước uống, đã thế lại không thể tìm được lối trở về.[\[50\]](#)

Việc hoàn thiện sơ thiền gồm hai giai đoạn, mở rộng tướng và thành tựu năm cách làm chủ. “Mở rộng tướng” (*nimittavaddhana*) là mở rộng kích thước của tợ tướng, đối tượng của bậc thiền. Trước khi nhập thiền, hành giả quyết định trong tâm những giới hạn mà mình muốn mở rộng tướng. Kế tiếp, hành giả nhập thiền và cố gắng mở rộng tướng cho đến những giới hạn ấy. Bắt đầu với một vùng nhỏ, kích thước cỡ khoảng một hay hai ngón tay, dần dần hành giả học cách mở rộng tướng cho đến khi hình ảnh trong tâm có thể được làm cho phủ trùm cả địa cầu hoặc thậm chí xa hơn. [\[51\]](#)

Giai đoạn kế tiếp, hành giả phải cố gắng thành tựu năm loại làm chủ đối với thiền, đó là, làm chủ sự tác ý, làm chủ việc chứng đắc, làm chủ sự quyết định, làm chủ sự xuất thiền và làm chủ sự phản khán. [\[52\]](#) Làm chủ sự tác ý là khả năng tác ý đến các thiền chi, lần lượt từng chi phần một, bất cứ chỗ nào, bất cứ khi nào và trong bao lâu tùy theo ý muốn. Làm chủ chứng đắc là khả năng nhập thiền nhanh chóng. Làm chủ quyết định là khả năng duy trì thiền trong mức độ thời gian đã định trước một

cách chính xác. Làm chủ xuất thiền là khả năng xuất khỏi thiền nhanh chóng, không khó khăn. Làm chủ sự phản khán là khả năng phản khán (nhìn lại) bậc thiền và các thiền chi với phản khán trí (*paccavekkhananñāṇa*) ngay sau khi tác ý đến chúng. Khi hành giả thành tựu năm loại làm chủ này, tức là đã sẵn sàng cho nỗ lực đạt đến nhị thiền.

-ooOoo-

[1] MN. 1: 111-112

[2] Ibid. 1:301

[3] MN. T. 2:383

[4] MN. 3:73. Dhs, p. 18 Dhs. A. p. 187

[5] Dhs. A. p. 157

[6] Compendium, p. 238

[7] MN. 1: 115-118

[8] MN. 1: 11

[9] AN. 1: 254

[10] MN. 2: 27

[11] MN. 1:116

[12] Soma Thera, The Removal of Distracting Thought, p. 1 MN. 1:119

[13] Tác ý tứ đại (*dhātumanasikāra*) là phân tích vật chất thành bốn yếu tố chính là đất, nước, lửa, gió. Sự phân tích nhằm vào các yếu tố phi cá tính này sẽ loại trừ mối liên hệ cá nhân ra khỏi kinh nghiệm và từ đó dứt tâm ra khỏi chỗ y cứ hợp lẽ cho sân khởi lên.

[14] PP. p. 148. Vism. p. 114

[15] Milp. P. 62

[16] *Katamo ca bhikkhave, sammāsankappo ariyo anāsavo lokuttaro maggango? Yo kho, bhikkhave, ariyocitassa anāsavacittassa ariyamaggassa samangino ariyamaggam bhāvayato takko vitakko sankappo appanā vyappanā cetasso*

abhiniropanà vacìsankhàro, ayam bhikkhave sammàsankappo ariyo anàsavo lokuttaro maggango.”MN. 3: 73

[17] PP. p. 148. Vism., p. 114 Dhs. A. p. 158

[18] PP., p. 148. Vism., p. 115.

[19] nt

[20] DN. 1: 73

[21] Vibh., p. 267

[22] PP., p. 149 Vism., p.115

[23] Compendium, p. 243.

[24] “*À rammanam kallato gahana lakkhanà ti vuttam*”. Three Tikas p. 75.

[25] PP., p. 150 Vism., p.117

[26] PP., p. 151 Vism., p.117.

[27] “*Tattha katamam sukham? Yam cetasikam sukham cetasikam sàtam cetosamphassajam sàtam sukham vedayitam cetosamphassajà sàtà sukhà vedanà.*”Vibh. 83 – 84.

[28] MN. 3:242 – 243.

[29] Narada, Manual, p. 143.

[30] AN. 1:80 – 81.

[31] SN. 2:30

[32] “*Appanàya pubbhàgasukham*”. SN. A. 2:50.

[33] “*Upacàrajjhànasahitasukham*”. SN. T. 2:65.

[34] Vibh. P. 267.

[35] AN. 3:25. DN. 1:74.

[36] MN. 1: 294

[37] MN. 3: 25

[38] Vibh. P. 274.

[39] Nàrada, Manual, p. 42

[40] Vism., p. 119

[41] Expositor, 1: 190. Dhs. A. p. 188.

[42] “*Kusalacittass’ekaggatà*”. Vism. p. 68

[43] Pàli: *phasso vedàna sannà cetanà cittam chando adhimokkho viriyam sati upekkhà manasikàro*. MN. 3: 25

[44] Narada, Manual, p. 77-78. “*Phasso, vedanà, sannà, cetanà, ekaggatà, jìvitindriyam, manasikàro, vitakko, adhimokkho, viriyam, pìti, chando; saddhà, sati, hiri, ottappam, alobho, adoso, tatramajjhattatà, kàyapassaddhi, cittapassaddhi, kàyalahutà, cittalahutà, kàyamudutà, cittamudutà, kàyakammannatà, kàyapagunnata, cittapagunnatà, kàyujjukata, cittujjatà*”. Ibid. p. 78.

[45] PP., p. 152 – 153 Vism 118

[46] PP., p. 152 Vism., p.118.

[47] Muốn hiểu rõ chi tiết về tiến trình tâm (cittavìthi), xem Nàrada, Manual, p. 214 – 219. Vism., p. 111 – 112.

[48] PP., p. 132 – 134. Vism., p. 103 - 104

[49] PP., p. 134 – 140. Vism., p. 104 – 110.

[50] AN. 4: 418 - 419

[51] PP., p. 158. Vism., p. 123

[52] Năm cách làm chủ theo Pàli: *Àvajjanavasì (chuyên hướng tự tại), samàpajjanavasì, adhitthànavasì, vutthànavasì, paccavekkhanavasì*. Vism., p. 124 – 125. Pts., p.96 – 97.

-ooOoo-

CHƯƠNG V

CÁC BẬC THIÊN CAO HƠN

Sau khi đã đề cập chi tiết đến sơ thiên, bây giờ chúng ta có thể chuyển sang ba bậc thiên còn lại của hệ thống bốn thiên sắc giới, đó là nhị thiên, tam thiên và tứ thiên. Cũng như trước, lấy công thức mô tả thiên quen thuộc của kinh tạng *Pāli* làm điểm khởi đầu, sau đó chúng ta sẽ khảo sát các bậc thiên này dưới dạng tiến trình chứng đắc, các thiên chi, các tâm pháp đồng sanh của chúng. Ở phần bàn luận, chúng ta sẽ đặc biệt nhấn mạnh đến tính chất năng động của tiến trình nhờ đó các bậc thiên được thành tựu. Việc chứng thiên, như chúng ta đã thấy, là một tiến trình ở đó các thiên chi thô lần lượt bị loại trừ và các thiên chi tế được làm cho nổi bật hơn. Từ sự khảo sát này, chúng ta sẽ nhận ra rằng các bậc thiên nối kết nhau trong một trình tự phát triển theo tầng bậc, tức là bậc thiên thấp được dùng như một căn bản cho bậc thiên cao hơn, trong khi bậc thiên cao này làm tinh tế và thanh tịnh các trạng thái đã hiện diện trong bậc thấp hơn ấy. Cuối cùng, chúng ta sẽ kết thúc bằng việc xét đến mối tương quan giữa hệ thống tứ thiên được dùng trong kinh và hệ thống ngũ thiên được giới thiệu trong *Vi Diệu Pháp*.

NHỊ THIÊN VÀ SỰ CHỨNG ĐẮC NHỊ THIÊN

Công thức mô tả việc chứng nhị thiên như sau:

“Với sự tịnh chỉ của tâm và tứ, vị ấy chứng và trú nhị thiên, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tâm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm.”^[1]

Giống như sơ thiên, nhị thiên được đạt đến bằng việc diệt trừ các chi phần cần phải từ bỏ và phát triển các chi phần cần phải có. Tuy nhiên trong trường hợp này, các chi phần cần phải từ bỏ là hai chi đầu của chính sơ thiên, tức là tâm và tứ; trong khi các chi phần cần phải có là ba thiên chi còn lại – hỷ, lạc và nhất tâm. Vì lý do đó công thức bắt đầu “với sự tịnh chỉ của tâm và tứ”, rồi mới đi vào những thành tựu tích cực của bậc thiên.

Trước khi bắt đầu việc thực hành để đạt đến nhị thiên, hành giả cần phải hoàn thiện sơ thiên qua năm loại làm chủ như đã nói ở trên. Kế tiếp, khi đã thành tựu năm loại làm chủ này, hành giả nhập vào sơ thiên, xuất khỏi sơ thiên và bắt đầu quán những khuyết điểm của nó. Những khuyết điểm của sơ thiên có hai: thứ nhất thiên chứng này bị đe dọa bởi gần với các triền cái, và thứ hai, các thiên chi của nó bị suy yếu bởi tính chất thô của tâm và tứ. Khuyết điểm thứ nhất chúng ta có thể gọi là khuyết điểm cận hoại, khuyết điểm thứ hai là khuyết điểm cố hữu. Mặc dù sơ thiên được nói là ly các bất thiện pháp hay là các triền cái song nó chỉ là một bước loại bỏ những tâm phi thiên (*non – jhānic consciousness*), vì thế chỉ cung cấp một biện pháp bảo vệ yếu ớt chống lại các triền cái. Nếu hành giả không chánh niệm thì những tiếp xúc của hành giả với các trần cảnh có thể dẫn đến sự phi lý tác ý, từ đó cho phép các triền cái hoạt động trở lại. Để có được một sự bảo đảm vững chắc

hơn khỏi các triền cái, hành giả hiểu ra rằng phải cần đến định thâm sâu của các bậc thiền cao hơn nữa.

Khuyết điểm cố hữu của sơ thiền là sự có mặt của tầm và tứ. Khi hành giả nỗ lực để đạt đến sơ thiền, hai chi phần này trợ lực trong việc phản công các triền cái, tầm hướng tâm đến đối tượng, tứ neo nó ở đó và ngăn không cho tâm trôi dạt. Nhưng sau khi làm chủ sơ thiền, hành giả mới thấy rằng tầm và tứ còn tương đối thô. Chẳng những tự bản thân chúng là thô, mà còn vì lý do cái thô của chúng làm suy yếu các thiền chi khác. Hỷ, lạc và nhất tâm liên hợp với tầm và tứ, hành giả thấy, không mạnh và an lạc đúng như thực chất của chúng nếu thoát khỏi sự liên hợp này. Chính vì vậy hành giả mới xem tầm và tứ là những chướng ngại cần phải trừ diệt. Như trong kinh *Poṭṭhapāda*, đức Phật đã giải thích, những gì trước đó hành giả thấy là tế và chân thực sau đó lại có vẻ thô và có hại [2]. Như vậy hành giả diệt trừ nó bằng cách đắc một thiền cao hơn.

Như vậy hành giả hiểu rằng mặc dù làm chủ được sơ thiền, tiến bộ của hành giả vẫn chưa hoàn toàn thỏa mãn; sơ thiền – mục tiêu mà hành giả hoài bão với nỗ lực ban đầu – lại hóa ra khiếm khuyết, dễ hoại bởi gần với các triền cái và bởi tính chất thô của các thiền chi của nó. Rồi hành giả nhớ lại kiến thức hiểu biết theo pháp học của mình về nhị thiền. Hành giả suy xét rằng, thiền này (nhị thiền) thoát khỏi tầm và tứ, do đó nó vắng lặng, vi tế và cao thượng hơn sơ thiền. Trong khi tầm và tứ có vẻ thô thì hỷ, lạc, và nhất tâm lại có vẻ an tịnh hơn. Khi suy xét như vậy hành giả chấm dứt sự quyến luyến của mình với sơ thiền và đầu tư vào nỗ lực mới nhắm đến việc chứng đắc nhị thiền.

Hành giả dán tâm vào đề mục thiền của mình – có thể là một *kasīna* hoặc hơi thở – tập trung liên tục vào đó với ý định vượt qua tầm và tứ. Khi việc thực hành của hành giả đã đủ thành thực, sơ thiền sẽ sanh lên với ba thiền chi hỷ, lạc, nhất tâm của nó.

Tiến trình tâm chứng đắc nhị thiền cũng tương tự như tiến trình tâm chứng đắc sơ thiền. Đầu tiên khởi lên ba sát na hữu phần – hữu phần vừa qua, hữu phần rung động và hữu phần dứt dòng. Sự kiện này được tiếp theo sau bởi ý môn hướng tâm, bốn sát na sửa soạn – chuẩn bị, cận hành, thuận thứ và chuyển tánh – và sát na nhị thiền. Đối với vị hành giả lợi căn, sát na chuẩn bị được thông qua như sơ thiền. Tuy nhiên có một khác biệt quan trọng giữa sơ thiền và nhị thiền về sự tương quan của các sát na cận định và tự thân các bậc thiền (an chỉ định) của chúng. Ở trường hợp sơ thiền, các sát na cận định có cùng cấu tạo thiền chi như các sát na thiền (an chỉ), chỉ khác ở cường độ của chúng mà thôi. Nhưng ở trường hợp nhị thiền, các sát na cận định và thiền (*jhāna*) khác hẳn về cấu trúc thiền chi thực thụ của chúng. Trong khi sát na nhị thiền không có tầm và tứ thì ở sát na cận định tầm, tứ vẫn có mặt trong cả bốn sát na chuẩn bị. Chỉ trong sát na an chỉ chúng mới bị diệt hoàn toàn. Đối với các bậc thiền còn lại cũng cần phải hiểu là như vậy.

Sau khi tuyên bố rằng hành giả chúng và trú nhị thiền nhờ sự tịnh chỉ của tâm và tứ (*vitakka-vicārānaṃ vūpasamā*), tiếp đó, trong công thức mô tả nhị thiền đức Phật còn nói thêm là thiền này “không tâm, không tứ” (*avitakkaṃ avicāraṃ*). Câu này thoạt mới nhìn có vẻ như một sự lặp lại không cần thiết của câu trên, nhưng Thanh Tịnh Đạo biện hộ lối chọn từ này và chứng tỏ cho mọi người thấy rằng câu thứ hai không thừa mà chỉ hoàn tất một nhiệm vụ khác. Luận sư Buddhaghosa chỉ ra rằng, sở dĩ câu mở đầu được tuyên bố, thứ nhất là để trực tiếp cho thấy nhị thiền được đạt đến do vượt qua các chi thiền thô của sơ thiền; thứ hai, để cho thấy, nội tĩnh và nhất tâm, được đề cập liền sau đó, xảy ra với hành vi tịnh chỉ tâm và tứ; và thứ ba là để cho thấy thiền này không tâm, không tứ, không phải do sự vắng mặt đơn thuần của chúng như ở các bậc thiền cao hơn hoặc trong các tâm ngũ song thức cơ bản, mà do sự tịnh chỉ thực thụ của chúng. Sở dĩ câu đầu không nói thẳng ra rằng nhị thiền không có tâm và tứ là để làm cho câu sau có ý nghĩa rõ ràng là một câu riêng biệt cần phải có, vì thế mới có những chữ “không tâm, không tứ”. [3]

Chính bởi nhị thiền thoát khỏi tâm và tứ nên nó được gọi là “sự yên lặng của bậc thánh”. Vì tâm và tứ, như chúng ta thấy, là những tâm sở chính tạo ra khẩu hành (*vacīsaṅkhāra*). Vì thế, khi những yếu tố làm phát sinh khẩu hành này dừng lại thì sự diễn đạt trong nội tâm cũng sẽ tịnh chỉ và được thay thế bằng một sự yên lặng sâu lắng bên trong của tâm. Bởi lẽ sự đình chỉ tư duy này xảy ra ở mức nhị thiền nên thiền này mới có tên “sự yên lặng của bậc thánh” (*ariyo tunhibāvo*).

NỘI TỊNH (AJJHATTAM SAMPASĀDANAM)

Cùng với sự tịnh chỉ của tâm và tứ, hành giả có được sự nội tịnh (*ajjhattam sampasādanam*). Chữ *sampasādanam*, thường dịch là “sự tin tưởng” (confidence), có hai hàm ý. Một là tin với nghĩa đức tin, lòng tin hay sự tin chắc; hai là sự yên tĩnh hay an tịnh. Cả hai nghĩa này đều thích hợp với nhị thiền. Một mặt người hành thiền có được niềm tin mãnh liệt hơn nơi đức Phật và nơi lời dạy của Ngài vì họ thấy được tính hiệu quả trong pháp hành của mình, mặt khác, do kết quả của niềm tin ấy, họ có được sự an tịnh.

Bộ Phân Tích (*Vibhanga*) định nghĩa rõ ràng nội tịnh này là niềm tin: “Tịnh tức là niềm tin, sự đặt niềm tin, sự tín nhiệm, sự tin chắc”. [4] Bởi vì, theo Vi Diệu Pháp, tín hay niềm tin có mặt trong mọi tâm thiện nên nó cũng phải có mặt trong sơ thiền. Tuy nhiên, trong sơ thiền, niềm tin của hành giả thiếu tính trong sáng và tĩnh lặng do hành vi khuấy động của tâm và tứ, và như vậy không thể gọi là “nội tịnh”. Còn Thanh Tịnh Đạo thì giải thích:

Sơ thiền không hoàn toàn có niềm tin do sự khuấy động mà tâm, tứ tạo ra, cũng như nước xao động do những gợn sóng lăn tăn vậy. Đó là lý do vì sao, mặc dù tín có mặt trong sơ thiền, nó vẫn không được gọi là “nội tịnh”. [5]

Khi tâm và tứ đã được làm cho tịnh chỉ, tâm của người hành thiền trở nên rất trong sáng và an tịnh, lúc ấy, niềm tin của hành giả mang tính chất của nội tịnh. Và để

chỉ sự thành thực của niềm tin này, thuật ngữ “nội tịnh” được đề cập trong công thức mô tả nhị thiền mà không có trong công thức sơ thiền.

NHẤT TÂM (CETASO EKODIBHÀVAM)

Các bản kinh và chú giải đồng nhất nhất tâm với nhất – điễm (tâm) và định. Mặc dù định đã có mặt như một chi phần của sơ thiền, song nó chỉ được đề cập đặc biệt trong công thức mô tả nhị thiền này vì chính ở đây, lần đầu tiên nó mới có sự nổi bật. Định của sơ thiền vẫn chưa hoàn thiện vì phải chịu ảnh hưởng khuấy động của tâm và tứ. Nhưng ở nhị thiền, cùng với những chi thiền thô đã được tịnh chỉ và tâm được thanh tịnh nhờ nội tịnh, nhất tâm sẽ trở nên mạnh và ổn định hơn. Thanh Tịnh Đạo giải thích sự nổi bật của nhất tâm này theo lối phân tích từ nguyên của nó như sau:

“Đây là cách lập thành ý nghĩa trong trường hợp này. Độc nhất (eka) nó khởi lên (udeti), như vậy nó là duy nhất (ekodi), nghĩa là, nó khởi lên như cái tốt nhất, cao cấp nhất, bởi vì trên nó không có tâm và tứ, và cái tốt nhất ở đời thì gọi là “độc nhất”. Hoặc nói như vậy cũng có thể chấp nhận được, khi loại bỏ tâm và tứ, nó trở thành độc nhất, không có bạn đồng hành. Mặc khác, nó khởi dậy (udeyati) các pháp tương ưng, vì thế nó là một pháp khởi dậy, nghĩa là nó đánh thức dậy. Tóm lại, nó là độc nhất (eka) trong nghĩa tốt nhất, là một pháp khởi dậy (udi), cho nên, nó là một pháp khởi dậy độc nhất (ekodi: duy nhất). Đây là một từ ngữ chỉ cho định.” [6]

ĐỊNH (SAMÀDHI)

Thiền này, hoặc hỷ và lạc của thiền này, được nói là “do định sanh” (*samādhijam*). Định sanh ra thiền này có thể hiểu theo hai cách, hoặc như những giai đoạn đầu của định dẫn đến nhị thiền, hoặc như tâm sở định liên hợp trực tiếp với chính nhị thiền. [7] Muốn đạt đến nhị thiền, hành giả phải trải qua ba cấp độ định – chuẩn bị định thuộc nỗ lực ban đầu của hành giả, cận định và an chỉ định thuộc sơ thiền. Cả ba giai đoạn định này có thể xem như định sanh ra nhị thiền. Mặt khác, định sanh ra thiền cũng có thể xem như đồng nhất với nhất tâm trong chính nhị thiền. Như trong câu “sự nhất tâm”, ở đây, sự nhấn mạnh đặc biệt được đặt trên định này để chứng tỏ sự củng cố an toàn của nó sau khi diệt tâm và tứ vốn cản trở định cao bằng việc khởi động tư duy lan man của nó. Thanh Tịnh Đạo, khi đề cập đến định của nhị thiền đã chỉ rõ rằng: “Chỉ có định này mới hoàn toàn xứng đáng để được gọi là “định” bởi vì niềm tin trọn vẹn của nó và vì sự bất động tuyệt đối của nó do không bị tâm, tứ khuấy động” [8]

HỖ VÀ LẠC (PĪTISUKHAM)

Như chúng ta đã thấy, hỷ và lạc trong sơ thiền được mô tả do ly dục sanh (*vivekajam pītisukham*). Ngược lại, hỷ và lạc của nhị thiền lại được bảo là do định sanh (*samādhijam pītisukham*). Điều kiện tiên khởi cho hỷ lạc sanh trong sơ thiền

là sự viễn ly hay ly dục, ở đây có nghĩa là sự đè nén của năm triền cái trong cận định. Điều kiện tiên khởi cho hỷ lạc sanh trong nhị thiền là định của sơ thiền. Như vậy khi hỷ và lạc được bảo là do định sanh, điều này như muốn chỉ ra rằng nguồn gốc của chúng là định của sơ thiền. Tuy nhiên, câu này cũng có thể muốn nói rằng chúng được sinh ra từ định tương ưng của nhị thiền như Thanh Tịnh Đạo thừa nhận. Hỷ và lạc của nhị thiền an tịnh và sâu lắng hơn hỷ, lạc của sơ thiền bởi vì chúng không bị suy yếu bởi các thiền chi thô của tâm và tứ. Đức Phật nói rằng hỷ và lạc do định sanh này thấm nhuần toàn thân người hành thiền cũng như dòng nước mát của một con suối thấm nhuần cả một hồ nước vậy. [9]

NHỮNG NHẬN XÉT CHUNG VỀ NHỊ THIỀN

Trong khi sơ thiền có năm chi phần, nhị thiền chỉ có ba – hỷ, lạc và nhất tâm. Hai chi phần có mặt ở sơ thiền nhưng vắng mặt trong nhị thiền là hai yếu tố thô đã được làm cho tịnh chỉ là tâm và tứ. Không giống như công thức mô tả sơ thiền, ở đó nhất tâm không được nói đến một cách minh bạch, công thức mô tả nhị thiền đề cập nhất tâm tới hai lần – một lần trực tiếp dưới hình thức một từ đồng nghĩa: *ekodibhavam* (sự nhất tâm) và một lần gián tiếp bằng cách gọi hỷ, lạc “do định sanh” (*samādhijam*). Mặc dù ba chi phần của nhị thiền về bản chất cũng giống như ba chi phần ở sơ thiền, song về giá trị vẫn khác nhau, nghĩa là hỷ, lạc và nhất tâm trong nhị thiền có tính chất vi tế hơn, an tịnh hơn và mạnh mẽ hơn do kết quả của việc diệt trừ các yếu tố thô.

Trong khi các pháp đề cập ở công thức sơ thiền đều là những thiền chi thì công thức nhị thiền này lại gồm cả “nội tịnh”. Điều này chỉ ra rằng những pháp cấu thành nhị thiền rộng hơn các chi thiền căn bản của nó. Kinh *Anupada*, đã đề cập ở trên, đưa ra bảng liệt kê mở rộng các pháp bao gồm trong nhị thiền như sau: nội tịnh, hỷ, lạc, nhất tâm, xúc, thọ, tưởng, tư, tâm, dục, thắng giải, cần, niệm, xả và tác ý. [10] Bộ Pháp tụng (*Dhammasangani*) liệt kê gần sáu mươi pháp, bao gồm phần lớn những pháp có mặt trong sơ thiền ngoại trừ tâm, tứ và các pháp tương ưng của nó. [11] Vi Diệu Pháp Yếu Giải cũng vậy, đề cập ba mươi ba sở hữu phối hợp của nhị thiền, đó là tất cả những sở hữu có mặt trong sơ thiền ngoại trừ tâm và tứ. [12]

TAM THIỀN - SỰ CHỨNG ĐẮC TAM THIỀN

Muốn đắc tam thiền, hành giả cũng phải áp dụng lại phương pháp mà hành giả đã sử dụng để thăng tiến từ sơ thiền lên nhị thiền. Sau khi làm chủ nhị thiền theo năm cách đã nói ở trên, hành giả nhập nhị thiền, xuất và suy xét đến những khuyết điểm của nó. Hành giả thấy rằng thiền chứng này bị đe dọa bởi hai nhược điểm, cận hoại và cố hữu. Khuyết điểm cận hoại là gần với tâm và tứ. Nếu những yếu tố này khởi lên, chúng sẽ phá vỡ sự yên tĩnh và làm gián đoạn định của nhị thiền khiến cho tâm trở lại sơ thiền hoặc trở lại những trạng thái tâm thấp hơn. Khuyết điểm cố hữu là sự hiện diện của hỷ (*pīti*), một chi phần tương đối thô làm suy yếu các thiền chi khác còn lại trong tâm. Như đức Phật nói: “Bởi vì ở đây có sự hiện diện của hỷ nên có sự kích động, và trạng thái ấy được xem là thô.” [13]

Do thấy nhị thiên không được bảo đảm và dễ hoại bởi hỷ, hành giả tu tập một thái độ dửng dưng đối với thiên ấy, đồng thời tăng cường sự tác ý đến lạc (*sukha*) và nhất tâm (*ekaggatā*), xem chúng như an tịnh và cao thượng hơn. Chấm dứt sự bám víu vào nhị thiên, hành giả tập trung tâm ý để đạt đến tam thiên, một trạng thái có vẻ cao thượng hơn vì có lạc và nhất tâm không bị ảnh hưởng dao động của hỷ. Hành giả tái lập lại định trên đề mục thiên của mình với mục đích vượt qua nhị thiên.

Khi việc thực hành thành thực, hành giả đắc tam thiên với các chi phần lạc và nhất tâm của nó. Trong nỗ lực chứng thiên, tâm trải qua các giai đoạn của tiến trình tâm giống như các bậc thiên trước. Tuy nhiên ở tam thiên này, tâm, tứ và hỷ chỉ có mặt trong những sát na cận hành và biến mất vào lúc đắc an chỉ thực thụ.

Công thức tiêu chuẩn mô tả tam thiên xuất hiện trong các bản kinh như sau:

“Ly hỷ, trú xả, chánh niệm – tỉnh giác, thân cảm lạc thọ, hành giả chứng và trú tam thiên, một trạng thái mà các bậc thánh tuyên bố: “Người nào có xả và có niệm, người đó trú trong lạc.” [\[14\]](#)

Công thức trên cho thấy rằng ngoài các thiên chi, tam thiên còn có thêm ba tâm pháp đồng sanh không được kể trong số các thiên chi. Ba tâm pháp đó là xả (*upekkhā*), niệm (*sati*), và tỉnh giác (*sampajanñña*). Do đó, điều khác thường của công thức này là nó đề cập đến ba tâm sở không phải là các thiên chi, trong khi nhất tâm, một thiên chi đi cùng với lạc lại không thấy đề cập.

Bây giờ chúng ta sẽ lần lượt bàn đến ba tâm sở mới thêm và hai thiên chi đề cập trong công thức.

XẢ (UPEKKHÀ)

Từ *Pāli* cho xả là *upekkhā* (*Skt, Upeksā*), được thành lập từ tiếp đầu ngữ *upa* và *ikh* (*Sks, iks*) nghĩa là “nhìn”. Các bản chú giải về công thức thiên giải thích mệnh đề “trú xả” (*upekkho viharati*) này như sau:

Vị trú xả là vị ngắm nhìn các pháp khi chúng khởi lên (upapattito ikkhati), như vậy gọi là xả (upekkhā); nhìn một cách công bằng, không thiên vị (a – pakkhapātita), là ý nghĩa của nó. Một vị chứng tam thiên được gọi là vị trú xả bởi vì nơi vị ấy xả rất rõ ràng, dôi dào và hiển nhiên. [\[15\]](#)

Chữ *upekkhā* hay “xả” xuất hiện rất thường trong kinh điển *Pāli* với một tầm ý nghĩa khá rộng. Thanh Tịnh Đạo phân lập ra mười loại xả, có phần trùng khớp nhau, được tìm thấy trong kinh tạng. Mười loại đó là: 1) Xả thuộc sáu căn; 2) Xả kể như một phạm trú; 3) Xả kể như một giác chi; 4) Xả thuộc tinh tấn; 5) Xả thuộc các hành; 6) Xả kể như một loại thọ; 7) Xả thuộc tuệ; 8) Xả trung tánh; 9) Xả thuộc thiên; 10) Xả thuộc thanh tịnh. [\[16\]](#)

Để có được một sự hiểu biết rõ ràng hơn về tính chất của xả kể trong tam thiên, có lẽ sẽ hữu ích nếu chúng ta xét đến lần lượt từng loại xả trong 10 loại vừa kể một cách ngắn gọn.

1. Xả thuộc sáu căn là những phản ứng vô tư của vị A-la-hán, không bị tham và sân chi phối, đối với các trần cảnh khả ái hay không khả ái, tức đối với sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp – cảm nghiệm qua sáu căn.

2. Xả kể như một phạm trú là trạng thái thiền hướng đến các chúng sanh được đánh dấu bằng sự vượt qua mọi ưa – ghét, hay thái độ vô tư cao thượng nhìn mọi chúng sanh một cách bình đẳng không thiên chấp hay phân biệt.

3. Xả kể như một giác chi là trạng thái tâm quân bình được phát triển qua việc thực hành giải thoát đạo. Nó là giác chi cuối cùng trong Thất giác chi, trước đó là niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, tịnh và định giác chi.

4. Xả thuộc tinh tấn là việc áp dụng quân bình tinh tấn lực, tránh thái quá và bất cập.

5. Xả về các hành biểu thị trí tuệ nhìn các pháp với thái độ thản nhiên, vô tư, không chấp thủ. Đối với thiền minh sát đó là tâm thản nhiên được phát triển dần nhằm mục đích đạt đến các đạo – quả. Đối với thiền chỉ hay thiền định nó thể hiện ở sự xả ly tám chi phần cần phải vượt qua bằng tám thiền chứng (bốn sắc giới và bốn vô sắc giới).

6. Xả kể như một loại thọ là thọ trung tính hay bất khổ bất lạc thọ (*adukkhamasukhāvedanā*).

7. Xả thuộc tuệ (minh sát) là thái độ thản nhiên đối với việc suy đạt thêm các đặc tánh của hữu vi sau khi tam tướng này đã được tuệ tri.

8. Xả trung tánh (*tatramajjhataṭṭā*), có chỗ dịch là “hành xả” sợ lầm với xả thứ năm. Đây là một tâm sở chịu trách nhiệm duy trì sự quân bình giữa các danh pháp đồng sanh trong các tâm tịnh hảo (*sobhana*). Chú giải định nghĩa xả này như “tính hiệu quả ngang bằng của các pháp đồng sanh”. Theo Vi Diệu Pháp, xả trung tánh (*tatramajjhataṭṭā*) có mặt trong các tâm tịnh hảo, tạo cho tâm thiện được quân bình và hòa hợp. Là một tâm sở đặc biệt, xả trung tính có thể mang những hình thức khác nhau trong kinh điển. Thực vậy, như chúng ta sẽ thấy dưới đây, trung tính này sẽ xuất hiện ở sáu trong số mười loại xả vừa được nói đến ở trên.

9. Xả thuộc thiền (*jhāna*), như tên gọi của nó đã hàm ý, là một loại xả có mặt trong bậc thiền.

10. Xả thuộc thanh tịnh là xả của tứ thiên, tịnh hóa mọi chướng ngại.

Muội loại xả này có thể rút gọn lại còn bốn pháp căn bản. Xả thuộc các hành và xả thuộc tuệ là cách biểu hiện của tuệ (*paññā*), tuệ này nhìn các pháp với sự dừng dung vô chấp. Xả thuộc tinh tấn và xả thọ là các sở hữu cần và sở hữu thọ. Sáu loại còn lại là các cách biểu hiện của xả trung tánh (*tatramajjattatā*). *Vimativinodani* chỉ ra cho chúng ta thấy pháp đa năng này có thể hoàn tất các vai trò khác nhau của nó như thế nào trong những tình huống dị biệt:

“Tinh trung dung (của tâm) được gọi là xả thuộc sáu căn của một vị A-la-hán vì nó không từ bỏ trạng thái thanh tịnh tự nhiên khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần cảnh dù khả ái hay không khả ái cũng vậy. Xả kể như một phạm trú, vì nó duy trì tâm bình đẳng đối với mọi chúng sanh. Xả kể như một giác chi, vì nó quân bình các tâm pháp phối hợp. Xả đặc biệt thuộc thiền vì nó giữ thăng bằng chi thiền tối lạc trong tam thiền không thiên chấp. Và xả thanh tịnh vì nó tịnh hóa các tâm sở có mặt trong tứ thiền. Như vậy xả trung tánh được nói là có sáu loại do những dị biệt về tình huống này.” [17]

Loại xả đề cập trong công thức mô tả tam thiền bằng câu “vị ấy trú xả” là xả thuộc thiền, một hình thức của xả trung tánh. Vì lẽ trung tánh có mặt trong tất cả các tâm tịnh hảo nên nó cũng phải có mặt trong cận định và trong hai bậc thiền thấp (tức sơ thiền và nhị thiền). Song nó chỉ được đề cập lần đầu tiên trong công thức tam thiền vì chính ở đây lần đầu tiên nó có được sự nổi bật, sự tịnh chỉ của hỷ cho phép nó trở nên rõ rệt hơn.

Tuy nhiên, cho dù xả được đề cập đến hai lần trong công thức, nó vẫn không được tuyên dương như một thiền chi đối với tam thiền, mà chỉ có hai tâm sở lạc và nhất tâm. Cũng như trong phần luận giải về tam thiền của Bộ Phân Tích (*Vibhanga*), mặc dù xả được gồm trong những thành phần nổi bật của bậc thiền, song chính bậc thiền ấy lại được nói là một thiền chứng có hai chi gồm lạc và nhất tâm. [18] Lý do là chỉ những pháp nào có mặt trong một thiền chứng đối kháng với các triền cái và trợ giúp cho sự hợp nhất của tâm mới được kể như các thiền chi. Đây là năm pháp đề cập trong kinh *Mahāvedalla*, cộng với bất khổ bất lạc thọ, một chi phần của tứ thiền.

Việc trình bày cả hai thọ lạc và xả cùng hiện diện trong tam thiền có thể khiến ta nghĩ rằng chẳng lẽ hai thọ khác nhau này lại có mặt cùng một lúc? Sự mơ hồ này là do hiểu lầm xả được nói đến ở đây là thọ xả (*vedan’upekkhā*). Mặc dù luôn luôn đồng sanh nhưng thọ xả và xả trung tánh là những tâm sở riêng biệt. Trong khi xả trung tánh thuộc hành uẩn (*sankhārakkhandha*) – là một thái độ suy tư không thiên chấp đối với trần cảnh, người hay các pháp hữu vi – thì xả thọ thuộc thọ uẩn (*vedanā-khandha*), là một loại thọ không khổ cũng không lạc. Hơn nữa, xả trung tánh là một tâm sở tịnh hảo chỉ có mặt trong các tâm thiện hoặc vô ký, còn thọ xả là một tâm sở hay thay đổi có thể hiện diện trong bất kỳ loại tâm nào – thiện, bất thiện hoặc vô ký. Vì lẽ tính chất thiện của xả thuộc thiền hay xả trung tánh có thể

phối hợp với thọ lạc hoặc thọ xả đều được, nên việc nhìn nhận sự hiện hữu của xả và lạc cùng lúc cũng không có gì khó.

CHÁNH NIỆM VÀ TỈNH GIÁC

Chánh niệm (*sati*) và tỉnh giác (*sampajānā*) là hai tâm pháp hợp tác chặt chẽ với nhau giúp cho sự tiến triển ở cả hai lãnh vực chỉ và quán được dễ dàng hơn. Niệm là sự ghi nhớ đối tượng, trong nội dung thiền nó có nghĩa là luôn luôn ghi nhớ đề mục thiền trong tâm. Bởi vì niệm là một trạng thái rất trong sáng và kiên định nên nó được nói là có đặc tính của sự “không trôi nổi” (*apilāpanatā*) [19]. Chú giải (*aṭṭhasālini*) so sánh niệm với người giữ gìn kho báu của nhà vua, luôn luôn nhắc cho vua biết những thứ mà vua hiện có trong kho; niệm nhắc hành giả biết những cái tốt, xấu của hành giả và cũng nhắc họ tránh ác tu thiện [20]. Tỉnh giác về bản chất cũng như trí tuệ (*paññā*), có đặc tính của sự phân minh và liễu tri. Chú giải nói rằng tỉnh giác có đặc tính của sự vô si, nhiệm vụ xem xét kỹ lưỡng và sự dò xét là biểu hiện của nó [21].

Chánh niệm và tỉnh giác dễ nhận ra nhất trong thiền minh sát, nhưng chúng cũng góp phần vào việc chứng đắc thiền (định). Mặc dù chúng được đề cập đến lần đầu tiên trong công thức tam thiền, điều này cũng không nên xem đó như hàm ý rằng chỉ ở đây chúng mới xuất hiện lần đầu. Thực ra, chánh niệm tỉnh giác cũng có mặt ở hai bậc thiền đầu, nhưng vì những bậc thiền này tương đối thô nên nhiệm vụ của chánh niệm – tỉnh giác không hiển lộ rõ ràng để đáng phải chú ý. Những nhiệm vụ này sẽ trở nên rõ rệt khi tâm đạt đến sự tinh tế của tam thiền. Đặc biệt cả hai yếu tố này rất cần để tránh sự trở lại của hỷ. Chú giải nói rằng “*ví như con bê còn đang bú, nếu tách khỏi bò mẹ mà không canh chừng, sẽ quay về bò mẹ; lạc của tam thiền cũng thế, có khuynh hướng quay sang hỷ nếu không có chánh niệm, tỉnh giác canh giữ.*” [22] Một khi hỷ sanh thì tam thiền mất. Chính chánh niệm và tỉnh giác giữ cho tâm thiền trú vào lạc thay vì hỷ, một chi phần mà tâm có khuynh hướng bám vào một cách tự nhiên nếu thiếu chánh niệm – tỉnh giác. Nhằm nhấn mạnh đến nhiệm vụ chúng thực hiện này, chánh niệm – tỉnh giác được đề cập ở đây (tam thiền) thay vì trong các công thức mô tả các bậc thiền trước.

LẠC (SUKHA)

Thọ có mặt trong tam thiền là thọ lạc không có hỷ (*nippītikasukha*), một loại lạc được đức Phật nói là thấm nhuần toàn thân hành giả cũng như nước hồ thấm đầm đóa sen đang vươn lên từ sâu dưới nước. Công thức tam thiền mô tả vị hành giả đắc tam thiền như “vị ấy thân cảm lạc thọ” (*sukhaṃ ca kāyena paṭisamvedeti*). Chữ “thân” (*kāya*) ở đây có thể sẽ bị hiểu lầm nếu chúng ta không thận trọng để ý đến cách dùng của nó trong ngữ cảnh đặc biệt này, từ đó đưa chúng ta đến kết luận sai lầm rằng lạc của thiền là cảm giác dễ chịu thuộc về thân. Lạc này vẫn là tâm lạc (*cetasika sukha*) hay hỷ (*somanassa*), như trong hai bậc thiền trước. Chữ “thân” ở đây có nghĩa là danh thân (*nāmakāya*), tức là nhóm các tâm sở đi kèm với tâm. Tuy nhiên, lạc của danh thân này cũng tràn ngập và tạo ra cảm giác

dễ chịu ở thân. Vì tâm hành giả khi thấm đắm với lạc sẽ sanh ra một vài loại sắc vi tế khiến cho có sự dễ chịu ở thân ngay cả sau khi hành giả đã xuất khỏi thiền ấy. Thanh Tịnh Đạo lý giải:

“Tiếp theo, đối với mệnh đề “vị ấy thân cảm lạc thọ”, ở đây, mặc dù một người thực sự đắc tam thiền không quan tâm đến cảm giác lạc, tuy nhiên vị ấy cũng vẫn cảm giác lạc liên hợp với danh thân, rồi sau khi xuất khỏi thiền vị ấy cũng vẫn còn cảm giác lạc, vì sắc thân được ảnh hưởng bởi loại sắc cực kỳ vi diệu do lạc liên hợp với danh thân sanh. Chính để chỉ ra ý nghĩa này mà mệnh đề “vị ấy thân cảm lạc thọ” được nói đến vậy”.[\[23\]](#)

NHẤT TÂM

Chi thứ hai cấu tạo nên thành phần của tam thiền là nhất tâm (*ekaggatā*). Mặc dù nhất tâm không được đề cập đích danh trong công thức tam thiền, nhưng rõ ràng nó đã được sắp như một thiền chi trong bộ Phân Tích. [\[24\]](#) Hơn nữa, tâm trong tam thiền sung mãn với lạc, và như chúng ta đã thấy ở các bậc thiền trước, tâm thấm đắm với lạc như vậy sẽ có định, một từ đồng nghĩa với nhất tâm. Do đó, nhất tâm chắc chắn phải có mặt ở đây. Sở dĩ nhất tâm chỉ được đề cập trong công thức mô tả nhị thiền vì ở đó nó có được cường độ khác thường do sự tịnh chỉ của tầm và tứ.

Theo phân tích của Vi Diệu Pháp, tâm tam thiền bao gồm tất cả các tâm pháp đầu tiên có mặt trong tâm sơ thiền ngoại trừ tầm, tứ và hỷ. Như vậy, tối thiểu nó cũng phải có ba mươi pháp đồng sanh với tâm, và đôi lúc có thể gồm thêm bi hoặc hỷ khi những phẩm chất này được phát triển đến mức thiền (*jhānic level*). [\[25\]](#)

TỨ THIỀN - SỰ CHỨNG THIỀN

Sau khi đã thành tựu năm loại làm chủ đối với tam thiền, hành giả nhập và xuất khỏi thiền này rồi phản khán các thiền chi của nó. Khi phản khán thiền, hành giả thấy được khuyết điểm cận hoại của tam thiền – thiền chứng này bị đe dọa bởi gần với hỷ mặc dù đã bị đè nén với sự thành tựu của tam thiền, nhưng vẫn có thể trở lại do sự kết hợp tự nhiên của nó với lạc.

Khuyết điểm cố hữu của tam thiền chính là lạc mà giờ đây hành giả thấy là một thiền chi tương đối thô làm suy yếu thiền chứng. Khi hành giả suy xét về xả và nhất tâm xuất hiện vi tế, an lạc và bảo đảm hơn, như vậy tứ thiền đáng mong muốn hơn vì nó được cấu thành bởi hai chi phần (xả và nhất tâm) này.

Sau đó, lấy tợ tướng như ở các bậc thiền trước làm đề mục, hành giả lập lại định với mục đích từ bỏ thiền chi lạc thô và đạt đến bậc thiền cao hơn. Khi việc thực hành thuần thực, tâm nhập vào lộ trình để cuối cùng đưa đến an chỉ của tứ thiền. Đầu tiên, dòng hữu phần (*bhavanga*) rung động và bị cắt đứt, sau đó ý môn hướng tâm sanh với tợ tướng làm đề mục. Tiến trình này được theo sau bởi bốn hoặc năm tốc hành tâm (*javana*) trên cùng đối tượng, tốc hành tâm cuối cùng của chuỗi này

thuộc tứ thiền. Ba hoặc bốn tốc hành thuộc giai đoạn chuẩn bị vẫn còn tầm và tứ, nhưng vì bậc thiền theo sau liên quan đến bất khổ bất lạc thọ nên những tốc hành chuẩn bị cũng liên quan đến cùng loại thọ ấy. Như vậy, những tốc hành tâm này không có hỷ và lạc vì các thọ này xung khắc với bất khổ bất lạc thọ. [26]

BÓN ĐIỀU KIỆN

Công thức mô tả tứ thiền như sau:

Với sự từ bỏ lạc và khổ, cùng với sự biến mất từ trước của hỷ và ưu, hành giả chứng và trú tứ thiền không khổ không lạc, có sự thanh tịnh của niệm nhờ xả. [27]

Phần đầu của công thức này nói đến bốn điều kiện sơ khởi cần cho việc đắc tứ thiền: 1) Từ bỏ lạc; 2) Từ bỏ khổ; 3) Sự biến mất của hỷ; 4) Sự biến mất của ưu. [28] Để hiểu được bốn điều kiện này, trước tiên cần xác định ý nghĩa chính xác của bốn loại thọ liên hệ.

1. Lạc (*sukha*)

Khi bàn đến chữ “*sukha*” trong nội dung sơ thiền chúng ta nhớ rằng nó được áp dụng theo hai nghĩa chung và hẹp. Theo nghĩa chung, *sukha* biểu thị cảm thọ lạc, bao quát cả thân lạc thọ (*kāyika sukha*) lẫn tâm lạc thọ (*cetasika sukha*). Theo nghĩa hẹp, nó biểu thị độc nhất cho thân lạc thọ, và chính theo nghĩa này nó ngược lại với tâm lạc thọ vốn được biểu thị bằng một từ khác, *somanassa*, ở đây chúng ta dịch là “hỷ”. Như vậy lạc được nói như một chi của ba thiền đầu là thọ lạc thuộc về thân hay tâm lạc thọ, tức là *somanassa* hoặc “hỷ”. Như trên chúng ta đã thấy, Bộ Phân Tích định nghĩa lạc của thiền này như sau:

“Thế nào là lạc? Sự sáng khoái thuộc về tâm, sự dễ chịu thuộc về tâm, trạng thái cảm thọ sáng khoái, dễ chịu sanh từ tâm xúc, cảm giác sáng khoái dễ chịu do tâm xúc sanh. Đây gọi là lạc.” [29]

Nhưng trong công thức mô tả tứ thiền, lạc (*sukha*) lại được nói là phải từ bỏ như một điều kiện tiên quyết cho việc đắc thiền, về ý nghĩa nó đã chịu một sự thay đổi; bây giờ lạc biểu thị cho sự dễ chịu thuộc về thân hay thân lạc thọ (*kāyika sukha*). Vì thế, Vibhanga định nghĩa lạc có dụng ý trong đoạn “với sự từ bỏ lạc” (*sukhassa ca pahānā*) như sau:

“Ở đây, thế nào là lạc? Sự dễ chịu thuộc về thân, sáng khoái thuộc về thân, cảm giác dễ chịu và sáng khoái do thân xúc sanh, cảm thọ sáng khoái, dễ chịu sanh từ thân xúc. Đây được gọi là lạc.” [30]

Còn sự dễ chịu thuộc về tâm hay tâm lạc sẽ được nêu ra trong công thức với từ *somanassa* (hỷ).

2. Khổ (*dukkha*)

Từ công thức trên chúng ta thấy rằng việc chứng tứ thiền đi đôi với việc từ bỏ trước hết của lạc và khổ. Giống như lạc, chữ khổ (*dukkha*) có hai nghĩa trong tương quan với các thọ. Một bên nó biểu thị mọi cảm giác khó chịu về vật lý cũng như tâm lý, tức cả thân lẫn tâm; bên kia nó biểu thị độc nhất cho khổ thân mà thôi. Khi được dùng để biểu thị sự khổ thân, nó ngược lại với *domanassa* (ưu) vốn có nghĩa cảm thọ khó chịu thuộc về tâm. Trong ngữ cảnh hiện tại, *dukkha* mang một nghĩa hẹp hơn là thọ khổ thuộc thân hay thân khổ thọ. *Vibhanga* (bộ Phân Tích) giải thích:

“Ở đây, thế nào là khổ? Sự khó chịu thuộc về thân, sự đau đớn thuộc về thân, cảm giác khó chịu, đau đớn do thân xúc sanh, cảm thọ khó chịu, đau đớn phát sanh do thân xúc. Đây gọi là khổ.” [\[31\]](#)

3. Hỷ (*somanassa*)

Loại hỷ cần phải làm cho biến mất trước khi chứng tứ thiền là lạc thuộc về tâm, loại cảm thọ có mặt trong ba thiền đầu thường gọi là *sukha* (lạc). Bộ Phân Tích giải thích:

“Ở đây, thế nào là hỷ? Sự dễ chịu thuộc về tâm, sự sáng khoái thuộc về tâm, cảm giác sáng khoái và dễ chịu do tâm xúc sanh, cảm thọ dễ chịu, sáng khoái phát sanh do tâm xúc. Đây gọi là hỷ.” [\[32\]](#)

4. Ưu (*domanassa*)

Ưu là đối nghịch của hỷ, tức một cảm giác khó chịu thuộc về tâm. Theo bộ Phân Tích:

“Ở đây, thế nào là ưu? Sự khó chịu thuộc về tâm, sự đau khổ thuộc về tâm, cảm giác khó chịu và đau khổ do tâm xúc sanh, sự khó chịu và đau khổ phát sanh do tâm xúc. Đây gọi là ưu.” [\[33\]](#)

Tứ thiền được nói là khởi lên sau khi có sự từ bỏ lạc, khổ và sự biến mất của hỷ, ưu. Lời tuyên bố này dường như muốn dẫn ý rằng, cả bốn thọ nay phải biến mất trước khi chứng tứ thiền. Tuy nhiên, một sự giải thích như vậy là không chính xác. Đức Phật có nói rằng khổ căn (*dukkhindriya*) diệt không còn dư tàn khi đắc sơ thiền, ưu căn (*domanassindriya*) diệt không còn dư tàn khi đắc nhị thiền, lạc căn (*sukhindriya*) diệt không còn dư tàn khi đắc tam thiền, và hỷ căn (*somanassindriya*) diệt không còn dư tàn khi đắc tứ thiền. [\[34\]](#) Như vậy, rõ ràng ba trong bốn điều kiện cần thiết để đắc tứ thiền đã được hoàn tất cùng với sự chứng đắc ba bậc thiền đầu, chỉ còn điều kiện thứ tư – sự biến mất của hỷ – sẽ hoàn tất khi thực sự nhập vào tứ thiền nữa mà thôi.

Thanh Tịnh Đạo làm rõ thêm lời tuyên bố của đức Phật với sự xác nhận rằng bốn thọ – khổ, ưu, lạc, hỷ – thực ra đã diệt lần lượt ở các sát na cận hành của sơ thiền, nhị thiền, tam thiền và tứ thiền. Tuy nhiên, chúng chỉ chịu “sự diệt hoàn toàn” (*atisayanirodhattā*) khi chứng thiền thực thụ, đó là lý do tại sao đức Phật nói rằng trong thiền (*jhāna*), chúng “diệt không còn dư tàn” (*aparisesam nirujjhati*) [35]. Như vậy, khổ thân, vốn diệt ở cận hành của sơ thiền, có thể khởi lên trở lại trước khi chứng thiền do côn trùng (ruồi, muỗi,...) cắn, hoặc do chỗ ngồi không được thoải mái hay do nóng, lạnh, v.v... Nhưng trong thiền, toàn thân thấm nhuần với hạnh phúc do hỷ tràn ngập, và khổ căn, bị dập tắt bởi pháp đối nghịch, lúc ấy mới diệt hoàn toàn. Do đó, sự diệt không dư tàn của khổ căn chỉ xảy ra với an chỉ định của sơ thiền, chứ không với cận định.

Tương tự, ưu căn khởi đầu diệt ở cận hành định của nhị thiền, song có thể khởi lên lại khi thân mỏi mệt và tâm bực bội do tầm và tứ. Tuy nhiên, ở mức an chỉ của nhị thiền, nơi đây tầm và tứ đã vắng mặt, ưu căn không còn tái hiện nữa. Lạc căn thuộc về thân vốn diệt ở cận hành định của tam thiền, có thể tái xuất hiện khi thân hành giả bị tràn ngập bởi sắc chất vi diệu do tâm sanh, song nó sẽ không sanh trong an chỉ định của tam thiền, nơi đây hỷ tạo sắc chất ấy đã diệt. Cũng vậy, hỷ căn vốn diệt ở cận hành định của tứ thiền có thể sẽ bị suy yếu trở lại do gần với lạc của tam thiền, song sẽ không vậy ở an chỉ định của tứ thiền, vì ở đây nó hoàn toàn bị đè nén bởi xả.

Vấn đề đặt ra là tại sao trong công thức mô tả tứ thiền, cả bốn thọ lại được gộp chung với nhau để phủ nhận ở đây, trong khi ba thọ kia trước đã được từ bỏ rồi. *Visuddhimagga* đưa ra bốn lý do để giải thích việc gộp chung của chúng. Thứ nhất là để làm cho dễ nắm bắt tính chất của bất khổ bất lạc thọ, vốn rất vi tế và khó nhận biết chỉ có thể hiểu được bằng cách phủ định những cái khác, giống như muốn bắt một con bò bú sữa bình cần phải gom hết bò vào chuồng rồi thả ra từng con một (chỉ giữ lại con bú sữa bình). Lý do thứ hai là để trình bày điều kiện đưa đến tâm giải thoát bất khổ bất lạc là do sự từ bỏ của bốn thọ khác. Thứ ba là để giới thiệu thiền này bằng cách cho thấy rõ sự giải thoát của nó khỏi các loại cảm thọ thô hơn. Và thứ tư là để chứng tỏ rằng tham và sân là rất xa do vắng mặt các nhân gần của chúng là lạc và khổ. [36]

CÁC YẾU TỐ MỚI TRONG TỨ THIỀN

Công thức tứ thiền giới thiệu một số từ và những tập ngữ mới chưa từng được dùng trong các công thức mô tả những bậc thiền trước. Trước hết, nó giới thiệu một loại thọ mới. Đó là bất khổ bất lạc thọ (*adukkhamasukha*), loại thọ còn lại sau khi bốn thọ kia đã bị diệt trừ.

Bất khổ bất lạc thọ, cũng còn gọi là thọ xả (*upekkhā vedanā*), thay thế lạc như một thọ đồng sanh của bậc thiền. Thọ xả này cũng có thể hiểu như một thiền chi thực thụ. Như vậy, tứ thiền có hai chi là bất khổ bất lạc thọ và nhất tâm. Trước đây, việc thăng tiến từ một bậc thiền lên một bậc kế được thấy rõ bằng sự diệt dần dần các

thiền chi thô mà không có bất kỳ một sự thay thế nào cả. Nhưng trong việc chuyển từ tam thiền lên tứ thiền có một sự thay thế xảy ra. Trong khi nhất tâm lúc nào cũng vẫn lưu lại thì thọ xả đi vào thay thế cho lạc, chi phần đã được từ bỏ.

Cùng với sự diệt trừ và tinh lọc dần của các thiền chi, trong việc mô tả mỗi bậc thiền nối tiếp còn có sự giới thiệu một vài yếu tố mới và phức tạp hơn. Chẳng hạn công thức nhị thiền giới thiệu nội tịnh và nhất tâm, công thức tam thiền giới thiệu xả và chánh niệm – tỉnh giác. Nhất quán với điểm này, trong việc chuyển sang tứ thiền chúng ta thấy, ngoài sự từ bỏ các thọ thô và thêm vào một thọ mới, còn có một tập ngữ mới được tạo nên từ những thuật ngữ đã quen thuộc gọi lên một yếu tố mới là “thanh tịnh của niệm nhờ xả”. Hợp từ “*upekkhāsatiparisuddhi*” được bộ Phân Tích giải thích theo cách có thể cho thấy rõ ràng mối quan hệ giữa hai từ là quan hệ nhân quả chứ không phải là sự liên kết đơn thuần: “*Niệm này được làm cho trong sạch, tinh khiết, sáng sủa do nhờ xả; vì thế nên mới nói là có sự thanh tịnh của niệm nhờ xả*”^[37]. Thanh Tịnh Đạo cũng ủng hộ lối giải thích này: “*Vì niệm trong thiền này là hoàn toàn thanh tịnh, và sự thanh tịnh của nó có được là nhờ xả chứ không bằng cái gì khác.*”^[38]

Xả làm cho niệm thanh tịnh, theo bộ Phân Tích, không phải là bất khổ bất lạc thọ, mà là sự quân bình hay trung dung của tâm (*majjattatā cittassa*), cũng giống như xả trung tính (*tatramajjattatā*) đã nói ở trên. Như vậy, thiền này có hai loại xả là thọ xả, sắc thái của cảm xúc không thiên về lạc hay khổ, và xả trung tánh, thái độ vô tư cao thượng của tâm thoát khỏi tham và sân. Mặc dù hai loại là những chi phần khác nhau, một thuộc thọ uân và một thuộc hành uân, song sự đi cùng của chúng không phải là tình cờ vì khi xả trung tánh càng lúc càng trở nên tinh tế hơn, nó có khuynh hướng liên hợp với thọ xả, chi phần có cùng chức năng như nó.

Như chúng ta đã thấy, trong hai loại này thì chính xả kể như trung tánh đặc biệt hay xả trung tánh làm cho niệm thanh tịnh. Mặc dù cả hai, xả trung tánh và niệm, đều có mặt ở ba bậc thiền trước, nhưng không có thiền nào trong số này được nói là có niệm thanh tịnh nhờ xả cả. Lý do dễ hiểu là xả trong các bậc thiền trước không thanh tịnh lắm, vì vậy không thể làm cho niệm và các pháp đồng sanh khác thanh tịnh được. Trong các bậc thiền khác xả thiếu tính trong sáng và rõ rệt vì nó bị lu mờ bởi các pháp đối nghịch và vì nó thiếu sự liên hợp với thọ xả. Thanh Tịnh Đạo minh họa điều này bằng một ví dụ sinh động:

“Vi như lúc ban ngày, mặc dù trăng lưỡi liềm vẫn có nhưng không thanh tịnh hoặc trong sáng vì ánh sáng của mặt trời chói lọi hơn, hoặc do bị tước đoạt mất bóng đêm được xem là liên minh với trăng nhờ sự dịu dàng và giúp đỡ của nó, cũng thế, trăng lưỡi liềm của xả kể như trung tánh này có mặt trong sơ thiền, nhị thiền, tam thiền nhưng nó không thanh tịnh trong sáng vì bị ánh sáng của các pháp đối nghịch như tâm, tứ, v.v... chói lọi hơn, và nó bị tước mất bóng đêm là xả kể như cảm thọ liên minh với nó; vì thế nó không thanh tịnh, giống như ánh sáng của mặt trăng không được trong sáng vào ban ngày vậy. Đó là lý do vì sao không có thiền nào (trong ba thiền ấy) được nói là có niệm thanh tịnh nhờ xả.”^[39]

Nhưng trong tứ thiền “trắng lười liềm của xả trung tánh” hoàn toàn thanh tịnh bởi vì nó không bị các pháp đối nghịch chói lợi hơn và vì nó xuất hiện dựa vào bối cảnh của thọ xả. Nhờ tự thân thanh tịnh, nó có khả năng tịnh hóa niệm và các pháp đồng sanh khác, cũng như trắng lười liềm đã được trong sáng có thể tỏa ra ánh sáng thanh trong vậy,

Sự thanh tịnh khi đạt đến tứ thiền lan tỏa cùng khắp đến độ để minh họa nó đức Phật không còn dùng hình ảnh một vật thấm nhuần vật khác như Ngài thường dùng để nói về lạc và hỷ của các bậc thiền trước nữa. Thay vào đó, Ngài dùng hình ảnh một vật bao trùm vật khác, đó là, một tấm vải trắng trùm kín toàn thân một người từ đầu đến chân:

“Ví như một người đang ngồi trùm trong tấm vải trắng phủ hết toàn thân từ đầu đến chân, không một chỗ nào trên thân người ấy không được tấm vải này che kín. Tương tự như thế, vị tỳ kheo ngồi với tâm thanh tịnh trong sáng tỏa khắp toàn thân, không một chỗ nào trên toàn thân vị ấy không được tâm thanh tịnh trong sáng đó bao trùm.”

Vi Diệu Pháp kể ra ba mươi tâm pháp có mặt trong tứ thiền. Từ ba mươi ba tâm pháp đầu tiên trong sơ thiền trừ đi tầm, tứ và hỷ, còn thọ thì được chuyển qua bất khổ bất lạc. Ở tứ thiền, bi và hỷ không có mặt, vì hai sở hữu vô lượng phần này đòi hỏi phải có sự liên hợp với thọ lạc, trong khi tứ thiền chỉ có thọ xả trung tánh mà thôi.

HỆ THỐNG THIỀN NĂM BẬC (NGŨ THIỀN)

Trong khi Tạng kinh sắp các thiền vào một hệ thống gồm bốn bậc thì các bộ luận của Tạng Diệu Pháp lại giới thiệu chúng theo hai cách dưới dạng hệ thống thiền bốn bậc quen thuộc của Tạng kinh và dưới dạng hệ thống thiền năm bậc gọi là ngũ thiền. Cách trình bày thiền bốn bậc thành năm bậc theo Vi Diệu Pháp chỉ là việc tách rời tầm và tứ thay vì diệt cả hai thiền chi này một lần mà thôi. Trong hệ thống ngũ thiền cầu trúc thiền chi của năm bậc thiền như sau:

Sơ thiền: Tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm.

Nhị thiền: Tứ, hỷ, lạc, nhất tâm.

Tam thiền: Hỷ, lạc, nhất tâm.

Tứ thiền: Lạc, nhất tâm.

Ngũ thiền: Bất khổ bất lạc thọ, nhất tâm. [\[40\]](#)

Theo hệ thống ngũ thiền này thì hành giả sau khi đã làm chủ sơ thiền và nguyện lên bậc cao hơn sẽ phản khán (nhìn lại) các thiền chi của nó và thấy chỉ có tầm là thô. Vì thế, vị ấy cố gắng diệt tầm và đạt đến nhị thiền không tầm (*avitakkam*), nhưng vẫn phối hợp với tứ (*vicāramattam*). Do đó, nhị thiền này của hệ thống ngũ thiền là sự thêm vào chỗ mà trong hệ thống tứ thiền không nói đến. Sau khi làm chủ nhị thiền, hành giả thấy tứ là thô nên diệt nó và đạt đến tam thiền, bậc thiền

được xem là đồng với nhị thiên của hệ thống tứ thiên hay thiên bốn bậc. Các bậc thiên thứ tư và thứ năm của ngũ thiên lần lượt bằng với bậc thiên thứ ba và thứ tư của tứ thiên.

Hai hệ thống khác nhau này đáp ứng được khả năng sai khác của hành giả trong việc tiến triển mức nhất tâm của họ. Sự khác biệt này có thể xuất phát từ, hoặc là khả năng nắm bắt tầm và tứ cùng một lúc hoặc khả năng từ bỏ chúng cùng một lúc của họ. Dù sao sự tiến triển của một người theo phương pháp tứ thiên vẫn nhanh hơn vì trong việc chuyển từ sơ thiên sang nhị thiên, họ diệt được hai chi phần một lúc. Tuy thế, cả hai đều khởi đi từ một chỗ, trải qua cùng một tầm kinh nghiệm tâm linh và đều đến cùng một đích (với điều kiện là họ phải thành công trong việc đạt đến bậc thiên cao nhất trong hệ thống mà họ đang theo).

Có thể ví hai hành giả này với hai người leo núi. Cả hai đều xuất phát dưới chân núi cùng một giờ và đến trạm nghỉ đầu tiên cùng một lúc. Nhưng sau đó mức tiến của họ có thể cho thấy một sự khác biệt. Người khỏe hơn có thể tiếp tục leo lên nhanh hơn, vượt qua trạm nghỉ thứ hai và đi thẳng đến trạm thứ ba trước khi dừng lại nghỉ, trong khi người yếu hơn sẽ tiến chậm hơn và phải dừng lại hai lần ở các trạm thứ hai và thứ ba. Cả hai sẽ dừng ở trạm thứ tư và thứ năm trên đỉnh. Như vậy, đối với hai người leo núi này, vị trí của họ lúc xuất phát dưới chân núi, tại trạm đầu tiên và khi lên đến đỉnh đều giống nhau. Cái khác chỉ ở chỗ mức tiến của họ và trong số lần dừng trước khi họ lên đến đỉnh mà thôi. Đối với hai hành giả theo hệ thống tứ thiên và ngũ thiên cũng vậy. Sơ thiên của họ như nhau và việc thành tựu cuối cùng của họ cũng thế. Nhưng người theo hệ thống ngũ thiên phải thực hiện một chặng dừng thêm để cho người theo hệ thống tứ thiên qua mặt. Chặng dừng này là nhị thiên được thêm vào của hệ thống ngũ thiên, không tầm nhưng còn tứ.

Cách tính năm bậc thiên đầu tiên xuất hiện trong Tạng Diệu Pháp (*Abhidhammapitaka*) và tồn tại ở đó như một nét đặc thù của “Pháp môn Vi Diệu Pháp”, tuy nhiên hệ thống này cũng có một cơ bản rõ rệt trong Tạng kinh. Mặc dù kinh luôn luôn nói đến bốn thiên nhưng lại chia định (*samādhī*) thành ba loại: định có tầm có tứ, định không tầm nhưng có tứ và định không tầm không tứ. [41] Như trong Tăng Chi Kinh, đức Phật tuyên bố:

“Này Tỳ kheo, khi định này đã được ông tu tập và phát triển như vậy, ông cần phải tu tập và phát triển định này với tầm và tứ; làm cho nó trở thành không tầm còn tứ; làm cho nó trở thành không tầm không tứ...” [42]

Chú giải Tăng Chi Kinh giải thích đoạn này như là sự chứng đắc tứ thiên và ngũ thiên. *Atthasālinī* (chú giải) nói rằng trong khi hệ thống thiên bốn bậc bao gồm định có tầm có tứ và định không tầm không tứ, nhưng không đề cập đến loại định chỉ có tứ; vì thế đòi hỏi phải có một hệ thống thiên năm bậc để đề cập đến nó. [43]

Trong Vi Diệu Pháp yếu nghĩa (*Abhidham-mattha Sangaha*), ngũ thiền chỉ được giới thiệu trong hình thức những nét đại cương, tức là dưới dạng các thiền chi rõ rệt của chúng. Tuy nhiên, bộ Pháp tụ và bộ Phân Tích lại giới thiệu chúng với đầy đủ công thức. Trong công thức mô tả nhị thiền với hệ thống năm bậc, hai bộ luận này có khác nhau ở một vài phương diện. Bộ Pháp tụ mô tả như sau:

“Vị ấy chứng và trú nhị thiền, không tâm chỉ có tứ, cùng với hỷ và lạc do định sanh”.^[44]

Còn bộ Phân Tích lại nói:

“Hoàn toàn ly dục, ly các bất thiện pháp, vị ấy chứng và trú nhị thiền chỉ kèm với tứ cùng với hỷ và lạc do ly dục sanh.”^[45]

Như vậy, lối giải thích của bộ Phân Tích gồm một đoạn nói về ly dục và ly các bất thiện pháp, trong khi lối giải thích của bộ Pháp tụ lại bỏ đoạn này, thay vào đó chỉ mô tả bậc thiền (*jhāna*). Lại nữa, hai bộ còn khác nhau ở cách định phẩm hỷ và lạc hiện hữu trong bậc thiền. Bộ Pháp tụ nói chúng “do định sanh” (*samādhijam pitisukham*), bộ Phân Tích cho rằng chúng “do ly dục sanh” (*vivekajam pitisukham*).

Ở đây, chúng ta thấy đoạn đầu trong lối giải thích của bộ Phân Tích có vẻ như là sự lặp lại không thích hợp đoạn mở đầu của công thức sơ thiền, và có lẽ vì thế mà có thể được loại ra như một lỗi biên tập do các nhà biên tập xưa của bộ luận phạm phải. Điểm khác nhau thứ hai giữa hai bộ luận, liên quan đến nhân sanh của hỷ và lạc, cũng có thể do một sơ suất của việc biên tập, nhưng lại khó phân giải hơn. Khi giải thích đoạn “do định sanh” liên quan đến nhị thiền trong hệ thống tứ thiền, Thanh Tịnh Đạo cho là có thể hiểu như muốn nói rằng hỷ và lạc của nhị thiền được sanh ra từ định của sơ thiền hoặc sanh ra từ định tương ưng nhị thiền. Và Thanh Tịnh Đạo giải thích thêm:

“Chỉ có định này (tức định của nhị thiền) mới đáng gọi là “định” vì niềm tin hoàn toàn và sự bất động cực kỳ của nó do vắng mặt sự khuấy động của tâm và tứ.”^[46]

Bây giờ, nếu chúng ta chấp nhận quan niệm cho rằng định có trách nhiệm trong việc tạo ra hỷ và lạc của nhị thiền (trong hệ thống tứ thiền) là định của sơ thiền, thì rất hợp lý khi cho rằng hỷ và lạc của nhị thiền trong hệ thống ngũ thiền cũng có thể do định ấy sanh luôn. Như vậy, lối diễn tả của bộ Pháp tụ sẽ là đúng. Tuy nhiên chúng ta cũng cần phải tính đến nhận định của Thanh Tịnh Đạo cho rằng định chỉ hoàn toàn thích đáng khi vắng mặt sự khuấy động của tâm và tứ. Nếu thế, không hiểu đoạn “do định sanh” này có phải thuộc về công thức hay không, vì tứ còn có mặt trong nhị thiền của hệ thống thiền năm bậc. Trong trường hợp này ưu thế sẽ nghiêng về lối giải thích của bộ Phân Tích hơn. Do sự mơ hồ của phương pháp giải thích, điểm dị biệt trên vẫn không thể hòa giải với sự dứt khoát hoàn toàn cho đến tận hôm nay.

NHỮNG NHẬN XÉT KẾT LUẬN

Từ sự tìm hiểu của chúng ta nổi lên hai điểm liên quan đến những động lực chứng thiền. Thứ nhất, sự thăng tiến từ bậc thiền này lên một bậc thiền khác được báo hiệu bằng sự diệt dần các chi thiền thô. Sơ thiền, như chúng ta đã thấy, có năm chi phần. Trong việc chuyển sang nhị thiền, hai chi tầm và tứ được trừ bỏ; trong việc chuyển sang tam thiền, hỷ được trừ bỏ và trong việc chuyển sang tứ thiền, lạc được trừ bỏ, thay thế bằng bất khổ bất lạc thọ. Chúng ta có thể cho là tiến trình diệt này diễn ra đồng thời với sự tăng cường định, nhờ đó năng lực vốn bị khuếch tán trong những chi thiền thô và nhiều này được dồn vào những chi thiền tế và ít hơn, cho định có khả năng tăng thêm cường độ và sự sâu lắng.

Điểm thứ hai cần lưu ý là trong các công thức, khi mỗi bậc thiền được thăng tiến đều đề cập đến những yếu tố mới, phần lớn các yếu tố đó không tương ứng với các thiền chi. Chẳng hạn công thức nhị thiền thêm “nội tịnh”, tương đương với tín. Công thức tam thiền thêm xả, chánh niệm và tỉnh giác; tứ thiền thêm “thanh tịnh của niệm nhờ xả”. Những yếu tố này, mặc dù tự thân chúng không phải là các thiền chi, nhưng vẫn đáng đề cập. Các thiền chi là những trạng thái trực tiếp làm những nhiệm vụ của bậc thiền là phản công các triền cái và hợp nhất tâm trên đối tượng. Ngoài những thiền chi này ra, trong mỗi bậc thiền còn có một số các pháp khác góp phần tạo nên đặc tính riêng của thiền chứng ấy, và những pháp này đã được lựa chọn để đưa vào công thức mô tả bậc thiền đó. Cách thức này giúp làm sáng tỏ thêm rằng các bậc thiền không phải là những trạng thái trừu tượng hoàn toàn có thể đem ra phân tích theo lược đồ, mà là những kinh nghiệm sinh động vượt ngoài sự luận bàn thuần tri thức.

-ooOoo-

[1] “*Vitakka vicàrànam vùpassamà ajjhattam sampasàdanam cetaso ekodibhàvam avitakkam avicàram samàdhijam pìtisukham dutiyaj-jhànam upasampajja viharati.*”DN. 1: 74

[2] DN. 1: 178 - 203

[3] PP., p. 163 – 164. Vism., p. 130.

[4] Vibh., p. 268

[5] PP., p. 163. Vism., p. 126 - 127

[6] PP., p. 162 – 163. Vism., p. 126.

[7] PP., p. 105

[8] Ibid., p. 105.

[9] DN. 1:74 – 75.

[10] MN. 3:26

[11] Dhs., p. 44

[12] Narada, Manual, p. 131-132. Xem lại chương IV, trang ...

[13] DN. 1:37.

[14] *“Pītiyā ca virāgā upekkhako ca viharati sato ca sampajāno, sukham a kāyena patisam vediyam tam ariyā àcikkhanti upekkhako satimā sukha viharati tatiyam jhānam upasampajja viharati.”* DN. 1:75

[15] PP., p. 166 Vism. p. 129

[16] Theo Pāli: (1) *Chalangupekkhā*; (2) *Brahma viharupekkha*; (3) *Bojjhangupekkha*; (4) *Viriyupekkhā*; (5) *Sankhārupekkha*; (6) *Vedanupekkhā*; (7) *Vipassanupekkhā*; (8) *Tatramajjhattupekkhā*; (9) *Jhānupekkhā*; (10) *Parisuddhi upekkhā*. Bảng tóm tắt này dựa trên PP., p. 166-167. Vism., p. 129 - 130.

[17] Vims. T. 1:73-74

[18] Xem Vibh. 270

[19] Dhs. A., p. 188

[20] Ibid. pp 164-165

[21] *“Asammohalakkhanam sampajannam. Tiranarasam pavicoya paccupatthānam”* Ibid. p. 219

[22] Ibid. p. 219

[23] PP. , p.169 Vism, p.132

[24] Vibh., p. 275

[25] Narada, Manual, pp. 131-132

[26] PP., p. 170 -171

[27] *“Sukhassa ca pahàna dukkhassa ca pahàna pubbeva somanassa domanassànam atthangamà adukkhamasukham upekkhasatiparisuddhim catuttham jhànam upasampajja viharati.”* DN. 1:75.

[28] Xem MN. 1:296

[29] Vibh., p. 267

[30] Vibh p. 270

[31] Vibh. P. 271.

[32] Ibid. p. 271.

[33] Vibh. P. 271.

[34] SN. 5: 213 – 215.

[35] Vím. P. 134 PP. p. 172

[36] PP. p. 173-174, Vism., p. 135.

[37] Vibh., p.271

[38] PP., p. 174 Vism. p.136

[39] PP., p. 175 Vism, p. 156

[40] Xem Narada, Manual, pp. 42 - 44

[41] Pàli gọi ba loại định này là: *savitakko savicàro samàdhi*, *avitakkavicàramatta samàdhi* và *avitakko avicàro samàdhi*.

[42] AN. 4: 301

[43] Dhs. A. p. 224.

[44] *“Avitakkam vicàramattam samàdhijam pitisukham dutiyam jhànam upasampajja viharati.”* Dhs. P. 47.

[45] *“Vivicceva kàmehi vivicca akusalehi dhammehi avitakkam vicàramattam vivekajam pitisukham dutiyam jhànam upasampajja viharati.”* Vibh. P. 275.

[46] PP., p. 164., Vism., p. 127.

-ooOoo-

CHƯƠNG VI

VƯỢT QUA TỨ THIỀN

Sau khi đắc tứ thiền sắc giới, có một vài lựa chọn mở ra cho hành giả. Những lựa chọn này có thể sắp thành ba loại căn bản. Một là chứng bốn thiền vô sắc (*arūpa*) với năng lực định sâu hơn và sự tinh lọc của tâm tịnh chỉ. Hai là sự phát triển các thắng trí (*abhinñāna*) mà như chúng ta sẽ thấy thường đòi hỏi phải có các bậc thiền vô sắc. Hướng chọn lựa thứ ba là phát triển trí tuệ đưa đến sự thủ tiêu các phiền não và giải thoát khỏi luân hồi (*samsāra*). Ở chương này chúng ta sẽ khảo sát tỉ mỉ hướng chọn lựa thứ nhất và thứ hai trong ba loại này và chấm dứt với một vài nhận xét về sự tương quan giữa các bậc thiền và tái sanh. Sau đó, ở hai chương kế tiếp chúng ta sẽ xem xét vị trí của thiền trong việc phát triển trí tuệ đưa đến sự giải thoát cuối cùng.

Xuyên suốt phần bàn luận này, chúng ta cần nhớ rằng việc chứng các thiền vô sắc và luyện tập các thắng trí hay thần thông không phải là điều thiết yếu để thành tựu sự chứng ngộ Niết bàn, mục tiêu tối hậu của đạo Phật. Cái được xem như thiết yếu là việc thực hành Bát Thánh Đạo không nhất thiết phải có các thiền vô sắc và thần thông. Tuy nhiên, bởi vì hai việc luyện tập này vẫn có thể góp phần vào sự tăng trưởng của định, đồng thời đi kèm thêm cho sự hoàn thiện về mặt tinh thần của một hành gia nên đức Phật đã kể chúng vào trong pháp môn tu tập của Ngài. Ở đó, chúng tồn tại như những lựa chọn mở ra cho bất cứ ai có khuynh hướng muốn phát triển chúng.

TỨ THIỀN VÔ SẮC

Ngoài bốn thiền sắc giới, trên bình diện nhất tâm còn có bốn thiền chứng cao hơn khác. Trong kinh điển, bốn thiền chứng này thường được đề cập đến như các trạng thái vô sắc hoặc như “những giải thoát tịch tịnh thuộc vô sắc vượt qua sắc giới”. [1] Trong các bản chú giải, chúng thường được gọi là các thiền vô sắc (*arūpajjhānāni*); ngược lại, bốn thiền chứng thấp hơn được định danh là bốn thiền tế sắc (*rūpajjhāni*) hoặc chỉ đơn giản là tứ thiền (*jhāna*). Bốn thiền vô sắc được gọi tên riêng theo các xứ dùng làm đối tượng của chúng, chứ không theo số thứ tự như các bậc thiền sắc giới, đó là Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ và Phi tướng phi phi tướng xứ [2]. Sở dĩ chúng được định danh là vô sắc vì hai lý do, bởi vì chúng được thành tựu nhờ vượt qua các tướng về sắc, ngay cả sắc vi tế của tợ tướng dùng làm đối tượng cho các bậc thiền sắc giới cũng vậy; và bởi vì chúng là những bản sao tương tượng của các cảnh giới vô sắc.

Trước khi chuyển sang nghiên cứu từng bậc thiền vô sắc, một vài nhận xét quan trọng liên quan đến “cấu trúc nội tại” của chúng ở đây cũng rất cần. Như chúng ta đã thấy trong chương trước, việc chuyển từ bất cứ một bậc thiền thấp nào lên bậc kế của nó đòi hỏi phải có sự diệt các thiền chi thô. Tuy nhiên, trong việc thăng tiến từ bậc thiền thứ tư thuộc sắc giới đến bậc thiền vô sắc thứ nhất (Không vô biên

xứ), và rời từ Không vô biên xứ lên Thức vô biên xứ, v.v... thì những phần tử cấu thành của tâm không đòi hỏi phải có sự thay đổi như thế. Nói cách khác, bậc thiền sắc giới thứ tư và cả bốn thiền chứng vô sắc chính xác có cùng các loại tâm pháp trong cấu trúc nội tại của chúng. Các phần tử có mặt trong mỗi thiền chứng cao chỉ vi tế hơn các phần tử trong bậc thiền trước nó mà thôi, mặc dù an tịnh hơn và cao thượng hơn nhưng về số lượng và tính chất cơ bản chúng không có gì khác. Việc thăng tiến từ một thiền chứng vô sắc này đến một thiền chứng vô sắc khác diễn ra bằng sự thay đổi đối tượng của định, chứ không phải bằng sự diệt hay thay thế các phần tử cấu thành của chúng. Vì lý do này, các bộ luận của Tạng Diệu Pháp, nhất là bộ Pháp tụ và bộ Phân Tích, xem bốn thiền vô sắc như những phương thức của đệ tứ thiền sắc giới, và kết hợp công thức cho mỗi bậc thiền này với công thức chung dành cho tứ thiền. Cả năm trạng thái – tứ thiền sắc giới và bốn bậc thiền vô sắc – có cùng nhóm các tâm sở căn bản và cùng hai thiền chi, đó là nhất tâm và bất khổ bất lạc thọ. Do đó, nếu định rõ một loại tâm (*citta*) bằng những phần tử cấu thành của nó, theo quan điểm của Vi Diệu Pháp, thì bốn loại tâm thuộc bốn thiền chứng vô sắc là những phương thức của tâm tứ thiền sắc giới theo hệ thống tứ thiền và của tâm ngũ thiền sắc giới theo hệ thống ngũ thiền.

VÔ SẮC THỨ NHẤT : KHÔNG VÔ BIÊN XỨ (AKÀSANANCÀYATANA)

Bốn thiền chứng vô sắc phải được thành tựu theo trình tự, bắt đầu với Không vô biên xứ và chấm dứt ở Phi tướng phi phi tướng xứ. Động cơ ban đầu dẫn hành giả đi tìm các trạng thái vô sắc là sự nhận thức rõ những nguy hiểm có mặt do sắc thô. Như Trung Bộ kinh có nói:

“Chính vì có sắc mà cảm gây, cảm kiếm, đấu tranh, luận tranh xảy ra. Những điều đó hoàn toàn không có trong cõi vô sắc; và với hy vọng này, vị ấy nhập vào đạo lộ vô dục đối với những gì có sắc, đối với sự đoạn trừ và diệt tận của những sắc ấy.”^[3]

Hành giả cũng có thể trở nên kinh sợ đối với sắc do thấy vô số những tai họa mà sắc thân này có thể bị tấn công, như những chứng bệnh (đau mắt, đau tai,...). Muốn thoát khỏi những hiểm họa liên quan đến sắc này, hành giả trước tiên phải đạt đến bốn bậc thiền thuộc sắc giới. Sau đó, nhập vào tứ thiền, lấy bất kỳ một *kasina* (biên xứ) nào, ngoại trừ *kasina* hư không có giới hạn, làm đối tượng của mình. Nhờ thành tựu tứ thiền sắc giới, hành giả đã vượt lên các sắc thô nhưng vẫn chưa hoàn toàn vượt qua tất cả sắc, kể cả tợ tướng tự phát sáng, đối tượng thiền của hành giả. Để đạt đến các thiền chứng vô sắc, hành giả cũng phải có ước muốn vượt qua sắc của *kasina* nữa. Một ước muốn như vậy có thể được tạo ra bằng cách quán sắc của *kasina* như vật tương ứng của sắc thô, có cùng những khuyết điểm như sắc ấy. Luận sư *Buddhaghosa* minh họa cách làm thế nào để thực hiện điều này bằng một ví dụ. Giả sử một người nhát gan bị một con rắn rượt đuổi trong rừng, y sẽ gắng hết sức để thoát khỏi khu rừng ấy. Về sau, nếu y có thấy một vật gì tương tự như con rắn, chẳng hạn một chiếc lá dừa có một đường vân trên đó, một sợi dây leo, một đoạn dây thừng hoặc một vết nứt trên đất,... y cũng sẽ trở nên sợ hãi và lo lắng

không muốn nhìn vào vật ấy. Thời điểm mà hành giả bị hoảng sợ do thấy sự nguy hiểm trong sắc thô cũng giống như người kia lúc thấy con rắn. Khi hành giả thoát khỏi sắc thô bằng cách đạt đến tứ thiền, sự kiện này cũng giống như lúc người kia chạy thoát khỏi con rắn. Lúc hành giả quán sát sắc tế của kasina chẳng khác vật tương ứng của sắc thô và muốn vượt qua nó cũng giống như khi người kia thấy một vật tương tự như con rắn và không dám nhìn vào nó vậy. [4]

Một khi đã phát khởi ý muốn mãnh liệt cố đạt đến các bậc thiền vô sắc, hành giả phải thành tựu năm loại làm chủ đối với tứ thiền (sắc giới). Sau đó, khi xuất khỏi tứ thiền, hành giả nhận thức các khuyết điểm của nó, cũng như thấy rõ những lợi ích trong thiền chứng cao hơn. Những khuyết điểm đó là: đối tượng của tứ thiền còn nằm trong sắc và vì vậy vẫn liên hệ đến sắc thô; thiền này gần với lạc, một chi phần của tam thiền và tứ thiền này thô hơn các thiền chứng vô sắc. Ngược lại, hành giả thấy Không vô biên xứ an tịnh và cao thượng hơn tứ thiền. Hơn nữa, nó còn an toàn hơn vì đã loại bỏ sắc.

Nhờ suy tư đến những khuyết điểm của nó, hành giả chấm dứt sự dính mắc của mình vào tứ thiền và bắt tay vào việc đạt đến Không vô biên xứ. Để làm được việc này, hành giả không cần phải tốn sức diệt các thiền chi vì cả hai, tứ thiền sắc giới và bốn thiền vô sắc, đều có cùng cấu trúc thiền chi như nhau, đó là nhất tâm và xả (bất khổ bất lạc thọ). Phương pháp để đạt đến bậc thiền vô sắc thứ nhất này là mở rộng kasina trong tâm “đến giới hạn của bầu trời hoặc bao xa tùy thích của hành giả”, rồi xóa bỏ kasina bằng cách tác ý độc nhất đến không gian nó bao trùm chứ không tác ý đến kasina nữa.

Kasina hay biên xứ gốc cung cấp chuẩn bị tương (*parikammanimitta*) cho sự tập trung, như chúng ta đã thấy, là một vật giống chiếc đĩa, trường hợp một *kasina* đất thì đó là một chiếc đĩa trét đầy đất sét màu nâu đỏ (màu bình minh). Khi tu tập định ở giai đoạn chuẩn bị, hành giả kiên trì tập trung tâm vào chiếc đĩa này cho đến khi xuất hiện học tướng (*uggahanimitta* – learning sign), một hình ảnh trong tâm thấy rõ như đối tượng vật lý vậy. Sự tập trung trên học tướng làm khởi lên tợ tướng (*paṭibhāganimitta*), đó là hình ảnh đã được khái niệm hóa dùng như đối tượng cho cận định và các bậc thiền sắc giới. Sau mỗi lần nhập vào một bậc thiền, hành giả học cách mở rộng tướng ra theo những mức độ mình muốn, làm cho tợ tướng hay *kasina* đã được khái niệm hóa ấy bao trùm đến những vùng càng lúc càng lớn hơn, cho tới cả thế gian hoặc hơn nữa. Giờ đây, để đạt đến Không vô biên xứ, hành giả phải loại bỏ *kasina* bằng cách tác ý độc nhất đến khoảng không gian đã được tạo ra mà không tác ý đến *kasina*:

Khi loại bỏ kasina, hành giả không gấp nó lại như gấp một chiếc chiếu hoặc rút nó ra như rút một cái bánh ra khỏi hộp. Hành giả chỉ đơn giản không tác ý hay chú ý đến nó hoặc không nhìn lại nó mà thôi. Chính khi hành giả không tác ý đến nó, hay không chú tâm đến nó, hoặc không nhìn lại nó mà chỉ chú tâm độc nhất đến khoảng không gian nó chạm tới xem đó như “hư không, hư không”. Như thế hành giả được nói là đã “loại bỏ kasina”. [5]

Sau khi loại bỏ *kasina* và lấy khoảng không gian còn lại làm đối tượng, hành giả tác ý đến nó như “hư không vô biên, hư không vô biên” hay chỉ đơn giản “hư không, hư không”, đánh vào đó với tầm và tứ. Hành giả trau dồi việc tu tập này nhiều lần, lập đi lập lại mãi cho đến khi khái niệm đạt đến sự thành thực. Khi sự tu tập của hành giả đã hoàn toàn thành thực, thức thuộc về Không vô biên xứ sẽ khởi lên với hư không vô biên như đối tượng của nó. Đó là tâm thiện đầu tiên thuộc vô sắc giới, nó xuất hiện trong chuỗi nhận thức (tiến trình tâm) đúng theo vị trí mà sơ thiền đã xuất hiện trong tiến trình tâm của nó. Trong những sát na trước tiến trình, ba hoặc bốn sát na cận định luôn luôn đi cùng với thọ xả và thuộc dục giới; sát na thứ tư hoặc thứ năm là những sát na an chỉ – thuộc vô sắc giới.

Công thức tiêu chuẩn mô tả Không vô biên xứ được kinh điển mô tả như sau:

Với sự vượt qua hoàn toàn mọi sắc tướng, với sự dập tắt các đối ngại tướng, không tác ý đến các dị biệt tướng, biết rằng “hư không là vô biên”, vị ấy chứng và trú Không vô biên xứ. [6]

Trong công thức này có bốn đoạn cần luận bàn riêng:

1. “Với sự hoàn toàn vượt qua mọi sắc tướng” (*Sabbaso rūpasanññānam samatikkamā*).

Theo truyền thống chú giải, câu “mọi sắc tướng” ở đây vừa có nghĩa là những tướng về các bậc thiền sắc giới, vừa có nghĩa các *kasina* hay đối tượng của thiền sắc giới ấy [7]. Chúng ta thấy rằng trong việc phát triển các bậc thiền sắc giới, người hành thiền bắt đầu với một đối tượng vật lý thô, chuyển sự chú tâm sang tợ tướng vi tế, và thăng tiến từ sơ thiền lên tứ thiền bằng cách từ bỏ một vài chi thiền thô trong khi vẫn giữ lại đối tượng ấy. Song bây giờ, người hành thiền không những phải từ bỏ các tướng về sắc thuộc tứ thiền, mà còn phải bỏ luôn những đối tượng của các tướng này, tức sắc tế của tợ tướng, bởi vì muốn đạt đến Không vô biên xứ mà không vượt qua mọi sắc tướng là điều không thể có được.

2. “Với sự dập tắt các đối ngại tướng” (*paṭighasanññānam atthagamā*).

Chữ *paṭigha*, ở đây chúng ta dịch là “đối ngại”, thường biểu thị sự thù hằn, ác cảm hay sân hận. Tuy nhiên, trong vị trí này, nó được dùng với nghĩa tác động giác quan, tức sự tiếp chạm của các giác quan và các trần cảnh tương ứng của chúng. Như vậy, các đối ngại tướng là các tướng thuộc giác quan, các tướng về năm trần cảnh bên ngoài (sắc, thanh, hương, vị, xúc). Chúng ta cần ghi nhớ rằng chỉ có sự tưởng tri qua năm căn vật lý (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân) được loại trừ khỏi Không vô biên xứ. Không đề cập đến sự dập tắt của pháp tướng (*dhamma sanññā*), vì lý do đó loại tướng này vẫn còn giữ lại. Mặc dù các tướng thuộc giác quan cũng vắng mặt trong tứ thiền (sắc giới), song sự biến mất hoàn toàn của chúng được nêu lên ở đây để nhấn mạnh đến sự tàn rụi của tham đối với sắc và để khơi dậy một sự thích thú mạnh mẽ hơn trong các thiền vô sắc.

3. “Không tác ý đến các dị biệt tướng” (*nānatta sanññānaṃ amanasikāra*).

Theo bộ Phân Tích, “các dị biệt tướng” là những tướng thuộc về giác quan của những người không an trú trong một thiền chứng, có ý giới hoặc ý thức giới^[8]. Khi kinh đặt ra sự không tác ý đến các dị biệt tướng như một điều kiện để đạt đến Không vô biên xứ, điều này có nghĩa là hành giả buộc phải không tác ý đến các tướng có những đối tượng đa dạng, vì lẽ tác ý đến chúng hoặc hồi tưởng đến chúng sẽ chướng ngại cho sự chứng thiền.

Theo *Visuddhimagga*, đoạn “với sự vượt qua các sắc tướng” biểu thị sự từ bỏ mọi trạng thái sắc giới và hai đoạn kia biểu thị sự từ bỏ và không tác ý đến tất cả các tâm và tâm sở thuộc dục giới ^[9].

4. “Không vô biên” (*ananto ākāso*).

“Không vô biên” mà hành giả nhận thức ở đây là khoảng không còn lại do sự loại bỏ *bhokasiṇa* sau khi đã mở rộng nó đến vô tận. Hư không được gọi là “vô biên” hoặc “bất tận” (*ananta*) bởi vì không có một ranh giới khởi đầu cũng như tận cùng nào để có thể nhận thức về nó. Hành giả “chứng và trú trong Không vô biên xứ” theo nghĩa rằng sau khi đã đạt đến thiền chứng ấy, hành giả an trú trong thiền có Không vô biên xứ làm đối tượng của nó.

VÔ SẮC THỨ HAI: THỨC VÔ BIÊN XỨ (*VINNANANCĀYATANA*)

Muốn đạt đến tầng thiền vô sắc thứ hai, hành giả phải làm chủ được Không vô biên xứ và nhận thức rõ những khuyết điểm của nó. Trạng thái vô sắc thứ nhất hay Không vô biên xứ có hai khuyết điểm. Một là vì nó vẫn còn gần với các bậc thiền sắc giới; hai là nó không an tịnh như Thức vô biên xứ. Nhờ suy tư trên những khuyết điểm này, hành giả nảy sinh tâm dừng dừng đối với thiền chứng thấp và hướng tâm đến một thiền chứng cao hơn.

Muốn phát triển thiền vô sắc thứ hai, hành giả tập trung vào thức đã khởi trùm khắp hư không vô biên của thiền vô sắc thứ nhất. Như vậy, thiền vô sắc thứ hai lấy thức của thiền vô sắc thứ nhất làm đối tượng của nó. Bởi vì hư không đã được thiền vô sắc thứ nhất cụ thể hóa thành vô biên nên thức của đối tượng này cũng bao hàm phương diện vô biên ấy, và chính thức vô biên này là đối tượng mà hành giả muốn chứng vô sắc thứ hai hướng đến. Vị ấy không tác ý đến nó chỉ như vô biên mà tác ý như “thức vô biên” hoặc đơn giản là như “thức”. Khi hành giả tác ý như vậy, các triền cái được đè nén và tâm nhập vào cận định. Hành giả tiếp tục trau dồi tướng này nhiều lần cho đến khi thức thuộc về thức vô biên xứ khởi lên trong an chỉ định. Chuỗi nhận thức hay tiến trình tâm cần phải hiểu là diễn ra như trong thiền chứng trước với những thay đổi thích hợp.

Công thức mô tả việc chứng Thức vô biên xứ ghi lại như sau:

“Do hoàn toàn vượt qua Không vô biên xứ, biết rằng “thức là vô biên”, hành giả chứng và trú trong “Thức vô biên xứ”^[10]. Theo chú giải, từ ngữ trong đoạn văn này, câu “Không vô biên xứ” biểu thị cho cả thiên vô sắc thứ nhất lẫn đối tượng của nó. Sự vượt qua xứ ở đây có nghĩa là vượt qua cả thiên và đối tượng của nó, bởi lẽ Thức vô biên xứ chỉ được chứng và trú bằng cách vượt qua hai phương diện của Không vô biên xứ này vậy.

Biết rằng “thức là vô biên” là tác ý đến thức đã khởi lên trùm khắp khoảng không còn lại do việc loại bỏ kasina. Như vậy, đối tượng của thiên này là thức đã trùm khắp hư không vô biên trong thiên trước. Thức vô biên đã trùm khắp hư không vô biên này tự thân nó là thức vô biên xứ và cũng là bậc thiên luôn vậy, vì nó được thiết lập trên xứ này và do phát sinh cùng nguồn nên nó được gọi cùng tên mà thôi.

VÔ SẮC THỨ BA: VÔ SỞ HỮU XỨ (AKINCANNÀYATANA)

Để đạt đến thiên chứng vô sắc kế tiếp, tức Vô sở hữu xứ, hành giả phải làm chủ Thức vô biên xứ và thấy được rằng thiên chứng này còn những khuyết điểm do gần với Không vô biên xứ và thô so với bậc thiên cao hơn kế tiếp của nó. Nhờ nhận ra những khuyết điểm này, hành giả mới loại bỏ được sự dính mắc của mình vào Thức vô biên xứ và hướng đến Vô sở hữu xứ xem như an tịnh hơn. Để định tâm trên Vô sở hữu xứ, hành giả phải:

“Tác ý đến hiện tại phi hữu (abhāva), không (sunññata), phương diện viễn ly (vivittākāra) của chính cái thức (quá khứ) thuộc Không vô biên xứ đã trở thành đối tượng của (thức thuộc về) Thức vô biên xứ ấy.”^[11]

Nói khác hơn, để đạt đến Vô sở hữu xứ, hành giả phải tập trung vào sự vắng mặt hiện tại hay sự phi hiện hữu của thức thuộc về Không vô biên xứ. Ở đây, hành giả được khuyên nên tác ý đến nó nhiều lần, tự như “không có gì, không có gì” hoặc “không, không”, v.v... Khi việc tu tập của hành giả đã thành thực thì một thức thuộc về Vô sở hữu xứ, lấy sự phi hữu của thức thuộc Không vô biên làm đối tượng của nó, sẽ khởi lên trong an chỉ định.

Mặc dù cả Thức vô biên xứ lẫn Không vô biên xứ về đối tượng có can dự đến thức của Không vô biên xứ, song chúng liên hệ đến đối tượng này theo những cách trái ngược nhau. Trong khi Thức vô biên xứ cụ thể hóa nó một cách tích cực, tập trung trên thức của Không vô biên dưới dạng đối tượng và chiếm cái vô biên của nó cho bản thân mình. Ngược lại, Vô sở hữu xứ liên hệ đến thức của Không vô biên xứ một cách tiêu cực, tức là nó loại trừ thức này ra khỏi sự chú ý của nó và lấy sự vắng mặt, hay phi hiện hữu của thức này làm đối tượng của nó, như Thanh Tịnh Đạo giải thích:

“Giả sử người kia thấy một nhóm Tỳ kheo hội họp với nhau trong giảng đường hay một nơi nào đó tương tự như vậy rồi y có việc phải đi đến một chỗ khác. Các vị Tỳ kheo sau khi chấm dứt công việc cần họp bàn đã đứng dậy và rời giảng đường thì

người kia quay trở lại. Y đứng ở ngưỡng cửa và nhìn vào nơi đó thì chỉ thấy trống trơn, vắng vẻ, song y sẽ không nghĩ “các vị Tỳ kheo ấy đã chết, các vị Tỳ kheo ấy đã rời thị trấn”, mà thay vào đó, y chỉ thấy sự phi hiện hữu như vậy: “nơi này trống không, vắng vẻ”. Cũng thế, hành giả đã trú và thấy với thiên nhãn thuộc Thức vô biên xứ – cái thức (đầu tiên) khởi lên lấy hư không vô biên làm đối tượng của nó. Bây giờ, khi thức ấy đã biến mất do sự tác ý của hành giả chuyển sang công việc chuẩn bị theo lối ban đầu “không có gì, không có gì”, hành giả trú và chỉ thấy sự phi hiện hữu của nó, nói cách khác, hành giả chỉ thấy sự ra đi của nó khi thức này đã khởi trong an chỉ định.” [12]

Kinh thường mô tả việc chứng thiên vô sắc thứ ba – Vô sở hữu xứ – này với một công thức tiêu chuẩn: “Do hoàn toàn vượt qua Thức vô biên xứ, (biết rằng) “không có gì cả”, hành giả chứng và trú Vô sở hữu xứ.” [13] Theo như chú giải về công thức này thì Thức vô biên xứ cần phải vượt qua ở đây vừa là bậc thiên vô sắc thứ hai, vừa là đối tượng của nó. Đoạn “không có gì cả” được giải thích trong bộ Phân Tích như thế này: “Không có gì cả – vị ấy làm cho chính cái thức ấy không hiện hữu, làm cho nó vắng mặt, làm cho nó biến mất và thấy rằng “không có gì cả”. [14] Để làm cho “chính cái thức ấy” (tức là thức thuộc Không vô biên xứ) không hiện hữu hay trở thành phi hữu nghĩa là không hướng tâm đến nó hoặc tác ý đến nó, mà chỉ tác ý đến sự phi hữu hay vắng mặt của nó mà thôi. Nhờ làm vậy, hành giả chứng và trú trong Vô sở hữu xứ. [15]

THIÊN VÔ SẮC THỨ TƯ: PHI TƯỚNG PHI PHI TƯỚNG XỨ (NEVASANNÀNĀSANNĀYATANA)

Nếu hành giả muốn tiến thêm nữa để đạt đến thiên chứng vô sắc thứ tư và cuối cùng của tứ thiên vô sắc – là Phi tướng phi phi tướng xứ, hành giả phải thành tựu năm loại làm chủ đối với Vô sở hữu xứ. Sau đó, hành giả phải quán những khuyết điểm của thiên chứng ấy cũng như những ưu điểm của Phi tướng phi phi tướng xứ. Hành giả cũng có thể suy tư đến tính chất bất toại nguyện của tướng rằng: “Tướng này là bệnh hoạn, tướng này là ung nhọt, là mũi tên,... Chỉ có thiên này là an lạc, chỉ có thiên này là cao thượng, tức là Phi tướng phi phi tướng xứ.” [16] Theo cách ấy, hành giả chấm dứt sự dính mắc của mình vào Vô sở hữu xứ và làm khơi dậy một ước muốn chứng đạt Phi tướng phi phi tướng xứ.

Phi tướng phi phi tướng xứ lấy đối tượng của nó là bốn danh uẩn tạo thành thiên chứng Vô sở hữu xứ, đó là thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn. Cũng như thiên vô sắc thứ hai (Thức vô biên xứ) lấy thức thuộc thiên vô sắc thứ nhất làm đối tượng; ở đây, vô sắc thứ tư này lấy thức và các pháp phối hợp thuộc thiên vô sắc thứ ba (Vô sở hữu xứ) làm đối tượng của nó vậy. Tập trung vào bốn danh uẩn của Vô sở hữu xứ, hành giả hướng đến xứ này và xem nó như “an tịnh, an tịnh”, nhìn vào nó và đánh vào nó với tâm và tứ. Khi hành giả làm vậy, các triền cái được đè nén, tâm nhập vào cận định, rồi chuyển sang an chỉ định thuộc Phi tướng phi phi tướng xứ. Tiến trình chứng đắc này được mô tả trong kinh như sau:

“Do hoàn toàn vượt qua Vô sở hữu xứ, hành giả chứng và trú trong Phi tướng phi phi tướng xứ”.^[17]

Như công thức đã chỉ rõ, mặc dù hành giả đạt đến Phi tướng phi phi tướng xứ bằng cách vượt qua Vô sở hữu xứ, song cũng cần phải nhớ rằng thiền chứng thứ tư này vẫn lấy thiền thứ ba làm đối tượng của nó. Hành giả đạt đến thiền vô sắc thứ tư bằng cách tập trung vào Vô sở hữu xứ như “an tịnh, an tịnh”^[18]. Đến đây, có thể nảy sinh vấn đề là nếu như hành giả tác ý đến Vô sở hữu xứ là an tịnh thì làm thế nào để có thể vượt qua nó được. Thanh Tịnh Đạo đưa ra câu trả lời:

“Mặc dù hành giả tác ý đến thiền vô sắc thứ ba là an tịnh nhưng họ không có ước muốn đắc nó, bởi lẽ họ đã suy tư đến Phi tướng phi phi tướng xứ là an tịnh và cao thượng hơn vậy. Luận sư Buddhaghosa đưa ra ví dụ một vị vua khi đang đi kinh lý qua một khu phố, Ngài thấy những người thợ thủ công đang chạm trổ rất đẹp, mặc dù vua có thể rất ngưỡng mộ tài năng của họ nhưng chắc chắn bản thân Ngài sẽ không muốn trở thành một người thợ thủ công, bởi vì vua biết rất rõ những lợi ích cao quý của địa vị làm vua vậy.”^[19]

Dường như danh xưng “Phi tướng phi phi tướng xứ” gợi lên cái tính chất khó hiểu của thiền này. Sở dĩ nó nhận cái tên này là vì, một mặt nó không có tướng thô, mặt khác, nó vẫn còn cái tướng vi tế. Do không có tướng thô, nó không thể thực hiện chức năng quyết định của tướng là phân biệt rõ ràng các đối tượng, vì thế không thể nói là có tướng (*neva sanññā*). Tuy vậy, thiền chứng này vẫn còn một cái tướng cực kỳ vi tế, do đó cũng không thể nói là không có tướng (*nāsanññā*). Và để làm sáng tỏ đặc tánh có vẻ như mâu thuẫn của thiền này mà nó được danh xưng “Phi tướng phi phi tướng xứ” (không tướng nhưng không phải không có tướng). Bởi vì tướng cũng như các tâm sở khác như thọ, xúc,... còn tiếp tục ở đây đã giảm đến mức cực kỳ vi tế nên thiền này cũng mệnh danh là “thiền chứng với các hành dư tàn hay tàn hành định” (*sankhārā-vasesasamāpatti*).^[20]

Các bản chú giải minh họa phương pháp đặt tên cho định chứng này qua giai thoại sau: Một chú sadi để dư dầu ăn trong tô, vị trưởng lão bảo chú mang tô đến ăn cháo. Chú sadi đáp: “Bạch Ngài, trong tô có dầu.” Trưởng lão nhân đó nói với chú: “Hãy đem dầu lại, này sadi, ta sẽ đổ vào óng.” Nghe vậy, sadi đáp: “Bạch Ngài, không có dầu.”^[21] Trong câu chuyện này, những gì chú sadi nói đều đúng cả ở hai trường hợp. Nói không có dầu là nói không có đủ dầu để đổ vào óng, tuy vậy không phải là không có dầu vì một ít dầu vẫn còn lại ở đáy tô. Tương tự, trong định chứng này, tướng không thể bảo là hoàn toàn có mặt vì nó vi tế đến độ không thể thực hiện được chức năng quyết định của nhận thức; tuy vậy cũng không thể nói là không có tướng vì nó vẫn còn dưới dạng dư tàn vậy.

Với bậc thiền vô sắc thứ tư này, tâm đã đạt đến mức phát triển tột bậc có thể có được trong hướng tịnh chỉ (định). Ở đây, dòng tâm thức đã đạt đến cường độ tập trung cao nhất, trở nên vi tế và tinh lương đến mức nó không còn có thể mô tả được dưới dạng hiện hữu hay phi hiện hữu nữa. Tuy nhiên, ngay cả định chứng

này, như chúng ta sẽ thấy, vẫn là một trạng thái hiệp thể mà theo cách nhìn của đạo Phật cuối cùng cũng phải nhường bước cho tuệ là pháp duy nhất đưa đến chân giải thoát.

NHỮNG NHẬN XÉT CHUNG VỀ THIỀN VÔ SẮC

Mặc dù các thiền vô sắc không được đặt tên theo số thứ tự như các bậc thiền sắc giới, song chúng vẫn tuân thủ một trình tự nhất định và phải được đạt đến theo trật tự đã được giới thiệu ở trên. Tức là, hành giả muốn thành tựu các bậc thiền vô sắc phải bắt đầu với Không vô biên xứ rồi tiến hành từng bước một cho tới Phi tưởng phi phi tưởng xứ. Về phương diện này, việc hoàn thành các định chứng vô sắc tương xứng với việc hoàn thành bốn bậc thiền sắc giới. Tuy nhiên, về phương diện thăng tiến, hai loại vẫn có một sự khác biệt quan trọng. Trong trường hợp thiền sắc giới, việc thăng tiến từ một bậc thiền này lên một bậc thiền khác đòi hỏi phải có sự vượt qua các thiền chi thô. Chẳng hạn, muốn thăng tiến từ sơ thiền lên nhị thiền, hành giả phải diệt tầm và tứ; từ nhị thiền lên tam thiền hành giả phải vượt qua hỷ và từ tam thiền lên tứ thiền hành giả phải thay thế lạc bởi thọ xả (bất khổ bất lạc thọ). Như vậy, việc thăng tiến đòi hỏi phải có sự giảm bớt và tinh lọc của các thiền chi, từ năm thiền chi lúc ban đầu cuối cùng chỉ còn lại xả và nhất tâm.

Một khi tứ thiền đã được đạt đến các thiền chi sẽ luôn luôn duy trì như vậy. Trong việc thăng tiến lên các định chứng vô sắc không có sự diệt các thiền chi thêm nữa. Ví lý do này, các thiền vô sắc, khi được xếp theo khía cạnh cấu trúc thiền chi của chúng như *Abhidhamma* đã làm, xem như có cùng phương thức cấu tạo của tứ thiền sắc giới. [22] Cả bốn thiền vô sắc này là những bậc thiền hai chi, do nhất tâm và xả tạo thành.

Thay vì được quyết định bởi sự vượt qua các thiền chi, trật tự của thiền vô sắc được quyết định bởi việc vượt qua các đối tượng. Trong khi ở các bậc thiền sắc giới đối tượng có thể được duy trì liên tục nhưng các thiền chi phải thay đổi, ở các bậc thiền vô sắc các thiền chi không đổi mà chỉ có đối tượng thay đổi. Như chúng ta đã thấy, Không vô biên xứ diệt đối tượng *kasina* của tứ thiền (sắc giới), Thức vô biên xứ vượt qua đối tượng của Không vô biên xứ, Vô sở hữu xứ vượt qua đối tượng của Thức vô biên xứ và Phi tưởng phi phi tưởng xứ vượt qua đối tượng của Vô sở hữu xứ.

Bởi lẽ ở mỗi cấp độ các đối tượng mỗi lúc mỗi vi tế hơn nên các chi thiền xả và nhất tâm, dù bản chất luôn luôn duy trì như vậy, song chất lượng cũng càng lúc càng trở nên tinh lọc hơn. Luận sư *Buddhaghosa* minh họa điều này với hai sự so sánh. Trước hết, Ngài so sánh bốn bậc thiền vô sắc với những căn phòng của một lâu đài bốn tầng, mỗi tầng có những đối tượng dục lạc càng lên cao càng tinh tế hơn. Về bản chất không có gì khác biệt giữa các tầng nhà, nhưng chỉ có những đối tượng dục lạc ở trong mỗi tầng mỗi khác mà thôi. Ví dụ thứ hai, Ngài so sánh bốn bậc thiền vô sắc với bốn miếng vải cùng kích thước, được cùng một người dệt, tuy nhiên các loại chỉ dệt nên chúng là khác nhau. Vì vậy, mặc dù đều là những miếng

vải và kích thước không có gì khác nhau, chúng vẫn khác nhau về độ mềm mại, tính chất tinh tế và giá cả. [23]

Trong khi bốn bậc thiên sắc giới, mỗi bậc có thể lấy nhiều đối tượng khác nhau như mùi *kasina*, hơi thở vô – ra, v.v... và không phải giữ một mối quan hệ tất yếu nào với những đối tượng này, thì bốn thiên vô sắc mỗi thiên chỉ lấy một đối tượng duy nhất và liên hệ bất khả phân với chính định chứng ấy. Những đối tượng này cũng liên hệ với nhau theo lối nương tựa lần lượt. Luận sư minh họa điều này với một hình ảnh sinh động khác của Ngài. Có người đi đến một nơi như bản, ở đó đã dựng sẵn một túp lều. Do sợ sự như bản, y chỉ đứng tựa vào căn lều đó. Một người khác đi tới và tựa vào người đó. Rồi người thứ ba đến, nghĩ rằng hai người kia đều bất ổn nên đứng ra phía ngoài. Một người thứ tư nữa đến, thấy người thứ ba đứng ở chỗ an toàn hơn nên đã dựa vào người ấy. Luận sư liên hệ hình ảnh này với bốn thiên vô sắc như sau:

“Khoảng hư không từ đó biến xứ (kasina) đã được rời đi cũng giống như căn lều trong cái nơi như bản. (Thực của) Không vô biên xứ lấy hư không làm đối tượng của nó do nhầm chán tướng của tế sắc cũng giống như người kia tựa vào căn lều do sợ sự như bản. (Thực của) Thức vô biên xứ, như chúng ta biết sự khởi lên của nó tùy thuộc vào (thức của) Không vô biên xứ có đối tượng là hư không, cũng như người thứ hai tựa vào người (thứ nhất) đang dựa vào căn lều vậy. (Thực của) Vô sở hữu xứ, thay vì lấy (thức của) Không vô biên xứ làm đối tượng, đã lấy sự phi hiện hữu của nó làm đối tượng cho nó, cũng giống như người thứ ba, sau khi suy xét đến sự bất ổn của hai người trước nên không tựa vào người đang dựa căn lều mà đứng ra bên ngoài. (Thực của) Phi tướng phi phi tướng xứ mà sự khởi lên của nó tùy thuộc vào (thức của) Vô sở hữu xứ vốn đứng ở phía ngoài, hay nói một cách khác, vốn dựa vào sự phi hiện hữu của thức (trước), cũng giống như người thứ tư dựa vào người thứ ba, sau khi suy xét đến sự bất ổn của hai người trước, cho rằng người đang đứng phía ngoài là nơi an toàn hơn.” [24]

Mặc dù vị hành giả mong đạt đến Phi tướng phi phi tướng xứ đã thấy những khuyết điểm trong Vô sở hữu xứ, song nhất thiết vị ấy cũng phải lấy xứ này làm đối tượng vì không còn một đối tượng nào vi tế hơn nữa có thể dùng làm căn cứ cho việc đạt đến định chứng vô sắc cao nhất, ngoài nó. Điều này cũng tương tự như trường hợp những người phải trung thành với một kẻ không đáng trọng chỉ vì sinh kế của họ lệ thuộc vào hắn vậy.

Tuy các thiên vô sắc này cũng được mô tả riêng trong các bản kinh, nhưng chúng không được đề cập đến thường xuyên như tứ thiên sắc giới. Lý do sự bỏ sót này cần phải hiểu là vì chúng đã được ngầm kể trong đệ tứ thiên sắc giới, một bậc thiên hình thành trên căn bản các thiên chi tương tự như thiên vô sắc. Do đó, ở những chỗ nói đến việc thực hành vượt qua các thiên, chỉ có đệ tứ thiên sắc giới được đề cập như điều kiện cần thiết của chúng vì lẽ các thiên vô sắc được hiểu ngầm là đã kết hợp trong đó.

CÁC LOẠI THẮNG TRÍ

Vị hành giả sau khi đã đắc và làm chủ đệ tứ thiền, đôi lúc trong các bản kinh trình bày là vị ấy sẽ tiến hành để đắc một vài loại thắng trí. Các loại thắng trí này được giới thiệu có hơi khác về con số trong kinh điển. Một số bài kinh đề cập đến ba, gọi là Tam Minh(*tevijjā*): Túc mạng minh (*pubbenivāsānussatinñāṇa*), Sanh Tử Minh(*cutūpapātanñāṇa*) và Lậu tận minh (*āsavakkhayanñāṇa*) [25]. Một số bài kinh đề cập đến năm loại thắng trí (*pañcābhinnñā*), đó là, Biến hóa thông (*iddhividhanñāṇa*), Thiên nhĩ thông (*dibbasota-dhātunñāṇa*), Tha tâm thông (*cetopariyanñāṇa*), Túc mạng thông (*pubbenivāsānñāṇa*) và Thiên nhãn thông (*dibbacakkhunñāṇa*) [26]. Những kinh khác mở rộng năm thông này thành sáu (*chalabhinññā*) bằng cách thêm vào Lậu tận thông (*āsavakkhayanñāṇa*) [27]. Trong trường hợp như vậy, năm loại đầu được gọi là năm thông hiệp thế (*lokiya abhinññā*), còn loại thứ sáu là thông siêu thế (*lokuttaraabhinññā*). Cũng có những bản kinh khác giới thiệu một hệ thống gồm tám loại thắng trí. Hệ thống này, vốn không có tên gọi đặc biệt, bao gồm sáu loại thần thông hay thắng trí vừa kể cộng thêm Chánh tri kiến (*nñānadassana*) và Ý hóa thông (*manomayiddhinñāṇa*) [28]. Chúng ta sẽ lần lượt bàn đến các loại thắng trí này, lấy lục thông làm căn bản để giải thích và sẽ tiếp tục bàn đến hai loại sau. Nhưng trước hết cũng cần phải biết một đôi điều về công việc chuẩn bị cho việc phát triển các thắng trí.

NHỮNG ĐIỀU KIỆN CẦN THIẾT CHO THẮNG TRÍ

Muốn phát triển năm thần thông hiệp thế cũng như Ý hóa thông, hành giả nhất thiết phải đạt đến sự thành thực trong tám định chứng gồm tứ thiền sắc giới và tứ thiền vô sắc. Mặc dù các bản kinh luôn luôn trình bày việc luyện tập các thần thông (thắng trí) diễn ra ngay sau khi chứng tứ thiền, không đề cập đến các định chứng vô sắc, song các bản chú giải tuyên bố rằng bốn định chứng vô sắc cũng cần phải hiểu là những điều kiện cần thiết cho việc luyện thần thông. Lý do chúng không được đề cập là vì đã ngầm kể bằng đệ tứ thiền, là bậc thiền duy nhất dùng như căn bản trực tiếp cho việc luyện tập các thần thông. Tuy nhiên, các bậc thiền hiệp thế và những luyện tập (thần thông) dựa trên chúng vẫn không phải là những điều kiện cần thiết cho loại thần thông thứ sáu (Lậu tận thông), vì thông này là kết quả của tuệ hơn là định như chúng ta sẽ thấy dưới đây.

Đối với một hành giả muốn thành tựu các thần thông (*abhinññā*) cần phải hoàn tất tám định chứng ở mỗi trong số tám biến xứ (*kaṣiṇa*): bốn biến xứ thuộc tứ đại (đất, nước, lửa, gió) và bốn biến xứ màu (xanh, vàng, đỏ, trắng). Sau đó hành giả còn phải đạt đến sự kiểm soát hoàn toàn tâm mình theo mười bốn cách dưới đây:

1. Hành giả phải đắc thiền trong tám *kaṣiṇa* theo chiều thuận như đã mô tả trong kinh, nghĩa là từ *kaṣiṇa* đất, nước,... cho đến *kaṣiṇa* màu trắng, làm nhiều lần như vậy trong mỗi *kaṣiṇa* cho đến khi hoàn toàn tinh thông.

2. **Sau khi đã tinh thông theo chiều thuận**, hành giả phải đắc thiền đề mục *kasina* ấy theo chiều nghịch, nghĩa là từ *kasina* màu trắng lui lại cho đến *kasina* đất.
3. **Kế tiếp, hành giả** phải đắc thiền nhiều lần theo thứ tự thuận và nghịch, từ *kasina* đất đến *kasina* màu trắng, rồi từ màu trắng lui lại *kasina* đất.
4. **Ở mỗi định chứng** trong bát định chứng, hành giả phải đắc theo chiều thuận từ sơ thiền lên đến Phi tướng phi phi tướng xứ.
5. **Sau đó, hành giả** phải tinh thông các bậc thiền theo chiều nghịch, nghĩa là từ Phi tướng phi phi tướng xứ trở lại sơ thiền.
6. **Hành giả phải chuyển sang** các bậc thiền theo cả hai chiều thuận và nghịch.
7. **Hành giả phải nhảy cách bậc thiền** trong khi vẫn duy trì cùng *kasina*, nghĩa là, với *kasina* đất làm đề mục, hành giả phải đắc sơ thiền, tam thiền, Không vô biên xứ và Vô sở hữu xứ; rồi từ *kasina* nước, hành giả nhảy cách bậc thiền như trên, cho đến *kasina* màu trắng.
8. **Sau đó, hành giả phải nhảy cách *kasina*** mà không nhảy cách bậc thiền, nghĩa là hành giả đắc sơ thiền trong *kasina* đất, lửa, màu xanh, màu đỏ, rồi lập lại như vậy đối với các bậc thiền khác.
9. **Kế tiếp, hành giả tiến hành nhảy** cách bậc thiền cùng với *kasina* một lượt. Đó là hành giả đắc sơ thiền trong *kasina* đất, tam thiền trong *kasina* lửa, rồi đắc Không vô biên xứ bằng cách loại bỏ *kasina* màu xanh và đắc Vô sở hữu xứ qua *kasina* màu đỏ.
10. **Trạng thái kế tiếp**, gọi là “hoán vị các thiền chi”, đòi hỏi hành giả phải đắc từ sơ thiền đến Phi tướng phi phi tướng xứ trong cùng *kasina*.
11. **Kế đó, hành giả đắc sơ thiền** trong từng *kasina*, từ đất cho tới *kasina* màu trắng. Giai đoạn này gọi là “hoán vị các đối tượng”.
12. **Kế tiếp, hành giả** phải thông thạo cách “hoán vị các thiền chi và đối tượng” phối hợp, nghĩa là hành giả đắc sơ thiền trong *kasina* đất, nhị thiền trong *kasina* nước, tam thiền trong *kasina* lửa,... cho đến đắc Phi tướng phi phi tướng xứ trong *kasina* màu trắng, thay đổi sao cho các đối tượng và các thiền chi xứng hợp với nhau.
13. **Bước kế tiếp**, “xác định các thiền chi”, nghĩa là xác định từng bậc thiền trong tám bậc từ sơ thiền lên đến bát thiền (Phi tướng phi phi tướng xứ) bằng các thiền chi cấu hợp của nó, chẳng hạn như sơ thiền là năm chi, nhị thiền là ba chi, v.v...

14. Bước cuối cùng, “xác định đối tượng”, nghĩa là chỉ xác định đối tượng mà thôi, như “đây là *kasīṇa* đất”, v.v... cho đến “đây là *kasīṇa* trắng”.

Sau khi tinh thông mười bốn cách này, hành giả phải phát triển Tứ như y túc – Dục (*chanda*), Cần (*virīya*), Tâm (*citta*), Thâm (*vimamsā*) – trau dồi các pháp này tới mức độ cao nhất có thể được. Khi đã hoàn tất mọi điều kiện tiên quyết, hành giả phải hướng tâm đến loại thắng trí nào mà mình muốn đắc. Các thắng trí không xuất hiện như những kết quả của thiền một cách tự động mà đòi hỏi phải có một sự quyết định trước cùng với nỗ lực cương quyết của hành giả. Như đức Phật dạy, khi tâm người hành thiền đã định tĩnh và thuần tịnh, “vị ấy hướng tâm đến, dẫn tâm đến các loại thắng trí (thần thông)”. [29]

LỤC THÔNG (ABHINNÀ)

I. THẦN THÔNG THỨ NHẤT: BIẾN HÓA THÔNG (IDDHI-VIDHANÀNA).

Iddhi là một từ *Pāli* chúng ta thường dịch là “thần thông”, nghĩa đen là sự thành công hay sự hoàn thành. Ý chính mà từ này gọi lên là khả năng thực hiện những kỳ công vượt ngoài những hiện tượng tự nhiên của đời thường. Vì lý do này, *iddhi* đôi khi đã được giải thích như những năng lực siêu nhiên hay những phép mầu, song từ cách nhìn của đạo Phật, những năng lực này không xuất phát từ bất kỳ một nguồn lực siêu nhiên nào, mà có từ những tiềm lực tâm linh dựa trên sự thông hiểu những động lực nội tại của tự nhiên. Như vậy, những năng lực thần thông hoạt động hoàn toàn nằm trong cấu trúc của luật nhân quả và “những phép lạ” chúng tạo ra cũng hoàn toàn tự nhiên.

Các loại thần thông hay thắng trí mà một người hành thiền có thể luyện tập được mô tả trong các bản kinh bằng đoạn văn quen thuộc sau:

“Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, vị Tỳ kheo dẫn tâm, hướng tâm đến các thần thông. Vị ấy chứng được các loại thần thông, một thân hiện ra nhiều thân, nhiều thân hiện ra một thân; hiện hình, biến hình đi ngang qua vách, qua tường, qua núi như đi ngang hư không; độn thổ, trôi lên ngang qua đất liền, như ở trong nước; đi trên nước như đi trên đất liền; ngồi kiết già đi trên hư không như con chim; với bàn tay, chạm và sờ mặt trăng, mặt trời, những vật có đại oai lực, đại oai thần như vậy; có thể tự thân bay đến cõi Phạm thiên.” [30]

Trong đoạn kinh này, tám năng lực thần thông đã được trình bày. Chúng ta sẽ nghiên cứu tóm tắt từng loại một.

TÁM NĂNG LỰC

1. Thần thông thứ nhất là từ một thân hiện ra nhiều thân hoặc từ nhiều thân hiện ra một thân [31]. Thần thông này có nghĩa là khả năng tạo ra nhiều thân từ chính

mình, rồi làm biến hết các thân ấy để chỉ còn một thân. Muốn luyện thân thông này hành giả phải nhập vào đệ tứ thiền làm căn bản cho thắng trí và xuất khỏi thiền ấy. Kế đó, hành giả phải quyết định số lượng các hóa thân mình muốn tạo. Hành giả lại nhập đệ tứ thiền, xuất và quyết định. Cùng lúc với tâm quyết định, hành giả hóa hiện số thân mà mình đã quyết định – có thể là một trăm, một ngàn, v.v... theo ý muốn. Trong hầu hết các trường hợp có thể là khả năng tạo một số lượng các hóa thân tăng dần phải được thực hiện tuần tự. Trừ khi có một sự quyết định đặc biệt, bằng không, các hóa thân được tạo ra do năng lực thân thông sẽ chỉ xuất hiện y như nguyên bản và thực hiện những công việc giống như vị ấy đang làm vậy. Nhưng bằng một quyết định trước, hành giả có thể hiện ra nhiều hóa thân của mình với những hình dạng khác nhau và khiến họ thực hiện những công việc khác nhau. Trường hợp muốn trở lại một thân, hành giả phải lập lại thủ tục ban đầu, rồi quyết định trở thành một. Nhưng nếu ban đầu hành giả đã quyết định hóa hiện nhiều thân trong một thời hạn nào đó, các hóa thân ấy sẽ tự động biến mất khi thời hạn trôi qua. [32]

2. Thần thông thứ hai là hiện hình và biến hình. [33] “Hiện hình” nghĩa là làm cho một vùng tối trở thành sáng, làm cho những gì bị che khuất được thấy rõ, hoặc tự làm cho mình hay làm cho người khác dù ở rất xa cũng được thấy rõ. “Biến hình” nghĩa là làm cho một vùng sáng biến thành tối, làm cho những gì hiển hiện trở nên không thấy được, hoặc làm cho chính mình hay người khác dù ở gần cũng không ai thấy được. Phương thức tiến hành cũng như trong trường hợp luyện thân thông trước, ngoại trừ là quyết định được thay đổi lại cho hợp.

3. Muốn luyện tập thân thông đi ngang qua tường, qua vách, qua núi như đi ngang qua hư không [34], hành giả phải đắc đệ tứ thiền với *kasina* hư không. Sau đó, hành giả làm công việc chuẩn bị bằng cách tác ý đến vách, tường hay núi, v.v... và quyết định nó là hư không. Do quyết định này của hành giả, vật đó trở thành hư không và hành giả đi ngang qua đó không bị trở ngại.

4. Để có được thân thông độn thổ và trôi lên khỏi mặt đất như ở trong nước [35], hành giả phải đắc định với *kasina* nước. Hành giả nhập đệ tứ thiền trên đề mục nước ấy và xuất thiền. Sau đó, tác ý đến một phần đất và quyết định “đất này hãy là nước”, đất sẽ trở thành nước và hành giả có thể bước vào đó, tắm trong đó, uống nước đó, v.v... Đó là trường hợp hành giả chỉ quyết định một phần đất trở thành nước cho riêng mình, còn nếu hành giả muốn biến thành nước cho cả người khác thì hành giả phải quyết định đất sẽ trở thành nước cho cả người khác nữa.

5. Trường hợp hành giả muốn đi qua nước không chìm như đi trên đất [36] thì phải thiện xảo trong *kasina* đất, xuất thiền và quyết định “nước này hãy biến thành đất”. Hành giả lập lại thủ tục chuẩn bị như trước và quyết định nước trong một vùng quy định nào đó biến thành đất. Lúc đó, hành giả có thể đi trên đó mà không chìm.

6. Muốn phi hành qua hư không như chim [37], hành giả phải đắc định *kasīna* đất và xuất thiền. Hành giả quyết định hư không ấy như là đất, nghĩ “hãy có đất”. Hư không lúc ấy đối với hành giả trở thành cứng như đất và hành giả có thể đi, đứng, ngồi, nằm trên đó như những người bình thường đi, đứng, ngồi, nằm trên đất vậy.

7. Thần thông kế tiếp, sờ chạm mặt trời, mặt trăng bằng tay của mình [38], không đòi hỏi phải có một *kasīna* đặc biệt nào cả mà được hoàn thành đơn giản qua đệ tứ thiền dùng làm căn bản cho thắng trí. Hành giả hoặc có thể đi tới mặt trăng, mặt trời và sờ vào chúng, hoặc có thể làm cho chúng gần lại trong tầm tay bằng một sự quyết định trong tâm, hoặc làm như vậy bằng cách mở rộng tay. Nhưng, mặc dù hành giả làm tất cả những việc này, đối với những người khác, mặt trời và mặt trăng vẫn như vậy, không ảnh hưởng gì đến ánh sáng và sự di chuyển của chúng.

8. Thần thông cuối cùng là luyện tập làm chủ về thân cho đến tận Phạm thiên giới [39]. Sau khi đã đắc thiền căn bản, hành giả muốn đi đến Phạm thiên giới có thể quyết định Phạm thiên giới là gần, nó sẽ trở thành gần như ước muốn. Hành giả có thể quyết định gần trở thành xa, nhiều trở thành ít hay ít trở thành nhiều. Hành giả có thể thấy sắc của Phạm thiên với thiên nhãn của mình; nghe tiếng của Phạm thiên với thiên nhĩ của mình và biết tâm của Phạm thiên với tha tâm thông của mình. Hành giả có thể du hành đến Phạm thiên giới với thân hữu hình hay vô hình và thực hiện nhiều pháp thần thông khác trước mặt Phạm thiên. [40]

BA LOẠI THẦN BIẾN

Việc sở hữu *iddhi* (thần thông) được xem như một phẩm chất đáng mong ước nơi một vị Tỳ kheo, nó góp phần vào việc hoàn thiện sự toàn bích tâm linh của vị ấy. Tuy nhiên phô trương những năng lực thần thông để thu nạp tín đồ, thủ đắc lợi dưỡng hoặc để được tán phục đã bị đức Phật ngăn cấm. Trong Luật tạng, việc phô diễn thần thông hay những năng lực siêu nhiên bị xếp vào tội tác ác (*āpattidukkata*) [41]. Tuy thế, trong khi đức Phật quở trách tôn giả Pindola *Bhāradvāja* về việc thi triển thần thông để lấy chiếc bát làm bằng gỗ trầm, Ngài lại tỏ ra tán thành việc vận dụng thần thông của tôn giả *Moggallāna* (Mục kiên liên) [42]. Lý do có sự khác biệt này là vì vị trước phô diễn thần thông của mình không thận trọng trước công chúng, trong khi Ngài Mục kiên liên dùng chúng một cách sáng suốt thận trọng. Đức Phật tán thành việc thi triển thần thông chỉ khi nào nó hỗ trợ sự diệt trừ phiền não trong tâm mọi người và giúp họ thoát khỏi những ám ảnh.

Đôi khi chữ *iddhi* xuất hiện trong sự phối hợp với một từ khác – *pāṭihāriya* vốn có nghĩa là “sự ngăn ngừa” hoặc “bảo hộ”, song lại tiếp nhận ý nghĩa “thần biến” hay “kỳ diệu”. Do đó mà hợp từ *iddhi* – *pāṭihāriya* biểu thị sự thần biến của năng lực thần thông, gọi tắt là “thần biến”. Từ này xuất hiện trong các bản kinh với tên gọi ba pháp thần biến gồm: Biến hóa thần biến (*iddhipāṭihāriya*), Ký thuyết thần biến (*ādesanāpāṭihāriya*), Giáo hóa thần biến (*anusāsanipāṭihāriya*) [43]. Loại thần biến thứ nhất đã được giải thích đơn giản qua đoạn kinh quen thuộc nói về các

năng lực thần thông (xem lại trang 222-223). Ký thuyết thần biến bao gồm việc nói cho người khác biết tâm của họ đang nghĩ gì dựa trên cơ sở đọc tư tưởng, sự giải thích, hoặc những thông điệp tiếp nhận từ các chúng sanh khác, người hoặc phi nhân. Giáo hóa thần biến là khả năng hướng dẫn người khác trong việc phát triển tinh thần hoặc tâm linh của họ, như: “người nên nghĩ những điều này, không nên nghĩ những điều nọ; người nên tác ý như thế này, không nên tác ý như thế kia; người nên từ bỏ điều này; người nên chứng và trú như vậy...”. Trong ba loại thần biến này, đức Phật không tán thành việc sử dụng hai cách đầu để cảm hóa người khác theo giáo pháp của Ngài. Đức Phật nói rằng có một vài loại chú thuật hay ma thuật giúp cho con người có khả năng thực hiện những pháp thần thông hoặc đọc được tâm người khác. Vì vậy, những pháp thần biến này không thể được xem như những dấu chỉ của sự hoàn tất tâm linh thực thụ. Loại thần biến mà Ngài tuyệt đối tán thành là giáo hóa thần biến, pháp thần biến duy nhất có khả năng đưa đến sự giải thoát khổ.

Giải thích chi tiết về ý tưởng này, *Paṭi-sambhidāmagga* (Vô ngại giải đạo) nói rằng, những pháp thần thông nào thúc đẩy sự xuất ly, vô sân, chói sáng tâm, định tĩnh tâm, quyết định chân chánh, trí tuệ, an lạc, chứng đắc các thiền, v.v... cho đến Alahán đạo, được gọi là thần thông chân chánh vì chúng đem lại sự hoàn mãn và thành công thực sự. Các pháp nào hủy diệt tham dục, sân hận, hôn trầm – thụy miên, trạo cử – hối quá, hoài nghi, vô minh, chấp thủ, các triền cái và phiền não thì được gọi là chân thần biến (*pāṭihāriya*) vì lý do chúng ngăn cản người hành đạo không rơi trở lại luân hồi (*samsāra*) [44]. Như vậy, đối với Phật giáo Nguyên Thủy, việc thực hành thánh đạo (Bát Thánh Đạo) thay vì chú trọng đến việc thực hiện các thần thông tạo thành sự hoàn tất hay thành công kỳ diệu thực sự.

II. THẦN THÔNG THỨ HAI: THIÊN NHĨ THÔNG (*DIBBASOTADHĀTU*)

Thiên nhĩ giới là khả năng nghe được những âm thanh của chư thiên cũng như của nhân loại, nghe được những âm thanh rất xa, ngay cả trong thế giới khác, cũng như những âm thanh rất gần như âm thanh của các sinh vật trong chính thân của mình. Kinh điển mô tả Thiên nhĩ giới này như sau:

Vị ấy hướng tâm, dẫn tâm đến thiên nhĩ giới. Với thiên nhĩ thuần tịnh, siêu nhân, vị ấy nghe cả hai loại âm thanh, âm thanh chư thiên và âm thanh loài người, âm thanh ở xa cũng như gần. [45]

Theo đúng thuật ngữ, thiên nhĩ giới liên quan đến khả năng đặc biệt thuộc tri kiến (*knowledge*), gọi là “nhĩ giới”, vì lý do nó thực hiện chức năng của lỗ tai bình thường, nghĩa là, tác hành như một căn bản cho việc nghe những âm thanh. Giới này được nói là “thiên” vì nó tương tự như nhĩ giới của các vị chư thiên, tức là rất hoàn chỉnh, không có những khuyết điểm và có khả năng tiếp nhận những âm thanh ở rất xa.

Muốn có được thiên nhĩ giới, hành giả phải đắc thiên căn bản cho thắng trí (tức đệ tứ thiên) rồi xuất khỏi thiên ấy. Giữ tâm ở mức định làm công việc chuẩn bị, hành giả trước tiên tác ý đến những âm thanh thô trong tầm nghe bình thường, rồi dần dần tác ý đến các âm thanh càng lúc càng vi tế hơn cho đến khi hành giả nghe được những âm thanh mà chỉ có thể nghe được với sự chú tâm cao độ. Hành giả phải tập trung vào mỗi hướng trong mười hướng, tác ý đến các “tướng” chính xác hoặc tác ý đến những tính chất của âm thanh nghe được ấy.

Khi hành giả tập trung tâm mình vào những âm thanh này với một ước mong mãnh liệt muốn đắc thiên nhĩ giới, đúng lúc ý môn hướng tâm sẽ khởi lên lấy một trong những âm thanh này làm đối tượng cho nó. Sự kiện này sẽ được theo sau bởi ba hoặc bốn tốc hành tâm (*javana*) thuộc giai đoạn chuẩn bị hay cận hành, và tốc hành tâm thứ tư hay thứ năm thuộc an chỉ của đệ tứ thiên. Tuệ căn (*faculty of knowledge*) khởi lên cùng với tâm an chỉ này được gọi là thiên nhĩ giới.

Nếu muốn nghe những âm thanh ở xa, hành giả phải bắt đầu bằng cách định ranh giới một vùng nhỏ, làm chủ khả năng nghe âm thanh trong vùng đó, rồi mở rộng tầm nghe của mình ra xa hơn theo từng mức độ. Khi khả năng nghe trở nên tốt hơn, hành giả có thể nghe rõ mọi âm thanh trên địa cầu này cũng như ở các cõi khác trong tam giới. Hơn nữa, nếu muốn, hành giả có thể xác định riêng từng âm thanh, ngay cả khi nó hòa lẫn với những âm thanh khác.

III. THẦN THÔNG THỨ BA: THA TÂM THÔNG (*CETOPARIYA NÀNA, PARACITTAVIJĀNANA*).

Thần thông thứ ba là trí biết tâm người khác, khả năng thâm nhập vào tâm người khác bằng tâm của mình. Đức Phật mô tả thần thông này như sau:

“Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, hành giả dẫn tâm, hướng tâm đến tha tâm thông. Hành giả sau khi phân biệt với tâm mình, vị ấy hiểu tâm của những người khác và biết được: tâm có tham biết tâm có tham, tâm không có tham biết rằng tâm không có tham; tâm có sân biết rằng tâm có sân, tâm không có sân biết rằng tâm không có sân; tâm có si biết rằng tâm có si, tâm không có si biết rằng tâm không có si; tâm chuyên chú biết rằng tâm chuyên chú, tâm tán loạn biết rằng tâm tán loạn; đại hành tâm (tâm đã đạt đến các thiên sắc giới và vô sắc giới) biết rằng đại hành tâm, không phải đại hành tâm biết rằng không phải đại hành tâm; tâm vô thượng biết rằng tâm vô thượng, tâm chưa vô thượng biết rằng tâm chưa vô thượng; tâm có định biết rằng tâm có định, tâm không định biết rằng tâm không định; tâm giải thoát biết rằng tâm giải thoát, tâm không giải thoát biết rằng tâm không giải thoát.” [\[46\]](#)

Theo sự giải thích trong Thanh Tịnh Đạo, vị hành giả muốn đạt đến thắng trí này trước phải đắc thiên nhãn (sẽ giải thích ở dưới). Hành giả phải dùng *kasīna* ánh sáng để mở rộng ánh sáng, chiếu nó vào trong trái tim của những người mà hành

giả muốn biết tâm của họ. Rồi với thiên nhãn, hành giả xem xét màu sắc của trái tim, là yếu tố cung cấp mẫu chốt cho sự giải thích trạng thái tâm của người ấy. Theo Luận sư *Buddhaghosa*, khi ở trong một trạng thái tâm hân hoan, chất máu sẽ có màu đỏ như trái sung chín; khi một tâm trạng đi kèm với ưu có mặt, chất máu sẽ có màu đen như trái nho đen; và khi một tâm sanh cùng tịnh chỉ có mặt, chất máu sẽ trong như dầu mè. [47] Một khi hành giả đã thông thạo với việc đọc tâm trên cơ sở sắc máu này, hành giả có thể học cách thâm nhập trực tiếp vào tâm người khác mà không cần phải dựa vào một cơ sở vật lý nào để suy đoán.

Tuy nhiên, cũng cần nói rõ rằng, một hành giả có tha tâm thông vẫn không thể thâm nhập vào tâm của những vị đắc chứng cao hơn. Như vậy, một phàm nhân với thắng trí hợp thể không thể nào thâm nhập vào tâm một vị Thánh để biết xem vị này đã thoát khỏi các phiền não như thế nào. Tương tự, một vị Nhập lưu không thể thâm nhập tâm của vị Nhất lai; một vị Nhất lai không thể thâm nhập tâm của vị Bất lai; một vị Bất lai không thể thâm nhập tâm của vị Alahán; hoặc một vị Alahán không thể thâm nhập vào tâm của vị Độc giác Phật hay Toàn giác Phật. Tuy nhiên, có thể ngược lại, một vị ở cảnh giới cao hơn, nếu có tha tâm thông có thể biết được tâm của những vị ở cảnh giới thấp hơn. [48]

IV. THẦN THÔNG THỨ TƯ: TÚC MẠNG THÔNG (PUBBENIVÀSĀNASSATINĀNA).

Túc mạng thông hay trí nhớ được các tiền kiếp được kinh điển giải thích như sau:

“Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, hành giả hướng tâm, dẫn tâm đến túc mạng thông. Vị ấy nhớ đến các đời sống quá khứ như một đời, hai đời, ba đời, bốn đời, năm đời, mười đời, hai mươi đời, ba mươi đời, bốn mươi đời, năm mươi đời, một trăm đời, hai trăm đời, một ngàn đời, một trăm ngàn đời, nhiều thành kiếp, nhiều hoại kiếp, nhiều hoại kiếp và thành kiếp. Vị ấy nhớ rằng: ‘Tại chỗ kia ta có tên như vậy, dòng họ như vậy, giai cấp như vậy, thọ lạc khổ như thế này, tuổi thọ đến mức như thế này. Sau khi chết tại chỗ kia, ta được sanh ra ở chỗ nọ. Tại chỗ ấy, ta có tên như thế này, giai cấp như thế này, dòng họ như thế này, thọ lạc khổ như thế này, tuổi thọ đến mức như thế này. Sau khi chết tại chỗ nọ, ta được sanh ra ở đây.’ Như vậy, vị ấy nhớ đến nhiều đời sống quá khứ cùng với những nét đại cương và các chi tiết.” [49]

Một hành giả muốn trau dồi thắng trí này trước phải đắc đệ tứ thiền như một căn bản cho thắng trí rồi xuất khỏi thiền ấy. Sau khi đã xuất thiền hành giả bắt đầu nhớ đến các hành vi mới đây nhất của mình với những chi tiết càng chính xác càng tốt. Nếu hành giả không thể nhớ được chuyện gì thì nên nhập lại thiền căn bản, xuất thiền và tác ý. Kinh nghiệm của thiền sẽ làm tan đi những chướng ngại cho trí nhớ, nhờ thế các biến cố rõ ràng đã thất lạc sẽ trở nên hiển hiện như khi một ngọn đèn được thắp sáng vậy. Đầu tiên, hành giả tưởng lại những chuyện xảy ra trong phạm vi những khoảnh khắc rồi lần lần lui lại những đơn vị lớn hơn như ngày, tháng,

năm, v.v... cho đến khi nhớ đến thời điểm tái sinh trong kiếp trước. Ở điểm này, hành giả hành giả nên tác ý đến tâm và thân trong kiếp trước của mình vào lúc chết (sát na tử). Nếu hành giả không thể nhớ lại đời sống trước của mình do sự phân cách giữa các kiếp sống, hành giả không nên từ bỏ cố gắng mà phải nhập lại thiền căn bản, xuất thiền và tác ý đi, tác ý lại nhiều lần nếu cần.

Khi khả năng hồi nhớ của hành giả đã thuần thục thì ý môn hướng tâm sẽ khởi lên lấy hợp thể thân tâm (danh – sắc) hiện hữu vào sát na tử thuộc đời trước làm đối tượng của nó. Tiến trình này được theo sau bởi bốn hoặc năm tốc hành tâm với cùng một đối tượng, tốc hành cuối cùng của chuỗi là một tốc hành tâm an chỉ thuộc đệ tứ thiền. Trí kết hợp với tâm đó là trí hồi nhớ các đời trước hay túc mạng thông. Như vậy, bắt đầu với sự hồi nhớ chỉ một đời, hành giả sẽ lập lại phương thức như trên với càng lúc càng nhiều đời quá khứ hơn nữa, cho đến khi có thể nhớ từng chi tiết những gì đã trải qua trong quá khứ với nhiều thành kiếp và hoại kiếp^[50]. Đức Phật so sánh túc mạng trí này với trí nhớ của một người đi chu du từ làng này đến làng khác; khi đang ở một ngôi làng, người ấy có thể nhớ đến những ngôi làng khác mình đã đến thăm, đã làm gì ở mỗi làng với tất cả những chi tiết về những gì người ấy đã trải qua trong mỗi ngôi làng.^[51]

V. THẦN THÔNG THỨ NĂM: THIÊN NHÃN THÔNG (*DIBBACAKKHU*).

Thiên nhãn thông hay trí biết việc tử sanh của chúng sanh (*cutūpapātanñāṇa*) được giải thích như sau:

“Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, vị ấy dẫn tâm, hướng tâm đến trí biết việc tử sanh của các chúng sanh. Với thiên nhãn thuần tịnh, siêu nhân, vị ấy thấy các chúng sanh chết và tái sanh lại, tùy theo nghiệp của họ mà trở thành hạ liệt hoặc cao sang, xinh đẹp hoặc xấu xa, hạnh phúc hoặc khổ đau. Vị ấy thấy rõ những chúng sanh kia là những người phỉ báng các bậc thánh, là những người có tà kiến, tạo các nghiệp theo tà kiến, vào lúc thân hoại mạng chung phải sanh vào cõi dữ, địa ngục. Ngược lại, những chúng sanh nọ làm những thiện hạnh về thân, khẩu và ý, không phỉ báng các bậc thánh, theo chánh kiến, tạo các nghiệp theo chánh kiến, vào lúc thân hoại mạng chung, được sanh lên các cõi vui, thiên giới.”^[52]

Thiên nhãn thông hay trí biết việc sanh tử của các chúng sanh là khả năng phi thường của sự thấy, được gọi là “thiên” vì nó tương tự như cái nhìn của các vị chư thiên, tức là nó có khả năng tiếp nhận những đối tượng ở rất xa cũng như có thể thấy được những vật bị che khuất sau các bức tường, v.v... Cái thấy này được nói là “thuần tịnh” bởi vì phạm vi của nó gồm cả sanh và diệt (tử), góp phần vào việc tịnh hóa tri kiến. Người chỉ thấy diệt mà không thấy sanh thường có khuynh hướng thiên về đoạn kiến, cho rằng người ta chết là hết. Còn người chỉ thấy sanh mà không thấy sự diệt trước đó thường có khuynh hướng quan niệm rằng chúng sanh này mới xuất hiện. Nhưng người thấy được cả hai có thể có được tri kiến thanh tịnh về việc tùy nghiệp tái sanh, như vậy, loại bỏ được hai tà kiến trên. Thanh Tịnh

Đạo nêu rõ rằng, một người với thiên nhãn không thể thấy sự kiện tử – sanh vào những khoảnh khắc khi chúng xảy ra do tính chất ngắn ngủi và cực kỳ vi tế của những sự kiện này. Những gì vị ấy thấy là những chúng sanh sắp chết giờ đây sẽ chết, và những chúng sanh nào phải chịu tái sanh thì đã vừa xuất hiện vậy.

Các bản chú giải khuyên nên dùng ba loại *kasīṇa* là *kasīṇa* lửa, *kasīṇa* màu trắng và *kasīṇa* ánh sáng làm đề mục để phát triển thắng trí này. Tuy nhiên, trong ba loại, *kasīṇa* ánh sáng vẫn được xem là có hiệu quả nhất. Sau khi xuất khỏi thiền căn bản, hành giả nên tập trung vào một trong ba *kasīṇa* này, dừng ở mức cận định. Hành giả không nên nhập vào an chỉ định vì nếu làm vậy, hành giả sẽ không thể thực hiện được công việc chuẩn bị cho thắng trí. Ở mức cận định, hành giả phải mở rộng tướng của *kasīṇa* đến một vùng đã định trước để cho ánh sáng của nó chiếu khắp khu vực và các hình thể trong không gian của nó xuất hiện trong tầm nhìn của hành giả. Nếu ánh sáng biến mất, hành giả nên nhập lại thiền căn bản, xuất thiền và bao quát khu vực với ánh sáng. Cứ như vậy hành giả sẽ phát triển được khả năng bao quát bất cứ vùng nào với ánh sáng và duy trì sự quan sát những hình thể thấy được ở đó suốt cả ngày. Khi các sắc (hình thể) nào không thể nhìn thấy được đối với nhục nhãn thông thường – như những vật bên trong thân, những vật bị che khuất sau các bức tường, những vật trong các cõi khác hay trong các hệ thống thế gian khác – lọt vào tiêu điểm nhãn trí của hành giả và được nhìn thấy một cách trực tiếp, đó là lúc thiên nhãn đã sanh. Muốn làm cho thiên nhãn này trở thành công cụ nhận thức việc tử – sanh của các chúng sanh, hành giả phải gắn cái nhìn chú thiên của mình vào đối tượng này cho đến khi nó hiện ra.

Thiên nhãn hay sanh tử trí còn có hai loại trí phụ tùy là Vị lai phần trí (*anāgatamsanñāṇa*) và Tùy nghiệp thú trí (*yathākammūpaganñāṇa*) [53]. Vị lai phần trí là khả năng biết trước một người sẽ thọ sanh trong tương lai và cũng thấy trước được diễn tiến những sự kiện trong tương lai của họ. Tùy nghiệp thú trí là khả năng phân biệt được nghiệp quá khứ nào đã đưa một chúng sanh đến sanh thú (nơi thọ sanh) đặc biệt ở hiện tại. Mặc dù hai loại trí này chỉ có thể thực hiện được nhờ thiên nhãn, song chúng vẫn khác với sanh tử trí ở chỗ sanh tử trí lấy hiện tại làm phạm vi hoạt động trong khi Vị lai phần trí lấy tương lai, còn Tùy nghiệp thú trí lấy quá khứ làm phạm vi hoạt động của chúng. Do đó, nếu kể riêng các loại thắng trí này ra thì con số các thần thông hiệp thể mà hành giả có thể đắc được tất cả có bảy loại. Song khi chúng được gộp chung trong thiên nhãn, như đã nói, thì chỉ có năm.

VI. THẦN THÔNG THỨ SÁU: LẬU TẬN THÔNG (ĀSAVAKKHAYANĀNA)

Lậu tận thông hay trí biết sự diệt tận của các lậu hoặc là thắng trí thứ sáu mà người hành thiền có thể đắc được. “Lậu hoặc”, tiếng *Pāli* là “*āsava*”, nghĩa đen là cái gì đó tiết rỉ ra, vì vậy đôi lúc còn được dịch là “lậu” (tiết rỉ). *Āsava* biểu thị cho một vài phiền não căn bản “tiết rỉ” từ tâm, duy trì tiến trình luân hồi (*saṃsāra*). Trong các bản kinh có sớm nhất, lậu hoặc thường nói là có ba: dục lậu (*kā mā sāva*), hữu lậu (*bhavā sāva*) và vô minh lậu (*avijjā sāva*). Ở một số kinh khác, đặc biệt ở tạng

Vi Diệu Pháp (*Abhidhammapitaka*) thêm vào lậu hoặc thứ tư là kiến lậu (*ditthāsava*).

Việc chứng lậu tận thông được các kinh mô tả trong đoạn văn sau:

“Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, vị ấy dẫn tâm, hướng tâm đến lậu tận thông (trí). Vị ấy biết như thật “đây là khổ”, biết như thật “đây là nhân sanh của khổ”, biết như thật “đây là khổ diệt”, biết như thật “đây là con đường đưa đến khổ diệt”. Vị ấy biết như thật “đây là những lậu hoặc”, biết như thật “đây là nhân sanh của lậu hoặc”, biết như thật “đây là sự diệt trừ các lậu hoặc”, biết như thật “đây là con đường đưa đến sự diệt trừ các lậu hoặc”. Nhờ hiểu biết như vậy, nhận thức như vậy, tâm vị ấy thoát khỏi dục lậu, thoát khỏi hữu lậu, thoát khỏi vô minh lậu. Đối với tự thân đã giải thoát như vậy, khởi lên sự hiểu biết: Ta đã giải thoát. Vị ấy biết: “Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc cần làm đã làm, sau đời hiện tại không có đời sống nào khác nữa.” [54]

Theo chú giải, “Lậu tận trí” là tuệ căn thuộc Alahán đạo, giai đoạn cuối cùng trong bốn giai đoạn giác ngộ [55]. Như đoạn kinh mô tả quen thuộc trên đã làm sáng tỏ, nội dung của trí này là Tứ thánh đế. Do tự mình biết và thấy Tứ thánh đế một cách rõ ràng với trực giác trí, hành giả trừ tuyệt mọi ô nhiễm trong tâm và đắc chứng viên mãn giải thoát. Vì sự chứng ngộ này xuất phát từ tuệ nên chúng ta sẽ bàn luận vấn đề này chi tiết hơn ở chương kế, liên quan đến các siêu thế đạo.

Ở phần nói về lục thông này có hai điểm cần được nhận định kỹ để làm sáng tỏ vấn đề. Thứ nhất, chúng ta phải nhớ rằng mặc dù kinh điển luôn luôn trình bày lậu tận trí này như một hệ quả tiếp nối sau việc đắc đệ tứ thiên, song đệ tứ thiên vẫn không tuyệt đối cần thiết cho việc chứng đắc của nó. Sự chứng ngộ chân lý Tứ thánh đế có thể phát sanh với bất cứ bậc thiên nào làm căn bản cũng được, thậm chí kinh điển còn nhìn nhận rằng một số hành giả có thể thành tựu trí tuệ giải thoát mà không có bất kỳ một kinh nghiệm trước nào trong các bậc thiên hiệp thế, duy chỉ nhờ vào năng lực tuệ căn của họ. Những gì được đòi hỏi trong mọi trường hợp chứng đắc Tứ Thánh Đạo chỉ là sự phát triển tuệ giác, hoặc có thể dựa trên một định chứng có trước nào đó, hoặc có thể tiến hành theo cách “cần tuệ” (chỉ có tuệ mà không có định) dựa trên sát na định liên hệ đến sự quán sát các hiện tượng (danh – sắc) với chánh niệm – tỉnh giác. Chính ở phương diện này thần thông thứ sáu khác với năm thần thông kia vốn đòi hỏi phải có sự thành thực trong bát định chứng thuộc an chỉ định.

Cũng vì lý do này, thần thông thứ sáu – Lậu tận thông – khác với năm thần thông trước ở phương diện thứ hai, đó là, Lậu tận thông được xem như một sở đắc chỉ có trong giáo pháp của đức Phật. Năm thần thông trước thuộc hiệp thế, dựa căn bản trên sự phát triển định. Bởi lẽ các phương pháp tu tập định cũng có trong giới luật của các truyền thống khác ngoài Phật giáo nên những người hành theo giới luật này và thành tựu năng lực định vừa đủ cũng có thể sở đắc các thần thông hiệp thế

(ngũ thông). Tuy nhiên, Lậu tận thông là một chứng nghiệm siêu thế phát sanh từ tuệ thế nhập vào thực tánh của các pháp. Chính vì thế, Lậu tận thông chỉ có thể được đạt đến bởi chư Phật toàn giác, chư Phật độc giác (*Pacceka Buddha*) và các bậc Alahán đệ tử Phật. Đối với chư Phật Chánh đẳng giác và Độc giác Phật, Lậu tận thông khởi lên từ trí tuệ tự giác của các Ngài. Còn các vị Thánh Thanh Văn đệ tử, Lậu tận thông khởi lên do thực hành minh sát theo những hướng dẫn mà các Ngài tiếp nhận từ một vị Phật hoặc từ các vị thiền sư.

Do những khác biệt giữa thần thông thứ sáu và các thần thông khác này, các loại thần thông được sưu tập lại thành hai nhóm, tuy trùng nhau nhưng dễ hiểu. Một nhóm có năm thần thông (*abhinññā*) gồm năm loại thắng trí hiệp thế; nhóm kia có sáu thần thông, gồm năm thắng trí thế gian cộng với Lậu tận thông. Trong khi các thần thông hay thắng trí thế gian được xem như những món trang sức của một vị hành giả trong giáo pháp của đức Phật thì thần thông thứ sáu – Lậu tận thông – được xem như mục tiêu tối thượng của đạo Phật.

CÁC LOẠI THẮNG TRÍ KHÁC

Ngoài sáu thần thông vừa kể, một vài bản kinh còn đề cập đến hai loại thắng trí khác sau khi đắc đệ tứ thiền. Hai thắng trí này là “Chánh tri kiến” (*nānadassana*) và “Ý hóa thông” (*manomaya iddhi ñāṇa*). Trong kinh điển, chúng được sắp liền trước lục thông, mặc dù tám thần thông này không được gom lại thành một nhóm với một tên gọi chung. [\[56\]](#)

“Chánh tri kiến” được mô tả theo truyền thống kinh điển như sau:

“Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, hành giả dẫn tâm, hướng tâm đến chánh tri kiến (nānadassana). Vị ấy biết: “Thân này của ta là sắc pháp, do bốn đại thành, do cha mẹ sanh, nhờ vật thực nuôi dưỡng, phải chịu vô thường, biến hoại, phân tán, đoạn tuyệt, hoại diệt. Thức này của ta nương gá thân ấy, trói buộc với thân ấy.” [\[57\]](#)

Theo chú giải, “chánh tri kiến” trong đoạn kinh này biểu thị trí tuệ minh sát. Sau khi xuất khỏi đệ tứ thiền, hành giả tác ý đến thân và tâm của mình. Trước tiên hành giả nhận thức rõ thân, thấy nó chỉ là sắc pháp, hữu vi, do duyên tạo thành, vô thường, phải chịu hoại diệt. Rồi hành giả tác ý đến tâm, thấy tâm khởi lên được là nhờ vào thân chia sẻ cùng bản chất hữu vi, vô thường và không thực thể với nó. Minh sát trí này, khi phát triển tột đỉnh sẽ dẫn đến lậu tận trí (thông).

Loại thắng trí phụ thứ hai là Ý hóa thông. Kinh mô tả:

“Với tâm định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, vị hành giả hướng tâm, chú tâm đến Ý hóa

thông. Vì ấy tạo một thân khác từ nơi thân này, cũng là sắc pháp do ý làm ra, đầy đủ các chi tiết lớn nhỏ, không thiếu một căn nào.” [58]

Một người hành thiền muốn tạo một thân ý – sanh phải xuất khỏi đệ tứ thiền căn bản, tác ý trên chính thân mình và quyết định là nó rỗng không. Khi thân dường như rỗng không đối với hành giả, hành giả phải làm công việc chuẩn bị rồi quyết định: “Hãy có thân khác trong thân này”. Khi ấy thân khác sẽ xuất hiện trong thân chính và hành giả có thể rút nó ra “giống như rút một cọng tranh ra khỏi vỏ bọc của nó hay như rút một thanh kiếm ra khỏi bao kiếm, hoặc như một con rắn rút ra khỏi lớp vỏ của nó” [59]

Vô ngại giải đạo (*Paṭisambhidāmagga*) mô tả một năng lực siêu phàm khác của loại biến hóa thần thông mặc dù không được đề cập rõ ràng trong các kinh. Đó là Biến dạng thần thông (*vikubbana iddhi*) – khả năng biến đổi hình dạng của chính thân mình hoặc phô diễn những hình thể hão huyền khác. [60]

Muốn đắc thần thông này, hành giả trước phải quyết định sẽ xuất hiện trong một hình dạng đặc biệt nào đó, chẳng hạn như hình dạng một trẻ em, một vị chư thiên, một con vật,... Rồi hành giả phải nhập và xuất thiền căn bản và tác ý đến tướng của mình trong hình dạng đã chọn. Một lần nữa hành giả nhập đệ tứ thiền, xuất và quyết định: “Ta hãy là một đứa bé, v.v... loại như vậy, như vậy”. Cùng với sự quyết định ấy, hành giả xuất hiện như một trẻ em hoặc như bất kỳ một hình dạng nào khác mà hành giả đã chọn. Tuy nhiên hành giả không nhất thiết phải thực hiện sự biến dạng ngay trên thân mình, mà có thể quyết định hóa hiện ra một hình thể nào đó, như một con ngựa, một con voi, v.v... và hình thể đó sẽ xuất hiện trước hành giả và mọi người.

THIÊN VÀ TÁI SANH

Theo Phật giáo, tất cả hữu tình chúng sanh nào còn vô minh và ái dục tất nhiên phải chịu tái sanh. Bao lâu còn có ước muốn hiện hữu trong một hình thức nào đó thì tiến trình luân hồi vẫn sẽ tiếp diễn không ngừng. Yếu tố đặc biệt quyết định nơi thọ sanh và những điều kiện tái sanh là nghiệp (*kamma*). *Kamma* hay nghiệp là hành động có chủ ý, nghĩa là những hành động, lời nói và ý nghĩ bộc lộ ra với sự chủ tâm, tính toán, có thể là thiện (*kusala*) hoặc bất thiện (*akusala*). Các nghiệp bất thiện là những hành động bắt nguồn từ tham, sân và si. Các nghiệp thiện là những hành động xuất phát từ vô tham, vô sân và vô si. Mỗi *kamma* hay hành động có chủ tâm mà con người thực hiện được tích lũy trong dòng tâm tương tục hay hữu phần của họ. Nơi đây, nó tồn tại như một sức mạnh có khả năng tạo quả (*vipāka*) trong tương lai. Những quả báo này tương ứng với tính chất đạo đức của hành động. Các thiện nghiệp đem lại sự an vui và thành công, các bất thiện nghiệp đưa đến khổ đau và thất bại. Trong sự tương quan của nghiệp với tiến trình tái sanh, các thiện nghiệp đưa đến một sanh thú tốt đẹp, các bất thiện nghiệp dẫn đến một sự tái sanh xấu.

Thiện, như một loại thiện nghiệp, đóng vai trò then chốt trong tiến trình tái sinh. Trong vô số các nghiệp mà một người thực hiện suốt cuộc đời của mình, chỉ có một nghiệp xuất hiện vào lúc lâm chung để quyết định tình trạng tái sinh của người ấy. Những nghiệp đảm nhận vai trò quyết định này được xếp theo thứ bậc ưu tiên. Ưu tiên nhất được dành cho loại trọng nghiệp về phương diện đạo đức, tức là những hành động cực thiện hoặc cực ác. Những cực thiện nghiệp là các thiện chứng, còn cực ác nghiệp gồm ngũ nghịch đại tội: giết cha, giết mẹ, giết một vị thánh nhân, làm thân Phật chảy máu và chia rẽ Tăng. Kế tiếp, trong thứ tự ưu tiên, đó là các hành động có ý nghĩa đạo đức thực hiện vào lúc sắp chết (cận tử nghiệp), rồi đến thường nghiệp và cuối cùng là những nghiệp linh tinh được tích chứa lại mà thuật ngữ thường gọi là tích lũy nghiệp.^[61] Đối với những nghiệp không thực sự đưa đến tái sinh vẫn có thể tạo ra quả trong suốt cuộc đời của một người, hoặc làm nhiệm vụ hỗ trợ, hoặc gây chướng ngại, hoặc phá hủy hoàn toàn những kết quả của sanh nghiệp (*rebirth generative kamma*).

Theo vũ trụ quan Phật giáo, có rất nhiều cảnh giới sinh tồn, nơi đây các chúng sanh tùy theo nghiệp đã tạo của mình mà thọ sanh. Những cảnh giới này được nhóm lại thành ba cõi: dục giới (*kāmāvacarabhūmi*) là phạm vi tái sinh dành cho các nghiệp ác và thiện nghiệp không phải thiện; sắc giới (*rūpāvacarabhūmi*) là phạm vi tái sinh dành cho tứ thiên tế sắc hay tứ thiên sắc giới; vô sắc giới (*arūpāvacarabhūmi*) là phạm vi tái sinh dành cho tứ thiên vô sắc.

Nếu một bất thiện nghiệp trở thành nhân tố quyết định tái sinh, thì sự tái sinh sẽ xảy ra nơi một trong bốn cảnh giới: Địa ngục (*niraya*), Ngạ quỷ (*petti-visaya*), Súc sanh (*tiracchānayoṇi*) và Atula (*asura-kāya*). Bốn trạng thái này được gọi chung là cảnh giới khổ (*apāyabhūmi*), khổ thú (*duggati*) và đọa xứ (*vini-pāta*). Nếu một thiện nghiệp thuộc loại phi thiên (*non-jhānic*) quyết định tái sinh, nó sẽ cho quả tái sinh trong nhân giới (*manussaloka*) hoặc một trong sáu cảnh giới chư thiên, đó là, Tứ Đại thiên vương giới (*Cātu-mahārājikadevaloka*), Tam Thập Tam thiên giới (*Tāva-tamsa*), Dạ ma thiên giới (*Yama*), Đâu suất thiên giới (*Tusita*); Hóa lạc thiên giới (*Nimmānarati*) và Tha hóa tự tại thiên giới (*Paranimmitavasavatti*). Bảy cảnh giới gồm nhân giới và sáu thiên giới này gộp chung lại tạo thành cõi vui dục giới (*kāmāvacarasugatibhūmi*).

Trên các cõi dục là các cõi sắc giới. Muốn tái sinh trong các cõi này phải chứng bốn bậc thiên sắc giới và thiên chứng ấy không bị hoại vào lúc chết. Mười sáu cảnh giới trong cõi này được sắp theo thứ tự tương quan với bốn bậc thiên. Những vị đắc sơ thiên ở mức thấp sẽ tái sinh nơi cảnh giới Phạm chúng thiên (*Brahmapārisajja*). Những vị đắc sơ thiên ở mức trung bình sẽ tái sinh nơi cảnh giới Phạm phụ thiên (*Brahmapurohita*). Và những vị đắc sơ thiên ở mức cao sẽ tái sinh nơi cảnh giới của Đại phạm thiên (*Mahā-brahma*). Tương tự, đắc nhị thiên bậc hạ sẽ tái sinh trong Thiểu quang thiên giới (*Parittābha*); bậc trung trong Vô lượng quang thiên giới (*Appamānābha*) và bậc thượng trong Quang âm thiên giới (*Ābhassara*). Lại nữa, vị đắc tam thiên bậc hạ sẽ tái sinh trong Thiểu tịnh

thiên giới (*Parittasubha*), bậc trung trong Vô lượng tịnh thiên giới (*Appamānasubha*) và bậc thượng trong Biến tịnh thiên giới (*Subhakinha*).

Tương xứng với đệ tứ thiên có ba cảnh giới: Quảng quả thiên giới (*Vehapphala*), Vô tướng thiên giới (*Asanññāsatta*) và Ngũ tịnh cư thiên giới (*Suddhā-vāsa*). Bậc thiên này không tuân theo mô thức phân chia như trước. Đường như những vị thực hành và đắc đệ tứ thiên nhưng không đạt đến một quả chứng siêu thế nào đều sanh vào Quảng quả thiên giới mà không có sự phân biệt theo cấp độ tu tập thượng, trung, hạ như trước. Riêng Vô tướng thiên giới (cảnh giới chỉ có sắc mà không có tâm) dành cho những người sau khi đắc đệ tứ thiên dùng sức mạnh của thiên chứng ấy để tái sanh chỉ với sắc thân, các vị này không có thức cho đến khi hết phước ở cảnh giới ấy. Ngũ tịnh cư Thiên gồm các cảnh giới Vô phiền (*Aviha*), Vô nhiệt (*Atappa*), Thiện hiện (*Sudassi*), Thiện kiến (*Sudassa*) và Sắc cứu cánh (*Akañiṭṭha*) chỉ mở ra cho các vị Bất lai (*Anāgāmi*), các vị thánh đệ tử ở giai đoạn áp chót của sự giải thoát, đã đoạn trừ các kiết sử trói buộc họ vào dục giới và vì thế tự động tái sanh lên các cảnh giới cao hơn. Từ ở đây, họ đắc Alahán quả và nhập Niết bàn luôn.

Vượt qua các cõi sắc giới là các cõi vô sắc giới (*arūpāvacarabhūmi*). Cõi này có bốn: Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ và Phi tưởng phi phi tưởng xứ. Hiển nhiên đây là những cảnh giới tái sanh dành cho những hành giả đã đắc và thành thực một trong bốn bậc thiên vô sắc nhưng không bẻ gãy được các kiết sử từng trói buộc họ vào vòng luân hồi. Những hành giả thành thực một định chứng vô sắc nào đó vào lúc lâm chung sẽ tái sanh vào cảnh giới thích hợp. Nơi đây, họ trú cho đến khi nghiệp lực của bậc thiên ấy không còn. Lúc đó họ chết và tái sanh vào một cảnh giới khác tùy theo tích lũy nghiệp của họ quyết định.

-ooOoo-

[1] “*Santā vimokkhā atikkamma rūpe arupa*”. MN. 1:33.

[2] *Ākāsānāyatana, Vinnānāyatana, Ākincānāyatana và Nevasānāyatana*.

[3] MN. 1: 410

[4] PP., p. 354 – 355 Vism., p. 272.

[5] PP. p. 355, Vism. p. 272.

[6] “*Sabbaso rūpasānānam samatikkamā patighasānānam atthagamā nānatta sānānam amanasikārā ananto ākāsoti ākāsānāyatana upasampajja viharati*”. DN. 1:183

[7] Vism., p. 273.

[8] Vibh., p. 272.

[9] Vism., p. 257.

[10] PP., p. 361 “Sabbaso àkàncàyatana samatikkamà anantam vinnànam ti vinnàncàyatana upasampajj àviharati”. Vibh., p.273

[11] PP., p. 362. Vism., p.277

[12] PP., p.363 Vism, p.277

[13] PP., p.363: “Sabbaso vinnàncàyatana samatikkamma, n’atthi kinci ti àkincannàyatana upasampajja viharati”. Vibh., p.254.

[14] Vibh., PP., p. 278

[15] PP., p. 364 Vism, p. 278

[16] PP., p. 265 MN. 2 – 231.

[17] PP. “Sabbaso àkincannàyatana samatikkamma nevasannàna sannàyatana upasampajja viharati”.

[18] PP., p. 366. Vibh., p. 274.

[19] PP., p. 366 Vism., p. 280

[20] PP., p. 367. Vism., p. 280.

[21] PP., p. 367-368 Vism., p. 281.

[22] Xem Dhs. p. 68.

[23] PP., p. 369-370. Vism., p. 282.

[24] PP., p. 370-377 Vism., p. 283

[25] AN. 1 : 163 - 165

[26] SN. 2 : 216

[27] DN. 3 : 281

[28] DN. 1 : 76 - 77

[29] *“Iddhividhàya cittam abhiniharati abhininnàmeti”*.

[30] DN. I : 77

[31] *“Eko pi hutvā bahudhāhoti, bahudhā pi hutvā eko hoti”*.

[32] PP. p. 420 – 427. Vism., p. 323 – 328

[33] *Àvibhàvatirobhàvam*

[34] *Tiro – kuddam tiro – pākàram tiro – pabbatam*

[35] *Pathaviya pi ummujja nimmujjam karoti seyyàtha pi udae.*

[36] *Udae pi abhijjamaṇo gacchati seyyathā pi pathaviyam.*

[37] *Akāse pi pallankena kamati seyyathāpi pakkhī sakuno.*

[38] *Ime pi candima – suriyā evam mahiddhike evam mahānubhāve pāninā parimassati parimajjati.*

[39] *Yāva brahmalokā pi kāyena va samvatteti.*

[40] Xem Pts, p. 387 – 388.

[41] Vimp., 2:112.

[42] SN. 4: 269.

[43] DN. 1: 212 – 215. Pts, p. 401 – 404.

[44] Pts., p. 401 – 404.

[45] PP., p. 446. DN. 1:79.

[46] Vajiranāna, Buddhist Meditation, PP., 445 – 446. DN. 1:79

[47] PP., p. 449. Vism., p. 344 – 345.

[48] PP., p. 473. Vism., p. 364.

[49] Vajiranāna, Buddhist Meditation. PP., 447 – 448. DN. 1: 81.

[50] PP., p. 453 – 455. Vism., p. 347 - 349

[51] DN., 1: 81 - 82

[52] Vajirana, Buddhist Meditation, p. 451. DN. 1:82

[53] PP., p. 477 – 478 Vism., p. 363, 367 – 368.

[54] DN. 1: 83 – 84

[55] DN. A. 1: 201.

[56] DN. 1:76-77. MN. 2: 17-18

[57] DN. 1:76

[58] DN. 1:77

[59] PP., p. 444. Vism., p.342

[60] Pts., p. 388

[61] Narada, Manual, p. 259-262.

-ooOoo-

CHƯƠNG VII

CON ĐƯỜNG TU TẬP TUỆ QUÁN

Mục đích của đạo Phật, giải thoát hoàn toàn và vĩnh viễn khỏi khổ, được thành tựu vào việc tu tập tam học hay ba giai đoạn của đạo lộ – Giới (*sīla*), Định (*samādhi*) và Tuệ (*paññā*). Bốn thiền sắc giới và bốn thiền vô sắc là những bậc thiền hiệp thế, thuộc giai đoạn tu tập định, đã hoàn tất một mức độ đáng kể trên lộ trình giải thoát. Tuy nhiên, tự thân các bậc thiền này vẫn còn phải gánh chịu hai trách nhiệm. Thứ nhất, do khinh suất hay tự mãn, chúng có thể hoại mất. Thứ hai, việc đắc thiền vẫn không đủ để bảo đảm cho sự giải thoát hoàn toàn khỏi khổ. Lý do các bậc thiền hiệp thế tự bản thân chúng không thể đem lại sự giải thoát khổ là vì chúng không có khả năng cắt đứt nhân sanh khổ. Đức Phật dạy rằng nhân sanh cơ bản của khổ, động lực thúc đẩy nằm đằng sau vòng tử sanh luân hồi, là những phiền não với ba nhân tham, sân, si tạo thành ba nhân bất thiện của chúng. Định ở mức an chỉ, cho dù có thể được tu tập sâu lắng đến đâu chẳng nữa cũng chỉ dẫn đến một sự đè nén nhất thời của các phiền não, chứ không hoàn toàn bứng gốc được chúng. Định không thể phá hủy những hạt giống ngủ ngầm của phiền não, do đó không thể loại trừ được chúng tận căn nguyên. Vì những lý do nêu trên, thiền hiệp thế đơn thuần, ngay cả khi được duy trì vĩnh viễn, tự thân nó vẫn không thể chấm dứt vòng luân hồi. Ngược lại nó còn có thể làm cho vòng luân hồi ấy trở thành dài thêm. Vì mỗi một thiền chứng sắc giới hoặc vô sắc, nếu bám vào nó với thái độ chấp thủ sẽ

đưa đến tái sinh nơi cảnh giới đặc biệt tương xứng với tiềm lực nghiệp của bậc thiên ấy và sau đó có thể phải tái sinh vào một cảnh giới thấp hơn nào đó tùy theo tích lũy nghiệp đã tạo.

Để thành tựu sự giải thoát hoàn toàn khỏi vòng tử sinh luân hồi này, vấn đề được đòi hỏi là sự tuyệt trừ mọi phiền não. Bởi lẽ loại phiền não căn bản nhất là si mê (*moha*) hay còn gọi là vô minh (*avijja*) nên mấu chốt đưa đến giải thoát nằm ở chỗ diệt trừ vô minh bằng việc phát triển trí tuệ, pháp đối nghịch trực tiếp của nó. Trong chương này chúng ta sẽ khảo sát bản chất của tuệ và những phương pháp nhờ đó tuệ được phát triển. Do vì tuệ đòi hỏi phải có một sự thành thực nào đó trong định nên hiển nhiên rằng thiền khăng định một vị trí trong sự tu tập của nó. Tuy nhiên, vị trí này không nhất thiết cố định hay bất di bất dịch mà như chúng ta sẽ thấy còn tùy thuộc vào khuynh hướng của từng hành giả.

Phần chính của chương này và chương kế sẽ dành để luận bàn về sự khác biệt giữa hai từ quan trọng đối với triết học Phật giáo truyền thống *Theravāda*. Hai từ đó là “hiệp thế” (*lokiya*) và “siêu thế” (*lokuttara*). Từ hiệp thế được áp dụng cho mọi hiện tượng bao gồm trong thế gian của năm thủ uẩn (*pañcuppādānakkhandhā*) – sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Như vậy, loka bao trùm các trạng thái tâm cũng như vật chất (sắc) và các trạng thái thuộc cảm xúc, thiện cũng như ác, những thiện chứng thuộc sắc giới và vô sắc giới, cũng như các tâm thuộc dục giới. Ngược lại, siêu thế áp dụng tuyệt đối cho các pháp đã vượt ra khỏi thế gian của năm thủ uẩn. Chín pháp siêu thế (*lokuttaradhamma*) là Niết bàn (*Nibbāna*), bốn thánh đạo (*magga*) dẫn đến Niết bàn và bốn quả (*phala*) tương ứng của chúng làm nhiệm vụ cảm nghiệm hạnh phúc của Niết bàn. Hy vọng rằng phần luận sau đây sẽ làm sáng tỏ hơn ý nghĩa của những thuật ngữ này.

BẢN CHẤT CỦA TUỆ

Thanh Tịnh Đạo đưa ra một luận giải phân tích về tuệ, đề cập dưới sáu đề mục: Định nghĩa về tuệ; Tại sao nó được định nghĩa như vậy; Đặc tính, nhiệm vụ, biểu hiện và nhân gần của tuệ; Phân loại tuệ; Phương pháp tu tập tuệ; Những lợi ích của tuệ. [1] Xét qua những nguyên tắc này chắc chắn sẽ giúp chúng ta thấy được bản chất của tuệ.

1. Tuệ, theo luận sư Buddhaghosa, được định nghĩa là “minh sát trí tương ứng với các thiện tâm”. [2]

2. Sở dĩ tuệ được hiểu theo nghĩa đó là vì nó là một hành động hiểu biết (*pajānana*), một cách nhận thức (*jānana*) khác và cao cấp hơn các cách tưởng tri (*sanñjānana*) và thức tri (*vijānana*). Cái để phân biệt tuệ với các hình thức khác của sự nhận thức là khả năng thâm nhập vào các đặc tánh vô thường, khổ và vô ngã cũng như khả năng đưa đến sự hiển lộ siêu thế đạo của nó.

3. Sự thể nhập vào thực tánh của các pháp là đặc tánh của tuệ. Nó thể nhập vào các tính chất chung và riêng của các pháp qua sự nhận thức trực tiếp chứ không qua trung gian. Nhiệm vụ của tuệ là “thủ tiêu bóng tối của si mê vốn che đậy thực tánh của pháp” và “vô si” là biểu hiện của tuệ. Bởi vì đức Phật nói rằng tâm ai có định sẽ biết và thấy các pháp như chúng thực sự là, do đó nhân gần của tuệ là định. [3]

4. Tuệ dùng làm phương tiện để đạt đến giải thoát được chia làm hai loại chính, đó là minh sát trí (*vipassanā ñāṇa*) hay còn gọi là quán tuệ và trí thuộc các siêu thế đạo (*magga ñāṇa*). Minh sát trí là sự thể nhập trực tiếp vào tam tướng vô thường, khổ và vô ngã của các pháp hữu vi. Nó lấy năm uẩn: sắc, thọ, tưởng, hành, thức làm đối tượng. Bởi vì minh sát trí lấy thế gian (*loka*) của các hành (*sankhāra*) làm đối tượng, do đó nó được xem như một hình thức của tuệ hiệp thế (*lokiya paññā*). Minh sát trí, tự bản thân nó không trực tiếp diệt trừ các phiền não. Nó dùng để mở đường cho loại tuệ thứ hai, tức các siêu thế đạo tuệ vốn chỉ xuất hiện khi minh sát trí đã được tu tập đến tột đỉnh. Đạo tuệ khởi lên ở bốn giai đoạn rõ rệt (sẽ đề cập đến trong phần sau) đồng thời với việc chứng đắc Niết bàn, thấu triệt Tứ thánh đế và cắt đứt các phiền não. Tuệ này gọi là “siêu thế” (*lokuttara*) vì nó vượt qua khỏi (*uttarati*) thế gian của năm uẩn để chứng đắc trạng thái siêu xuất thế gian, tức Niết bàn.

5. Vị hành giả trong giáo pháp của đức Phật nỗ lực hướng đến giải thoát, bắt đầu sự tu tập tuệ bằng việc thiết lập vững chắc các nền móng của nó trước, đó là giới thanh tịnh và định tâm thanh tịnh. Kế tiếp, hành giả học và thông thạo các đối tượng căn bản trên đó tuệ làm việc quán chiếu năm uẩn, mười hai xứ, mười tám giới, Tứ thánh đế, Thập nhị nhân duyên, v.v... Hành giả khởi sự tu tập tuệ thực thụ bằng cách traу đôi minh sát vào thực tánh vô thường, khổ và vô ngã của năm uẩn. Khi việc minh sát này đạt đến tột đỉnh, nó sẽ tự động chuyển sang tuệ siêu thế, chi phần chánh kiến của Bát Thánh Đạo. Đạo tuệ sẽ chuyển từ các pháp hữu vi (hành) sang Niết bàn giới vô vi, hủy diệt các phiền não ngủ ngầm tận căn rễ của chúng.

6. Việc loại trừ phiền não, chứng ngộ Niết bàn và thành tựu các thánh đạo, thánh quả mà đỉnh cao là Alahán này, theo luận sư *Buddhaghosa*, là những lợi ích của việc tu tập tuệ. [4]

NHỊ THỪA (2 CỖ XE)

Truyền thống Thượng Tọa Bộ (*Theravāda*) nhìn nhận hai phương pháp tu tập tuệ khác nhau, trong đó hành giả có quyền tự do chọn lựa tùy theo năng khiếu và khuynh hướng của mình. Hai phương pháp này là chỉ thừa (*samatthayānika*) và quán thừa hay minh sát thừa (*vipassanāyāna*). Những hành giả theo phương pháp chỉ thừa được gọi là “chỉ thừa hành giả” – người lấy tịnh chỉ làm cỗ xe, và theo quán thừa thì được gọi là “quán thừa hành giả” – người lấy quán (minh sát) làm cỗ xe. Bởi vì cả hai cỗ xe, dù tên gọi có khác, đều là những phương pháp để phát triển tuệ giác, do đó nhằm ngăn ngừa sự hiểu lầm, loại hành giả theo quán thừa đôi khi

còn được gọi là “thuần quán thừa hành giả” (*suddhavipassanāyānika*), hoặc “khô quán hành giả” (*sukkhavipassaka*). Mặc dù cả ba từ này thoát tiên xuất hiện trong các bản chú giải hơn là trong kinh tạng, song việc nhìn nhận hai cỗ xe đường như đã được hàm ý đâu đó trong một số đoạn kinh.

Chỉ thừa hành giả là một hành giả trước tiên đạt đến cận định hay một trong tám bậc thiền hiệp thế, rồi xuất thiền và dùng thiền chứng của mình như một căn bản cho việc trau dồi minh sát cho đến khi đạt đến siêu thế đạo. Việc chứng đạo dù ở bất kỳ giai đoạn nào trong bốn giai đoạn của nó cũng luôn luôn khởi lên với một cường độ định và như vậy nhất thiết phải kể thiền siêu thế dưới đề mục chánh định (*sammāsamādhi*), chỉ phân thứ tám của Bát Thánh Đạo. Trái với hạng chỉ thừa hành giả, hạng quán thừa không đạt đến một thiền hiệp thế nào trước khi thực hành minh sát quán [5], hoặc nếu có, hành giả cũng không dùng nó như một phương tiện cho việc trau dồi minh sát. Thay vì nhập và xuất khỏi thiền, hành giả trực tiếp tiến hành minh sát quán vào các hiện tượng của thân và tâm hay danh sắc xuất hiện nơi sáu căn – mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và tâm. Bằng phương tiện thuần quán này, hành giả đạt đến thánh đạo, và cũng như trường hợp của vị hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ, ở đây nhất thiết phải gồm luôn thiền siêu thế.

Chủ yếu của phương pháp quán thừa là thực hành chánh niệm (*sati*) – sự quán sát đơn thuần nhưng không gián đoạn các hiện tượng thân và tâm đang thay đổi. Đức Phật đã giải thích tận tường việc thực hành chánh niệm này trong kinh Tứ niệm xứ dưới dạng bốn phép quán – quán thân (*kāya*), thọ (*vedana*), tâm (*citta*) và pháp (*dhamma*). Bốn phép quán hay bốn “niệm xứ” (*satipaṭṭhāna*) này, tập trung lãnh vực quán sát vào các hiện tượng thân và tâm đa dạng với những đặc điểm phổ quát của chúng là vô thường, khổ và vô ngã. Đối với vị hành giả theo phương pháp chỉ thừa cũng vậy, vào lúc xuất khỏi thiền và bắt đầu minh sát – quán, hành giả phải thực hành Tứ niệm xứ, vì điều này đã được đức Phật khẳng định là “*con đường độc nhất đưa đến sự tịnh hóa các chúng sanh, vượt qua sầu bi, đoạn tận khổ ưu, thành tựu chánh đạo và chứng ngộ Niết bàn*” [6]

Nguồn tham chiếu cổ điển để thấy ra sự phân biệt giữa hai cỗ xe tịnh chỉ và minh quán này là *Visuddhimagga* (Thanh Tịnh Đạo). Bộ luận này giải thích rằng khi một hành giả bắt đầu tu tập tuệ, “*trước hết, nếu cỗ xe của vị ấy là tịnh chỉ, (vị ấy) phải xuất khỏi bậc thiền sắc giới hay vô sắc ấy ngoại trừ Phi tướng phi phi tướng xứ, và hành giả nên phân biệt theo đặc tính, nhiệm vụ, v.v... các thiên chi như tâm, tứ, hỷ, lạc cũng như các pháp tương ứng với chúng.*” [7]

Ở các đoạn chú giải khác lại cho rằng cận định (*upacārasamādhi*) là vừa đủ cho cỗ xe tịnh chỉ. Phi tướng phi phi tướng xứ, bậc thiền vô sắc cuối cùng trong tứ thiền vô sắc (*ārūpa*) được loại ra bởi vì các thiên chi của nó quá vi tế để cho một hành giả sơ cơ có thể phân biệt. Ngược lại, nếu cỗ xe của hành giả là thuần quán thì được khuyên là hãy bắt đầu bằng việc phân biệt các hiện tượng thân và tâm một cách trực tiếp mà không dùng một bậc thiền nào cho mục đích này. Loại hành giả thuần quán này đôi khi được đề cập đến bằng một tên khác là “khô quán hành giả”,

bởi vì pháp quán của vị này không được tầm ướt với nước của thiền định (*jhāna*). [8]

Như chúng ta đã đề cập ở trên, mặc dù ba từ: *samāthayānika* (chỉ thừa hành giả), *vipassanāyānika* (quán thừa hành giả) và *sukkhavipassaka* (khô quán hành giả) là những từ mới chế tác vào thời chú giải, song sự phân biệt ra các cỗ xe và loại hành giả hình như vẫn được rút trực tiếp từ kinh tạng *Pāli*. *Đức Phật* trong những lần giải thích thấu đáo về hệ thống tu tập của Ngài, thường gồm luôn cả tứ thiền vào đó và đặt nó trước sự tu tập minh sát quán cũng như chứng đạo. Tuy nhiên một số bài kinh dẫn chứng cho thấy có những phương pháp tu tập khác nhau. Chẳng hạn, trong *Anguttara Nikāya* (Tăng Chi Bộ kinh) đức Phật công bố:

“Này các Tỳ kheo, có hạng người được nội tâm tịnh chỉ, nhưng không được tăng thượng tuệ pháp quán; có hạng người được tăng thượng tuệ pháp quán nhưng không được nội tâm tịnh chỉ; có hạng người không được nội tâm tịnh chỉ cũng không được tăng thượng tuệ pháp quán; có hạng người được nội tâm tịnh chỉ và cũng được tăng thượng tuệ pháp quán.

“Rồi này các Tỳ kheo, vị đã được nội tâm tịnh chỉ, nhưng không được tăng thượng tuệ pháp quán, sau khi an trú tâm tịnh chỉ, chú tâm thực hành tăng thượng tuệ pháp quán, người ấy sau một thời gian được nội tâm tịnh chỉ và được tăng thượng tuệ pháp quán.

“Rồi này các Tỳ kheo, vị không được nội tâm tịnh chỉ cũng không được tăng thượng tuệ pháp quán, người ấy, để chứng được các thiện pháp này, cần phải thực hiện tăng thượng ý muốn, tinh tấn, cố gắng, nỗ lực, tâm không thối chuyển, chánh niệm, tỉnh giác.

“Vì như, này các Tỳ kheo, khi khăn bị cháy hay tóc bị cháy, để dập tắt lửa, cần phải tăng thượng ý muốn, tinh tấn, nỗ lực, cố gắng, tâm không thối chuyển, chánh niệm, tỉnh giác. Cũng vậy, này các Tỳ kheo, người ấy, để chứng đắc các thiền pháp này, cần phải thực hiện tăng thượng ý muốn, tinh tấn,..., tỉnh giác. Sau một thời gian, vị ấy thành người có được nội tâm tịnh chỉ và tăng thượng tuệ pháp quán.

“Cũng vậy, này các Tỳ kheo, vị có được nội tâm tịnh chỉ và có được tăng thượng tuệ pháp quán, người này, sau khi an trú trong các thiện pháp ấy, vẫn phải chú tâm tu tập hơn nữa để đoạn diệt các lậu hoặc.” [9]

Qua đoạn kinh trên chúng ta thấy đức Phật khích lệ hạng người đầu, an trú nội tâm tịnh chỉ, nên cố gắng để có được tăng thượng tuệ pháp quán. Và hạng người thứ hai, an trú tăng thượng tuệ pháp quán, nên cố gắng để có được nội tâm tịnh chỉ. Chú giải giải thích “tâm tịnh chỉ” là định tâm thuộc an chỉ định (*appanācittasamādhī*) và “tăng thượng tuệ pháp quán” là minh sát trí phân biệt các hành (*sankhāra-pariggahavipassanāññāna*), tức tuệ quán thâm nhập vào năm uẩn. [10] Vấn đề là, với những người có khả năng đắc được pháp này nhưng không

đắc được pháp kia làm sao để giúp họ chọn được cỗ xe thích hợp với khả năng của họ lúc ban đầu mới là quan trọng. Tuy nhiên, cuối cùng thì tất cả mọi hành giả đều phải bước vào tu tập tuệ quán để đạt đến giải thoát đạo.

Việc trình bày các cỗ xe khác nhau đưa đến mục đích (giải thoát) thậm chí còn rõ ràng hơn như đã được giới thiệu trong một bài kinh do tôn giả *Ānanda* thuyết. Một lần nọ, tôn giả *Ānanda* tuyên bố trước một nhóm các vị Tỷ kheo rằng, có một số vị tu tập quán (minh sát) có chỉ đi trước (*samathapubbangamaṃ vipassanam*) và một số vị khác tu tập tịnh chỉ có quán đi trước (*vipassanāpubbangamaṃ samatham*). Cả hai phương pháp, theo giải thích của Tôn giả, đều dẫn đến siêu thế đạo:

Ở đây, này chư hiền, Tỷ kheo tu tập quán, có tịnh chỉ đi trước; do vị ấy có tịnh chỉ đi trước, con đường^[11] được sanh khởi. Vị ấy thực hành con đường đó, tu tập làm cho sung mãn. Do vị ấy thực hành, tu tập, làm cho sung mãn con đường ấy, các kiết sử được đoạn tận, các tùy miên được chấm dứt.

Lại nữa, này chư hiền, vị Tỷ kheo tu tập cả hai chỉ – quán gắn liền với nhau.^[12] Do vị ấy tu tập cả hai chỉ quán gắn liền với nhau, con đường được sanh khởi. Vị ấy thực hành, tu tập, làm cho sung mãn con đường ấy, các kiết sử được đoạn tận, các tùy miên được chấm dứt.

Thêm nữa, này chư hiền, tâm một vị Tỷ kheo đã hoàn toàn dứt khỏi mọi dao động đối với pháp (dhamma). Đó là thời điểm, này chư hiền, khi tâm của vị ấy an trú, ổn định, nhất tâm, định tĩnh. Với vị ấy, con đường sanh khởi. Vị ấy thực hành con đường, tu tập, làm cho sung mãn. Do vị ấy thực hành, tu tập, làm cho sung mãn con đường ấy, các kiết sử được đoạn tận, các tùy miên được chấm dứt.^[13]

Việc diễn giải đoạn kinh này theo tinh thần chú giải (tìm thấy trong chú giải Trung Bộ kinh) giải thích phương thức tu tập quán (minh sát) có tịnh chỉ đi trước như vậy:

Ở đây, một người trước tạo ra cận định hay an chỉ định, đây là tịnh chỉ. Vị ấy quán với minh sát tịnh chỉ ấy và các pháp đồng sanh với nó là vô thường, khổ, vô ngã. Đây là quán. Như vậy gọi là tịnh chỉ đến trước, sau đó mới quán.^[14]

Phương thức tu tập tịnh chỉ có quán đi trước được mô tả như sau:

Ở đây, một người quán với minh quán năm thủ uẩn là vô thường, khổ, vô ngã mà trước không tạo ra một loại tịnh chỉ (cận định hoặc an chỉ định) nào cả. Đây là quán. Cùng với sự hoàn thành việc quán trong vị ấy nhất tâm khởi lên có đối tượng là sự từ bỏ các pháp đã tạo ra ở quán, đây là tịnh chỉ. Như vậy gọi là quán đến trước, sau mới tịnh chỉ.^[15]

Trong trường hợp này ta có thể hoài nghi là loại hành giả thứ hai vẫn chỉ đắc thiên hiệp thế sau khi tu tập quán, điểm này phụ chú giải đoạn kinh chỉ rõ: “Nhất tâm vị

ấy có được là chánh định thuộc siêu thế đạo (*maggasammāsamādhī*) và đối tượng của nó, gọi là “sự từ bỏ” (*vavassagga*), tức Niết bàn.” [16] Phụ chú giải Tăng Chi Bộ kinh (The Anguttara sub-commentary) chính xác xem loại hành giả thứ hai này với loại quán thừa hành giả giống như nhau: “*Vị tu tập tịnh chỉ có quán đi trước, điều này được nói là thuộc về quán thừa hành giả.*” [17]

Như vậy vị chỉ thừa hành giả theo tuần tự đắc cận định hay một bậc thiền hiệp thế trước rồi sau đó đắc minh sát trí, nhờ phương tiện ấy hành giả đạt đến siêu thế đạo gồm tuệ dưới đề mục chánh kiến (*sammāditṭhi*). Ngược lại vị quán thừa hành giả bỏ qua các thiền hiệp thế và đi thẳng vào minh sát quán. Khi đạt đến tận cùng của các tuệ minh sát, vị ấy đắc siêu thế đạo, cũng như trường hợp của vị trước, gồm chung cả tuệ lẫn thiền siêu thế. Thiền này được kể như sự thành tựu tịnh chỉ của vị ấy.

CÁC NHIỆM VỤ CỦA THIỀN (*JHĀNA*)

Đối với một hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ (chỉ thừa), việc chứng thiền hoàn thành hai nhiệm vụ. Thứ nhất, nó tạo một căn bản cho sự thanh tịnh tâm và nội lực tự chủ cần thiết để đảm nhận công việc minh sát quán; và thứ hai, nó dùng như một đối tượng khảo sát cho minh quán để phân biệt tam tướng vô thường, khổ, vô ngã. Thiền (*jhāna*) hoàn tất nhiệm vụ thứ nhất bằng cách cung cấp một phương tiện hữu hiệu cho việc vượt qua các triền cái. Như chúng ta đã biết, đức Phật tuyên bố năm triền cái là những uế nhiễm của tâm và làm suy yếu trí tuệ, ngăn không cho hành giả thấy thực tánh của các pháp. [18] Muốn cho tuệ khởi lên, tâm trước hết phải được chân chánh định tĩnh, và muốn có chân chánh định tĩnh thì tâm cần phải thoát khỏi các triền cái. Công việc này được hoàn thành nhờ chứng thiền: cận định khiến cho năm triền cái chìm xuống, và sơ thiền cũng như các bậc thiền tiếp theo sẽ đẩy nó càng lúc càng xa hơn. Giải tỏa được năm triền cái tâm sẽ trở nên “*nhu nhuyến, dễ sử dụng, sáng chói, không bề vụn, chơn chánh định tĩnh để đoạn diệt các lậu hoặc.*” [19]

Với khả năng tạo ra định này, thiền (*jhāna*) được gọi là căn bản (*pāda*) cho quán, và bậc thiền đặc biệt nào mà hành giả nhập và xuất trước khi bắt đầu việc tu tập quán của mình thì được gọi là căn bản thiền (*pādakajjhāna*). Minh sát quán không thể được tu tập trong khi còn an trú trong thiền, bởi vì thiền quán đòi hỏi phải có sự thẩm sát và quán chiếu, mà điều này chắc chắn không thể thực hiện được khi tâm còn chìm đắm trong an chỉ nhất tâm. Nhưng sau khi xuất khỏi thiền, tâm được giải tỏa khỏi các triền cái, sự tĩnh lặng và trong sáng của nó lúc ấy sẽ giúp cho việc minh quán chính xác, thẩm thấu hơn.

Các bậc thiền cũng đi vào pháp hành của hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ (*samathayānika*) bằng khả năng thứ nhì của nó, đó là, như các đối tượng cho minh quán thẩm sát. Việc tu tập quán chủ yếu tập trung vào sự khảo sát các hiện tượng thân và tâm hay Danh - Sắc để khám phá những đặc tính vô thường, khổ, vô ngã của chúng. Các bậc thiền mà hành giả đã đắc và xuất khỏi sẽ cung cấp cho vị ấy

một đối tượng sẵn sàng để sử dụng và đối tượng ấy cũng rõ ràng hơn cho việc khám phá tam tướng. Sau khi xuất khỏi một bậc thiền nào đó, hành giả sẽ tiến hành khảo sát tâm thiền ấy, phân tích thành những phần tử của nó, xác định chúng theo tính chất chuẩn xác đặc biệt của chúng và phân tích cách chúng hiển thị tam tướng. Tiến trình này được gọi là thẩm sát trí (*sammasananñāna*), và bậc thiền được dùng để thẩm sát này được định danh là *sammasitajjhāna* – thẩm sát thiền. Mặc dù căn bản thiền và thẩm sát thiền luôn luôn là như nhau, song hai thứ không nhất thiết trùng khớp nhau. Một hành giả không thể tu tập thẩm sát trên một bậc thiền cao hơn khả năng chứng đắc của họ, nhưng nếu hành giả ấy sử dụng một bậc thiền cao hơn làm căn bản thiền (*pāda-kajjhāna*) của mình thì vẫn có thể tu tập thẩm sát quán trên một bậc thiền thấp hơn mà trước đây họ đã đắc và thuần thục. Tính chất khác nhau giữa căn bản thiền và thẩm sát thiền đã được thừa nhận này dẫn đến những thuyết trái ngược nhau về định siêu thế của thánh đạo, như chúng ta sẽ thấy dưới đây (xem phần phân tích trang 340 - 341 ở dưới).

Trong khi trình tự tu tập mà vị hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ đảm nhận không có vấn đề gì phải bàn lại, thì cái khó dường như lại nảy sinh đối với phương pháp tu tập của vị hành giả theo quán thừa. Cái khó ấy nằm ở chỗ làm sao giải thích loại định mà vị hành giả này dùng để cung cấp một căn bản cho quán. Chúng ta biết định là nhân cần thiết để thấy và biết các pháp như chúng thực sự là, nếu không có cận định hoặc an chỉ định, vị ấy có thể dùng loại định nào? Giải pháp cho vấn đề này được tìm thấy trong loại định khác với cận định và an chỉ định thuộc cỗ xe tịnh chỉ. Loại nhất tâm này được gọi là “sát na định” (*khaṇika samādhi*). Mặc dù tên gọi của nó là vậy, sát na định vẫn không biểu thị cho một sát na định riêng lẻ nào giữa cái dòng trôi chảy của những tư duy tán loạn ấy. Đúng hơn nó biểu thị một loại định năng động trôi chảy từ đối tượng này đến đối tượng khác trong cái dòng hằng chuyển của các hiện tượng, chỉ giữ một cường độ nhất tâm và tự chủ đều đặn đủ để thanh tịnh tâm khỏi các triền cái. Sát na định khởi lên nơi vị hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ cùng lúc với việc đắc tuệ giác sau giai đoạn thiền (*post-jhānic*) của vị ấy, nhưng đối với vị theo cỗ xe quán thừa, sát na định này phát triển một cách tự nhiên và tự động trong quá trình minh sát quán của vị này, trừ phi (vị ấy) phải gắn tâm trên một đối tượng đặc biệt nào đó. Như vậy, vị theo cỗ xe minh quán không hoàn toàn bỏ định ra khỏi trình tự tu tập của mình, mà chỉ phát triển nó theo cách khác với vị theo cỗ xe tịnh chỉ mà thôi. Bỏ qua các bậc thiền, vị này trực tiếp đi vào quán chiếu năm uẩn và do việc quán sát chúng liên tục từ sát na này sang sát na khác mà có được sát na định như một lực bổ sung cho sự thẩm sát của vị ấy. Sát na định này hoàn thành nhiệm vụ giống như căn bản thiền của cỗ xe tịnh chỉ, nghĩa là nó cung cấp nền tảng tâm trong sáng cần thiết cho tuệ giác phát khởi.

Tầm quan trọng của sát na định trong cỗ xe minh quán đã được các bản chú giải và phụ chú giải thuộc văn học cổ điển truyền thống Thượng Tọa Bộ xác nhận. Chẳng hạn như trong Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhimagga*), phần luận về pháp niệm hơi thở, tuyên bố rằng: “Vào lúc thực sự minh quán, sự nhất tâm trong một sát na khởi lên do thâm nhập vào những đặc tính (vô thường, khổ, vô ngã).”^[20] chú giải của bộ luận này, *Paramatthanāñjūsa*, định nghĩa đoạn “sự nhất tâm trong một sát na”

(*khanikacittakaggata*) như là sự định tâm chỉ kéo dài trong một sát na, và tuyên bố: “*Cũng vì lý do đó, khi sự nhất tâm trong một sát na này khởi lên không gián đoạn trên đối tượng của nó theo cách không bị phá vỡ đối nghịch đánh bại, nó sẽ gắn chặt tâm không lay động như đang ở trong an chỉ định.*”^[21] Cũng tác phẩm này còn có một số tham khảo khác về sát na định. Góp ý về những nhận xét của luận sư Buddhaghosa cho rằng con đường thanh tịnh đôi khi được (đức Phật) dạy là bằng một mình tuệ quán, bộ *Mahā Tikā* vạch rõ rằng lời nhận xét này không hàm ý loại trừ tất cả các loại định mà chỉ muốn nói tới “các định rõ rệt” như cận định và an chỉ định. Vì thế không nên hiểu rằng không có định trong trường hợp của vị hành giả theo quán thừa, “*vì không có tuệ quán nào xảy ra mà không có sát na định*”^[22] Ở đây, sát na định là loại định phù hợp với một người mà cỗ xe của họ là minh quán.

...Không thể có định siêu thế và tuệ siêu thế mà trước đó không có định và tuệ hiệp thế; vì (nếu) không có cận định và an chỉ định nơi một vị mà cỗ xe của họ là tịnh chỉ, hoặc không có sát na định nơi một vị mà cỗ xe của họ là minh quán, và không có Tam giải thoát môn (Gateways to Liberation)..., đạo lộ siêu thế, trong cả hai trường hợp, chẳng thể nào được đạt đến.^[23]

Chú giải Trung Bộ kinh, trong một đoạn đã được trích dẫn đầy đủ ở trang 268 trên, nói rằng: “Một người, với minh sát, quán năm thủ uẩn kể như vô thường, khổ, vô ngã mà trước đó không tạo ra các loại tịnh chỉ như đã nói.” Phụ chú giải của bộ chú giải này làm sáng tỏ lời tuyên bố trên bằng cách giải thích: “Sự giới hạn ‘không có tịnh chỉ’ ở đây hàm ý loại trừ cận định, chứ không phải sát na định, vì không thể có tuệ quán mà không có sát na định.”^[24]

Trái với định thuộc các bậc thiên, sát na định là một loại nhất tâm di động tập trung vào sự tương tục không gián đoạn của tâm nhằm ghi nhận chuỗi nối tiếp của các đối tượng đang trôi chảy như thể gắn chặt nó vào an chỉ định, đồng thời cô lập các triền cái vào một chỗ và tăng cường sức mạnh của thanh tịnh tâm. Vì lý do này, sát na định có thể được hiểu như ngậm kẻ trong cận định theo những định nghĩa tiêu chuẩn về sự thanh tịnh tâm như đã kể ở cận định và an chỉ định.

THÁT THANH TỊNH

Đạo lộ giải thoát, thường được trình bày dưới dạng tam học – Giới, Định, Tuệ – đôi khi còn được chia thành bảy giai đoạn gọi là Thất thanh tịnh (*Satta-visuddhi*). Căn bản kinh cho hệ thống này là Bảy trạm xe (*Rathavināta Sutta*, bài kinh số 24 trong Trung Bộ) và bộ Vô ngại giải đạo (*Patisambhidāmagga*). Lối sắp xếp có hệ thống của bài kinh khẳng định tính chất đặc thù trong truyền thống chú giải Thượng Tọa Bộ vì nó hình thành cấu trúc cho bộ Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi-magga*). Chính vì vậy mà nó được đặt lên hàng đầu trong mọi cuộc luận bàn về các giai đoạn thiên Phật giáo.

Theo lối sắp xếp này, để đạt đến sự giải thoát viên mãn, người hành thiền phải trải qua bảy loại thanh tịnh. Đó là: Giới thanh tịnh, Tâm thanh tịnh, Kiến thanh tịnh, Đoạn Nghi thanh tịnh, Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh, Đạo hành tri Kiến thanh tịnh và tri kiến thanh tịnh. [25] Trong khi đó, bộ Vi Diệu Pháp yếu nghĩa (*Abhidhammatthasangaha*) nhìn nhận các pháp thanh tịnh khác chủ yếu nhằm vào sự phát triển trí tuệ, đó là Tam tướng, Tam pháp quán, mười loại Tuệ minh sát, Tam giải thoát, Tam giải thoát môn. [26] Tuy nhiên vì các pháp này đều nằm trong phạm vi của Thất thanh tịnh nên chúng ta có thể lấy Thất thanh tịnh này làm căn bản cho việc luận bàn và sẽ đề cập đến các pháp khác khi thấy có liên quan.

1. Giới thanh tịnh

Giới thanh tịnh đồng nghĩa với Tăng thượng giới học (*Adhisīlasikkha*), chú trọng đến bốn thanh tịnh giới đã đề cập ở trên, đó là, Phòng hộ theo giới bổn Ba-la-đề-mộc-xoa (*Pātimokkha*, Biệt biệt giải thoát giới), Phòng hộ các căn, Thanh tịnh sinh mạng, Giới quán tưởng tứ vật dụng. [27] Đây là nền tảng cho sự phát triển tuệ quán có giá trị như sự tu tập tịnh chỉ.

2. Tâm thanh tịnh

Tâm thanh tịnh đồng với tu tập định hoặc Tăng thượng tâm học (*Adhicittasikkhā*). Nó được định nghĩa như tám định chứng cùng với cận định. Vị hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ hoàn tất thanh tịnh tâm bằng việc thành tựu cận định hoặc an chỉ định trong một hoặc vài bậc thiền, nhờ đó đè nén các triền cái. Hành giả theo quán thừa, như chúng ta đã thấy, thành tựu sự thanh tịnh tâm này nhờ sát na định, và khi nó vượt qua các triền cái thì có thể được xếp vào cận định.

3. Kiến thanh tịnh

Năm thanh tịnh còn lại thuộc về giai đoạn tu tập tuệ. Bốn thanh tịnh đầu thuộc phần hiệp thể của đạo lộ (giải thoát), tức tuệ minh sát, thanh tịnh cuối thuộc phần siêu thể, hay thánh đạo tuệ (*Magga nñāṇa*).

Kiến thanh tịnh nhằm vào việc có được một cái nhìn đúng về bản chất của hiện hữu. Bởi chính sự chấp giữ sai lầm vào cuộc sống đã kết tinh thành ngã kiến, từ đó trói chặt con người vào vòng luân hồi không thoát ra được. Muốn đạt đến sự giải thoát, tà kiến này phải được làm cho tan biến. Phương tiện để giải thể tà kiến này là kiến tịnh hay cái nhìn trong sáng thấu triệt cái gọi là cá thể này chỉ là một hợp thể gồm các hiện tượng vô thường, không có bất kỳ một cốt lõi thực thể hoặc một bản ngã nào bên trong nó cả. Để thành tựu kiến tịnh, hành giả phải chú tâm vào các hiện tượng này, xác định chúng dưới dạng các đặc tính (vô thường, khổ, vô ngã), rồi dùng tri kiến ấy để loại trừ tà kiến về một cái tôi hữu ngã.

Hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ và hành giả theo cỗ xe minh quán sẽ tiếp cận kiến tịnh này từ những góc độ khác nhau, mặc dù kết quả cuối cùng cả hai đều như nhau.

Chỉ thừa hành giả, sau khi xuất khỏi một bậc thiền sắc hay vô sắc nào đó, ngoại trừ Phi tướng phi phi tướng xứ (vì quá vi tế), sẽ phân biệt các thiền chi và các pháp đồng sanh của bậc thiền ấy trong ánh sáng của các đặc tính, nhiệm vụ, sự thể hiện và nhân gần của chúng. Kế đến, hành giả xác định các pháp này là “danh pháp” (*nāma*). Xong, hành giả phân biệt thân là chỗ dựa cho những danh pháp này, sắc trái tim (*hadayarūpa*), cũng như các loại sắc pháp thuộc tứ đại và do tứ đại sanh còn lại. Những sắc này hành giả gộp chung lại dưới đề mục “sắc” (*rūpa*). Hành giả nhận thức hữu tình chúng sanh là một hợp thể gồm **danh** – **sắc**, không có một tự ngã hay cái ngã thống trị nào nằm bên trong hay đằng sau nó là như vậy.

Quán thừa hành giả bắt đầu việc tịnh hóa kiến của mình bằng cách phân tích thân này thành tứ đại – đất, nước, lửa và gió. Sau khi xác định những đại chủng này theo các đặc tính của chúng, hành giả lập lại phương thức đó với các hiện tượng thuộc về vật chất khác, xác định tất cả đều là sắc pháp. Kế tiếp hành giả chuyển sang các trạng thái tâm và tâm sở của chúng, xác định và gom chúng lại dưới đề mục “danh pháp”. Như vậy, giống như chỉ thừa hành giả, cuối cùng quán thừa hành giả cũng đạt đến chỗ thấu triệt hữu tình chúng sanh chỉ là một tập hợp của các hiện tượng tâm - vật lí hay danh – sắc tương hỗ lẫn nhau, ngoài chúng ra không có một thực thể riêng biệt nào để có thể xác nhận là một “tự ngã”, một “cá thể” hoặc “một người”.

Trong tiến trình phân tích, hành giả có thể dùng ngũ uẩn, mười hai xứ (sáu căn và sáu trần), mười tám giới (sáu căn, sáu trần, sáu thức), hoặc bất kỳ một cách phân loại nào khác làm căn bản. Cuối cùng tất cả đều được xác định dưới dạng **danh** – **sắc**, đưa đến sự loại trừ tà kiến về một cái tôi đồng ngã thể (a self – identical ego).

4. Đoạn nghi thanh tịnh

Khi hành giả đã đoạn trừ được tà kiến về một tự ngã bằng việc nhận thức rõ hữu tình chúng sanh này chẳng qua chỉ là sự cấu hợp của các hiện tượng thân – tâm, kế tiếp, hành giả bắt đầu việc đoạn trừ hoài nghi đối với hợp thể này bằng cách truy tầm các nhân và duyên sanh ra **danh** - **sắc** hay thân – tâm. Hành giả hiểu rằng hợp thể thân – tâm này không phải là vô nhân, cũng không phải do một nhân riêng lẻ nào tạo ra mà chúng sanh khởi do nhiều nhân và duyên. Trước tiên, hành giả truy tầm nhân duyên sanh ra thân và khám phá ra rằng thân này hiện hữu là do bốn nhân vận hành từ trong quá khứ, đó là vô minh, ái, thủ, nghiệp, và được duy trì trong hiện tại nhờ thức ăn. Sau đó chuyển sang tâm, hành giả thấy được rằng mọi hiện tượng tâm lý có mặt đều tùy thuộc vào các duyên, như các căn, trần và các tâm sở đồng sanh, cũng như do những phiền não và nghiệp đã tích lũy trong quá khứ.

Khi hành giả thấy rõ được sự khởi lên của thân tâm trong hiện tại là do các nhân và duyên, hành giả cũng nghiệm ra rằng, cũng nguyên tắc này sẽ áp dụng cho sự khởi lên của nó trong quá khứ và đã áp dụng cho sự khởi lên của nó trong tương lai.

Bằng cách này hành giả đoạn trừ mọi hoài nghi và ngờ vực đối với duyên sanh của thân và tâm trong ba thời quá khứ, hiện tại và vị lai.

Nhờ phân biệt căn bản duyên sanh của hợp thể **danh - sắc** (thân – tâm) như trên, hành giả đi đến chỗ thấy rõ cuộc đời này chỉ là một chuỗi gồm những tiến trình tác nghiệp năng động và những tiến trình thọ quả bị động. Các uẩn khởi lên ở quá khứ đã diệt ngay sau khi sanh nhưng lại làm duyên cho sự khởi lên của các uẩn trong hiện tại. Các uẩn hiện đang khởi cũng sẽ diệt trong hiện tại và làm duyên cho các uẩn khởi sanh trong tương lai. Xuyên qua chuỗi duyên sanh này, không có gì là thường hằng cả. Đó chỉ là sự diễn tiến của các hiện tượng đang tạo tác (nghiệp) và cảm thọ (quả) mà không có một tác nhân nào ngoài các nghiệp hoặc không có một người thọ quả nào ngoài các cảm thọ.

5. Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh

Trước khi thanh tịnh kế tiếp có thể khởi lên, cần phải có một vài bước chuyển tiếp. Thứ nhất, sau khi xua tan mọi hoài nghi bằng duyên khởi trí, hành giả phải làm công việc dưới hình thức minh sát gọi là “thẩm sát theo các nhóm” (*kālapasammasana*). Sự thẩm sát này đòi hỏi phải tập hợp các hiện tượng (pháp) vào những phạm trù rõ rệt và gán cho chúng ba đặc tánh (vô thường, khổ, vô ngã). Như vậy, hành giả quán tất cả sắc, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường; tất cả là khổ, tất cả là vô ngã – mỗi nhóm làm một sự thẩm sát riêng biệt. [28] Không phải chỉ đối với năm uẩn thôi mà hành giả còn có thể áp dụng phương pháp thẩm sát này vào các phạm trù khác tạo thành những thành phần của kinh nghiệm – sáu căn, sáu trần, sáu thức, sáu xúc, sáu thọ, sáu tưởng, sáu tư, mười hai xứ, mười tám giới, v.v... Bốn thiên sắc giới, bốn Phạm trú (*Brahmavihāra*) và bốn thiên chứng vô sắc cũng được kể vào đó. Vì lẽ kinh thường khuyên một hành giả mới bắt đầu tu tập thẩm sát nên quán những pháp nào được xem là dễ phân biệt nhất đối với vị ấy, do đó, hành giả theo cỗ xe tịnh chỉ sẽ chọn một bậc thiên mà hành giả đã đắc và làm chủ được để làm đối tượng cho sự thẩm sát của mình. Bậc thiên khi ấy sẽ trở thành thẩm sát thiên (*sammasitajjhāna*) như chúng ta đã giải thích ở trên.

Dù chọn đối tượng nào làm đề mục cho sự thẩm sát, hành giả cũng phải hiểu chính xác cách chúng thể hiện tam tướng. Trước tiên, tất cả các pháp hữu vi là vô thường theo nghĩa chúng phải chịu sự hoại diệt. Không có gì đi vào hiện hữu lại có thể trường tồn, cái gì có sanh cuối cùng phải có diệt. Thứ hai chúng là khổ theo nghĩa đáng sợ hãi (*bhayaṭṭhena*). Bởi lẽ tất cả các pháp hữu vi đều vô thường nên chúng không thể tạo ra một sự vừa lòng hoặc an ổn dài lâu, nhưng khi bám vào đó với thái độ chấp thủ thì nó trở thành cội nguồn của khổ và được xem như nguy hại và đáng kinh sợ. Và thứ ba, các pháp là vô ngã theo nghĩa không có cốt lõi (*asāraṭṭhena*). Các pháp hữu vi, do các duyên hợp thành, không có một cốt lõi bên trong nào để có thể được diễn đạt như một tự ngã, một tác nhân hay một chủ thể, và vì vậy mà gọi là rỗng không cốt lõi. [29]

Khi hành giả thành công trong việc thẩm sát các nhóm khác nhau như vậy dưới dạng tam tướng, hành giả có được tuệ thẩm sát (tam tướng) – *samma-sananñāna*. Tuệ này đánh dấu sự khởi đầu thực sự của minh sát tuệ. Theo Vi Diệu Pháp yếu nghĩa, thẩm sát trí hay thẩm sát tuệ là tuệ đầu tiên trong mười loại minh sát tuệ mà một hành giả theo cỗ xe minh quán phải trải qua. [30]

Từ thẩm sát trí, hành giả chuyển sang trí quán sự sanh và diệt (*udayabbayanupassanāññāna*). Trí này, định nghĩa đơn giản là “tuệ quán trạng thái thay đổi của các pháp hiện tại” [31], được đạt đến nhờ quán năm uẩn hiện hữu trong hiện tại tiêu biểu bằng sự sanh và diệt. Nếu quán tóm tắt, trí này khởi lên do thấy sự sanh của các uẩn trong đặc tính sanh, hiện hữu hay khởi lên của chúng, và sự diệt của các uẩn trong đặc tính biến dịch, hoại diệt hoặc phân tán của chúng. Nếu quán chi tiết hơn, nó đòi hỏi phải nhận thức được sự sanh của mỗi uẩn qua các duyên đặc biệt của nó và sự diệt của mỗi uẩn qua sự diệt của các duyên này. Tập trung sâu hơn vào tiến trình hiện tại, hành giả nhận ra rằng các pháp hiện tại, đang không thành có, và có rồi liền mất. Các hành xuất hiện đối với hành giả cực kỳ nhanh chóng, chúng sanh và diệt với tốc độ không sao tưởng nổi và đổi mới không ngừng.

Khi có được sanh diệt tuệ giai đoạn đầu này, hành giả đã đạt đến minh sát trí còn yếu (*taruna-vipassanā*). Ở giai đoạn này, mười kinh nghiệm chưa từng xảy ra trước đây rất có thể sẽ phát sanh nơi hành giả do kết quả của việc thực hành thành công. Bởi vì những kinh nghiệm này có thể làm chướng ngại cho tiến bộ của hành giả nên chúng được gọi là mười tùy phiền não của minh sát (*vipassanūpakkilesa*). Mười tùy phiền não đó là hào quang, trí, hỷ, an tịnh, lạc, quyết tâm, tinh tấn, niệm, xả và dục cầu. [32] Nếu không thận trọng, hành giả có thể hiểu lầm những hiện tượng này và nghĩ rằng mình đã đạt đến một trong những giai đoạn giác ngộ. Do đó các hành giả sơ cơ được khuyên là không nên tự để cho mình bị những hiện tượng này làm trở ngại mà phải nhận thức rõ vì lý do gì chúng có mặt. Thực ra những sản phẩm phụ của minh sát này chỉ có thể trở thành chướng ngại nếu dính mắc vào nó một cách sai lầm mà thôi. Người hành thiền có kinh nghiệm sẽ quán chúng như các pháp hữu vi khác, phải chịu vô thường, khổ và vô ngã. Hành giả phân biệt chánh đạo với phi đạo, nhận ra rằng mười trạng thái này đều không phải là đạo; chỉ khi minh sát trí thoát khỏi những cấu uế này mới là đạo. Trí được an lập nơi hành giả nhờ biết phân biệt như vậy là Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh.

6. Đạo hành tri kiến thanh tịnh.

Sau khi đã loại bỏ được sự chấp thủ đối với mười cấu uế hay tùy phiền não của minh sát và phân biệt chính xác chánh đạo với phi đạo, hành giả lúc này bắt đầu đi vào một chuỗi các tuệ minh sát đưa vị ấy qua các cấp độ tuệ càng lúc càng thâm sâu hơn cho đến ngưỡng cửa siêu thế đạo. Chuỗi tuệ minh sát này có chín và bắt đầu với “sanh diệt tuệ giai đoạn thành thực” và cuối cùng là “thuận thứ tuệ”, đỉnh cao của tuệ hiệp thế. Cùng với thẩm sát tuệ (*sammasananñāna*) đã được hoàn

thành trước đó, chín tuệ minh sát này hoàn tất mười loại tuệ minh sát đã nói đến trong Vi Diệu Pháp yếu nghĩa.

- Trí quán sự sanh diệt (*Udayabbayānupas-saṇāññāṇa*).

Sau khi phân biệt rõ chánh đạo với phi đạo, hành giả bắt đầu việc quán sự sanh diệt trở lại. Mặc dù trước đó hành giả đã phần nào trau dồi được trí này, song việc quán của hành giả bị những cấu uế của minh sát làm cho tê liệt và không thể quán sát rõ tam tướng. Giờ đây, khi những cấu uế ấy đã bị loại trừ, việc quán trở nên cực kỳ nhạy bén, khiến tam tướng nổi bật lên thật rõ nét. Do tác ý đến sự sanh và diệt của các “hành”, hành giả thấy được dấu ấn của vô thường, tức thấy các hành thay đổi liên tục trong từng sát na, được tạo ra và chấm dứt với một vận tốc không thể quan niệm nổi. Khi đặc tính vô thường này càng trở nên rõ nét hơn thì khổ bắt đầu khởi lên trong hình thức cơ bản của nó như là sự bức bách liên tục của sanh diệt. Kế tiếp hành giả hiểu ra rằng bất cứ cái gì thay đổi và gây ra khổ đau thì không dễ gì làm chủ, vì vậy không thể xem đó như một tự ngã hay những sở hữu của một tự ngã. Điều này đưa đến sự tuệ tri dấu ấn của vô ngã. Sau khi đã khám phá tam tướng, hành giả thấy rằng cái gọi là chúng sanh này chẳng qua chỉ là một sự trở thành, một dòng trôi chảy của những sự kiện phù du, đau khổ và phi ngã tính không tồn tại giống nhau trong hai khoảnh khắc (sát na) liên tiếp.

- Trí quán sự hoại diệt (*Bhaṅgānupassanā-ññāṇa*).

Khi hành giả kiên trì trong công việc quán sự sanh diệt như vậy, chẳng bao lâu hành giả sẽ nhận ra rằng các pháp hữu vi (hay các hành) phải trải qua ba giai đoạn trở thành, đó là sanh (*uppāda*), trú (*thiti*) và diệt (*bhanga*). Khi hành giả đã phân biệt rõ ba giai đoạn này, hành giả không còn chú niệm vào giai đoạn sanh hay hiện hữu của chúng nữa, mà tập trung độc nhất vào giai đoạn cuối cùng – tức sự diệt, sự phân tán, hay chấm dứt trong từng sát na của chúng. Lúc đó, hành giả mới nhận ra các hành luôn luôn bị tan hoại như thế nào, “như đồ gốm mong manh bị đập bể, như bụi bặm bị (gió) xua tan, như những hạt mè bị rang chín.” [33] Áp dụng thắng trí về sự hoại diệt trong hiện tại này vào các hành ở quá khứ và vị lai, hành giả rút ra kết luận rằng các hành quá khứ đã hoại diệt và các hành vị lai cũng sẽ hoại diệt như vậy mà thôi. Bởi vì sự hoại diệt là cực điểm của vô thường, là phương diện nổi bật nhất của khổ, và là sự phủ nhận mạnh mẽ nhất của ngã tính, ở đây ba dấu ấn lộ ra rõ ràng hơn bao giờ hết. Tất cả các hành (pháp hữu vi) hiển hiện tam tướng vô thường, khổ, vô ngã như vậy đối với việc quán. Với tuệ quán thấy các hành tan hoại liên tục không ngừng trong một khoảnh khắc nào cả, và tiến trình của sự hoại diệt trong từng sát na không ngừng nghỉ này thống trị cả ba thời – quá khứ, hiện tại, vị lai – hành giả đạt đến “trí quán sự hoại diệt” hay “hoại diệt tuệ”.

- Trí quán các tướng là đáng kinh sợ (*Bhaya-tūpaṭṭhānanññāṇa*) hay Kinh úy tuệ.

Khi hành giả tiếp tục trau dồi tuệ quán vào khía cạnh diệt, tan hoại và suy sụp của các hành và thấy rằng:

Các hành được xếp theo các loại hữu, sanh, sanh thú, trú xứ của chúng sanh, xuất hiện trước hành giả dưới hình thức của một nỗi kinh hoàng lớn như các loài cạp, beo, sư tử,... xuất hiện trước một người nhát gan muốn sống trong an ổn. [34]

Khi hành giả thấy các hành quá khứ đã diệt như thế nào, các hành hiện tại đang diệt và các hành vị lai sẽ diệt ra sao thì trí quán các tướng là đáng kinh hãi hay kinh Úy Tuệ sẽ khởi lên nơi hành giả do hiểu được rằng những gì sắp diệt thì không thể là chỗ dựa và vì thế mà đáng sợ hãi.

- Trí quán sự nguy hại (*Ādinavānupassanā-nñāṇa*) hay Quá hoạn tuệ.

Xuyên qua trí quán thấy các tướng là đáng kinh sợ, hành giả thấy được rằng không có chỗ che chở, bảo vệ hay nương tựa nơi bất kỳ một sanh hữu nào. Hành giả cũng thấy ra rằng không một hành nào hành giả có thể đặt hy vọng vào, vì tất cả chỉ là sự nguy hại. Khi đó “tam tướng xuất hiện như một hồ than hừng... và các hành xuất hiện như một khối nguy hiểm khổng lồ không có sự thỏa mãn hay thực chất nào cả.” [35] Hành giả phân biệt mỗi nguy hiểm tiềm tàng trong các sanh hữu cũng như người nhát gan thấy mỗi nguy hiểm trong một cánh rừng khả ái với những loài thú dữ ẩn náu. Đây là “trí quán sự nguy hại” hay “Quá hoạn tuệ”.

- Trí quán sự vô dục (*Nibbidānupassanā-nñāṇa*) hay Yếm ly tuệ.

Do thấy mỗi nguy hại trong các vật được cấu thành (pháp hữu vi), hành giả trở nên thản nhiên, không còn tham muốn gì đối với chúng. Hành giả thấy không có gì thích thú trong bất kỳ một cõi hữu nào, mà hoàn toàn xoay lưng lại với chúng. Ngay cả trước khi đạt đến trí này hành giả cũng đã giảm được những tham ái thô, nhưng giờ đây khi thấy sự nguy hiểm trong các hành (do bản chất vô thường đáng kinh hãi và bất ổn của chúng), hành giả có được sự vô dục mạnh mẽ hơn đối với chúng vậy thôi. Cũng nên nhớ rằng theo bộ Vô ngại giải đạo (*Paṭisambhidāmagga*), ba tuệ minh sát – Kinh úy tuệ, Quá hoạn tuệ và Yếm ly tuệ – tiêu biểu cho các giai đoạn của một loại minh sát trí thâm sát đối tượng của nó theo ba cách khác nhau mà thôi. [36]

- Trí ước muốn giải thoát (*Munñcitukamyatānñāṇa*) hay Dục thoát tuệ.

Khi hành giả trở nên vô dục hay nhàm chán đối với các hành trong tất cả mọi sanh hữu (31 cõi trong tam giới) thì tâm không còn dính mắc vào chúng nữa. Khi ấy, ước muốn từ bỏ các hành, ước muốn giải thoát khỏi tam giới khởi lên nơi hành giả. Trí khởi sanh cùng với ước muốn này là Dục thoát trí hay Dục thoát tuệ.

- Trí quán sự giản trạch (*Sanñkhārupekkhā-nñāṇa*) hay Xả hành tuệ.

Để việc tuệ tri vô ngã được sâu thêm hành giả quán tánh không (*sunññatā*) bằng nhiều cách khác nhau. Hành giả thấy ra rằng các pháp hữu vi đều rỗng không tự ngã hay không có bất cứ điều gì thuộc về tự ngã, rằng không có gì có thể được xem như một cái “tôi” hay sở hữu của một cái “tôi”, xem như một “người khác” hay như sở hữu của một “người khác”. Tuệ tri tính vô ngã trong các hành như vậy, hành giả loại trừ được tâm kinh sợ lẫn tham ái đối với các hành và phát triển ý thức xả ly đối với chúng. Cùng với sự khởi lên của trí này tâm hành giả sẽ rút lại, co vào và dội ngược khỏi tất cả các cõi hữu, không còn giao du với chúng nữa “cũng như lông gà hay sợi gân bị ném vào lửa sẽ rút lại, co vào, và dội ngược chứ không bung ra.” [37] Ở giai đoạn này, nếu hành giả thấy Niết bàn, hành giả sẽ khước từ các hành và kiên quyết bám lấy Niết bàn. Nhưng nếu không thấy Niết bàn hành giả sẽ tiếp tục ở lại với trí xả hành cho đến khi việc quán có được sự thuần thực hơn.

Khi trí xả hành này chín mùi và việc chuyển sang đạo lộ siêu thế sắp xảy ra, tuệ giác sẽ ổn định vào một trong ba tùy quán – vô thường, khổ hoặc vô ngã, điều này được quyết định bởi khuynh hướng của hành giả. Những tùy quán này, ở tột đỉnh của tuệ giác được gọi là ba cửa ngõ đi vào giải thoát hay tam giải thoát môn (*tini vimokkhamkhāni*), bởi vì chúng dẫn thẳng đến kinh nghiệm giải thoát thuộc thánh đạo. Vô thường tùy quán trở thành cửa ngõ đi vào vô tướng giải thoát (*animitta vimokkha*) vì nó hướng tâm đến Niết bàn như vô tướng giới (*signless element*); khổ tùy quán trở thành cửa ngõ đi vào vô nguyện giải thoát (*appanīhitavimokkha*) vì nó hướng tâm đến Niết bàn như vô nguyện giới (*desireless element*); và vô ngã tùy quán trở thành cửa ngõ đi vào không tánh giải thoát (*sunññatavimokkha*) vì nó hướng tâm đến Niết bàn như không giới (*void element*).

Sự giải thoát mà các tùy quán này làm cửa ngõ là siêu thế đạo. Mặc dù đạo lộ, về bản chất chỉ là một, nhưng có ba tên gọi tùy theo phương diện của Niết bàn nó tập trung vào, như luận sư *Buddhaghosa* giải thích:

Và ở đây, vô tướng giải thoát cần phải hiểu như là thánh đạo đã khởi lên do lấy Niết bàn làm đối tượng qua phương diện vô tướng. Đạo lộ đó là vô tướng do vô tướng giới đã khởi sanh, và đây chính là sự giải thoát do thoát khỏi mọi phiền não. Cũng vậy, đạo lộ khởi lên do lấy Niết bàn làm đối tượng qua phương diện vô nguyện thì gọi là vô nguyện. Và đạo lộ khởi lên do lấy Niết bàn làm đối tượng qua phương diện không thì gọi là không tánh. [38]

Yếu tố quyết định việc sẽ nhập vào “cửa ngõ” nào và sẽ đắc loại giải thoát nào tùy thuộc vào căn [39] nổi bật hơn hết trong ngũ căn tinh thần của hành giả. Hành giả với tín căn (*saddhā*) mạnh có khuynh hướng ổn định tâm trong vô thường tùy quán; hành giả với định căn mạnh (*samādhi*) có khuynh hướng ổn định tâm trong khổ tùy quán; và hành giả có tuệ căn mạnh có khuynh hướng ổn định tâm trong vô ngã tùy quán. Từ đó, mỗi vị đạt đến đạo lộ giải thoát tương ứng với pháp quán đặc biệt của mình. Như đã được nói đến trong Vô Ngại Giải Đạo:

Khi một vị có quyết tâm lớn (tín mạnh) tác ý các hành là vô thường, vị ấy đắc vô tướng giải thoát. Khi một vị có tịnh chỉ lớn (định mạnh) tác ý các hành là khổ, vị ấy đắc vô nguyện giải thoát. Khi một vị có tuệ căn lớn tác ý các hành là vô ngã, vị ấy đắc không tánh giải thoát.^[40]

Minh sát trí nào khi đã đạt đến tột đỉnh của nó và sắp dẫn vào đạo lộ siêu thế cũng được biết đến bằng một tên khác là “tuệ giác đưa đến sự xuất khởi hay xuất ly” (*vuṭṭhānagāmini*). Tên gọi này bao trùm ba loại trí, đó là trí xả hành đã hoàn toàn thành thực và hai trí tiếp theo sau nó là trí thuận thứ (*anuloma nñāṇa*) và trí chuyển tộc (*gotrabhū nñāṇa*). Từ xuất khởi (*vuṭṭhāna*)^[41] biểu thị cho đạo lộ siêu thế, sở dĩ được gọi như vậy là vì bên ngoài nó vượt lên khỏi các hành để thể nhập Niết bàn và bên trong nó vượt lên khỏi các phiền não cũng như các điều kiện làm ô nhiễm tâm để đến một trạng thái hoàn toàn thanh tịnh. Bởi lẽ ba loại trí hiệp thể sau cùng này dẫn trực tiếp vào đạo lộ cho nên chúng được gọi chung là tuệ giác đưa đến sự xuất khởi.

- Trí thuận thứ (*anuloma nñāṇa*) hay Thuận thứ tuệ.

Khi hành giả trau dồi tâm xả đối với các hành thì các căn của hành giả sẽ trở nên mạnh hơn và sắc bén hơn. Rồi một lúc nào đó, sự nhận thức chợt lóe lên trong tâm trí hành giả rằng đạo lộ sắp khởi lên. Một tiến trình tâm thuộc xả trí phát sanh để thẩm sát các hành qua một trong tam tướng, hoặc vô thường, hoặc khổ hay vô ngã. Tâm lúc ấy chìm vào dòng hữu phần. Tiếp sau hữu phần, ý môn hướng tâm khởi lên trong dòng tâm thức thẩm sát các hành như vô thường, khổ hoặc vô ngã, phù hợp với tiến trình của xả trí trước đó. Liên sau ý môn hướng tâm, hai hoặc ba sát na tốc hành khởi lên lấy các hành làm đối tượng dưới dạng một trong tam tướng như trước. Ba tốc hành tâm đó nếu kể riêng là “chuẩn bị” (*parikamma*), “cận hành” (*upacāra*), và “thuận thứ” (*anuloma*), nhưng thường thì chúng được gộp lại dưới tên chung là “thuận thứ”. Đối với một hành giả lợi căn (có trí tuệ sắc bén), sát na tâm làm việc chuẩn bị được thông qua và chỉ có hai sát na cận hành và thuận thứ khởi lên mà thôi. Sở dĩ trí này được gọi là trí thuận thứ là vì nó thuận theo những phận sự (thấy rõ) sự thực trong tám loại minh sát trí trước nó và thuận theo ba mươi bảy pháp trợ giác ngộ sau đó. Nó là sát na cuối cùng của minh sát trí trước khi đột ngột chuyển sang siêu thế đạo.

7. Tri kiến thanh tịnh.

- Chuyển tộc.

Tri kiến thanh tịnh, thanh tịnh cuối cùng trong Thất tịnh, bao gồm trí thuộc bốn siêu thế đạo – Nhập lưu thánh đạo, Nhất lai thánh đạo, Bất lai thánh đạo, Alahán thánh đạo. Tuy nhiên, liên sau trí thuận thứ và trước sát na tâm sơ đạo (Nhập lưu thánh đạo), có một sát na gọi là trí chuyển tộc (*gotrabhū nñāṇa*) khởi lên. Trí này có phận sự hướng tâm đến đạo lộ. Vì chiếm một vị trí trung gian nên nó không thuộc “Đạo hành tri kiến thanh tịnh” cũng không thuộc “Tri kiến thanh tịnh”, mà

được xem như bất khả chỉ định. Trí này có tên “chuyển tộc” là vì nhờ đạt đến giai này mà hành giả vượt qua “phàm tộc” (*puthujjhanagotta*) và nhập vào “thánh tộc” (*ariyagotta*). Có thể nói đưa đến một sự chuyển hóa toàn triệt như thế này, trí chuyển tộc rõ ràng là một sát na quan trọng và cốt yếu nhất trong sự phát triển tâm linh.

Ba sát na thuộc về trí thuận thứ – chuẩn bị, cận hành và thuận thứ – xua tan “bóng tối của phiền não” vốn che đậy Tứ thánh đế. Mỗi (sát na) trong ba sát na ấy quét sạch một mức độ si mê, cho phép chân lý (Tứ đế) càng lúc càng trở nên hiển lộ hơn. Tuy nhiên, mặc dù trí thuận thứ xua tan bóng tối si mê che đậy chân lý, nó vẫn không thể thâm nhập vào đó. Vì muốn thể nhập chân lý (Thánh đế), cần phải chứng đắc Niết bàn kể như đối tượng. Trí chuyển tộc, khởi lên ngay sau thuận thứ, là trạng thái tâm đầu tiên lấy Niết bàn làm đối tượng cho nó. Trí chuyển tộc cũng còn là sự tác ý hay chú ý trước tiên đến Niết bàn và là vô gián duyên (*anantara*), đẳng vô gián duyên (*samanantara*) và thân y duyên (*upanissaya*) cho sự khởi lên của sơ đạo (Tu-đà-hoàn đạo).

- Sơ đạo và sơ quả.

Trí chuyển tộc thấy được Niết bàn nhưng không thể thủ tiêu các phiền não. Sự hủy diệt các phiền não là công việc của bốn siêu thế đạo. Mỗi đạo chứng là một kinh nghiệm chớp nhoáng thấy rõ Niết bàn, tuệ tri Tứ thánh đế và cắt đứt một số phiền não. Sơ đạo, như luận sư *Buddhaghosa* giải thích, khởi lên tiếp liền theo sau trí chuyển tộc:

... Sau khi đưa ra một dấu hiệu, có thể cho là như vậy, (cho biết) đạo sắp xuất hiện, trí chuyển tộc diệt. Và không dừng lại sau khi dấu hiệu đã được trí chuyển tộc đưa ra, sơ đạo nổi lên theo nó trong chuỗi tương tục không gián đoạn và khi đạo xuất hiện nó chọc thủng và làm tiêu tan khối tham, khối sân và khối si mà trước đó chưa từng bị chọc thủng và làm tiêu tan.[\[42\]](#)

Sơ đạo được gọi là Nhập lưu thánh đạo (*Sotāpatimaggā*) bởi vì bậc đạt đến đạo này là đã nhập vào dòng Pháp (*dhammasota*), tức Bát thánh đạo, chắc chắn sẽ đưa vị ấy đến Niết bàn cũng như nước trong sông đứt khoát sẽ được đưa vào đại dương vậy. [\[43\]](#) Khi bước vào sơ đạo này hành giả đã vượt qua mức của một phàm phu và trở thành một bậc thánh, Ariyan, người đã tự mình thấy và hiểu pháp (*Dhamma*).

Khi đạo trí hay đạo tuệ khởi lên, nó phá vỡ khối tham, sân, si, những phiền não gốc thường đẩy chúng sanh từ sanh hữu này đến sanh hữu khác trong vòng luân hồi vô thỉ. Mỗi siêu thế đạo có một nhiệm vụ đặc biệt là tuyệt trừ phiền não. Các phiền não được xếp vào một hệ thống gồm mười kiết sử (*samyojana*), sở dĩ được gọi như vậy là vì chúng đã trói buộc chúng sanh vào vòng sanh tử. Mười kiết sử này đều xuất phát từ ba căn bất thiện – tham, sân, si – và gồm thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ, dục ái, sân, sắc ái, vô sắc ái, ngã mạn, trạo cử, vô minh. [\[44\]](#)

Mười kiết sử lại còn được chia làm hai nhóm. Năm kiết sử đầu được gọi là năm hạ phần kiết sử hay những kiết sử thuộc các cõi thấp (*orambhāgiyāni samyojanāni*) vì chúng trôi chạt chúng sanh vào các cõi dục. Năm kiết sử sau được gọi là năm thượng phần kiết sử (*uddhambhāgiyāni samyojanāni*) bởi vì chúng vẫn còn hiệu lực cho dù trong các cõi sắc giới và vô sắc giới [45]. Một số trong các kiết sử này như là hoài nghi, dục ái, sân hận, và trạo cử được xem là tương đồng với năm triền cái đã được đoạn trừ bằng thiền định (*jhāna*). Tuy nhiên, trong khi các bậc thiền hiệp thế chỉ đè nén chúng chứ không chạm đến được những khuynh hướng tùy miên, thì ngược lại các siêu thế đạo cắt đứt chúng tận gốc rễ. Cùng với sự chứng đắc tứ đạo (Alahán đạo), các kiết sử cuối cùng và vi tế nhất này cũng được tuyệt trừ. Như vậy bậc Alahán, bậc hoàn toàn giải thoát, được mô tả như “bậc đã tuyệt trừ các hữu kiết sử” (*parikkhinabhava samyojāna*) [46].

Nhập lưu thánh đạo tuyệt trừ ba kiết sử đầu là thân kiến, hoài nghi và giới cấm thủ. Thân kiến là kiến chấp cho rằng năm uẩn có thể được xem là đồng nhất với tự ngã, hay có thể được thấy như chứa đựng, bao hàm, hoặc thuộc về một tự ngã [47]. Những hình thức mang tính triết thuyết hơn thuộc kiến chấp này đã được làm cho suy yếu đi bằng minh sát trí hay tuệ quán các đặc tính vô thường, khổ, vô ngã. Nhưng dạng ngu ngàm vi tế chấp chặt các quan kiến này chỉ có thể được tiêu diệt bằng đạo tuệ. Hoài nghi là không tin chắc hay ngờ vực đối với đức Phật, giáo Pháp, chư Tăng và điều học. Nghi được tuyệt trừ khi hành giả tự mình thấy được sự thực của pháp [48]. Giới cấm thủ là niềm tin cho rằng sự giải thoát khỏi khổ chỉ có thể có được bằng việc tuân giữ các lễ nghi và tín điều. Sau khi theo đuổi đạo lộ đến cùng, hành giả hiểu ra rằng Bát Thánh Đạo là con đường độc nhất đưa đến sự đoạn tận khổ đau, và nhờ vậy không thể nào quay trở lại các lễ nghi, tín điều vô bổ kia nữa.

Nhập lưu thánh đạo không những cắt đứt ba kiết sử này mà còn diệt được những tham dục và sân hận nào được xem là có đủ sức mạnh để đưa đến các cõi khổ, tức là đưa đến tái sanh trong bốn đọa xứ là địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và atula [49]. Vì lý do này, bậc Nhập lưu hay bậc thánh Tu-đà-hoàn thoát khỏi một cuộc tái sanh bất hạnh.

Nhập lưu thánh đạo luôn luôn được nối tiếp theo sau bởi một sự kiện khác thuộc kinh nghiệm siêu thế gọi là Nhập lưu thánh quả (*sotāpattiphala*). Quả theo sau đạo một cách tất yếu và tức thời, không có một khe hở nào trong sự nối tiếp này. Tâm quả sanh khởi như kết quả của đạo, có cùng đối tượng Niết bàn và đặc tính siêu thế như tâm đạo. Song, trong khi đạo thực hiện nhiệm vụ tích cực của nó là các đứt các phiền não thì quả chỉ thụ hưởng sự an lạc và hạnh phúc phát sanh từ việc hoàn tất nhiệm vụ của đạo. Lại nữa, trong khi đạo được giới hạn trong một sát na tâm duy nhất thì quả lại kéo dài hai hoặc ba sát na tâm tùy vào căn tánh của hành giả. Trong trường hợp của vị hành giả lợi căn bỏ qua sát na tâm chuẩn bị, tiến trình nhận thức của đạo chỉ gồm hai sát na thuộc thuận thứ trí. Như vậy, lộ trình tâm của vị ấy, liền sau khi đạo khởi lên và diệt, ba sát na tâm quả sẽ phát sanh. Đối với vị hành giả

bình thường sẽ phải có ba sát na thuộc trí thuận thứ và vì vậy, tiếp sau sát na đạo, chỉ có hai sát na quả mà thôi.

Ba sát na thuộc trí thuận thứ và sát na chuyển tộc là những tâm thiện thuộc dục giới (*kāmāvacara-kusalacitta*). Tâm đạo và tâm quả tiếp nối theo sau nó là các tâm siêu thế (*lokuttaracitta*), tâm đạo là thiện (*kusala*) và tâm quả là quả (*vipāka*). Đạo và quả nhất thiết phải khởi lên ở mức độ của một trong các bậc thiền, nghĩa là từ sơ thiền cho đến tứ thiền trong hệ thống tứ thiền, hoặc từ sơ thiền cho đến ngũ thiền trong hệ thống ngũ thiền. Sở dĩ chúng cùng hưởng đặc tính của thiền (*jhāna*) như vậy là vì tâm đạo và quả chứa đựng các thiền chi có đủ cường độ an chỉ tương xứng với độ an chỉ của các bậc thiền sắc giới. Nhưng không giống như các bậc thiền hiệp thế, các bậc thiền thuộc đạo và quả này là siêu thế, có một đối tượng và nhiệm vụ hoàn toàn khác với các bậc thiền tương ứng của chúng, như chúng ta sẽ thấy trong chương kế.

Lược đồ sau đây sẽ minh họa tiến trình tâm thuộc Nhập lưu thánh đạo và Nhập lưu Thánh Quả của một hành giả bình thường (không thuộc hạng lợi căn) với ba sát na thuận thứ đi trước đạo và hai sát na quả nối tiếp theo nó:

A					B												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
<i>bh</i>	<i>L</i>	<i>ch</i>	<i>d</i>	<i>p</i>	<i>u</i>	<i>a</i>	<i>g</i>	<i>m</i>	<i>ph</i>	<i>ph</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	<i>bh</i>	

Ở đây, dòng A tượng trưng cho bốn sát na tâm đi trước tiến trình tâm đạo. Bốn sát na này là hữu phần vừa qua (*bh*), hữu phần rung động (*L*), sự dứt dòng hữu phần (*ch*) và sự hướng tâm đến các hành kể như vô thường, khổ hoặc vô ngã qua ý môn (*d*). Dòng B tiêu biểu cho sự chìm lại vào dòng hữu phần của tâm sau khi giai đoạn quả đã qua. P tượng trưng cho sát na chuẩn bị (*parikamma*), u cho sát na cận hành (*upacāra*), a cho sát na thuận thứ (*anuloma*) và g cho sát na chuyển tộc (*gotrabhū*). Ở đây dòng tâm thức bình thường thuộc dục giới chuyển sang thánh tộc của đạo. Chữ m tiếp theo tiêu biểu cho thánh đạo tâm (*magga-citta*), nhất thiết được giới hạn trong một sát na duy nhất. Sau đó, hai sát na ph tượng trưng cho Nhập lưu Thánh Quả, rồi tâm lại chìm vào dòng hữu phần biểu thị bằng chữ bh lặp lại sáu lần. Những dấu ba chấm trên mỗi sát na tâm biểu thị cho sự sanh (*uppāda*), trú (*thiti*) và diệt (*bhanga*) của mỗi sát na tâm. [\[50\]](#)

Sau khi chứng quả, bậc thánh nhập lưu sẽ phản khán lại đạo, quả và Niết bàn. Vị ấy cũng thường phản khán hay duyệt lại các phiền não mà mình đã diệt bằng đạo tuệ và những phiền não còn lại bằng những đạo tuệ cao hơn. Tuy nhiên điều này không nhất thiết cố định và đôi khi được bỏ qua bởi một số hành giả. Các vị thánh đệ tử đã đắc hai đạo quả kế tiếp (Tur-đà-hàm và A-na-hàm) cùng sẽ phản khán lại

các quả chứng của mình theo cách vừa kể. Như vậy, đối với mỗi quả chứng ít nhất cũng sẽ có ba khoản và nhiều nhất là năm khoản cần phải duyệt lại, đó là đạo, quả, Niết bàn, phiền não đã diệt và phiền não chưa diệt. Tuy nhiên, đối với một vị Alahán tối đa chỉ có bốn vì vị ấy không còn các phiền não cần phải diệt nữa. Theo cách tính này, tối đa là có mười chín loại phản khán (*paccavekkhana*) sau những quả chứng siêu thế.

Vào sát na Nhập lưu đạo, vị hành giả được gọi là “bậc đang đứng trên Nhập lưu Đạo” hoặc bậc thánh thứ nhất; từ sát na quả cho đến khi chứng đạo kế tiếp, vị ấy được gọi là một bậc Nhập lưu (*Sotāpanna*) và được kể như bậc thánh thứ nhì. Mặc dù trên phương diện chế định bậc đang đứng trên đạo và bậc đang trú trong quả có thể được mô tả như một và cũng cá nhân ấy vào hai sát na khác, song quan điểm triết học (Vi Diệu Pháp) đòi hỏi phải có một loại tu từ có tính chất mô tả đặc thù hơn. Từ quan điểm của sự thực tối hậu, theo đạo Phật, một cá nhân như vậy vẫn tồn tại dù chỉ một sát na tâm. Do đó, khi phân loại các bậc thánh, đức Phật nhờ vào sự phân biệt giữa các sát na tâm đạo và quả này làm căn bản cho sự phân chia thành hai bậc thánh. Bậc thánh thứ nhất (sơ đạo) và bậc thánh thứ hai (sơ quả). Sự phân hai này áp dụng cho mỗi giai đoạn trong bốn giai đoạn giải thoát. Đối với mỗi giai đoạn, cá nhân đang ở sát na đạo được kể như một loại thánh nhân; cũng cá nhân ấy, từ sát na quả trở đi kể là một loại thánh nhân khác.

Kinh điển thường ca tụng bậc Nhập lưu là bậc có được những lợi ích không thể tính kể được như kết quả của việc chứng đạo (của vị ấy). Vị ấy đã đóng chặt bốn cánh cửa đi vào bốn đọa xứ và có thể tự mình tuyên bố:

Với ta, sanh vào địa ngục đã được đoạn diệt, sanh vào bàng sanh đã được đoạn diệt, sanh vào ngã quỷ đã được đoạn diệt, sanh vào các khổ xứ, đọa xứ đã được đoạn diệt. Ta là bậc Nhập lưu, không còn phải chịu đọa lạc, chắc chắn và nhất định sẽ giác ngộ hoàn toàn. [\[51\]](#)

Vị ấy có thể đoan chắc rằng mình đã thoát khỏi năm loại sợ hãi và thù nghịch, đó là những sợ hãi và thù nghịch xuất phát từ việc sát sanh, từ việc trộm cắp, từ việc tà dâm, từ việc nói dối, từ việc uống rượu và các chất say. Vị ấy có đầy đủ bốn chi của bậc Nhập lưu (*sotāpattiyangāni*), đó là, có niềm tin bất động nơi đức Phật, giáo Pháp, chư Tăng và giới hạnh không có vết nhơ. Vị ấy đã thể nhập pháp và thấy chân lý với trí tuệ chân chánh. [\[52\]](#) Nhờ thể nhập chân lý như vậy vị ấy đã giới hạn sự tái sanh trong tương lai còn tối đa là bảy lần giữa các cõi vui thuộc thiên giới và nhân giới, ngoài ra còn làm cho khô cạn đại dương khổ hãi. Như đức Phật xác nhận, đối với vị Nhập lưu đã thấy pháp, tổng số khổ còn lại tựa như một nhúm đất trên đầu móng tay, trong khi khô khổ đã được làm cho cạn kiệt thì như đất trên quả địa cầu này.

- Nhị đạo và nhị quả

Một bậc đã đắc Nhập lưu không bị ngăn trở [53] gì trong sự tiến hóa lên các giai đoạn giải thoát cao hơn trong kiếp sống đó. Vị ấy có thể thăng tiến thẳng đến đạo quả Alahán nếu có đủ những điều kiện hỗ trợ và vận dụng tinh tấn lực cần thiết. Do đó, vị hành giả đang trú ở giai đoạn Nhập lưu được khuyến là hãy nỗ lực để đạt đến đạo quả cao hơn, Nhất lai thánh đạo (*Sakadāgāmi*), hoặc trong cũng thời hành thiền ấy, hoặc vào một lần sau đó. Vị ấy nên đẩy khởi ngũ căn, ngũ lực và thất giác chi. Với trang bị tinh thần này, hành giả quán tất cả các hành bao hàm trong ngũ uẩn dưới ánh sáng của tam tướng – vô thường, khổ, vô ngã. Cũng như trước, hành giả lại trải qua trình tự các tuệ minh sát khởi đầu với sanh diệt trí và cuối cùng ở trí xả hành. Nếu các căn của hành giả vẫn chưa đạt đến sự thành thực vừa đủ, việc quán của hành giả sẽ lưu lại trong trí xả hành. Song, nếu và khi các căn đã thành thực, hành giả kinh qua các sát na thuộc thuận thứ trí và chuyển tộc trí để đạt đến thánh đạo thứ nhì là Nhất lai thánh đạo. [54]

Không như các thánh đạo khác, nhị đạo không hoàn toàn đoạn diệt một kiết sử nào cả. Tuy thế nó cũng làm muội lược dục ái và sân đến một mức độ nào đó khiến chúng không còn khởi lên một cách mạnh mẽ hoặc thường xuyên như trước mà chỉ tồn tại như những tàn dư yếu ớt. Ba căn bất thiện tham, sân, si đã được làm cho suy yếu cùng với các kiết sử khác xuất phát từ chúng. Theo sau sát na tâm đạo trong chuỗi tương tục là hai hoặc ba sát na Nhất lai thánh quả (*saka-dāgāmi*), hệ quả tất yếu của đạo. Sau các sát na quả trí phản khán hay duyệt xét khởi lên, như đã mô tả ở trước. Vị hành giả ở sát na đạo gọi là bậc thánh thứ ba, từ sát na quả trở đi là bậc Nhất lai (*sakadāgāmi*), hay bậc thánh thứ tư. Sở dĩ vị này được gọi là bậc thánh Nhất lai, vì nếu vị ấy không tiến hóa thêm nữa trong kiếp hiện tại này, vị ấy chắc chắn sẽ đoạn tận khổ sau khi trở lại thế gian này một lần nữa. Sự mô tả theo truyền thống kinh điển về vị Nhất lai thường là:

Cùng với sự đoạn diệt của ba kiết sử trước và sự suy yếu của tham, sân, si, vị Tỷ kheo trở thành một bậc Nhất lai, bậc sẽ đoạn tận khổ sau khi trở lại thế gian này một lần nữa. [55]

- Tam đạo và tam quả

Cũng như trước, vị hành giả nhiệt tâm bắt đầu lại việc quán chiếu trên các đặc tính vô thường, khổ, vô ngã của năm uẩn, nỗ lực đạt đến gian đoạn thứ ba của sự giải thoát, tức giai đoạn Bất lai (*Anāgāmi*). Khi ngũ căn tinh thần thành thực vị ấy kinh qua các minh sát tuệ thuộc giai đoạn chuẩn bị và đạt đến Bất lai thánh đạo, Bất lai thánh quả thứ ba (*Anāgāmi*). Đạo này hủy diệt dục ái và sân, hai kiết sử đã bị đạo thứ hai (Nhất lai đạo) làm cho suy yếu. Ngay sau tam đạo, quả của nó cũng khởi lên, và sau đó vị ấy phản khán lại địa vị của mình như trước. Ở sát na đạo, hành giả được xem như bậc đang đứng trên Bất lai thánh đạo – bậc thánh thứ năm, từ sát na quả trở đi thì gọi là vị Bất lai – bậc thánh thứ sáu. Hành giả được gọi là bậc Bất lai vì kể từ đây không còn phải trở lại cõi dục nữa. Nếu trong kiếp ấy

không thâm nhập thêm trên thánh đạo, hành giả sẽ hóa sanh vào một cõi cao hơn, thường là trong cõi Ngũ tịnh cư (*Suddhāvāsa*) thuộc ngũ thiên sắc giới và ở đó nhập Niết bàn tối hậu:

Cùng với sự đoạn diệt của năm hạ phần kiết sử, vị Tỳ kheo hóa sanh (trong một cõi cao hơn) và ở đó nhập vào Niết bàn không còn trở lui lại từ thế giới ấy. [56]

- Tứ đạo và tứ quả

Lại nữa, hoặc trong cùng một thời hành thiền, hoặc ở một lần nào đó trong tương lai, hành giả làm cho ngũ căn, ngũ lực và thất giác chi của mình bén nhạy, khởi quán ba đặc tính của các hành. Hành giả kinh qua các minh sát tuệ cho đến hành xả trí. Khi các căn thành thực, thuận thứ và chuyển tộc sẽ khởi lên trong vị ấy, theo sau đó là đạo thứ tư và cũng là đạo cuối cùng hay Alahán đạo (*Arahattamagga*). Đạo này đoạn diệt năm kiết sử còn lại là sắc ái, vô sắc ái, ngã mạn, trạo cử và vô minh. Đạo được tiếp liền sau bởi quả của nó, Alahán quả, sau đó phản khán trí khởi lên. Kinh nói:

Cùng với sự đoạn diệt của các lậu hoặc ngay trong kiếp hiện tại, vị ấy chứng và trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát, tự mình chứng ngộ với thắng trí. [57]

Vào sát na đạo, hành giả được kể như bậc đang đứng trên Alahán đạo, bậc thánh thứ bảy; vào sát na quả, hành giả trở thành bậc Alahán, bậc thánh thứ tám. Ở thời điểm này hành giả đã hoàn tất việc tu tập đạo và đạt đến mục đích giải thoát viên mãn.

Vị ấy là một trong những bậc đại nhân (Great Ones) với các lậu hoặc đã đoạn tận, vị ấy mang tám thân cuối cùng, đã đặt gánh nặng xuống, đã đạt đến mục đích và đoạn trừ hữu kiết sử, vị ấy đã giải thoát một cách chân chánh với tối hậu trí và xứng đáng thọ nhận sự cúng dường cao thượng nhất của thế gian với các hàng chư thiên. [58]

Tám cá nhân, từ người đang đứng trên Nhập đạo đến bậc Alahán, làm nên thánh Tăng (*Ariyan Sangha*), cộng đồng các bậc thánh tạo thành nơi quy y thứ ba và ngôi báu thứ ba (trong Tam bảo) của đạo Phật. Như đức Phật dạy:

“Này các Tỳ kheo, có tám hạng người xứng đáng cúng dường và tiếp đón, đáng tôn trọng và đánh lễ, là phước điền vô thượng của thế gian.

Bậc Nhập lưu, vị đã nhập vào đạo đưa đến sự chứng đắc của bậc Nhập lưu quả; bậc Nhất lai, vị đã nhập vào đạo đưa đến sự chứng đắc của bậc Nhất lai quả; bậc Bất lai, vị đã nhập vào đạo đưa đến sự chứng đắc của bậc Bất lai quả; bậc Alahán, bậc đã nhập vào đạo đưa đến Alahán quả. [59]

-ooOoo-

[1] PP., p. 479-489. Vism., p. 369-375.

[2] PP., p. 479. “Kusalacittasampayuttam vipassanànànam pannà”

[3] “*Dhammànāṃ sabhāvapativedhalakkhaṇā paṇṇā. Dhammānaṃ sabhāvapaticchādaka mohāndhakāraṇavidham sanarasa, asammohapaccuppatthāna; samāhito yathābhūtaṃ jānāti passati ti (AN., 5:3). Vacanato pana samādhī tassa padatthānaṃ*”. Vism., p. 370

[4] Xem Vism., chapter XXIII

[5] Minh sát quán hay minh quán (insight – contemplation) là để phân biệt với loại quán tưởng trong thiền định.

[6] DN. 2:290

[7] PP., p. 679-680 Vism. p.503

[8] Xem vism., T. 2:474

[9] AN. 2: 92-93.

[10] AN A. 2: 325

[11] “Con Đường”, theo Chú giải thì đó là Sơ Đạo hay Tu Đà Hoàn Đạo (The first supramundane Path)

[12] Chỉ quán gắn liền nhau, theo Chú giải là “Vào lúc chứng đắc, vị ấy tịnh chỉ các hành. Vào lúc tịnh chỉ các hành, vị ấy cũng chứng đắc. Như thế nào? Vị ấy đắc sơ thiền, xuất khỏi sơ thiền vị ấy tịnh chỉ các hành và đắc nhị thiền. Xuất khỏi nhị thiền, ... Cho đến khi đắc các siêu thế đạo.”

[13] AN. 2: 157

[14] MN. A. 1: 112

[15] MN. A. 1: 112

[16] MN. T. 1: 204

[17] AN. T. 2: 344

[18] Xem lại chương III, trang...

- [19] Ibid. p. AN. II. P. 328
- [20] PP., p. 311-312. Vism., p. 239
- [21] PP., p. 311-312. Vism. T. 1:342
- [22] PP., p.2 Fn3. “*Nahi khanikasamàdhim vinà vipassanà sambhavati.*” Vism. T. 1:11
- [23] PP., p.3 Fn 4. Vism., T. 1:15
- [24] MN. T. 1:204
- [25] Theo Pàli: *Sìla visuddhi, Citta visuddhi, Ditthi visuddhi, Kankhàvitarana visuddhi, Maggàmagganànadassana visuddhi, Patipadànànadassana visuddhi, Nànadassanavisuddhi.*
- [26] Nàrada, Manual, 408-409, 411-412. Xem phần phụ lục.
- [27] Xem lại chương III trang...
- [28] Xem Pts. p. 57
- [29] PP., p. 709-710. Vism., p. 523.
- [30] Nàrada, Manual, p. 409-411.
- [31] “Understanding of contemplating present states change”. Pts. P. 53-54.
- [32] Pàli: Obhàsa, nàna, pìti, passaddhi, sukha, adhimokkha, paggaha, upatthàna, upekkhà, nikanti.
- [33] PP., p.752 Vism., p.553
- [34] PP., p.753. Vism., p.554 -555
- [35] PP., p. 755. Vism., p. 556
- [36] Pts., p.259.
- [37] PP., p. 766. Vism., p. 564.
- [38] PP., p. 768 Vism., p. 565
- [39] Có năm căn (tinh thần) là tín, tấn, niệm, định và tuệ.
- [40] Pts., p. 254.

[41] Vutthàna, theo Từ Điển Hán – Pàli có nghĩa là “xuất khởi”. Về phương diện này nó đồng nghĩa với nissarana và nekkhamma (xuất ly). Trong khi Từ điển Pàli – Anh định nghĩa hợp từ Vutthànagàminì hay Vutthàna vipassanà – nana là “insight of discernment leading to uprising” – tuệ phân biệt hay minh sát trí đưa đến sự xuất khởi.

[42] PP. p. 787-788. Vism., p.759.

[43] SN. 5:347

[44] Sakkàyaditthi, vicikicchà, sīlabbataparàmāsa, kāmaccchandā, vyā-padā, rūparāgā, àruparāga, māna, uddhacca, avijjà.

[45] AN. 5:17.

[46] MN. 1:4

[47] MN 1:300

[48] MN. 1:101

[49] Dhs., p.208

[50] Nàrada, Manual, p. 214-219. Compendium, p.54

[51] SN. 2:68

[52] SN. 2:69-70

[53] Bậc thánh nhập lưu được chia ra ba loại. Giả sử các vị này không tấn hóa thêm trong kiếp sống ấy thì vị với các căn chậm lụt hay tuệ yếu sẽ phải tái sinh lại bảy lần trong các cõi nhân thiên, bậc này được gọi là Thất chủng sanh (Sattakkhattuparama); vị với các căn trung bình sẽ phải tái sinh từ hai đến sáu lần và gọi là Lục chủng sanh (kolankola); vị với các căn bén nhạy sẽ chỉ tái sinh một lần trong nhân giới và ở đó, vị ấy đoạn tận khổ, bậc này gọi là Nhất chủng sanh (Ekabijjì).

[54] Sát na tâm đi liền trước ba sát na đạo là Nhất lai, Bất lai và Alahán chỉ mang tên “chuyên tộc” một cách tượng trưng do sự tương tự của nó với sát na đi trước Nhập lưu đạo. Thực sự hành giả đã vượt qua phạm tộc để vào thánh tộc (ariyagotta) ở sát na chuyên tộc thuộc sơ đạo trước đó rồi. Chính vì thế mà sát na đi trước ba đạo cao hơn sau này về thuật ngữ được biết đến với một tên khác là “vodàna”, tức “tịnh hóa” vì “nó tịnh hóa một số phiền não và vì nó làm cho đối tượng của nó là Niết bàn trở thành thanh tịnh tuyệt đối.”

Vism. T. 2:287-288

[55] AN. 2:238

[56] AN. 2:238.

[57] AN. 2:238

[58] AN. 2 : 238

[59] AN. 4 : 292 - 293

-ooOoo-

CHƯƠNG VIII

THIỀN (JHĀNA) VÀ CÁC THÁNH CHỨNG

Chương cuối cùng của cuốn sách được dành nói về các đạo quả siêu thế luôn luôn khởi lên như những công việc của thiền. Ở chương này chúng ta sẽ lấy các bậc thiền siêu thế này làm đối tượng cho sự khảo sát, khám phá chúng trong mối tương quan với các bậc thiền hiệp thế tương ứng cũng như trong tiến trình nhận thức mà chúng thuộc về. Kế đến, chúng ta sẽ xét tới hai thành tựu đặc biệt trong lãnh vực thiền mà chỉ có các hạng thánh nhân đặc biệt mới có thể đạt đến được, đó là, Thánh quả định (*phalasamāpatti*) và Diệt tận định (*nirodhasamāpatti*). Tiếp sau đó là phần mô tả tổng quát về cách gọi các bậc thánh nhân theo Phật giáo Nguyên Thủy (*Theravāda*). Phần này được giới thiệu để xác định rõ mối liên hệ của các vị đối với việc hoàn thành các thiền hiệp thế, hơn nữa nó cũng sẽ cho chúng ta khả năng lượng định vị trí của thiền (*jhāna*) trong đời sống của bậc Alahán, một con người đã hoàn mãn về phương diện tinh thần theo đạo Phật Nguyên Thủy.

THIỀN SIÊU THẾ

Các đạo và các quả siêu thế, như chúng ta đã thấy, nhất thiết sẽ khởi lên như các trạng thái tâm thiền (as states of *jhānic* consciousness). Chúng khởi lên như những trạng thái tâm thiền là vì trong tự thân chúng chứa đựng các thiền chi đã được nâng cao đến một cường độ được xem là tương ứng với sức mạnh của các thiền chi trong các bậc thiền hiệp thế. Nhờ có các thiền chi mà các tâm (đạo, quả) này có thể gắn chặt trên đối tượng của chúng với sức mạnh của an chỉ định. Do đó, nếu lấy sức an trú của các thiền chi làm chuẩn mực, các đạo, quả có thể được kể như thuộc về hoặc sơ thiền, hoặc nhị thiền, hoặc tam thiền, hoặc tứ thiền thuộc hệ thống tứ thiền; hay sơ, nhị, tam, tứ hoặc ngũ thiền thuộc hệ thống ngũ thiền.

Căn bản cho việc công nhận có một loại thiền siêu thế này được truy nguyên ở các bản kinh, đặc biệt là phần nói về chánh định thuộc “Đại niệm xứ kinh” (DN. Kinh số 22). Ở đây, đức Phật định nghĩa chánh định trong Bát Thánh Đạo bằng công

thức mô tả tứ thiền (sắc giới). Tuy nhiên, phải nói là ở Tạng Diệu Pháp mỗi liên hệ giữa các thiền, đạo và quả mới được phân giải rõ tuy với chi tiết khá rắc rối. Bộ Pháp tụ (*Dhammasangani*), trong phần nói về các tâm thiện siêu thế (*lokuttarakusalacitta*) giải thích tỉ mỉ từng tâm đạo và tâm quả như những sự kiện của một bậc thiền này hoặc một bậc thiền khác trong bốn bậc thiền thuộc hệ thống thiền bốn bậc, rồi lại giải thích các đạo quả ấy như những sự kiện của một bậc thiền nào đó trong năm bậc thiền thuộc hệ thống thiền năm bậc. [1] Lối phân tích theo tiêu chuẩn của Vi Diệu Pháp thường dùng hệ thống thiền năm bậc, như đã được chính thức hóa trong bộ Vi Diệu Pháp yêu nghĩa, và đem phối hợp từng tâm đạo và tâm quả ấy với mỗi trong năm bậc thiền. Theo cách này, tám tâm siêu thế – tâm đạo và tâm quả thuộc Nhập lưu, Nhất lai, Bất lai và Alahán – thành bốn mươi loại tâm siêu thế, vì lẽ bất cứ một đạo hoặc một quả nào cũng có thể khởi lên ở mức của một bậc thiền nào đó trong năm bậc thiền. Tuy nhiên, cũng nên nhớ rằng không có các đạo, quả liên hợp với các thiền chứng vô sắc, lý do là thiền siêu thế chỉ được giới thiệu trên quan điểm cấu trúc thiền chi của nó, mà về điều này, các thiền chứng vô sắc và đệ ngũ thiền hoàn toàn giống nhau, đó là chỉ có xả và nhất tâm.

Sự luận bàn đầy đủ nhất về các thiền siêu thế này có thể được tìm thấy trong phần giải thích các tâm thiện siêu thế của bộ Pháp tụ – một bộ Luận thuộc văn hệ Pàli có căn cứ chính xác, đọc phối hợp với phần chú giải về những đoạn giải thích này trong chú giải bộ Pháp tụ (*Atthasālini*). Bộ Pháp tụ mở đầu phần phân tích của nó về tâm thiện siêu thế thứ nhất bằng đoạn văn:

Vào lúc hành giả tu tập thiền siêu thế, pháp dẫn xuất, nhân đưa đến tịch diệt (các hữu), đoạn trừ thiên kiến, chứng đạt đệ nhất địa vị, ly các dục, ly các bất thiện pháp, chứng và trú sơ thiền. [2]

Sau đó luận tiếp tục kể ra các danh pháp thiện khác có mặt vào lúc đắc chứng tâm ấy và định nghĩa từng danh pháp một bằng những từ đồng nghĩa đúng theo tiêu chuẩn của chúng. Chúng ta sẽ xét đến các phần tử phụ thuộc có ý nghĩa nhất của các thiền siêu thế này một cách ngắn gọn, nhưng trước hết để có những kiến thức hữu ích chúng ta hãy nhìn vào đoạn giới thiệu dưới ánh sáng giải thích của chú giải.

Atthasālini giải thích chữ *Lokuttara*, chúng ta thường dịch là siêu thế với nghĩa “nó vượt qua thế gian, nó siêu xuất thế gian, nó đứng vững sau khi đã leo lên và vượt qua thế gian”. Chú giải giải thích tiếp đoạn “hành giả tu tập thiền” như vậy: “*Hành giả tu tập, tạo ra, trau dồi thiền ở mức an chỉ kéo dài trong một sát na tâm duy nhất.*” Sự giải thích này chỉ ra cho chúng ta thấy hai điều về tâm đạo. Thứ nhất, nó khởi lên như hình thức một bậc thiền ở mức an chỉ (*appanā*). Và thứ hai, sự an chỉ của đạo này chỉ kéo dài một sát na tâm duy nhất (*ekacittakkhanika*). Chữ “pháp dẫn xuất” (*niyyānika*) được giải thích với ý rằng thiền này đi ra (*niyyāti*) khỏi thế gian, đi ra khỏi vòng luân hồi. Đoạn “nhân dẫn đến tịch diệt” (*apacayagāmi*) với nghĩa nó phá hủy và buông bỏ tiến trình tái sanh.

Đoạn cuối cùng này chỉ ra một sự khác biệt đáng chú ý giữa thiền hiệp thế và thiền siêu thế. Sự giải thích của bộ Pháp tụ về thiền hiệp thế bắt đầu bằng: “*Vào lúc hành giả tu tập con đường (đạo lộ) để đạt đến sự tái sinh trong cõi sắc giới, ly dục, ly các bất thiện pháp, chứng và trú sơ thiền.*” Như vậy, theo lời giải thích này, thiền hiệp thế chứng tỏ khả năng duy trì vòng luân hồi của nó và đó chỉ là một thiện nghiệp đưa đến một hiện hữu mới mà thôi. Trong khi đó thiền siêu thế thuộc thánh đạo không thúc đẩy sự luân lưu này. Ngược lại, nó tạo ra sự buông bỏ và phá hủy chính cái vòng (luân hồi) ấy như *Aṭṭhasālīni* trình bày với một tỷ dụ minh họa.

Các pháp thiện thuộc tam giới được nói là dẫn đến sự tích tập bởi vì chúng xây dựng và làm tăng thêm sự tử sanh trong vòng luân hồi. Nhưng thiền siêu thế này thì không. Ví như khi một người đã xây dựng xong một bức tường cao năm mét, một người khác có thể dùng cái búa lớn để phá hủy nó. Cũng vậy, thiền này đi đến sự phá hủy và buông bỏ tử sanh do các thiện nghiệp thuộc tam giới xây dựng bằng cách đoạn trừ các duyên gây ra chúng. Vì thế, nó được gọi là đưa đến sự phá hủy.^[3]

Thiền siêu thế, theo luận nói, được trau dồi “*để loại trừ các thiện kiến*”. đoạn này biểu thị phạm sự của sơ đạo là để đoạn trừ các kiết sử. Thiền siêu thế thuộc Nhập lưu đạo (Sơ đạo), cắt đứt thân kiến và tất cả những kiến chấp khác xuất phát từ đó. *Aṭṭhasālīni* lưu ý rằng, ở đây chúng ta nên hiểu Nhập lưu đạo không chỉ đoạn trừ các tà kiến mà còn đoạn trừ luôn các pháp bất thiện khác như hoài nghi, giới cấm thủ và những tham, sân, si nào đủ mạnh để dẫn đến khổ cảnh. Đoạn “*chứng đắc đệ nhất địa vức*”, chú giải giải thích như có nghĩa là để đạt đến Nhập lưu thánh quả.

Liên sau đoạn này, bộ Pháp tụ kể ra các pháp cấu thành có mặt trong thiền siêu thế với những định nghĩa của chúng. Phương pháp trình bày quá tỉ mỉ và chi tiết của tác phẩm *Vi Diệu Pháp* theo truyền thống kinh điển này đã được sắp xếp lại một cách hợp lý trong *Vi Diệu Pháp yếu nghĩa (Abhidhammattha Sangaha)*. Bằng cách tránh những sự lặp lại của cùng một pháp dưới những đầu đề khác nhau, bộ *Vi Diệu Pháp yếu nghĩa* đã quy định ba mươi sáu tâm sở cho tâm sơ thiền dù thuộc bất kỳ đạo, quả nào trong bốn thánh đạo và bốn Thánh quả. Ba mươi sáu tâm sở này gồm bảy biến hành, sáu biệt cảnh, mười chín tịnh hảo biến hành, trí tuệ và ba tiết chế là chánh ngữ, chánh nghiệp và chánh mạng tâm sở. Hai tâm sở vô lượng bi và hỷ luôn luôn được loại khỏi đạo và quả.^[4]

Như chúng ta đã thấy ở trên *Vi Diệu Pháp yếu nghĩa* quy định tâm sơ thiền hiệp thế ba mươi lăm tâm sở khả dĩ. Điều này dẫn đến một sự so sánh giữa các yếu tố cấu thành của hai tâm sơ thiền hiệp thế và siêu thế này. Trước hết chúng ta thấy rằng bi và hỷ có thể có mặt trong thiền hiệp thế nhưng không có ở siêu thế. Lý do đơn giản là các tâm sở ấy lấy hữu tình chúng sanh làm đối tượng, trong khi các đạo và quả thì đối tượng lại là Niết bàn. ^[5] Thứ hai, chúng ta thấy rằng ba tiết chế tâm sở đồng có mặt trong các thiền siêu thế nhưng không có ở hiệp thế. Điều này là do trong các tâm hiệp thế một sự tiết chế chỉ có mặt vào lúc mà một người cố tình chế ngự

thân, khẩu hoặc nuôi mạng chân chánh của mình. Ở thiên hiệp thế không áp dụng được sự tiết chế như vậy, nó chỉ được áp dụng trong các tâm thiện dục giới khi một người đang chế ngự ý muốn phạm giới của họ. Ngay cả trong trường hợp đó mỗi lần cũng chỉ có thể có một tiết chế tâm sở khởi lên và chỉ liên quan đến sự vi phạm mà tiết chế tâm sở ấy bao hàm – đối với chánh ngữ là tránh nói dối, nói lời chia rẽ, nói lời thô ác, hoặc nói chuyện vô ích nhằm nhĩ; đối với chánh nghiệp là tránh sát sanh, trộm cắp hoặc tà dâm; đối với chánh mạng là tránh hình thức nuôi mạng không chân chánh. Tuy nhiên, trong các thiên siêu thế ba tiết chế tâm sở này khởi lên một lần và liên quan đến tất cả những vi phạm mà sự tiết chế ấy bao hàm. Trong các tâm đạo, nhiệm vụ của chúng không chỉ đơn thuần ngăn những hành động bất thiện mà còn tiêu diệt những khuynh hướng khiến cho những vi phạm này xảy ra. Vì lý do này, bộ Pháp tụ mô tả mỗi sự tiết chế được kể như “phá đồ cây cầu” – *setughāta* – một từ mà chú giải giải thích với nghĩa là sự tiết chế bứng gốc các duyên (điều kiện) cho tà ngữ, tà nghiệp hoặc tà mạng. [6]

Trong phần liệt kê các pháp của bộ Pháp tụ, tâm sở trí tuệ đi vào các thiên siêu thế như ba căn (quyền) [7] mới trải khắp bốn thánh đạo và bốn Thánh quả. Ba căn hay quyền này là “vị tri đương tri quyền” (*ananññātanññassāmitindriya*), “dĩ tri quyền” (*añññindriya*) và “cụ tri quyền” (*añññātavindriya*). [8] Vị tri đương tri quyền có mặt trong sơ đạo, dĩ tri quyền có mặt trong sáu giai đoạn giữa (từ sơ quả cho đến Alahán đạo) và cụ tri quyền có mặt trong tứ quả hay Alahán quả. Vị tri đương tri quyền là tuệ căn của vị đang đứng trên Nhập lưu đạo, cái chưa biết ở đây (vị tri), theo chú giải, là trạng thái bất tử của Niết bàn hoặc Tứ thánh đế, không có pháp nào trong số đó đã từng được biết trước đây trong vòng luân hồi vô thí. [9] Dĩ tri quyền là tuệ căn của các vị ở các giai đoạn giữa của tiến trình, trong khi cụ tri quyền là trí tuệ viên mãn của bậc Alahán. Như vậy không có quyền nào trong ba quyền này có mặt ở thiên hiệp thế.

Phần lớn các yếu tố cấu thành có mặt ở thiên hiệp thế được lặp lại một lần nữa trong phần phân tích về thiên siêu thế, song bộ Pháp tụ còn thêm vào đó hai tập ngữ hạn định mà ở phần định nghĩa thiên hiệp thế không có. Hai tập ngữ này là “đạo chi” (*magganga*) và “giác chi” (*bojjhanga*). Đạo chi gắn liền với tất cả những pháp nào nhập vào Bát Thánh Đạo dưới tên này hoặc tên khác của chúng như chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định. [10] Mặc dù nằm trong số tám pháp này cũng có mặt ở thiên hiệp thế, song chúng không hiện diện như các đạo chi vì vào những lúc đó chúng không thuộc về Bát Thánh Đạo trực tiếp dẫn đến sự diệt khổ.

Tập ngữ “giác chi” gắn liền với các pháp thuộc thất giác chi: niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, tịnh, định và xả. Sự tập hợp này được gọi là “giác ngộ” hay “thức tỉnh” (*bodhi*) bởi vì khi nó khởi lên ở sát na siêu thế đạo, nó cho vị Thánh đệ tử khả năng thức tỉnh khỏi giấc ngủ phiền não. Các thành phần của thất giác chi có thể có mặt trong bậc thiên hiệp thế nhưng không được kể như các giác chi. Chúng làm phạm sự như các giác chi chỉ trong các bậc thiên siêu thế thuộc bốn thánh đạo và bốn

Thánh quả, vì chỉ vào lúc đó chúng mới góp phần trực tiếp vào sự chứng ngộ (Tứ thánh đế).

Ngoài những gì đã nói ở trên, giữa thiên hiệp thế và thiên siêu thế còn có một vài dị biệt khác có thể được tóm tắt ở đây. Thứ nhất, các thiên hiệp thế lấy chế định (*panññatti*) làm đối tượng; đối với các *kasīna* (biên xứ), các bất tịnh tướng, niệm hơi thở, v.v... đối tượng là tợ tướng (*paṭibhāganimitta*), đối với các phạm trú (*brahmavihāra*) đối tượng là các hữu tình chúng sanh. Ngược lại, đối với thiên siêu thế thuộc các đạo – quả, đối tượng tuyệt đối là Niết bàn, thực tánh pháp (*sabhāvadhamma*).

Về tính chất ưu thắng, trong thiên hiệp thế yếu tố tịnh chỉ trội hơn. Mặc dù tuệ cũng đi vào các thiên hiệp thế song nó không thực hiện một nhiệm vụ đặc biệt nào cả. Trái lại, thiên siêu thế thuộc các đạo – quả đưa yếu tố tịnh chỉ và tuệ giác vào thế quân bình. Tuệ có mặt như chánh kiến (*sammādiṭṭhi*) và tịnh chỉ như chánh định (*sammāsamāधि*). Cả hai vận hành cùng nhau trong sự hòa hợp mỹ mãn, không chi nào trội hơn chi nào.^[11]

Sự khác biệt trong tính chất ưu thắng này dẫn đến một điểm dị biệt khác về nhiệm vụ hay hoạt động giữa hai loại thiên. Mặc dù cả hai, thiên hiệp thế lẫn siêu thế, đều là các bậc thiên trong nghĩa của sự thâm lự hay chú tâm một cách sát sao (*upanijjhāna*), nhưng trong trường hợp của thiên hiệp thế, chú tâm sát sao này chỉ đưa đến sự an trú trong đề mục, một trạng thái tập trung toàn triệt chỉ có thể đề nén tạm thời các phiền não. Ngược lại, trong thiên siêu thế, đặc biệt là thiên thuộc bốn thánh đạo, sự nối kết giữa chú tâm sát sao này với tuệ đưa đến sự vận hành của bốn nhiệm vụ trong một sát na duy nhất. Bốn loại nhiệm vụ này mỗi loại áp dụng cho một trong Tứ thánh đế, tiêu biểu cách đặc biệt mà Thánh đế đó được thể nhập vào lúc các đạo khởi lên để tuệ tri chân lý. Bốn nhiệm vụ này là liễu tri (*parinññā*), đoạn trừ (*pahāna*), chứng ngộ (*sacchi-kiriya*) và tu tập (*bhāvanā*).

Đạo thể nhập Thánh đế thứ nhất bằng việc liễu tri hay thấu suốt khổ; thể nhập Thánh đế thứ hai bằng việc đoạn trừ ái, tập khởi của khổ; thể nhập Thánh đế thứ ba bằng việc chứng đắc Niết bàn, sự diệt khổ; và thể nhập Thánh đế thứ tư bằng việc phát triển Bát Thánh Đạo, con đường đưa đến sự chấm dứt khổ. Thanh Tịnh Đạo trích lại một đoạn giải thích mà các bậc tiền bối thường dùng để giải tỏa những hoài nghi về điều một kinh nghiệm sao lại có thể thực hiện bốn nhiệm vụ một lúc như vậy.

Vì điều này đã được các bậc cổ nhân (Ancient) nói: “Vị như một ngọn đèn thực hiện đồng thời bốn nhiệm vụ trong một sát na duy nhất – đốt cháy tim, xua tan bóng tối, ánh sáng xuất hiện và hút cạn dầu. Cũng vậy, đạo tuệ thể nhập đồng thời bốn chân lý trong một sát na duy nhất, nghĩa là, đạo thể nhập khổ bằng cách thâm nhập vào đó với sự liễu tri; thể nhập tập khởi của khổ bằng cách thâm nhập vào đó với sự đoạn trừ; thể nhập đạo bằng cách thâm nhập vào đó với sự tu tập và thể nhập diệt bằng cách thâm nhập vào đó với sự chứng ngộ. Nghĩa là gì? Bằng cách

lấy diệt (Niết bàn) làm đối tượng, đạo tuệ đạt đến, thấy rõ và thấu triệt bốn chân lý. [12]

Thêm chi tiết vào tỷ dụ này, luận sư *Buddhaghosa* giải thích rằng, đạo tuệ liễu tri khổ ví như ngọn đèn đốt cháy tim; đạo tuệ đoạn trừ ái như ngọn đèn xua tan bóng tối; đạo tuệ tu tập các chi phân của Bát Thánh Đạo như ngọn đèn làm cho ánh sáng xuất hiện và đạo tuệ đắc chứng Niết bàn, pháp hủy diệt phiền não, như ngọn đèn hút cạn dầu. Mặc dù bốn nhiệm vụ này là phần hành riêng của tâm đạo và tâm quả hoàn toàn không chia sẻ gì cả, song tâm quả vẫn thực hiện nhiệm vụ nhận thức quyết định (decisively cognitive function) trong đó, vì nó được nói là (làm nhiệm vụ) “tác ý cần mật đến đến thực tánh hay chân lý về sự diệt (diệt đế)”. [13]

MỨC THIỀN CỦA ĐẠO VÀ QUẢ

Khi các đạo, quả được quy cho mức của các bậc thiền, vấn đề sẽ phát sanh là yếu tố nào sẽ quyết định mức đặc biệt của cường độ thiền ở các đạo, quả này. Nói cách khác, tại sao đối với vị hành giả này đạo quả khởi lên ở mức sơ thiền, vị kia lại ở mức nhị thiền, v.v...? Thanh Tịnh Đạo và chú giải bộ Pháp tụ đề cập đến vấn đề này dưới hình thức đặt câu hỏi: cái gì quyết định sự khác biệt về con số các giác chi (*bojjhanga*), đạo chi (*magganga*) và thiền chi (*jhānanga*) của thánh đạo. Các bộ luận đưa ra ba thuyết liên quan tới việc xác định mức thiền của đạo. [14] Các thuyết này rõ ràng đã được lập thành bởi các bậc chú giải sư cụ trào và truyền thừa qua các thế hệ học trò của các Ngài. Thuyết thứ nhất thuộc về Trưởng lão Tam Tạng Cùla *Nāga*, chủ trương rằng chính thiền căn bản (*pāḍakaj-jhāna*) – bậc thiền dùng làm căn bản cho minh quán đưa đến sự xuất khởi (tuệ xuất khởi) trong đẳng vô gián duyên (immediate proximity) cho đạo – quyết định sự khác biệt về mức thiền của đạo. Thuyết thứ hai thuộc về Trưởng lão *Mahā Datta* ngụ ở chùa *Moravāpi* nói rằng sự khác biệt này được quyết định bởi các uẩn làm đối tượng cho minh sát (*vipassanāya ārammanabhūtā khandha*) vào lúc tuệ dẫn đến sự xuất khởi. Thuyết thứ ba thuộc về Trưởng lão Tam Tạng *Cūla Abhayachū* trương rằng chính khuynh hướng cá nhân (*puggalajjhāsaya*) của hành giả quyết định sự khác biệt này.

Theo thuyết thứ nhất, đạo khởi lên nơi một hành giả thuần quán không có thiền, đạo khởi lên nơi một vị có một thiền chứng nhưng không dùng thiền ấy làm căn bản cho việc phát triển tuệ giác, và đạo khởi lên do thẩm sát sau khi xuất khởi sơ thiền, là những đạo chỉ thuộc về sơ thiền. Cả ba đạo ấy đều có tám đạo chi, bảy giác chi và năm thiền chi. Trường hợp đạo được tạo ra sau khi xuất khởi nhị thiền, tam thiền, tứ thiền và ngũ thiền, rồi dùng những bậc thiền này như căn bản cho minh sát, lúc ấy đạo sẽ thuộc về mức thiền được dùng làm căn bản, tức đạo có thể thuộc về nhị thiền, tam thiền, tứ thiền hay ngũ thiền. Đạo sẽ lần lượt có bốn, ba hoặc hai thiền chi tùy theo bậc thiền. Tuy nhiên, những đạo này sẽ chỉ có bảy đạo chi, bởi vì chánh tư duy (*sammāsankappa*), như một cách biểu hiện của tâm (*vitakka*), đã bị diệt trong nhị thiền và ở các bậc thiền cao hơn. Những đạo nào kết hợp với tứ thiền và ngũ thiền cũng sẽ thiếu đi hỷ giác chi (*pītisambojjhanga*), vì

vậy chỉ còn sáu giác chi. Đối với vị hành giả dùng một thiền vô sắc làm căn bản thì đạo sẽ là một đạo thuộc ngũ thiền.

Như vậy, theo thuyết thứ nhất này, nếu các hành được thẩm quán bằng minh sát tuệ sau khi xuất khỏi một thiền căn bản thì chính thiền chứng nổi bật lên vào thời điểm gần với đạo nhất, tức là ngay trước lúc đạt đến tuệ xuất khởi, sẽ làm cho đạo về bản chất giống như chính nó vậy.

Theo thuyết thứ hai, đạo khởi lên, về bản chất giống như những pháp đang được thẩm quán với minh sát tuệ vào lúc tuệ xuất khởi nảy sinh. Như vậy, nếu hành giả sau khi xuất khỏi một thiền chứng và đang thẩm quán với minh sát tuệ các pháp dục giới hoặc các thành phần của sơ thiền, thì đạo được tạo ra sẽ khởi lên ở mức sơ thiền. Y cứ theo thuyết này thì chính thẩm sát thiền (*sammasitajjhāna*), bậc thiền dùng để thẩm sát, sẽ quyết định tính chất thiền của đạo. Một giới hạn cần được nói thêm ở đây là một hành giả không thể minh sát quán một bậc thiền cao hơn khả năng chứng đắc của vị ấy.

Theo thuyết thứ ba, đạo khởi lên ở bất cứ mức thiền nào mà hành giả muốn, hoặc ở mức thiền vị ấy đã dùng như căn bản cho minh sát hoặc ở mức của bậc thiền nào mà vị ấy lấy làm đối tượng cho sự thẩm quán. Nói cách khác, tính chất thiền của đạo hợp với khuynh hướng cá nhân của vị ấy. Tuy nhiên chỉ đơn thuần muốn không thì chưa đủ. Vì để cho đạo khởi lên ở mức thiền theo ý muốn, thiền hiệp thế chắc chắn phải được dùng làm căn bản cho minh sát hoặc dùng như đối tượng của sự thẩm quán.

Sự khác biệt giữa ba thuyết này có thể được hiểu qua một ví dụ.^[15] Nếu một hành giả đạt đến siêu thế đạo bằng cách minh quán sơ thiền sau khi xuất khỏi ngũ thiền, theo thuyết thứ nhất thì đạo của vị ấy sẽ thuộc về ngũ thiền, trong khi theo thuyết thứ hai đạo sẽ thuộc sơ thiền. Như vậy hai thuyết này mâu thuẫn nhau trên cơ sở dị biệt giữa thiền căn bản và thiền thẩm sát. Nhưng theo thuyết thứ ba, đạo hợp với bất cứ thiền nào mà hành giả muốn, hoặc sơ thiền hoặc ngũ thiền. Như vậy thuyết này không nhất thiết va chạm với hai thuyết kia.

Bản thân Luận sư *Buddhaghosa* không đưa ra một quyết định nào giữa ba thuyết này. Ngài chỉ nêu ra cho thấy trong cả ba thuyết trên, bên dưới những bất đồng của chúng, vẫn có sự công nhận rằng tuệ xuất khởi sẽ quyết định đặc tính thiền của đạo. Vì tuệ này làm cận y duyên (nhân gần và chính) cho sự khởi sinh của đạo. Vì thế cho dù đó là tuệ xuất khởi gần với thiền căn bản hay tuệ ấy đang khởi qua thiền thẩm sát hoặc được ấn định theo ý muốn của hành giả thì trong cả ba trường hợp, chính giai đoạn cuối của tuệ (xuất khởi) này sẽ đưa ra sự xác định cho siêu thế đạo, ấn định các đạo chi và giác chi của nó.^[16] Vì lẽ quả khởi lên ngay sau đạo có một cấu trúc giống hệt với đạo nên thiền siêu thế của nó cũng được quyết định bởi đạo. Như vậy, một đạo thuộc sơ thiền sẽ tạo ra một quả thuộc sơ thiền và đối với các thiền còn lại cũng cần hiểu như thế.

THÁNH QUẢ ĐỊNH VÀ DIỆT TẬN ĐỊNH

Truyền thống Phật giáo Thượng Tọa Bộ (*Theravāda*) nhìn nhận hai thiền chứng khác vốn chỉ mở ra cho các bậc thánh đặc biệt. Hai thiền chứng này là Thánh quả định (*Phalasamāpatti*), có nơi gọi là Thiên quả, và Diệt tận định (*Nirodhasamāpatti*), Thiên diệt. Thánh quả định là một bậc thiền đích thực thuộc loại siêu thế. Diệt tận định, dù không phải là một bậc thiền, song vẫn đòi hỏi phải có sự tinh thông các thiền hiệp thế như một điều kiện tiên quyết cho sự thành tựu của nó. Bây giờ chúng ta sẽ lần lượt xét đến từng thiền chứng một.

THÁNH QUẢ ĐỊNH

Chúng ta biết tâm quả (*phalacitta*) là một trạng thái tâm siêu thế xếp vào loại quả (*vipāka*) bởi vì nó được tạo ra bởi tâm đạo tương ứng. Cũng như tâm đạo, tâm quả là một bậc thiền vận hành ở mức thiền của đạo vì về nội dung đạo và quả hầu như giống hệt nhau. Tâm quả khởi lên theo hai cách. Sự khởi lên ban đầu của quả, như chúng ta đã đề cập ở trước, xảy ra trong lộ trình tâm đạo, khi nó sanh khởi kế liền theo tâm đạo. Vào lúc đó tâm quả chỉ tồn tại trong hai hoặc ba sát na tâm để cảm nghiệm quả giải thoát rồi diệt, liền theo đó là hữu phần. Tuy nhiên tâm quả cũng có thể khởi lên theo cách khác. Cách khởi lên thứ hai này dưới hình thức của một định chứng đặc biệt gọi là Thánh quả định. Loại quả này chỉ có các bậc thánh thuộc bốn giai đoạn giải thoát mới có thể đạt tới được, và nó được sắp vào bốn bậc tương ứng với bốn giai đoạn ấy: Nhập lai thánh quả định, Nhất lai thánh quả Định, Bất lai thánh quả định và Alahán Thánh quả định.

Giống như tâm quả sanh liền theo tâm đạo, Thánh quả định này cũng là một thiền siêu thế có Niết bàn là đối tượng. Nhưng, trong khi quả ở lộ trình đắc đạo chỉ kéo dài hai hoặc ba sát na tâm, thì Thánh quả định mà một bậc thánh nhập vào sau đó lại có thể kéo dài bao lâu tùy theo vị ấy quyết định, tức là nó có thể liên tục như một chuỗi các tâm quả nối tiếp theo nhau không gián đoạn trong hàng giờ hoặc thậm chí hàng ngày không dứt. Như vậy, thiền quả này cung cấp cho các bậc thánh một “nơi nghỉ” đặc biệt, ở đó, các Ngài có thể thọ hưởng hạnh phúc của Niết bàn ngay trong hiện tại cho chính mình.

Thanh Tịnh Đạo luận về Thánh quả định này dưới một số các đề mục. Đầu tiên, bộ luận ấy định nghĩa về Thánh quả định như “sự an trú của Thánh quả trong diệt” (absorption of the noble fruition in cessation), sự định nghĩa mà *Mahātikā* (chú giải Thanh Tịnh Đạo) diễn giải với nghĩa Thánh quả định là “*sự khởi lên của thiền thuộc Thánh quả theo phương thức của định an chỉ với Niết bàn làm đối tượng*”.^[17] sự định nghĩa này cho thấy hai sự kiện quan trọng về Thánh quả định. Thứ nhất, đó là một bậc thiền và thứ hai, thiền này lấy Niết bàn làm đối tượng. Mặc dù tâm quả, vào những lúc thuộc Thánh quả định, không có tâm đạo đi trước – vì mỗi đạo được xem là độc nhất và không thể lập lại – song mức thiền của nó luôn luôn tiếp tục tương ứng với mức thiền của đạo từ đó nó sanh ra lúc ban đầu. Theo đó, nếu hành giả đắc một đạo có sơ thiền thì về sau chỉ nhập vào một Thánh

quả sơ thiên; nếu đắc một đạo nhị thiên sẽ luôn luôn nhập Thánh quả nhị thiên, v.v...

Thánh quả định vượt ngoài tầm của phạm phu nhưng vẫn dành cho tất cả các bậc thánh. Mỗi bậc thánh sẽ nhập Thánh quả tương ứng với mức giải thoát của vị ấy, tức là bậc Nhập lưu nhập Thánh quả Nhập lưu, bậc Nhất lai nhập Thánh quả Nhất lai, bậc Bất lai nhập Thánh quả Bất lai, v.v... Những vị đã đạt đến một đạo cao hơn sẽ không đắc một quả thấp hơn, trong khi những vị ở mức thấp cũng không thể đắc một quả cao hơn được.

Các vị Thánh sử dụng thiên quả này với mục đích thọ hưởng hạnh phúc Niết bàn ngay trong hiện tại. Họ nhập vào đó bằng cách không chú tâm đến các đối tượng thế gian và tập trung độc nhất vào Niết bàn. Muốn nhập thiên quả, vị Thánh đệ tử nên đi vào độc cư, nghĩa là vào một chỗ thanh vắng, quyết định nhập thiên quả rồi phát triển minh sát trên các hành, kinh qua một chuỗi các tuệ minh sát bắt đầu với sanh diệt tuệ. Các tuệ này tiến triển cho đến thuận thứ, tiếp theo bằng chuyển tộc tuệ với các hành làm đối tượng, “kế liền đó tâm trở nên an trú trong diệt cùng với sự chứng quả.”^[18] Bởi lẽ sự quyết định trước là để đắc Thánh quả, chứ không phải một đạo cao hơn, nên tuệ giác chỉ đưa đến Thánh quả định mà không phải một đạo cao hơn. Việc chứng đạo đòi hỏi phải có một nguyện vọng dẫn đường riêng và khác hơn trước khi phát triển minh sát.

Thánh quả định được làm cho kéo dài bao lâu bằng một tác ý quyết định trước, vì chính nhờ sự quyết định như vậy “ta sẽ xuất vào giờ này” mà Thánh quả định sẽ kéo dài như đã định. Sự xuất định xảy ra khi tâm không chú ý đến Niết bàn mà lấy một tướng nào đó thuộc các hành (danh – sắc) làm đối tượng. Liền sau khi Thánh quả định chấm dứt tâm sẽ chìm lại vào dòng hữu phần. Thánh quả định cũng khởi lên chớp nhoáng trong tiến trình xuất khỏi Diệt tận định.

Sự chứng Thánh quả được đặt cho ba tên tùy theo cách thức nổi bật của tuệ trong quá trình minh quán ngay trước sự an chỉ. Nếu tuệ nổi bật là quán vô thường thì quả chứng được là Vô tướng giải thoát (*animittavimokkha*); nếu tuệ quán khổ là nổi bật thì quả gọi là Vô nguyện giải thoát (*appanahitavimokkha*); và nếu tuệ quán vô ngã nổi bật thì quả gọi là Không Tánh Giải Thoát (*sunññātavimokkha*). Tuy nhiên trong ý nghĩa phóng khoáng thì cả ba tên gọi đều có thể áp dụng cho bất cứ quả nào cũng được vì quả nào cũng có Niết bàn làm đối tượng, mà Niết bàn là Vô tướng giới, Vô nguyện giới và Không tánh giới. Và lại, quả nào cũng có bản chất như nhau là vô tham, vô sân, vô si, không có các tướng tham, sân, si và cũng không có những ước muốn bắt nguồn từ tham, sân, si. ^[19]

Diệt tận định

Một chứng đắc nữa trong lãnh vực thiên dành cho các vị Thánh hành giả là chứng diệt hay Diệt tận định (*nirodhamāsapatti*), hoặc cũng gọi là diệt thọ tướng định (*sañññāvedayitanirodha*). Nét đặc thù của định chứng này là sự diệt của mọi hoạt

động tâm lý trong tình trạng vẹn toàn của nó. Chính vì lý do này mà Thanh Tịnh Đạo định nghĩa định chứng ấy như “sự không khởi sanh của tâm và các pháp đồng sanh (tâm sở) do sự diệt không ngừng của chúng”. [20]

Chỉ các bậc Bất lai và Alahán nào có tám thiền chứng hiệp thể, tức là đã đắc và thuần thực bốn thiền sắc giới và bốn thiền vô sắc mới có thể chứng Diệt tận định này. Hàng phàm phu, các bậc thánh Nhập lưu và Nhất lai, kể cả những vị có tám thiền chứng, cũng không thể đắc. Các vị thánh Bất lai và Alahán không thuần thực trong tám thiền chứng cũng vậy. Lý do các bậc thánh Nhập lưu và Nhất lai không thể đắc Diệt tận định là vì họ thiếu các điều kiện cần thiết. Muốn vậy, đòi hỏi phải có sự thuần thực hoàn toàn cả hai năng lực tịnh chỉ (định) và tuệ giác. Bởi vì những vị ở dưới mức của một bậc Bất lai chưa hoàn toàn đoạn trừ hết dục ái nên năng lực tịnh chỉ của họ không hoàn hảo cho nên không thể chứng Diệt tận định được. Sự chứng diệt cũng chỉ có thể được đạt đến trong “ngũ uẩn hữu”, tức là ở những cõi năm uẩn có mặt đầy đủ. Thiền chứng này ở cõi vô sắc được xem là bất khả đắc vì nó phải được đi trước bởi bốn thiền vô sắc, một điều thiếu ở các cõi vô sắc này.

Các bậc thánh Bất lai và Alahán với những khả năng cần phải có nhập vào Diệt tận định vì cảm thấy mệt mỏi với sự sanh khởi và hoại diệt của các hành, các vị nghĩ “ta hãy trú trong lạc bằng cách không tâm trong hiện tại và đạt đến tịch diệt tức là Niết bàn”. [21] Để nhập vào Diệt tận định vị Thánh hành giả phải cố gắng tạo ra sự diệt của tâm thức thuộc Phi tướng phi phi tướng xứ. Điều này đòi hỏi phải có sự phối hợp quân bình của tịnh chỉ và tuệ giác. Một vị sử dụng thuần tịnh chỉ thì chỉ có thể đạt đến Phi tướng phi phi tướng xứ chứ không thể đắc Diệt tận định. Trong khi vị sử dụng thuần tuệ giác (minh sát) thì có thể nhập Thánh quả định mà không đắc diệt. Sự chứng diệt đòi hỏi phải có sự áp dụng tịnh chỉ và tuệ giác xen nhau.

Vị hành giả ước nguyện đắc diệt tận định trước hết nhập vào sơ thiền, xuất khỏi thiền ấy và quán các hành của nó với tuệ giác (minh sát) xem như vô thường, khổ, vô ngã. Với mỗi thiền chứng, hành giả lập lại cùng phương thức như trên cho đến “Vô sở hữu xứ”, thiền chứng vô sắc kế Phi tướng phi phi tướng xứ. Sau khi xuất khỏi Vô sở hữu xứ, hành giả phải thực hiện bốn công việc chuẩn bị. Trước hết, hành giả quyết định (khởi lên ý tưởng) rằng những vật dụng hành giả hiện sử dụng nhưng thuộc về người khác [22] sẽ không bị nguy hại bởi lửa cháy, nước trôi, gió cuốn, trộm lấy, chuột gặm, v.v... trong lúc hành giả nhập Diệt tận định. Sự quyết định như vậy sẽ có năng lực bảo hộ hiệu quả trong suốt thời gian nhập định, những đồ dùng cá nhân của hành giả được bảo vệ nhờ chính năng lực của sự Diệt tận định (chứ không bởi ai khác). Thứ hai, hành giả quyết định rằng nếu Tăng chúng cần đến mình, hành giả sẽ xuất thiền trước khi có một vị Tỷ kheo đến gọi. Thứ ba, hành giả quyết định rằng nếu đức Phật gọi mình, hành giả sẽ xuất thiền trước khi một vị Tỷ kheo được phái đến để gọi hành giả. Và thứ tư, hành giả quyết định rằng thọ mạng của hành giả ít nhất cũng còn kéo dài được bảy ngày nữa kể từ lúc hành giả nhập Diệt tận định.

Sau khi đã thực hiện xong bốn công việc chuẩn bị này, hành giả nhập vào Phi tướng phi phi tướng xứ. Một hoặc hai tiến trình tâm trôi qua rồi sẽ diệt, hành giả trở nên không tâm và đắc Diệt tận định. Sự dừng lại của dòng tâm thức xảy ra một cách tự động như kết quả của sự quyết định mà hành giả đã nguyện. Hành giả sẽ ở trong diệt bao lâu tùy theo quyết định trước đó của hành giả (nhưng không quá bảy ngày). Tuy nhiên, nếu hành giả không làm bốn công việc chuẩn bị thì sau khi đạt đến Phi tướng phi phi tướng xứ, hành giả sẽ trở lại Vô sở hữu xứ chứ không đắc Diệt tận định được.^[23]

Cũng giống như lúc nhập, sự xuất khỏi Diệt tận định xảy ra một cách tự động, do hết thời hạn đã định, trừ phi bị gián đoạn sớm hơn bởi Tăng chúng đang chờ, đức Phật triệu tập, hoặc chấm dứt thọ mạng. Sự xuất định xảy ra bằng cách chúng Bất lai thánh quả nếu là một vị Bất lai hoặc Alahán Thánh quả nếu là một vị Alahán. Ngay sau khi xuất Diệt tận định, hành giả trải qua một chuỗi các tâm quả tương ứng với mức tu tập của vị ấy. Song đối với hầu hết mọi hành giả thì lúc này, tâm họ đều hướng về Niết bàn. Vì lý do đó mà vị Bất lai, sau khi xuất khỏi Diệt tận định, có thể dùng thiền chứng của mình làm căn bản cho việc đắc Alahán quả. Như đức Phật dạy: *“Vị Tỳ kheo hoàn toàn vượt qua Phi tướng phi phi tướng xứ, chứng và trú trong Diệt Thọ Tướng Định. Sau khi thấy với trí tuệ, các lậu hoặc của vị ấy đã được đoạn tận.”*^[24]

Diệt tận định là tuyệt đỉnh của một tiến trình thăng tiến làm cho dừng lại các hành thuộc thân và tâm. Trưởng lão ni *Dhammadinnā* giải thích rằng có ba loại hành là thân hành (*kāyasankhāra*), khẩu hành (*vacīsaṅkhāra*) và tâm hành (*citta saṅkhāra*). Thân hành là hơi thở vô – ra, một tiến trình thuộc sinh lý liên quan đến thân thể. Khẩu hành là tâm và tứ, hai tâm sở hướng dẫn ngữ hành. Tâm hành là thọ và tưởng, tiến trình nhận thức có quan hệ với tâm. Đối với một vị nhập Diệt tận định, Trưởng lão ni *Dhammadinnā* nói, khẩu hành diệt trước (ở nhị thiền), rồi đến thân hành (ở tứ thiền) và sau cùng là tâm hành (với sự nhập Diệt tận định).^[25]

Câu hỏi có thể phát sanh là giữa một người chết và một hành giả chứng Diệt tận định có gì khác nhau. Vấn đề này được Tôn giả Xá Lợi Phất giải thích:

“Khi một người chết, này hiền giả, thọ mạng của người ấy đã mãn, thân hành chấm dứt và hoàn toàn dừng lại, khẩu hành chấm dứt và hoàn toàn dừng lại, ý hành chấm dứt và hoàn toàn dừng lại, mạng căn đã dứt, hơi nóng đã diệt và các căn của người ấy tiêu hoại. Khi một vị Tỳ kheo nhập Diệt thọ tướng định, thân hành vị ấy chấm dứt và hoàn toàn dừng lại, khẩu hành chấm dứt và hoàn toàn dừng lại, ý hành chấm dứt và hoàn toàn dừng lại. Nhưng mạng căn của vị ấy chưa dứt, hơi nóng không diệt và các căn còn nguyên vẹn.”^[26]

Một câu hỏi khác cũng có thể được đặt ra liên quan đến Phi tướng phi phi tướng xứ, Thánh quả định và Diệt tận định. Diệt tận định khác với Thánh quả định và Phi tướng phi phi tướng xứ ở chỗ hai loại này là những trạng thái tâm được cấu thành bởi tâm và các tâm sở, trong khi Diệt tận định không phải là một trạng thái tâm mà

là sự dừng lại của dòng tâm thức cùng với các tâm sở của nó. Phi tướng phi phi tướng xứ – Vô sắc xứ thứ tư – là một thiên chứng thuần túy hiệp thế trong lãnh vực tịnh chỉ mà mọi hành giả, nếu đủ định lực cần thiết, đều có thể đắc chứng. Đối tượng của nó cũng thuần hiệp thế, đó là bốn danh uẩn thuộc vô sắc xứ thứ ba hay Vô sở hữu xứ. Phi tướng phi phi tướng xứ không buộc phải có những thành tựu nào trong tuệ giác hoặc phải chứng một bậc thánh nào cả. Như vậy, bất cứ ai có đủ điều kiện (định lực) cần thiết đều có thể chứng được bậc thiên này. Ngược lại, Thánh quả định là một pháp siêu thế đưa tịnh chỉ và tuệ giác vào thế quân bình. Đối tượng của nó là Niết bàn – siêu thế. Mỗi quả chứng đều được mở ra cho những vị Thánh nào đã đạt đến mức giải thoát tương ứng và được nhập vào bằng một trình tự thực hành sơ khởi trong việc minh quán trên tam tướng. Sự chứng Diệt tận định, khác với hai loại trên, không phải hiệp thế cũng không phải siêu thế, không hữu vi cũng không vô vi. Là sự diệt của tâm nên nó không cần đối tượng. Diệt tận định duy chỉ mở ra cho các bậc thánh Bất lai và Alahán có tám thiên chứng (bốn sắc giới và bốn vô sắc giới) và được đạt đến qua một trình tự hành xen kẽ giữa tịnh chỉ và minh quán. Hơn nữa, muốn nhập Diệt tận định đòi hỏi phải hoàn tất bốn công việc chuẩn bị, trong khi những chuẩn bị này là không cần thiết đối với Phi tướng phi phi tướng xứ hoặc Thánh quả định.

BẢY LOẠI THÁNH NHÂN

Như chúng ta đã thấy, tất cả các bậc thánh đều có thiên siêu thế kèm theo các đạo, quả chứng của họ. Hơn nữa, ở mỗi trong bốn giai đoạn giải thoát, các vị Thánh đệ tử còn có quyền sử dụng thiên siêu thế thuộc quả chứng tương ứng, qua đó các vị có thể nghỉ ngơi để thọ hưởng hạnh phúc của Niết bàn ngay trong hiện tại. Tuy nhiên, vẫn còn khó hiểu ở chỗ các vị sẽ có chung mức độ nào trong việc sở đắc thiên hiệp thế. Để xác định câu trả lời cho vấn đề này, có lẽ sẽ thật hữu ích nếu chúng ta tham khảo lại thể thức phân loại các bậc thánh nhân thời nguyên thủy đã được mô tả đầy đủ nhất trong kinh *Kītagiri*, một bài kinh thuộc Trung Bộ, mà về sau được diễn đạt lại trong bộ *Puggalapanññatti* (Nhân chế định) của Tạng Diệu Pháp, cũng như được làm sáng tỏ thêm trong các bản chú giải. Thể thức phân loại này sắp tám hạng thánh nhân thuộc bốn đạo và bốn quả thành bảy loại: *Tùy tín hành*, *Tín giải thoát*, *Thân chứng*, *Câu phần giải thoát*, *Tùy pháp hành*, *Kiến đạo* và *Tuệ giải thoát*.^[27] Một cái nhìn vào sự giải thích về bảy loại thánh nhân này sẽ cho chúng ta khả năng thấy được tầm mức thiên chứng mà các vị Thánh đệ tử đạt đến, từ đó có thể định mức vị trí thiên hiệp thế trong chân dung con người hoàn thiện của đạo Phật Nguyên Thủy.

Bảy loại chia thành ba loại chung, mỗi hạng được xác định bằng tính chất ưu thắng của một căn đặc biệt nào đó trong ngũ căn (tín, tấn, niệm, định và tuệ). Tùy tín hành và Tín giải thoát ảnh hưởng bởi tính chất ưu thắng của tín căn; Thân chứng và câu phần giải thoát bởi tính chất ưu thắng của định căn; và Tùy pháp hành, Kiến đạo, Tuệ giải thoát bởi tính chất ưu thắng của tuệ căn. Mặc dù vậy, lối phân chia này cũng có một vài giới hạn cần phải nhận định khi chúng ta tiếp tục tìm hiểu.

1. Hạng Tùy tín hành được giải thích trong kinh như sau:

“Ở đây, này chư Tỳ kheo, có người tự thân không chứng đắc các tịch tịnh giải thoát vô sắc (santā vimokkhā ārupā) vượt khỏi các sắc; sau khi thấy với trí tuệ các lậu hoặc của vị ấy chưa được đoạn trừ. Nhưng vị ấy có niềm tin với Như lai, có lòng thương kính đối với Như Lai. Hơn nữa, vị ấy còn có những pháp như tín căn, tấn căn, niệm căn, định căn và tuệ căn. Người này, này chư Tỳ kheo, được gọi là một vị Tùy tín hành.” [28]

Trong khi đó định nghĩa của bộ Nhân chế định (*puggapanññatti*) lại ghi:

Thế nào là hạng người Tùy tín hành? Nơi một người đang tiến hành tác chứng quả Nhập lưu tín căn nổi bật; vị ấy tu tập thánh đạo có tín hướng đạo (saddhāvāhim), có tín tiên phương (saddhāpubbangamam). Đây được gọi là hạng người Tùy tín hành.

Người đang tiến hành tác chứng quả Nhập lưu là người Tùy tín hành. Khi đã an trú trong quả thì người ấy là bậc tín giải thoát (saddhāvimutto). [29]

Trong khi sự giải thích theo tinh thần kinh tạng đề cập rành mạch đến sự thiếu các “tịch tịnh giải thoát vô sắc”, tức là không có bốn thiền vô sắc, thì bộ Nhân chế định thuộc Tạng Vi Diệu Pháp lại bỏ điều này, thay vào đó, đề cập địa vị của người ấy như một người ở trên Nhập lưu đạo (tức người sơ đạo). Cả hai đều nhất trí trong việc nhìn nhận hạng tín giải thoát như một hành giả với tín căn nổi bật. Khi các thiền vô sắc được loại khỏi trang bị tinh thần của hạng người Tùy tín hành, điều này không hàm ý một điều gì liên quan đến việc thành tựu các thiền sắc giới thuộc hiệp thể của vị ấy. Dường như rằng bậc Tùy tín hành trước đó có thể đã đắc một thiền sắc giới nào đó trong bốn bậc thiền rồi mới đắc đạo, và cũng có thể chỉ là một vị thuần quán (cần tuệ hành giả) không có khả năng về thiền hiệp thể. Các bản chú giải thêm vào một yếu tố mới, đó là sự liên hệ giữa chủ đề minh quán của hành giả và căn nổi bật của vị ấy. Như vậy, đối với bậc Tùy tín hành, chủ đề minh quán là vô thường. Thanh Tịnh Đạo nói: *“Khi một vị có quyết tâm lớn, tác ý các hành là vô thường, có được tín căn, vị ấy trở thành bậc Tùy tín hành vào sát na Nhập lưu Đạo”* [30]

2. Hạng tín giải thoát, vị giải thoát bằng đức tin, được định nghĩa một cách nghiêm ngặt và chính xác như một vị Thánh đệ tử ở sáu cấp độ trung gian, tức từ Nhập lưu Thánh quả cho đến Alahán đạo, thiếu các thiền vô sắc và có tín căn nổi bật. Đức Phật giải thích hạng Tín giải thoát như sau:

“Ở đây (trong giáo pháp này), có người tự thân không chứng đắc các tịch tịnh giải thoát vô sắc vượt qua các sắc; nhưng sau khi thấy với trí tuệ, một số lậu hoặc của vị ấy đã được đoạn trừ và niềm tin nơi Như Lai đã được xác định, được an trú trên nền tảng vững chắc. Người này, này chư Tỳ kheo, được gọi là hạng người Tín giải thoát.” [31]

Cũng như trường hợp của vị Tỳ tỳ hành, vị Tỳ tỳ giải thoát này trong khi thiếu các thiền vô sắc, vẫn có thể là một vị đã đắc chứng tứ thiền sắc giới hoặc một vị thuần quán hành giả.

Bộ Nhân chế định nói rằng, hạng người Tỳ tỳ giải thoát là hạng người tuệ tri Tứ thánh đế, đã thấy và xác chứng bằng trí tuệ các pháp do Như Lai tuyên thuyết, cũng như với trí tỏ ngộ chỉ một số lậu hoặc của vị ấy được diệt trừ. Tuy nhiên, vị ấy không hành trì dễ dàng như hạng người kiến đáo (*ditthippatta*), là người đã đạt đến trí tuệ, việc tu tiến của họ dễ dàng hơn nhờ vào trí tuệ thù thắng này. [32] Sự kiện hạng Tỳ tỳ giải thoát đã diệt chỉ một số lậu hoặc ngụ ý rằng vị ấy đã vượt qua sơ đạo song vẫn chưa đạt đến quả vị cuối cùng là Alahán quả.

3. Hạng người “thân chứng” là vị thánh đệ tử ở sáu cấp độ trung gian, từ Nhập lưu Thánh quả đến Alahán thánh đạo, có định căn nổi bật và có thể có các thiền vô sắc. Kinh giải thích:

“Và, này chư Tỳ kheo, thế nào là hạng người Thân chứng? Ở đây, này chư Tỳ kheo, có người tự Thân chứng đắc các tịch tịnh giải thoát vô sắc vượt qua các sắc, và sau khi thấy với trí tuệ, một số lậu hoặc của vị ấy đã được đoạn trừ. Người này, này chư Tỳ kheo, được gọi là hạng người Thân chứng.” [33]

Về điều này, bộ Nhân chế định đưa ra lời giải thích hơi khác:

“Thế nào là hạng người Thân chứng? Ở đây, có người sau khi đã tự thân đã chứng đắc tám giải thoát và thấy với trí tuệ, một số lậu hoặc của vị ấy đã được đoạn trừ.” [34]

Đối với các “giải thoát vô sắc” mà kinh đề cập, bộ Nhân chế định thay thế bằng “tám giải thoát” (*aṭṭhavimokkhā*). Tám giải thoát này bao gồm ba thiền chứng thuộc bốn thiền sắc giới (tính luôn cả bốn bậc thiền sắc giới), bốn thiền vô sắc và Diệt tận định. [35] Tuy nhiên, cho dù Nhân chế định đưa ra lời giải thích lại như vậy, ta không nên nghĩ rằng hoặc việc chứng tám giải thoát là điều kiện cần để trở thành một bậc Thân chứng, hoặc việc chứng ba giải thoát sắc giới là điều kiện đủ. Những gì được xem như là điều kiện cần và đủ để mệnh danh “bậc Thân chứng” là sự diệt một phần nào đó các phiền não cùng với sự chứng đắc ít nhất cũng một bậc thiền vô sắc thấp nhất (Không vô biên xứ). Như vậy, hạng Thân chứng trở thành năm theo cách tính những vị đắc một trong bốn thiền vô sắc kể như bốn và vị đắc Diệt tận định là năm. [36]

Visuddhimagga nối kết bậc Thân chứng với khổ kể như một đề tài minh quán và định kể như căn nổi bật: “*Khi một vị có năng lực tịch chỉ lớn, tác ý các hành là khổ, có được định căn, vị ấy được gọi là một bậc Thân chứng trong cả tám trường hợp.*” Đó là từ Nhập lưu thánh đạo cho đến Alahán Thánh quả. Chú giải Thanh Tịnh Đạo giải thích rằng sự mở rộng phạm vi của hạng Thân chứng đến tám – từ sơ đạo đến Alahán quả – chỉ có ý tượng trưng chứ không nên xem là thực. Chính

xác mà nói, một vị Thân chứng chỉ được thấy trong sáu giai đoạn trung gian (từ Nhập lưu Thánh quả đến Alahán đạo). Theo chú giải “một vị có tám thiên chứng trên sơ đạo chắc chắn phải là, hoặc một vị Tùy tín hành, hoặc một vị Tùy pháp hành. Khi vị này ở quả vị cuối cùng (Alahán quả) thì sẽ là một vị câu phần giải thoát (*Ubhatobhāgavimutta*).” [37]

4. Hạng Câu phần giải thoát (vị giải thoát trên cả hai phương diện) là một bậc Alahán đã hoàn toàn hủy diệt mọi phiền não và có các thiên chứng vô sắc. Các bản chú giải giải thích danh xưng “Câu phần giải thoát” theo nghĩa “nhờ chứng thiên vô sắc vị ấy được giải thoát khỏi sắc thân (thân vật lý) và nhờ chứng đạo (thuộc Alahán quả) vị ấy được giải thoát khỏi danh thân (thân tâm lý). [38] Tạng kinh định nghĩa hạng hành giả này như sau:

“Thế nào, này các Tỳ kheo, là hạng Câu phần giải thoát? Ở đây, này các Tỳ kheo, có người tự thân đã đạt đến các giải thoát tịch tịnh vô sắc, vượt khỏi các sắc, sau khi thấy với trí tuệ, các lậu hoặc của vị ấy đã diệt tận. Người này, này các Tỳ kheo, được gọi là bậc Câu phần giải thoát.” [39]

Bộ Nhân chế định, về căn bản, đưa ra công thức tương tự, chỉ thay thế “các giải thoát vô sắc” bằng “tám giải thoát”. [40] Cũng lối giải thích này đã được áp dụng cho hạng thân chứng ở đây: việc chứng bất cứ một thiên vô sắc nào, dù thấp nhất (Không vô biên xứ), cũng đủ để phẩm định người ấy là hạng Câu phần giải thoát. Như *Mahātikā* (chú giải Thanh Tịnh Đạo) nói: “*Vị đắc Alahán quả sau khi chứng dù chỉ một (thiên vô sắc) sẽ là bậc Câu phần giải thoát.*” [41] Hạng này trở thành năm theo cách tính những vị đắc Alahán quả sau khi xuất khỏi một bậc thiên này hoặc một bậc thiên khác thuộc bốn thiên vô sắc, và một vị đắc Alahán quả sau khi xuất khỏi Diệt tận định. [42]

5. Hạng người Tùy pháp hành (*Dhammānusāri*) là một hành giả trên sơ đạo (Tu-đà-hoàn đạo) có tuệ căn nổi bật. Ở đây chữ “*Dhamma*” có nghĩa là “trí tuệ”. Đức Phật giải thích hạng Tùy pháp hành này như sau:

“Ở đây, này các Tỳ kheo, có người tự thân không chứng đắc các tịch tịnh giải thoát vô sắc, vượt khỏi các sắc; sau khi thấy với trí tuệ, các lậu hoặc của vị ấy cũng chưa hoàn toàn đoạn trừ. Nhưng những lời dạy mà Như Lai (Tathāgata) tuyên thuyết đã được vị ấy chấp nhận thuần do tư duy, và vị ấy có được những pháp này – tín căn, tấn căn, niệm căn, định căn và tuệ căn. Người này, này các Tỳ kheo, được gọi là bậc Tùy pháp hành.”

Bộ Nhân chế định định nghĩa bậc Tùy pháp hành y theo lối định nghĩa vị Tùy tín hành, ngoại trừ việc thay thế tuệ vào chỗ tín như một căn nổi bật cũng như pháp dẫn đường và tiên phong trong sự tu tập đạo lộ. Ngoài ra bộ này còn thêm rằng khi một vị Tùy pháp hành đã an trú trong Nhập lưu Thánh quả, vị ấy trở thành bậc Kiến đạo (*ditṭhipatta*). Một lần nữa, giữa kinh và Vi Diệu Pháp bất đồng nhau về sự nhấn mạnh, trong khi kinh nhấn mạnh đến việc không có các thiên vô sắc thì Vi

Diệu Pháp nhấn mạnh đến địa vị thánh nhân. *Visuddhimagga* nói kết hạng Tùy pháp hành này với việc quán vô ngã: “*Khi một vị có trí tuệ lớn, tác ý các hành là vô ngã, có được tuệ căn, vị ấy trở thành bậc Tùy pháp hành vào sát na Nhập lưu thánh đạo.*”^[43] Có thể đoán chừng là, mặc dù bốn thiền vô sắc được phủ nhận đối với vị Tùy pháp hành, song vị ấy vẫn có thể có một thiền nào đó trong bốn thiền sắc giới hoặc cũng có thể vị ấy chỉ là vị hành giả thuần quán không có thiền hiệp thể nào hết.

6. Hạng người Kiến Đáo, vị Thánh đệ tử ở sáu giai đoạn giữa – từ Nhập lưu Thánh quả đến Alahán đạo – không có các thiền vô sắc và có tuệ căn nổi bật. Đức Phật giải thích:

“Và này các Tỳ kheo, thế nào là hạng Kiến Đáo? Ở đây, này các Tỳ kheo, có người tự thân không chứng đắc tịch tịnh giải thoát vô sắc, vượt qua các sắc, nhưng sau khi thấy với tuệ, một số lậu hoặc của vị ấy đã được diệt tận và những pháp do Như Lai tuyên thuyết đã được vị ấy thấy và xác chứng với trí tuệ. Người này, này các Tỳ kheo, gọi là bậc Kiến Đáo.”^[44]

Bộ Nhân chế định định nghĩa bậc Kiến Đáo là người tuệ tri Tứ thánh đế, đã thấy và xác chứng với trí tuệ các pháp (*dhamma*) do Như Lai tuyên thuyết, và sau khi thấy với tuệ, một số lậu hoặc của vị ấy đã được đoạn trừ.^[45] Như vậy vị này là “bên đôi tác trí tuệ” của hạng Tín giải thoát, nhưng hành trì dễ dàng hơn vị Tín giải thoát nhờ trí tuệ nhạy bén của vị ấy.

7. Hạng người Tuệ giải thoát là một vị Alahán không có các thiền chứng vô sắc. Theo nguyên văn trong kinh là:

“Thế nào, này các Tỳ kheo, là hạng Tuệ giải thoát? Ở đây, này các Tỳ kheo, có người tự thân không chứng các tịch tịnh vô sắc, vượt qua các sắc, song, sau khi thấy với trí tuệ, các lậu hoặc của vị ấy đã được diệt tận. Hạng người này, này các Tỳ kheo, được gọi là hạng Tuệ giải thoát.”^[46]

Định nghĩa của Nhân chế định chỉ thay thế “các giải thoát vô sắc” bằng “tám giải thoát”. Mặc dù các bậc Alahán này không đắc các thiền vô sắc song họ hoàn toàn có thể đạt đến các thiền sắc giới. Thực vậy, chú giải tạng kinh nói rằng hạng Tuệ giải thoát có năm nếu tính theo vị hành giả thuần quán và bốn vị đắc Alahán sau khi xuất khỏi bốn thiền sắc giới.

Cũng cần nên nhớ rằng một vị giải thoát bằng tuệ (tuệ giải thoát) không khác biệt với vị giải thoát bằng đức tin (tín giải thoát), mà chỉ tương phản với vị giải thoát trên hai phương diện (Câu phân giải thoát). Điểm quan trọng phân chia ra hai loại Alahán là có hoặc không có bốn thiền vô sắc và chứng Diệt tận định. Hạng Tín giải thoát có mặt trong sáu tầng Thánh trung gian – từ Tu-đà-hoàn quả đến Alahán đạo – chứ không có mặt ở Alahán quả. Khi vị này đắc Alahán quả, không có các thiền vô sắc thì trở thành bậc tuệ giải thoát mặc dù đức tin thay vì trí tuệ là căn nổi bật

của vị ấy. Tương tự một thiền giả có định căn ưu thắng nhưng thiếu các thiền chứng vô sắc cũng trở thành bậc tuệ giải thoát khi họ đắc Alahán quả. Tuy nhiên, một hành giả đạt đến Thánh quả Alahán trong khi có các thiền chứng vô sắc vẫn sẽ là bậc Câu phân giải thoát cho dù trên nguyên tắc tuệ căn chứ không phải định mới là điều cần yếu trong những thành tựu tinh thần của vị ấy, như đối với trường hợp của Tôn giả *Sāriputta* (Xá Lợi Phất) vậy.

JHĀNA VÀ BẬC ALAHÁN

Từ quan điểm về tâm vóc tinh thần của họ, bảy loại thánh nhân này còn có thể được phân làm ba hạng. Hạng đầu, gồm các vị Tùy tín hành (*saddhā-nusāri*) và Tùy pháp hành (*dhammānusāri*), nói chung những vị đang trên Nhập lưu thánh đạo, thánh nhân đầu tiên trong tám vị Thánh. Hạng thứ hai gồm vị Tín giải thoát (*saddhāvimutta*), vị Thân chứng (*kāyāsakki*) và vị Kiến đạo (*ditṭhippatta*), tức là những vị ở sáu giai đoạn trung gian, từ Nhập lưu thánh quả đến Alahán thánh đạo. Hạng thứ ba bao gồm vị Câu phân giải thoát (*ubhatobhāvimutta*) và vị Tuệ giải thoát (*paññā-vimutta*), chỉ gồm các vị Alahán.

Như vậy, những thuật ngữ chỉ hai bậc Alahán – Câu phân giải thoát và Tuệ giải thoát – được phân biệt trên căn bản hoàn tất thiền của họ. Vị Alahán Câu phân giải thoát (*Ubhatobhāvimutta Arahat*) tự thân kinh nghiệm “các giải thoát tịch tịnh” thuộc vô sắc giới. Vị Alahán Tuệ giải thoát (*Paññāvimutta Arahat*) thiếu sự kinh nghiệm đầy đủ các thiền vô sắc này. Theo các bản chú giải, mỗi trong hai bậc này còn được chia thành năm loại. Bậc Câu phân giải thoát tính theo cách bốn vị có từ một đến bốn thiền vô sắc và một vị chứng Diệt tận định. Bậc Tuệ giải thoát tính theo cách bốn vị đạt đến Alahán quả sau khi xuất khỏi bốn thiền sắc giới và một thiền giả thuần quán thiếu sự hỗ trợ của thiền hiệp thế.

Vấn đề khả dĩ của Alahán quả không có một thiền hiệp thế nào đôi lúc cũng bị các học giả nghiên cứu đạo Phật đặt nghi vấn, song đa số người theo truyền thống *Theravāda* (Thượng Tọa Bộ) vẫn có khuynh hướng công nhận một sự chứng đắc như vậy. Chúng ta đã đề cập đến vị thuần quán thừa hành giả –

suddhavipassanāyānikka, vị hành giả lấy thuần quán làm cỗ xe, còn được gọi là khô quán hành giả – *sukkhavipassaka*. Sự kiện loại hành giả này không có một thiền hiệp thế nào, hoặc có, nhưng không dùng thiền ấy làm căn bản cho tuệ quán dường như được ngầm chỉ trong Thanh Tịnh Đạo khi bộ luận này đưa ra sự phân biệt trong phần thảo luận của mình về mức độ thiền của đạo.

... đạo khởi lên nơi một vị thuần quán (khô quán) và đạo khởi lên nơi vị có một thiền chứng nhưng không lấy thiền này làm căn bản cho việc tu tập tuệ quán,... là những đạo chỉ thuộc sơ thiền. [47]

Ở đây chúng ta thấy, khi vị thuần quán hay khô quán hành giả được phân biệt với vị đắc thiền nhưng không dùng thiền đó làm căn bản cho việc phát triển minh sát, sự hàm ý rõ ràng đã cho thấy rằng vị thuần quán không có một thiền căn bản nào.

Nếu có, chắc chắn không có lý do gì để nói về hai loại như những trường hợp riêng biệt.

Bằng chứng thêm nữa cho thấy sự hiện hữu của các bậc Alahán không có thiên hiệp thể được cung cấp trong kinh *Susīma* cùng với các bản chú giải của kinh. [48] Trong bài kinh này, vị Tỷ kheo *Susīma* cảm thấy bối rối về điều một nhóm Tỷ kheo tuyên bố đã đạt đến Alahán quả nhưng lại phủ nhận việc có các năng lực thần thông hoặc các giải thoát tịch tịnh thuộc vô sắc giới. Trước câu hỏi làm thế nào họ lại có thể trở thành các bậc Alahán mà không có các chứng đắc này, họ trả lời: “*chúng tôi được giải thoát bằng trí tuệ*” (“*chúng tôi*” là các bậc *Tuệ giải thoát – panññāvimuttā kho mayam*). Lúng túng trước câu trả lời này, *Susīma* đi đến gặp đức Phật để được sáng tỏ. Đức Phật tuyên bố: “*Này Susīma, trước hết trí hiểu biết về thực tánh của các pháp hữu vi khởi sanh, sau đó là trí Niết bàn.*” Rồi Người giải thích tính chất vô thường, khổ, vô ngã của năm uẩn. Đức Phật chỉ ra cho vị ấy thấy làm thế nào việc quán tam tướng lại đưa đến sự xả ly, ly dục, giải thoát, đồng thời làm sáng tỏ quy luật duyên sanh cũng như làm cho *Susīma* tin chắc rằng trí hiểu biết về pháp duyên khởi này có thể đưa đến giải thoát mà không đòi hỏi phải có các năng lực thần thông hoặc các thiên chứng vô sắc nào.

Thực sự mà nói, trong văn kinh không gán việc thiếu thiên định cho nhóm các vị Tỷ kheo giải thoát bằng tuệ này. Kinh chỉ đề cập đến sự vắng mặt của ngũ thông (*abhinññā*) và các thiên vô sắc (*ārūpa*). Tuy nhiên các nguồn diễn giải sau này về bài kinh đã lấp vào chỗ trống, cho thấy rằng các vị Alahán này đã đạt đến cứu cánh mà không có thiên hiệp thể thuộc mức an chỉ. Chú giải diễn đạt rõ lại câu trả lời của vị Tỷ kheo “*chúng tôi được giải thoát bằng tuệ*” để làm sáng tỏ sự kiện họ là các thiên giả thuần quán hay khô quán. “*Chúng tôi được giải thoát bằng tuệ, này hiền giả. Chúng tôi là những hành giả thuần quán, khô quán được giải thoát chỉ bằng trí tuệ mà thôi.*” [49] chú giải thích trí hiểu biết về cấu trúc của các pháp hay pháp trú trí (*dhammatthitinñāna*), còn trí về Niết bàn (*Nibbāne ññāna*) là đạo trí. Chú giải nói rằng sở dĩ đức Phật phải đưa ra những lời giải thích dài dòng về minh sát (tuệ quán) “*vì mục đích muốn chỉ cho thấy sự khởi sanh của trí ngay cả khi không có định.*” [50] Trong khi đó, phụ chú giải lại làm cho mục đích của bài kinh trở nên rõ ràng hơn bằng cách giải thích đoạn “*ngay cả khi không có định*” của chú giải như có nghĩa “*ngay cả khi định đạt đến đặc tính của tịnh chỉ đã không được hoàn tất trước đó*” và thêm rằng “*điều này được nói liên quan đến vị hành giả theo cỗ xe thuần quán*” [51]. Từ những điều vừa nêu, chúng ta có thể suy ra rằng các vị Alahán này đạt đến giải thoát bằng tuệ mà trước đó không có định ở mức tịnh chỉ, nghĩa là thiếu các thiên hiệp thể. Tuy nhiên, là các bậc Alahán, họ nhất thiết đã đạt đến thiên siêu thể thuộc các đạo và quả, cùng với quyền sử dụng thiên thuộc Thánh quả định bất biến.

Trái với các bậc Alahán Tuệ giải thoát, những vị Alahán Câu phân giải thoát hưởng được hai loại giải thoát. Nhờ thành thực các thiên chứng vô sắc họ được giải thoát khỏi sắc thân (*rūpakāya*) hay thân vật lý, nghĩa là các vị có thể an trú trong

các thiền tương ứng với các cảnh giới vô sắc ngay trong kiếp sống này. Nhờ chúng Alahán quả, các vị được giải thoát khỏi thân tâm lý hay danh thân (*nāmakāya*), tức ngay trong hiện tại thoát khỏi mọi phiền não và bảo đảm sự giải thoát tối hậu khỏi các sanh hữu tương lai. Các vị Alahán tuệ giải thoát chỉ có được loại giải thoát thứ hai trong hai loại giải thoát này mà thôi.

Sự giải thoát kép của vị Alahán Câu phần giải thoát này không nên lầm lẫn với loại giải thoát kép khác thường đề cập trong các kinh liên quan đến quả vị Alahán. Cặp giải thoát thứ hai này gọi là *Cetovimutta panññāvimutta* – “tâm giải thoát, tuệ giải thoát”, là chung cho các vị Alahán. Nó xuất hiện trong đoạn kinh quen thuộc mô tả quả vị Alahán: “*Cùng với sự đoạn trừ của các lậu hoặc, vị ấy chứng và trú ngay trong hiện tại vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát sau khi đã tự mình chứng ngộ với thắng trí.*” Vấn đề giải thoát đôi này thuộc về các bậc Alahán Tuệ giải thoát cũng như các bậc Alahán Câu phần giải thoát được kinh *Putta*, một bài kinh trong Tăng Chi Bộ làm cho sáng tỏ. Ở đây, đoạn văn quen thuộc được dùng để mô tả hai loại Alahán gọi là “sa môn sen trắng” và “sa môn sen hồng”.

“Này các Tỳ kheo, thế nào là hạng sa môn sen trắng (samaṇapundarika? Ở đây, này các Tỳ kheo, Tỳ kheo do đoạn tận các lậu hoặc, tự mình với thắng trí chứng ngộ, chứng đạt và an trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát, nhưng chưa với thân cảm giác được tám giải thoát và an trú. Như vậy, này các Tỳ kheo, là hạng sa môn sen trắng.

Và như thế nào, này các Tỳ kheo, là hạng sa môn sen hồng? Ở đây, này các Tỳ kheo, Tỳ kheo do đoạn diệt các lậu hoặc, tự mình với thắng trí chứng ngộ, chứng đạt và an trú tâm giải thoát, tuệ giải thoát và với thân cảm giác được tám giải thoát và an trú. Như vậy, này các Tỳ kheo, là hạng sa môn sen hồng.” [52]

Vì lẽ sự mô tả hai loại sa môn này trùng hợp sự mô tả về Tuệ giải thoát và Câu phần giải thoát nên hai cặp có thể liên kết với nhau, sa môn sen trắng với tuệ giải thoát (*panññāvimutta*), sa môn sen hồng với Câu phần giải thoát (*ubhatobhāgavimutta*). Tuy thế, bậc Alahán Tuệ giải thoát, trong khi thiếu kinh nghiệm về tám giải thoát, vẫn có cả hai tâm giải thoát và tuệ giải thoát như thường.

Có những bản kinh khác giúp chúng ta hiểu được thêm ý nghĩa của “tâm giải thoát” và “tuệ giải thoát” này. Từ “giải thoát bằng tuệ” hay “tuệ giải thoát” hầu như được dùng một cách cố định để nói đến quả vị Alahán, biểu thị sự giải thoát vĩnh viễn của vị Alahán khỏi vô minh do thể nhập trọn vẹn Tứ thánh đế. Trong khi từ “tâm giải thoát” lại có một sự áp dụng phong phú hơn. Ở một vài nơi, từ này biểu thị cho sự giải thoát tạm thời của tâm khỏi các phiền não nhờ chứng tịnh chỉ thiền (thiền định), chẳng hạn như khi kinh nói tứ thiền, bốn phạm trú (*Brahmavihāra*) và Vô sở hữu xứ là những hình thức giải thoát tâm. [53] Nhưng, ở chỗ khác, “tâm giải thoát” được đưa ra như cứu cánh tối hậu của vị hành giả theo Phật giáo. Trong nội dung này, nó thường được phẩm định bằng tính từ “bất động” (*akuppā*). Như vậy, “bất động tâm giải thoát” được coi là quan trọng nhất trong các

giải thoát tâm. Sau khi đạt đến sự giác ngộ, đức Phật tuyên bố: “*Bất động là sự giải thoát của tâm ta*”. Và ở nơi khác Ngài nói: “*Tâm giải thoát bất động chính là mục đích của đời phạm hạnh, là lõi cây của phạm hạnh, là mục tiêu cuối cùng của phạm hạnh*” [54]

Khi tâm giải thoát và tuệ giải thoát nối kết với nhau và được mô tả như “vô lậu” (*anāsava*), có thể xem như chúng muốn chỉ đến hai phương diện giải thoát của vị Alahán. *Cetovimutti* hay tâm giải thoát biểu thị sự giải phóng của tâm ra khỏi tham ái và những phiền não phối hợp với nó. *Panññāvimutti* hay tuệ giải thoát biểu thị sự giải phóng khỏi vô minh. Do vậy: “*Ly tham là tâm giải thoát, đoạn diệt vô minh là tuệ giải thoát*”. [55] “*Khi vị ấy thấy và biết như vậy tâm vị ấy được giải thoát khỏi dục lậu, giải thoát khỏi vô minh lậu*”. [56] Ở đây việc thoát khỏi hai lậu đầu có thể được hiểu như tâm giải thoát, việc thoát khỏi vô minh lậu là tuệ giải thoát. Trong các bản chú giải, “tâm giải thoát” đồng nhất với yếu tố định thuộc quả vị Alahán, “tuệ giải thoát” đồng nhất với yếu tố tuệ.

Nói đến tâm (*ceto*) là muốn nói đến định đi kèm với quả vị Alahán. Nói đến tuệ (*paññā*) là muốn nói đến tuệ đi kèm với quả vị Alahán. Định đó được gọi là “tâm giải thoát” vì nó đã giải thoát tâm khỏi dục tham; tuệ đó được gọi là “tuệ giải thoát” vì nó đã giải thoát tâm khỏi vô minh vậy. [57]

Bởi lẽ một vị Alahán đều đạt đến quả vị Alahán qua việc thực hành Bát Thánh Đạo nên vị ấy chắc chắn phải có thiền siêu thế dưới hình thức chánh định, chi phần thứ tám của Bát Thánh Đạo, từng được đức Phật xác định là bốn thiền sắc giới. Thiền này tồn tại với vị ấy như là định của quả chứng thuộc Alahán Thánh quả vốn khởi lên ở mức thiền siêu thế tương ứng với đạo của vị ấy. Như vậy vị ấy lúc nào cũng phải có ít nhất là thiền siêu thế thuộc Thánh quả, gọi là “*anāsavaṃ cetovimutti*” – Vô lậu tâm giải thoát. Tuy nhiên điều này không đòi hỏi mỗi vị Alahán phải có thiền hiệp thế.

Mặc dù Phật giáo Nguyên Thủy nhìn nhận sự khả dĩ của một quả vị Alahán do thuần quán, tuy thế quan điểm cho rằng các bậc thiền cũng là những thuộc tính đáng mong ước nơi một vị Alahán vẫn thịnh hành. Các bậc thiền không chỉ có giá trị ở giai đoạn trước sự chứng đắc cuối cùng, như một nền tảng cho việc phát triển tuệ giác, mà giá trị của chúng vẫn còn lưu giữ lại ngay cả sau đó nữa. Có hai giá trị của thiền ở giai đoạn Alahán quả, khi mà mọi việc tu tập tinh thân đã được hoàn tất. Một liên quan đến kinh nghiệm nội tại của vị ấy và một liên quan đến ý nghĩa bên ngoài như một biểu trưng của Phật pháp.

Về phương diện kinh nghiệm nội tại, các bậc thiền được xem trọng như cung cấp cho vị Alahán một “sự lạc trú ngay trong hiện tại” (*ditṭhadhammasukha-vihāra*: hiện tại lạc trú). Các bản kinh luôn luôn chứng tỏ giá trị của các bậc Alahán đặc thiền và chính bản thân đức Phật nhiều khi cũng tuyên bố bốn thiền này, một cách tượng trưng, như là một loại Niết bàn ngay trong cuộc sống hiện tại. [58] Về cấp độ và các thiền chi, không có gì khác nhau giữa thiền hiệp thế của bậc Alahán và của

vị không phải Alahán. Cái khác ở chỗ phận sự của chúng. Đối với các vị không phải Alahán thiện hiệp thể tạo thành thiện nghiệp (*kusalakamma*), tức là những nghiệp có tiềm năng cho quả như hóa sanh vào một cảnh giới tương xứng. Nhưng trong trường hợp của vị Alahán, thiện hiệp thể không còn là nghiệp (*kamma*) nữa. Bởi lẽ vị ấy đã dứt trừ vô minh và ái dục là những gốc tạo nghiệp, nên mọi hành của vị ấy không để lại tàn dư, chúng không còn khả năng tạo quả. Đối với vị ấy, tâm thiện chỉ là một tâm duy tác (thuần túy thuộc chức năng) đến đi tự tại và một khi đã đi là biến mất không để lại dấu tích.

Giá trị của thiện còn vượt qua những giới hạn thuộc kinh nghiệm tự thân của vị Alahán để xác chứng tính hiệu quả về mặt tinh thần của chính giáo pháp đức Phật. Các bậc thiện được xem như những món trang sức của hành giả, là bằng chứng cho thấy sự tốt đẹp, sự toàn bích tâm linh của con người, cũng như tính hiệu quả của giáo pháp mà vị ấy đi theo. Một vị Tỳ kheo đáng kính có thể “đối với tứ thiên thuộc tăng thượng tâm, hiện tại lạc trú, chúng được theo ý muốn, chúng được không mệt nhọc hay khó khăn”. Khả năng chúng thiện theo ý muốn này là “một pháp khiến vị Tỳ kheo trở thành bậc Trưởng lão”. Khi nó được kèm theo với những thành tựu tinh thần khác thì đó là một pháp thiết yếu của “vị sa môn làm vinh dự cho các sa môn khác” và của một vị Tỳ kheo có thể đi khắp nơi mà không bị chướng ngại. Khả năng nhanh chóng nhập vào bốn thiên làm cho vị Trưởng lão trở nên thân ái, khả kính, đáng tôn trọng đối với các Tỳ kheo đồng phạm hạnh. Sự dễ dàng nhập vào bốn thiên còn là một trong tám pháp của một vị Tỳ kheo phổ độan nghiêm – *Samantapāsādikā bhikkhu* – tức là một vị Tỳ kheo toàn vẹn về mọi phương diện. Và nó cũng còn là một trong mười một nền tảng căn bản của đức tin (*saddhā-padānāmi*). Đáng nói là trong tất cả các pháp vừa nêu ra này, điều cuối cùng vẫn luôn luôn là sự chứng đắc Alahán quả, “vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát”, nó cho thấy rằng tất cả mọi pháp đáng mong đợi nơi vị Tỳ kheo cuối cùng cũng là dẫn đến Alahán quả. [\[59\]](#)

Vào một đêm trăng sáng, một số các vị Thánh đại đệ tử của đức Phật hội họp tại khu rừng *Sala* xinh đẹp ở *Gosinga*. Cuộc luận bàn khởi lên giữa các vị liên quan đến vấn đề vị Tỳ kheo nào có thể làm chói sáng cánh rừng *Sala* này. Tôn giả *Revata* (*Lybāda*) trả lời rằng, đó phải là vị Tỳ kheo ưa thích đời sống tịnh cư, vui thích đời sống thiên tịnh độc cư, nội tâm tu pháp tịnh chỉ (thiền định), thành tựu quán hạnh, luôn luôn trú trong không tịch. Tôn giả *Sāriputta* (Xá Lợi Phất) trả lời rằng, đó phải là vị Tỳ kheo có thể trú trong bất cứ định chứng nào vị ấy muốn vào buổi sáng, buổi trưa hay buổi chiều. [\[60\]](#) Chính bản thân Ngài *Sāriputta* đã được mọi người tán thán về khả năng có thể nhập vào bốn thiên sắc giới, bốn thiên vô sắc giới và Diệt tận định mà không hề khởi lên ý nghĩ “ta đang nhập”, “ta đã nhập” hay “ta đã xuất”. Tôn giả có thể tránh được những ý nghĩ như vậy bởi vì, là một bậc Alahán, vị ấy đã bứng gốc tất cả ngã kiến (“ta” đang làm), ngã sở kiến (cái làm này “của ta”) và ngã mạn (những khuynh hướng tự cao tự đại). [\[61\]](#) Ở một chỗ khác, đức Phật khen ngợi Ngài *Sāriputta* về sự thiện xảo của vị ấy trong việc nhập vào chín định chứng, phân tích từng thiên chứng này thành các hành cấu tạo của nó, và minh quán chúng với tâm không bị hạn chế bởi luyến ái hay chống đối.

“Ở đây, này các Tỳ kheo, Sāriputta ly dục, ly bất thiện pháp, chứng đạt và an trú sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm, có tứ. Và những pháp thuộc về thiền thứ nhất như tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm, xúc, thọ, tưởng, tư, tâm, dục, thắng giải, tinh tấn, niệm, xả, tác ý; các pháp ấy được an trú bất đoạn (anupadadhammavipassanā: phát triển minh sát vào các pháp theo tuần tự). các pháp này được vị ấy tuân tự xác định khi chúng khởi lên, biết rõ khi chúng an trú, biết rõ khi chúng đoạn diệt. Sāriputta tuệ tri như vậy: ‘Quả thực, các pháp này, trước không có nơi ta, nay đang hiện hữu; sau khi hiện hữu, chúng biến mất.’ Đối với các pháp ấy, Sāriputta trú không luyến ái, không chống đối, độc lập, không trói buộc, giải thoát, không hệ lụy, trú với tâm không có hạn chế. Biết rằng ‘còn có sự giải thoát hơn thế nữa (uttarimnissaranam, ở đây là thiền chứng kế tiếp, tức nhị thiền), và vị ấy xác nhận có sự giải thoát cao hơn cùng với việc chứng giải thoát đó.’ Cứ tuân tự như vậy, tôn giả Sāriputta chứng và trú đến Diệt tận định và biết rằng, không có sự giải thoát nào vô thượng hơn thế nữa.” [62]

Mức độ thuần thực trong các thiền chứng càng cao bao nhiêu thì vị Alahán Tỳ kheo ấy càng giữ được lòng kính trọng và quý mến của các đồng phạm bấy nhiêu. Một lần, đức Phật gặp gỡ ba vị Tỳ kheo Alahán – tôn giả Anuruddha, Nandiya và Kimbila. Từ sự trình bày của họ, đức Phật biết rằng cả ba vị đều có khả năng chứng nhập bốn thiền sắc giới, bốn thiền vô sắc, Diệt tận định và Alahán Thánh quả. Sau cuộc đàm luận này đức Phật công bố nếu tất cả mọi người trên thế gian đều nhớ tưởng đến ba thiện nam tử này với tâm tịnh tín thì họ sẽ được an lạc, hạnh phúc lâu dài. Ngài kết luận: “Hãy xem ba thanh niên này đang sống vì lợi ích cho số đông, vì an lạc cho thế gian, vì lòng thương tưởng cho đời, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư thiên và loài người như thế nào!” [63]

Mặc dù các vị Alahán Tuệ giải thoát (panññā-vimutti) và các vị Alahán Câu phân giải thoát (ubbato-bhāgavimutta) được xem là đồng đẳng với nhau trên phương diện giải thoát khổ. Song lòng kính trọng đặc biệt vẫn được dành cho bậc Alahán Câu phân giải thoát, cũng như khả năng dễ dàng nhập vào thiền chứng của vị ấy càng cao bao nhiêu thì lại càng được kính trọng bấy nhiêu. Như đức Phật nói:

“Khi một vị Tỳ kheo thuần thực tám giải thoát này theo chiều thuận, theo chiều nghịch và theo cả hai chiều thuận – nghịch, vị ấy có thể nhập vào, có thể xuất khỏi bất cứ giải thoát nào trong tám giải thoát ấy, bất cứ khi nào vị ấy muốn, bất cứ chỗ nào vị ấy muốn và dài bao lâu tùy ý muốn – và với các lậu hoặc được đoạn trừ, vị ấy chứng và an trú trong vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát sau khi tự mình chứng ngộ ngay trong hiện tại nhờ thắng trí. Một vị Tỳ kheo như vậy được gọi là Câu phân giải thoát. Không có sự giải thoát trên hai phương diện nào cao hơn, thù thắng hơn Câu phân giải thoát này nữa.” [64]

Lòng kính trọng tốt bậc được dành cho những vị nào không những có Câu phân giải thoát mà còn có lục thông - năm thông đầu là kết quả của tám định chứng, thông thứ sáu hay lậu tận thông, thần thông siêu thế thuộc Alahán quả, là kết quả của tuệ giác. Đức Phật tuyên bố rằng một vị Tỳ kheo có đầy đủ lục thông xứng

đáng được kính trọng, đáng được tôn kính, đáng được cúng dường, là phước điền vô thượng của thế gian. [65] Sau khi đức Phật nhập Niết bàn (*parinibbāna*), tôn giả *Ānanda* được hỏi là đức Phật có chỉ định người kế vị Ngài hay không, Tôn giả đã phủ nhận. Ngài cũng phủ nhận việc Tăng (*Sangha*) đã chọn một vị Tỳ kheo cá biệt nào đó làm người lãnh đạo. Tuy nhiên, Tôn giả nói, trong Tăng chúng có những vị Tỳ kheo rất được mọi người tôn quý, kính trọng, đáng được chư Tỳ kheo khác tầm cầu sự hướng dẫn và nương tựa. Tiêu chuẩn thâm định một vị Tỳ kheo xứng đáng hướng dẫn các vị khác là sự thành tựu mười pháp: có giới đức, đa văn, tri túc, thuần thực tứ thiền, đắc ngũ thông, chứng vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát. [66] Và có lẽ chính vì được đức Phật tán dương về việc thuần thực trong các thiền chứng và thần thông mà Đại trưởng lão *Kassapa (Mahākassapa)* đã đứng ra gánh vác trọng trách chủ trì đại hội kết tập kinh điển lần thứ nhất tại Vương xá thành (*Rājagaha*) sau khi đức Phật diệt độ.

Trong kinh *Ambatṭha*, đức Phật ngâm lại một bài kệ tán dương vị Tỳ kheo có đầy đủ minh và hạnh (*vijjācaranasampanno*):

“Đối với người trọng vọng giai cấp,
Sát để lợi tối thắng giữa nhân gian.
Nhưng với ai minh hạnh đầy đủ,
Sẽ là người tối thắng giữa nhân thiên.” [67]

Ngài giải thích, hạnh (*carana*) gồm có giới luật, thu thúc lục căn, chánh niệm – tỉnh giác, tri túc, sống độc cư, từ bỏ năm triền cái và cuối cùng chứng bốn thiền (sắc giới) như kết quả của việc thực hành các hạnh này. Minh (*vijjā*) chủ yếu là minh sát trí, thân ý sanh minh, ngũ minh (thông) và lậu tận minh. Đức Phật kết luận lời giảng bằng cách nói về một vị Tỳ kheo đã hoàn tất việc tu tập minh hạnh này.

Vị Tỳ kheo này được gọi là “có đầy đủ minh”, “có đầy đủ hạnh”, “có đầy minh và hạnh.” Không có minh hạnh túc nào cao thượng và thù thắng hơn sự đầy đủ minh và hạnh này. [68]

-ooOoo-

KẾT LUẬN

Các thiền chứng là phương diện tu tập quan trọng trong hệ thống minh quán của Phật giáo Thượng tọa bộ (*Theravāda*), tiêu biểu cho hình thức nổi bật nhất của định (*samādhi*). Các thiền này đi vào trình tự tu tập kể như Tăng thượng tâm học và liên hệ trực tiếp hoặc gián tiếp đến tất cả 37 nguyên tắc tu tập dẫn đến giác ngộ (tức 37 Pháp trợ Bồ đề). Trong hai loại thiền chính của đạo Phật là thiền chỉ (*samāthabhāvanā*) và thiền minh sát (*vipassanābhāvanā*) thì chúng nằm về phía thiền chỉ, mặc dù sự nhất tâm do chúng đem lại cũng là một yếu tố cho việc phát triển minh sát. Các bậc thiền, như chúng ta thấy, có thể khởi lên ở hai cấp độ, một

thuộc hiệp thế và một thuộc siêu thế. Ở cấp độ hiệp thế thì chúng thuộc về các giai đoạn chuẩn bị của đạo lộ dẫn đến minh sát, ở đây chúng có thể được phát triển trên tám mức, đó là bốn thiên sắc giới và bốn thiên vô sắc. Ở cấp độ siêu thế, chúng thuộc bốn thánh đạo và bốn Thánh quả, các giai đoạn giác ngộ và giải thoát, cuối cùng dẫn đến Niết bàn, chấm dứt khổ đau. Các thiên hiệp thế không tuyệt đối cần thiết với mọi hành giả, song đức Phật luôn luôn tuyên dương chúng như là hình thức định thù thắng nhất và hữu ích nhất cho việc tạo ra sự thanh tịnh tâm cần thiết để làm căn bản cho tuệ.

Để hiểu được những động lực nhờ đó các thiên này tác hành công việc tịnh hóa tâm, chúng ta cần phải tiếp nhận viên ảnh của truyền thống Thượng Tọa Bộ (*Theravāda*) về tâm như một dòng hằng chuyển của các sự kiện tâm lý thoáng qua và mỗi sự kiện được cấu thành bởi nhiều yếu tố, một số gây ra ô nhiễm và phân tán; một số làm cho thanh tịnh và hợp nhất. Các yếu tố gây ô nhiễm sắp vào loại năm triền cái – tham dục, sân hận, hôn trầm – thuy miên, trạo cử – hối quá và hoài nghi – cần phải được người hành thiền mong muốn giải thoát vượt qua. Có nhiều pháp môn đã được đức Phật khai mở nhằm thành tựu mục đích này, một số đặc biệt nhắm vào việc phản công các triền cái theo từng pháp riêng lẻ, số khác có thể áp dụng để loại hết các triền cái một lần như chánh niệm – tỉnh giác. Nếu người hành thiền kiên trì trong pháp hành thiền định của mình, họ sẽ tăng cường năm tâm sở tích cực – tầm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm. Các tâm sở này, thường gọi là năm thiên chi, trực tiếp phản công các triền cái và hợp nhất tâm trên đối tượng của nó. Khi các triền cái đã bị đè nén, một bản sao chói sáng trong tâm của đề mục thiền gọi là tợ tướng sẽ xuất hiện, đánh dấu sự chứng đắc cận định, giai đoạn tâm đứng tại ngưỡng của an chỉ định. Bằng cách tăng cường các thiên chi thêm nữa, hành giả có thể nhập vào an chỉ định, mức ban đầu của định chứng này là sơ thiền có đủ năm thiên chi kể như các thành phần chính của nó.

Người hành thiền trước tiên phải thuần thực và hoàn thiện sơ thiền, sau đó mới có thể tiến xa hơn theo hướng tịnh chỉ bằng cách chứng đắc nhị thiền, tam thiền và tứ thiền. Việc thăng tiến qua những trạng thái này đòi hỏi phải có sự diệt tận các tâm sở hay thiên chi thô hơn. Trong mỗi trường hợp, hành giả phải suy xét rằng trạng thái mà mình đã thuần thực đây bị đe dọa bởi gần với giai đoạn liền trước nó và bởi tính chất thô thiên cố hữu của nó. Rồi hành giả nguyện lên giai đoạn cao hơn (tức bậc thiền cao hơn), tịch tịnh, an lạc và cao thượng hơn. Ví dụ, hành giả diệt tầm và tứ để đạt đến nhị thiền, diệt hỷ để đạt đến tam thiền và diệt lạc để đạt đến tứ thiền. Các thiên chi còn lại (sau mỗi lần diệt) là yếu tố cấu thành của bậc thiền ấy, như hỷ, lạc và nhất tâm đối với nhị thiền; lạc và nhất tâm đối với tam thiền; xả và nhất tâm đối với tứ thiền. Nếu các căn của hành giả không bén nhạy, rất có thể hành giả phải vượt qua tầm và tứ riêng, tức mỗi lần diệt chỉ một thiên chi mà thôi. Để giải thích khả năng này, Vi Diệu Pháp với sở trường phân tích chính xác của nó, đã tính đến một hệ thống thiên năm bậc bao hàm cùng tầm mức kinh nghiệm thiên (như hệ thống thiên bốn bậc).

Sau khi đã hoàn tất công việc làm chủ hay thuần thục đối với bốn bậc thiền sắc giới, vị hành giả nhiệt tâm có thể tiếp tục tinh luyện tâm định của mình bằng cách đạt đến bốn thiền vô sắc: Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ và Phi tưởng phi phi tưởng xứ. Trong khi trình tự thăng tiến qua các bậc thiền sắc giới diễn ra bằng cách diệt tuần tự các thiền chi thô, thì trình tự thăng tiến qua các thiền vô sắc xảy ra nhờ vượt qua các đối tượng. Cả bốn trạng thái vô sắc này đều có cùng cấu trúc thiền chi, giống hệt như cấu trúc của đệ tứ thiền, đó là xả và nhất tâm. Khác nhau chính của chúng là ở chỗ căn bản đối tượng, nghĩa là chúng lần lượt lấy các đối tượng vi tế hơn mà thôi. Chẳng hạn, vô sắc thứ nhất lấy đối tượng Không vô biên xứ, vô sắc thứ hai lấy thức thuộc Không vô biên xứ, thứ ba lấy phương diện phi hữu của chính cái thức ấy, và vô sắc thứ tư lấy các danh uẩn (mental aggregates) thuộc vô sở hữu. Vô sắc thứ tư hay Phi tưởng phi phi tưởng xứ này đánh dấu giới hạn cùng tột trong lãnh vực nhất tâm, cũng như đánh dấu mức độ cao nhất mà người theo đuổi thiền chi có thể đạt đến.

Nếu muốn, người hành thiền đã thuần thục hoàn toàn tám thiền chứng có thể phát triển một số các thần thông. Các thần thông (*abhinññā*) này có năm loại: Thiên nhĩ giới thông, Tha tâm thông, Túc mạng thông, Sanh tử thông (trí biết việc tử sanh của các chúng sanh khác) và Biến hóa thông. Các thần thông này thuộc hiệp thể và là sản phẩm của tâm định. Mặc dù không cần thiết cho thánh đạo song chúng vẫn là những món trang sức của một thiền giả đã hoàn tất nhiệm vụ và thực sự hữu ích nếu khéo vận dụng với trí tuệ và lòng bi mẫn. Vượt qua năm thông này còn có một loại thần thông thứ sáu nữa là Lưu tận thông (trí biết sự đoạn trừ các lậu hoặc), sự chứng ngộ giải thoát xuất phát từ tuệ minh sát.

Các thiền hiệp thể không hủy diệt phiền não mà chỉ đè nén chúng. Như vậy, loại thanh tịnh do chúng tạo chỉ có tính cách tạm thời, thích hợp như một căn bản cho việc phát triển minh sát, song tự thân chúng không thể đem lại giải thoát. Một hành giả sau khi đã đạt đến tám thiền chứng (bốn sắc và bốn vô sắc) nếu không tiến thêm nữa sẽ tái sanh tùy theo mức độ chứng thiền của họ. Chẳng hạn, nếu đắc bốn thiền sắc giới, vị ấy sẽ tái sanh vào cõi sắc giới; nếu đắc các thiền vô sắc, vị ấy sẽ tái sanh vào cõi vô sắc. Bất kỳ trường hợp nào, vị ấy cũng vẫn còn bị ràng buộc vào luân hồi (*samsāra*) và chưa thực sự giải thoát khỏi khổ. Do đó, thiền chỉ tự thân nó không đủ để đạt đến cứu cánh tối hậu – Niết bàn.

Muốn giải thoát khỏi vòng luân hồi của tử sanh, điều cần yếu là trí tuệ mà tột cùng là tuệ siêu thế thuộc các thánh đạo tuyệt trừ các phiền não. Bởi lẽ căn nguyên của mọi khổ ách là vô minh hay không hiểu biết bản chất thực của mọi hiện tượng (thực tánh của các pháp), do đó, trí tuệ – vốn khai mở thực tánh pháp – là phương tiện đưa đến giải thoát. Trí tuệ xuất hiện ở hai giai đoạn. Đầu tiên là tuệ minh sát (*vipassanā*), cái thấy trực tiếp tam tướng vô thường, khổ, vô ngã trong các hành danh và sắc khi chúng xuất hiện. Kế tiếp là tuệ thuộc các thánh đạo (*magganñāna*) thấy Niết bàn và thể nhập Tứ thánh đế.

Tiến trình tu tập toàn diện dẫn đến giải thoát được chia làm bảy giai đoạn thanh tịnh. Hai thanh tịnh đầu – Giới thanh tịnh và Tâm thanh tịnh – trùng với Tăng thượng giới học và Tăng thượng tâm học, hay Giới học và Định học trong Tam học (Giới, Định, Tuệ). Năm thanh tịnh còn lại – Kiến thanh tịnh, Đoạn nghi thanh tịnh, Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh, Đạo hành tri kiến thanh tịnh và Tri kiến thanh tịnh – thuộc về sự phát triển trí tuệ. Trí tuệ minh sát đặc biệt phát triển qua giai đoạn Đạo hành tri kiến thanh tịnh. Chính tuệ này sẽ dẫn đến trí tuệ thuộc các siêu thế đạo, tạo nên Tri kiến thanh tịnh.

Bốn thánh đạo là Nhập lưu thánh đạo, Nhất lai thánh đạo, Bất lai thánh đạo và Alahán thánh đạo. Bốn thánh đạo này là các sự kiện thuộc kinh nghiệm giác ngộ vốn thể nhập Tứ thánh đế bằng trực giác trí. Bốn đạo thực hiện nhiệm vụ tuyệt trừ phiền não hay “các kiết sử” trói buộc chúng sanh vào vòng luân hồi, nhờ đó giảm bớt thời hạn tử sanh hoặc chấm dứt hẳn tử sanh. Mỗi đạo theo tuần tự diệt (hoặc làm suy yếu) một lớp phiền não vi tế hơn, đến khi đạt đến Tứ Thánh Đạo thì mọi phiền não đều cắt đứt và sự tái sanh trong tương lai cũng dừng hẳn. Các thánh đạo dẫn thẳng đến các Thánh quả. Các trạng thái tâm quả này có thể thọ hưởng hạnh phúc của Niết bàn là nhờ công việc của đạo.

Suy xét cho rằng thiên hiệp thế không đủ để đưa đến giải thoát mà cần phải có trí tuệ bổ sung dẫn chúng ta đến chỗ phải tìm hiểu xem mối liên hệ giữa các bậc thiên với sự chứng đắc các thánh đạo và các trạng thái giải thoát do đạo sanh như thế nào. Vấn đề đã từng được đưa ra tranh cãi giữa các nhà nghiên cứu Phật học truyền thống *Theravāda* là, liệu các bậc thiên có cần thiết hay không cho việc đạt đến các thánh đạo. Mấu chốt để giải quyết điểm tranh cãi này sẽ là sự phân biệt giữa thiên hiệp thế và thiên siêu thế, một vấn đề đã được ngụ ý trong các bản kinh và được nói rõ trong Vi Diệu Pháp cũng như các bản chú giải. Thiên hiệp thế là một loại định nổi bật nhất, nhưng sự chứng đắc của nó không phải là điều bắt buộc đối với mọi hành giả tu tập để đạt đến các đạo và quả. Truyền thống Thượng Tọa Bộ chia những người hành thiên ra làm hai loại theo phương tiện họ dùng để đạt đến siêu thế đạo. Một là Chỉ thừa hành giả (*Samathayānika*), là vị hành giả lấy thiên chỉ làm cỗ xe hay phương tiện để đạt đến giải thoát. Hai là Quán thừa hành giả (*Vipassanāyānika*), là vị hành giả lấy thuần quán hay minh sát làm cỗ xe. Chỉ thừa hành giả trước tiên phát triển thiên chỉ đến mức một trong tám thiên chứng hoặc cận định của chúng, rồi dùng trạng thái tịnh chỉ đó làm căn bản định để phát triển minh quán. Quán thừa hành giả trực tiếp tiến hành minh quán trên các hành hữu vi, hình thành một loại sát na định có thể lưu động dễ dàng kể như sở hữu định đồng sanh với pháp quán của vị ấy mà ban đầu không cần tu tập tịnh chỉ tới mức của cường độ thiên.

Như vậy, đối với hành giả thuần quán hay Khô quán hành giả, thiên hiệp thế có thể bỏ qua. Song đối với vị Chỉ thừa hành giả, tức là người theo cỗ xe thiên chỉ, thì nó lại đóng một vai trò vô cùng quan trọng. Thứ nhất, thiên hiệp thế cung cấp cho vị ấy một nền tảng an tịnh dẫn đến việc phát triển tuệ giác. Thứ hai, nó được dùng như một đề mục sẵn sàng cho việc thâm quán với tuệ để thấy ra ba đặc tánh của

hiện hữu (vô thường, khổ, vô ngã). Ở khả năng đầu, thiền (*jhāna*) được gọi là thiền cơ hay thiền căn bản (*pāḍakajjhāna*); ở khả năng thứ hai này, nó được gọi là thâm sát thiền (*sammasitajjhāna*).

Tuy nhiên, đối với những hành giả thuộc cả hai cỗ xe (tức cả chỉ thừa lẫn quán thừa), khi đắc các đạo quả siêu thế thì cũng đắc luôn thiền siêu thế. Theo kinh điển *Pāli*, các đạo và quả luôn luôn khởi lên ở mức của an chỉ định và do vậy, cũng được xem như những hình thức của thiền (*jhāna*). Bởi lẽ muốn đạt đến giải thoát, mọi hành giả đều phải trải qua các đạo và quả như nhau bất kể phương tiện tiếp cận của họ là gì. Vì thế, thiền thuộc loại siêu thế đi vào kinh nghiệm của mỗi hành giả khi đã đạt đến đạo và thuộc về đạo của hành giả đang theo cỗ xe thuần quán như thế nào thì nó cũng y như vậy đối với đạo của vị đang theo cỗ xe tịnh chỉ. Thiền thuộc loại này khởi lên như chánh định (*sammāsamādhi*) của Bát Thánh Đạo và đã được đức Phật xác định với công thức dành cho tứ thiền (Kinh Đại Niệm Xứ – DN.22).

Như vậy, trả lời cho câu hỏi liệu thiền có cần cho việc đạt đến Niết bàn hay không rõ ràng đã được ôn thỏa bằng sự công nhận về hai loại thiền. Thiền hiệp thế rất hữu ích nhưng không tuyệt đối cần thiết, trong khi thiền siêu thế là thiết yếu nhưng không nhất thiết bao hàm thiền hiệp thế, nghĩa là nó có thể xuất phát hoặc từ tuệ quán đơn độc, hoặc từ sự kết hợp với thiền hiệp thế.

Các thiền siêu thế khởi lên ở cùng những mức độ như thiền hiệp thế, bốn thuộc hệ thống tứ thiền theo kinh tạng và năm thuộc hệ thống ngũ thiền theo Vi Diệu Tạng. Mỗi bậc có những thiền chi thích hợp với mức an chỉ đặc biệt của nó. Tuy thế chúng ta vẫn thấy một vài dị điểm quan trọng tách biệt hai loại. Các bậc thiền hiệp thế chỉ đè nén các phiền não, trong khi thiền siêu thế tuyệt trừ chúng; thiền hiệp thế vẫn còn nằm trong quỹ đạo của vòng tử sanh luân hồi, trong khi thiền siêu thế tháo bỏ vòng này. Thiền hiệp thế đòi hỏi phải có sự vượt trội của năng lực tịnh chỉ, trong khi thiền siêu thế lại đòi hỏi phải có sự quân bình giữa tịnh chỉ và tuệ giác. Thiền hiệp thế lấy một ý niệm hay hình ảnh làm đối tượng, trong khi thiền siêu thế lại lấy Niết bàn – thực tại tuyệt đối hay vô vi pháp làm đối tượng.

Một vấn đề nữa phát sanh là cái gì sẽ quyết định mức thiền của các đạo quả, một điều mà truyền thống *Theravāda* vẫn chưa có sự nhất trí. Một số vị Trưởng lão cho rằng chính thiền căn bản quyết định, một số vị khác chủ trương thâm sát thiền, cũng có những vị lại nói điều đó tùy thuộc vào sự chọn lựa của hành giả. Tuy nhiên mức thiền của các Thánh quả thì lại luôn luôn thuận theo mức thiền của đạo. Mỗi bậc thánh thuộc tứ Thánh quả vẫn có quyền sử dụng quyền siêu thế kể như Thánh quả định hay thiền quả (*phala-samāpatti*) hợp với quả chứng của mình. Như vậy, bốn vị này (Nhập lưu thánh quả, Nhất lai thánh quả, Bất lai thánh quả, Alahán Thánh quả) luôn luôn có thể nhập vào thiền siêu thế như một cách để cảm nghiệm an lạc và hạnh phúc của Niết bàn ngay trong hiện tại. Ngoài ra các vị Thánh Bất lai và Alahán thành thực tám thiền chứng còn có thể nhập vào một thiền chứng đặc

biệt khác gọi là Diệt tận định, bằng cách nhập xen kẽ các thiền hiệp thế với minh sát tuệ cho hết tám cấp độ và cuối cùng dứt ở điểm nơi đây tiến trình tâm dừng lại.

Vấn đề cuối cùng còn tồn đọng liên quan đến mối liên hệ giữa các bậc thánh nhân (*Ariyapuggala*) và việc hoàn tất thiền hiệp thế. Vấn đề này chúng ta đã nói đến qua một thể thức phân chia cổ điển các bậc thánh nhân thành bảy loại trên căn bản căn hay quyền nổi bật nhất của họ trong ngũ căn. Các vị trên Nhập lưu thánh đạo chia thành hai, Tùy tín hành và Tùy pháp hành, theo cách họ ưu thế về đức tin hay trí tuệ. Các vị này sẽ lần lượt trở thành bậc giải thoát bằng đức tin (Tín giải thoát) và bậc Kiến đạo ở sáu giai đoạn giữa (Nhập lưu thánh quả đến Alahán thánh đạo). Đối với các vị có đức các thiền vô sắc được xếp riêng thành bậc Thân chứng. Ở giai đoạn cuối cùng (Alahán Thánh quả), các vị Alahán còn được chia làm hai. Những vị có đức các thiền chứng vô sắc được gọi là bậc Câu phân giải thoát. Những vị không đức thì gọi là bậc Tuệ giải thoát. Đối với bậc Tuệ giải thoát, bất cứ căn nào trong ba căn tín, định hoặc tuệ cũng có thể nổi bật. Yếu tố được xem là giữ họ lại trong trường hợp (Tuệ giải thoát) chỉ là thiếu các thiền vô sắc. Do đó, họ có thể vẫn đức một thiền nào đó trong bốn thiền hoặc hoàn toàn không.

Hoài nghi đôi lúc cũng được đặt ra với vấn đề có thể đức Alahán quả mà không có thiền. Tuy nhiên, chúng ta thấy rằng mặc dù tất cả các vị Alahán đều có thiền thuộc Thánh quả siêu thế của họ, song các vị không hoàn toàn được xem như có thiền hiệp thế. Truyền thống Phật giáo Thượng Tọa Bộ nhìn nhận một hạng Alahán thuần quán, nghĩa là những vị Alahán này đạt đến cứu cánh giải thoát do thuần quán hay chỉ bằng minh sát thuần túy, và vẫn không có thiền hiệp thế ngay cả sau đó (sau khi đức quả Alahán). Mặc dù một loại Alahán Thánh quả như vậy là điều khả dĩ, song truyền thống kinh tạng *Pāli*, mà khởi đầu là chính bản thân đức Phật, vẫn xem khả năng đức bốn thiền sắc giới không căng thẳng hay khó khăn như một phẩm chất quý giá của một bậc Alahán, nó đáng được mong ước vừa như một thành tựu cá nhân và vừa như một bằng chứng nói lên tính hiệu quả về phương diện tâm linh của giáo pháp đức Phật. Trong khi sự ngưỡng mộ tột bậc dành cho các bậc Alahán giải thoát trên hai phương diện – Câu phân giải thoát, thuần thực cả bát giải thoát lẫn ngũ thông, thì một sự kính trọng tương tự cũng mở ra đối với các vị có được sự thành tựu năm thần thông hiệp thế.

Niềm tôn kính dành cho các bậc Alahán tăng dần trên căn bản những thành tựu tinh thần về phương diện hiệp thế của họ hàm ý một điều gì đó về hệ thống giá trị của Phật giáo Thượng Tọa Bộ. Nó gợi lên cho chúng ta thấy rằng trong khi sự giải thoát cuối cùng có thể được xem như giá trị tối hậu và quan trọng nhất, song vẫn không phải là giá trị độc nhất ngay cả trong lãnh vực tinh thần. Song song với sự giải thoát cuối cùng còn có việc thuần thực tâm mức tâm và thuần thực trong lãnh vực trí, mặc dù đây chỉ là những vật trang sức hơn là những chọn lựa. Việc thuần thực tâm mức tâm được thành tựu nhờ chứng tám thiền hiệp thế, và việc thuần thực trong lãnh vực trí là nhờ chứng các thần thông. Sự giải thoát cuối cùng nếu được trang hoàng với hai loại thuần thực này cùng một lúc sẽ được đánh giá như một cách hiện thực hóa cứu cánh tối hậu cao nhất và đáng được mong ước nhất vậy.

*Ngày 6. 11. 2003
(13. 10. Quý Mùi)
Tỳ khuru Pháp Thông*

-ooOoo-

[1] Dhs., p. 74-86

[2] “*Yasmim samaye lokuttaram jhànam bhàveti niyyànikam apacayagàmim ditthigatànam pahànàya bhùmiyà vivicceva kàmehi pathànam jhànam upasampajja viharati.*” Dhs., p. 72

[3] Dhs. A., p.259

[4] Naràda, Manual, p. 127 – 129. NB. Đối với tám siêu thế nhị thiền tâm còn ba mươi lăm tâm sở trừ tầm; tám siêu thế tam thiền còn ba mươi bốn trừ tầm, tứ; tám siêu thế tứ thiền còn ba mươi ba trừ tầm, tứ, hỷ; tám siêu thế ngũ thiền cũng còn ba mươi ba tâm sở với xả thay cho lạc.

[5] Đối với hai tâm sở vô lượng khác – từ và xả – chỉ là những cách biểu hiện đặc biệt của các tâm sở “vô sân” và “xả trung tánh” (tatramajjhata). Bởi vì các tâm sở gốc của chúng không nhất thiết phải lấy hữu tình chúng sanh làm đối tượng nên chúng có thể có mặt ngay cả với những đối tượng khác và, thực sự, chúng là những biến hành tịnh hảo tâm sở, nghĩa là trong bất cứ tâm thiện nào chúng cũng có mặt.

[6] Dhs. A. p. 264.

[7] Indriya: ở đây đề cập đến 22 quyền (căn).

[8] Dhs. p. 77, 92, 138.

[9] Dhs. A. p. 261

[10] Cần nhớ rằng khi các đạo và quả khởi lên ở mức từ nhị thiền cho đến ngũ thiền, chỉ có bảy đạo chi có mặt. Đó là vì chánh tư duy (sammāsankappa) là một hình thức của tâm (vitakka) vốn đã được tịnh chỉ cùng với sự chứng đắc nhị thiền. Tương tự, trong các tâm đạo và tâm quả thuộc tứ thiền và ngũ thiền chỉ có sáu giác chi có mặt vì hỷ đã được từ bỏ cùng với sự chứng đắc tứ thiền thuộc hệ thống thiền năm bậc.

[11] Xem Pts., p. 288

[12] PP., p. 808. Vism, p. 593

[13] “Phalam pana nirodhasaccam tathalakkhanam upanijjāyati.” Dhs. A. p. 211.

[14] PP. p. 778 – 780. Vism. p. 572 – 573. Dhs.A., p. 271 - 274

[15] Dhs. A., p. 274 Expositor, 2:310

[16] PP. p. 778 – 779 Vism. p. 573

[17] PP. p. 820. “Yà ariyaphalassa nirodhe appanā”. Vism. p. 602. “Ariyassa phalajhānassa nibbāne àrammana bhūte appanākārena pavatti.” Vism. T.2:515.

[18] PP. p. 822. Vism., p. 603. N.B: Trong khi tuệ chuyển tộc đi trước đạo có Niết bàn làm đối tượng thì ở đây trí chuyển tộc đi trước Thánh quả đối tượng lại là các hành. Lý do được đưa ra trong Chú giải Thanh Tịnh Đạo: “Ở đây, tại sao chuyển tộc không lấy Niết bàn làm đối tượng như nó đã làm khi đi trước tâm đạo? Bởi vì các trạng thái thuộc Thánh quả không liên hợp với một ngõ ra (outlet, như trong trường hợp của đạo), vì điều này được nói ‘các trạng thái nào là một ngõ ra?’ Bốn Thánh đạo không bao hàm (quá) vậy”. Vism. T. 2:518.

[19] Nārada, Manual., p. 422 – 423. MN. 1:298

[20] PP., p. 824. “Ya anupubba nirodhavasena cittacetāsikānam dhammanam appavatti.” Vism., p. 604.

[21] PP., p. 828. Vism., p. 607. N.B: Chú giải Thanh Tịnh Đạo lưu ý rằng đoạn “tịch diệt tức là Niết bàn” ở đây có nghĩa tịch diệt đó tương tự như Niết bàn giới vô dư y (anupā disesa nibbānadhātu). Vậy không nên xem đoạn văn ấy đích xác như đang thiết lập sự đồng nhất giữa Diệt Tận định và Niết bàn (giới vô dư y). Vism. T. 2: 902

[22] Ở đây nên hiểu là những vật dụng như y, bát, giường chiếu hay chỗ ở, v.v...mà vị ấy đang sử dụng là tài sản của người khác.

[23] PP., p. 831 – 832 Vism., p. 610

[24] MN. 1:175

[25] MN. 1:302. Cũng xem SN. 4 : 317

[26] PP., p. 832 – 833. MN. 1: 296

[27] Pāli: *Saddhānusānusāri, Saddhāvimutto, Kāyasakkhi, Ubhato-bhāgavimutta, Dhammānusāri, Ditthappatta, Pannāvimutta.*

[28] MN. 1:479

[29] Pug. P., p.182

[30] PP., p.770. Vism., p. 566

[31] PP., p.770. Vism., p.566

[32] Tuy thế, bộ Thanh Tịnh Đạo vẫn nói rằng các vị Alahán với tín căn nổi bật cũng có thể gọi là vị Tín giải thoát (PP.,p.770. Vism., p.566). Giải thích về điều này, bộ Tikà (Chú giải Thanh Tịnh Đạo) lưu ý rằng nhận định trên chỉ với nghĩa tượng trưng chứ không đích xác theo nghĩa các vị Alahán ấy do là vị Tín giải thoát mà đăc Alahán quả vào sát na tứ đạo. Chính xác, phải nói các vị Alahán này sẽ là bậc tuệ giải thoát (pannàvimutta), nghĩa là, cho dù trước đó vị ấy là bậc Tùy tín hành, nhưng đến khi đăc Alahán quả cũng vẫn là bậc Tuệ giải thoát. (Vism., T.2.468)

[33] MN. 1:478

[34] Pug., P., p.184

[35] DN. 3:159. MN. 2:12. Xem Vajiranàna, Buddhist Meditation, p.484-486. Chi tiết về tám giải thoát xem phần phụ lục cuối sách.

[36] Vism., T.2:466

[37] Vism., T. 2:477. Quan điểm cho rằng một vị với tám thiền chứng trên sơ đạo có thể là một vị Tùy tín hành hoặc một vị Tùy pháp hành này mâu thuẫn với lời giải thích trong kinh Kitàgari. Tuy nhiên thể thức phân bảy loại theo kinh đã không dự phòng trước trường hợp một vị hành giả trên sơ đạo có đăc tám thiền chứng.

[38] “*Arùpusamàpattiyà rùpakàyato vimutto. Maggaena nàmakàyato.*”

[39] MN. 1:477.

[40] Pug. P. p.184

[41] Vism., T. 2:466

[42] MN. A. 3:131

[43] PP. p.770. Vism., p.566

[44] MN. L:478.

[45] Pug., p.185

[46] MN. P., p.185

[47] PP., p.779. Vism., p.573.

[48] SN., 2: 119 – 123.

[49] “*Àvuso mayam nijjhànakà sukkhavipassakà pannàmatten’eva vimuttà ti dasseti*”. SN. A. 2:117. N.B: Từ “nijjhànakà dùng ở đây hơi mơ hồ. Trong các bản kinh, từ này thường được dùng với nghĩa tư duy hay quán chiếu nên chúng tôi theo cách dùng đó bằng cách dịch hình thức phái sinh của nó là “quán”. Tuy nhiên, mục đích cũng có thể là “không có thiền”, vì tiếp đầu ngữ “nir” đôi khi có một nghĩa riêng hoặc đôi khi chỉ làm tăng ý nghĩa của từ ấy mà thôi.

[50] “*Vinà pi samàdhim evam nàuppattidassanattam*” SN., A. 2:117.

[51] “*Samatha lakkhanappattam purimasiddham vinà pi samàdhinti vipassanà yànikam sandhàya vuttam*”. SN. T. 2:125

[52] AN. 2:87

[53] MN. 1:296 – 298

[54] MN. 1:298, SN. 5: 423, MN. 1:197.

[55] “... *Ràgaviràgà cetovimutti avijjàviràgà pannàvimutti*”. AN. 1:61

[56] MN. 1:183 - 184

[57] MN. A. 1:169

[58] Xem AN. 4. 453 - 454

[59] AN. 2: 23, 3: 131, 135, 114; 4: 314 – 315, 5: 337

[60] MN. 1: 213 - 215

[61] SN. 3: 235 - 238

[62] MN. kinh số III

[63] MN. 1: 211

[64] DN. 2: 71

[65] AN. 3: 280 - 281

[66] MN. 3: 11 – 12.

[67] DN. 1: 99

[68] DN. 1: 99

-ooOoo-

PHỤ LỤC I

BA MƯƠI BẢY PHÁP HỖ TRỢ GIÁC NGỘ *(Sattatimsa Bodhipakkhiyadhammā)*

I. TỨ NIỆM XU' (*Cattāro Satipaṭṭhānā*)

1. Thân Quán Niệm Xứ (*Kāyānupassanā Satipaṭṭhāna*)
2. Thọ Quán Niệm Xứ (*Vedanānupassanā Satipaṭṭhāna*)
3. Tâm Quán Niệm Xứ (*Cittānupassanā Satipaṭṭhāna*)
4. Pháp Quán Niệm Xứ (*Dhammanupassanā Satipaṭṭhāna*)

II. TỨ CHÁNH CẦN (*Cattāro Samappadhāna*)

1. Tinh tấn ngăn ngừa các bất thiện pháp chưa sanh (*Anuppannānaṃ pāpakānaṃ akusalānaṃ dhammanāṃ anuppādāya vāyāma*)
2. Tinh tấn đoạn trừ các bất thiện pháp đã sanh (*Uppannānaṃ pāpakānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ pahānāya vāyāma*)
3. Tinh tấn phát khởi các thiện pháp chưa sanh (*Anuppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ uppādāya vāyāma*)
4. Tinh tấn tăng trưởng các thiện pháp đã sanh (*Uppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ bhiyyobhāvāya vāyāmati*)

III. TỨ NHƯ Ý TỨC (*Cattāro Iddhipādā*)

1. Dục Như Ý Túc (*Chandiddhipāda*)
2. Cần (Tinh Tấn) Như Ý Túc (*Viriyiddhipāda*)
3. Tâm Như Ý Túc (*Cittiddhipāda*)
4. Thâm Như Ý Túc (*Vīśamsiddhipāda*)

IV. NGŨ CĂN (còn gọi Ngũ Quyền – *Panñcīndriyāni*)

1. Tín Căn (*Saddhindriya*)
2. Tấn Căn (*Viriyaṅdriya*)
3. Niệm Căn (*Satindriya*)
4. Định Căn (*Samādhindriya*)
5. Tuệ Căn (*Paññāṅdriya*)

V. NGŨ LỰC (*Pañca bālani*)

1. Tín Lực (*Saddhābāla*)
2. Tấn Lực (*Saddhābāla*)
3. Niệm Lực (*Satibāla*)
4. Định Lực (*Samādhībāla*)
5. Tuệ Lực (*Paññā*)

VI. THẤT GIÁC CHI (*Satta Bojjhanga*)

1. Niệm Giác Chi (*Satisambojjhanga*)
2. Trạch Pháp Giác Chi (*Dhammavicarasambojjhanga*)
3. Tinh Tấn Giác Chi (*Viriyasambojjhanga*)
4. Hỷ Giác Chi (*Pitisambojjhanga*)
5. Tĩnh Giác Chi (*Passaddhisambojjhanga*)
6. Định Giác Chi (*Samādhasambojjhanga*)
7. Xả Giác Chi (*Upekkhāsambojjhanga*)

VII. BÁT THÁNH ĐẠO (*Ariya aṭṭhangikamagga*)

1. Chánh Kiến (*Sammādiṭṭhi*)
2. Chánh Tư Duy (*Sammāsankappa*)
3. Chánh Ngữ (*Sammāvācā*)
4. Chánh Nghiệp (*Sammākammanta*)
5. Chánh Mạng (*Sammā Ajīva*)
6. Chánh Tinh Tấn (*Sammāvāyāma*)
7. Chánh Niệm (*Sammāsati*)
8. Chánh Định (*Sammāsamāधि*)

-ooOoo-

PHỤ LỤC II

CÁC ĐỀ MỤC THIỀN

Các đề mục – Nghiệp xứ (<i>Kammaṭṭhāna</i>)	Sáu cá tánh (<i>Chacaritāni</i>)	Ba định (<i>Tayo-bhāvanā- yo</i>)	Ba tướng (<i>Tīni-nimittāni</i>)	Bốn bậc thiền (<i>Jhāna</i>)
<i>Kasiṇa</i> – Biên xứ	1. <i>Kasiṇa</i> Đất (<i>paṭhavi kasiṇa</i>)	Tất cả	Ch. C. A	Ch. H. T
				Tất cả

	2. <i>Kasiṇa</i> Nước (<i>āpo kasiṇa</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	3. <i>Kasiṇa</i> Lửa (<i>tejo kasiṇa</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	4. <i>Kasiṇa</i> Gió (<i>vāyo kasiṇa</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	5. <i>Kasiṇa</i> Xanh (<i>nīla kasiṇa</i>)	Tánh sần	- nt -	- nt -	- nt -
	6. <i>Kasiṇa</i> Đỏ (<i>lohita kasiṇa</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	7. <i>Kasiṇa</i> Vàng (<i>pīta kasiṇa</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	8. <i>Kasiṇa</i> Trắng (<i>odāta kasiṇa</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	9. <i>Kasiṇa</i> Ánh sáng (<i>āloka kasiṇa</i>)	Tất cả	- nt -	- nt -	- nt -
	10. <i>Kasiṇa</i> Hư không (<i>ākāsa kasiṇa</i>)		- nt -	- nt -	- nt -
10 bất tịnh – <i>dasa asubha</i> (quán tử thi)	1. Tướng phình trương (<i>uddumātaka</i>)	Tánh tham	- nt -	- nt -	- nt -
	2. Bầm xanh (<i>vinīlaka</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	3. Chảy mủ (<i>vipubbaka</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	4. Chặt đứt ra (<i>vicchiddaka</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	5. Thú cắn xé (<i>vikkhāyitaka</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	6. Rã rời (<i>vikkhittaka</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	7. Cắt đoạn rã rời (<i>hata vikkhittaka</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	8. Chảy máu (<i>lohitaka</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	9. Trùng bọ đục ăn (<i>lohitaka</i>)	Tham	- nt -	- nt -	- nt -
	10. Bộ xương (<i>aṭṭhika</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
10 Tùy Niệm (<i>dasa anussatiyo</i>)	1. Tùy niệm Phật (<i>Buddhānussati</i>)	Tánh Tín	- nt -	- nt -	Không đặc thiên
	2. Tùy niệm Pháp (<i>Dhammanussati</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	3. Tùy niệm Tăng (<i>Saṅghānussati</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	4. Tùy niệm Giới (<i>Sīlanussati</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	5. Tùy niệm Thí (<i>Cāgānussati</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	6. Tùy niệm Thiên (<i>Devatānussati</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	7. Tùy niệm sự bình an hay Niết bàn (<i>Upasamanussati</i>)	Tánh giác (trí tuệ)	- nt -	- nt -	- nt -
	8. Tùy niệm sự chết (<i>Maranānussati</i>)	- nt -	- nt -	- nt -	- nt -
	9. Thân hành niệm hay 32 thể trượt (<i>Kāyagatasati</i>)	Tánh tham	- nt -	- nt -	Sơ thiên
	10. Niệm hơi thở (<i>Ānāpānasati</i>)				Sơ thiên đến tứ thiên

Bốn Phạm Trú (<i>cattā - robrahmavihārā</i>)	1. Tâm Từ (<i>Mettā</i>)	Tánh sân	nt -	nt -	Sơ thiền đến tam thiền
	2. Tâm Bi (<i>Karunā</i>)	nt -	nt -	nt -	nt -
	3. Tâm Hỷ (<i>Muditā</i>)	nt -	nt -	nt -	nt -
	4. Tâm Xả (<i>Upekkhā</i>)	nt -	nt -	nt -	Sơ thiền đến tứ thiền
Một đề mục tướng	Tướng tính chất bất tịnh của vật thực (<i>āhāre paṭikula</i>)	Tánh giác	Ch. C	Ch. H	Không đặc thiền
Một phân tích tứ đại (<i>Catudhātuvavaṭṭhāna</i>)		nt -	nt -	nt -	nt -
Bốn vô sắc (<i>cattāro āruppā</i>)	Không vô biên xứ (<i>ākāsānanñcāyatana</i>)	Tất cả	Ch. C. A	Ch. H	Thiền vô sắc (Arūpa - jjhāna)
	Thức vô biên xứ (<i>Vinññānāncāyatana</i>)	nt -	nt -	nt -	nt -
	Vô sở hữu xứ (<i>ākincanññāyatana</i>)	nt -	nt -	nt -	nt -
	Phi tướng phi phi tướng xứ (<i>nevasanññānāsānññāyatana</i>)	nt -	nt -	nt -	nt -

CHÚ THÍCH:

Sáu cá tánh:

Tánh tham (*rāgacarita*); Tánh sân (*dosacarita*); Tánh si (*mohacarita*); Tánh tín (*saddhācarita*); Tánh giác (*buddhicarita*); Tánh tầm (*vitakkacarita*).

Ba loại định:

Ch : Chuẩn bị định (*parikamma*)

C : Cận định (*upacāra*)

A : An chỉ định (*appanā*)

Ba tướng:

- Chuẩn bị tướng (*parikamma*)
- Học tướng (*uggaha*)
- Tợ tướng (*paṭibhāga*)

-ooOoo-

PHỤ LỤC III

CÁC PHÁP GIẢI THOÁT KHÁC

Ngoài Bảy Giai Đoạn thanh tịnh thường được đề cập trong Tạng kinh và ở bộ Thanh Tịnh Đạo ra, Tạng Diệu Pháp còn nói đến một số các pháp thanh tịnh khác.

1. Tam Tướng hay Ba Đặc Tánh Của Hiện Hữu

Vô thường tướng : Aniccalakkhanam

Khổ tướng : Dukkhalakkhanam

Vô ngã tướng : Anattalakkhanam

2. Ba Pháp Quán

Vô thường tùy quán : Aniccānupassanā

Khổ tùy quán : Dukkhānupassanā

Vô ngã tùy quán : Anattānupassana

3. Mười Tuệ Minh Sát

Từ Thâm Sát Tuệ (sammasananñānam) đến Thuận Thứ Tuệ (anulomanñānam) – xem lại phần nói về 16 tuệ minh sát.

4. Tam Giải Thoát

Không tánh giải thoát : Sunññato vimokkha

Vô tướng giải thoát : Animitto vimokkha

Vô nguyện giải thoát : Appaṇihito vimokkha

5. Tam Giải Thoát Môn

Không tùy quán : Sunññātanupassanā

Vô tướng tùy quán : Animittānupassanā

Vô nguyện tùy quán : Appaṇihitānupassanā

-ooOoo-

PHỤ LỤC IV

TÁM GIẢI THOÁT (Vimokkha)

Tự mình có sắc (thân), thấy các sắc. Tức là bốn thiền sắc giới của người chứng thiền bằng cách tu tiên *kasīṇa* xác định vật nơi thân của mình, chẳng hạn như màu tóc, ...

Không tưởng tri nội sắc, vị ấy thấy các ngoại sắc. Tức là bốn thiền của người chứng thiền bằng cách tu tiên các đề mục thiền bên ngoài, như các *kasīṇa*, ...

Vị ấy tập trung vào ý nghĩ: “đó là tịnh”. Tức thiền chứng của vị tu tiên các *kasīṇa* xanh, vàng, đỏ, trắng,...

Hoàn toàn vượt qua các sắc tướng, do sự biến mất của các đối ngại tướng, không tác ý đến những tướng sai biệt, với suy tư “hư không là vô biên”, vị ấy chứng và trú trong Không vô biên xứ.

Hoàn toàn vượt qua Không vô biên xứ, với suy tư “thức là vô biên”, vị ấy chứng và trú trong Thức vô biên xứ.

Hoàn toàn vượt qua Thức vô biên xứ, với suy tư “không có gì”, vị ấy chứng và trú trong Vô sở hữu xứ.

Hoàn toàn vượt qua Vô sở hữu xứ, chứng và trú Phi tướng phi phi tướng xứ.

Hoàn toàn vượt qua Phi tướng phi phi tướng xứ, chứng và trú Diệt Thọ Tướng Định (Diệt tận định).

Đây là những giải thoát (vimokkha) tương đối vì hành giả phải tuân tự vượt qua các bậc thiền để đạt đến sự giải thoát chân chánh, dĩ nhiên ở đây không kể Diệt tận định là định chứng của các vị Anahàm và Alahán đã đắc tám thiền chứng và có đủ điều kiện như đòi hỏi.

-ooOoo-

NHỮNG CHỮ VIẾT TẮT

- A.N.** *Āṅguttara Nikāya* – Tăng Chi Bộ Kinh
A.N.A *Āṅguttara Nikāya Aṭṭhakathā (Manoratha-pūraṇi)* – Chú Giải Tăng Chi Bộ Kinh.
A.N.T. *Āṅguttara Nikāya Ṭikā (Sāratthamañjūsā)* - Phụ chú giải (hay Sớ giải) Tăng Chi Bộ Kinh.
BMTP. Buddhist Meditaton in Theory and Practice – Thiền Phật giáo: Lý thuyết và thực hành.
Dhp. *Dhammapada* – Pháp Cú Kinh.

- Dhs.** *Dhammasaṅgani* – Bộ Pháp Tụ.
- Dhs.A** *Dhammasaṅgani Aṭṭhakathā (Aṭṭhasālinī)* – Chú giải Bộ Pháp Tụ.
- DN.** *Dighā Nikāya* – Trường Bộ Kinh.
- DN. A.** *Dighā Nikāya Aṭṭhakathā (Samaṅgala Vilāsini)* – Chú giải Trường Bộ Kinh.
- DN. T** *Dighā Nikāya Ṭika* – Phụ chú giải Trường Bộ Kinh.
- GS.** The Book of the Gradual Sayings – Tăng Chi Kinh
- KS.** The Book of the Kindred Sayings – Tương Ưng Kinh.
- Milp.** *Milindañha* – Mi Tiên vấn đáp.
- MN.** *Majjhima Nikāya* – Trung Bộ Kinh.
- MN.A.** *Majjhima Nikāya Aṭṭhakathā (Papañcasūdanī)* – Chú giải Trung Bộ.
- MN.T** *Majjhima Nikāya Ṭika* - Phụ chú giải (Số giải) Trung Bộ.
- P.P** Path of Purification – Thanh Tịnh Đạo
- Psy. Ethics** Buddhist Psychological Ethics – Tâm luận lý Triết học Phật giáo
- Pts.** *Paṭisambhidāmagga* – Vô Ngại Giải Đạo.
- Pts. A.** *Paṭisambhidāmagga Aṭṭhakathā (Saddhammap-pakāsīnī)* – Chú giải Vô Ngại Giải Đạo.
- Pug. P** *Dhātukathā Puggalapaññattipāṭi* – Chất ngữ luận và Nhân chế định luận.
- QKM.** The Questions of King Milinda – Những câu hỏi của Vua Mi-lan-đà.
- S.N.** *Saṃyutta Nikāya* – Tương Ưng Bộ Kinh.
- SN.A** *Saṃyutta Nikāya Aṭṭhakathā (Sāratthapakāsanī)* – Chú giải Tương Ưng Bộ Kinh.
- SN.T.** *Saṃyutta Nikāya Ṭikā* – Phụ chú giải Tương Ưng Bộ Kinh.
- Vibh.** *Vibhaṅga* – Bộ Phân tích.
- Vimv. T.** *Vimativinadani Ṭikā (Samantapāsādikāṭikā)*.
- Vinp.** *Vinaya Piṭakam* – Luật Tạng
- Vin. A.** *Vinaya Aṭṭhakathā (Samantapāsādikā)*
- Vism.** *Visuddhimagga* – Thanh Tịnh Đạo.
- Vism. T.** *Visuddhimagga Mahā Ṭikā (Paramattha-mañjūsā)* – Phụ chú giải Thanh Tịnh Đạo.

-ooOoo-

Nguồn: <http://www.budsas.org/uni/u-cdtctq/tcq-00.htm>

www.thienquan.net

