

PHẬT-GIÁO NGUYỄN-THỦY
THERAVĀDA
PHẬT-LỊCH 2567



NỀN-TẢNG-PHẬT-GIÁO

QUYỂN IX

PHÁP-HÀNH THIỀN-ĐỊNH
(SAMATHABHĀVANĀ)

(Tái bản lần thứ nhì có sửa và bổ sung)

TỶ KHUU HỘ PHÁP
(DHAMMARAKKHITA BHIKKHU)
(AGGAMAHĀPAṆḌITA)



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO - 2023



BHADDANTA DHAMMARAKKHITA BHIKKHU
dự lễ nhận danh hiệu Aggamahāpaṇḍita
tại Nay Pyi Taw, Myanmar. Ngày 19-3-2011
(Rằm tháng 2 P.L.2554)

“Sabbadānaṃ dhammadānaṃ jināti.”
Pháp-thí là cao thượng hơn các loại thí.

NỀN-TẢNG-PHẬT-GIÁO
QUYỂN IX
PHÁP-HÀNH THIÊN-ĐỊNH

Dhammapaṇṇākāra
Món Quà Pháp





Mục lục



Thành Kính Tri Ân

Tất cả chúng con biết được Phật-giáo Nguyên-thủy Theravāda là nhờ ơn Ngài Sư Tổ Hộ-Tông cùng với chư Trưởng-lão khác đã dày công đem Phật-giáo Nguyên-thủy Theravāda về truyền bá trên đất nước Việt-Nam thân yêu này.

Tất cả chúng con đem hết lòng thành kính đánh lễ Ngài Sư Tổ Hộ-Tông cùng quý Ngài Trưởng-lão với tâm lòng chân thành tôn kính và tri ân sâu sắc của tất cả chúng con.



PHẬT-GIÁO NGUYÊN-THỦY
THERAVĀDA
PHẬT-LỊCH 2567

NỀN-TẢNG-PHẬT-GIÁO
(MŪLABUDDHASĀSANA)

QUYỂN IX

PHÁP-HÀNH THIỀN-ĐỊNH
(SAMATHABHĀVANĀ)

(Tái bản lần thứ nhì có sửa và bổ sung)

TỈ-KHƯU HỘ-PHÁP
(DHAMMARAKKHITA BHIKKHU)
(AGGAMAHAṂPAṂḌITA)



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO - 2023

Lời Nói Đầu

(Tái bản lần thứ nhì có sửa và bổ sung)

Tái bản lần thứ nhì “Quyển IX: Pháp-Hành Thiên-Định” có sửa và bổ sung, sắp xếp phần nội dung, để giúp cho độc giả dễ hiểu.

Pháp-Hành Thiên-Định này là đề tài sâu sắc trong Phật-giáo, bản sư đã sưu tầm gom nhặt từ các nguồn tài liệu trình bày trong quyển pháp-hành thiên-định này, giúp cho độc giả hiểu biết một phần cơ bản của pháp-hành thiên-định.

Tuy bản sư đã cố gắng hết sức mình tái bản quyển Pháp-Hành Thiên-Định lần này cho được hoàn thiện, nhưng vì khả năng có hạn, nên cũng chỉ thực hiện được bấy nhiêu thôi! Bản sư tin chắc rằng:

“Soạn phẩm này vẫn còn nhiều chỗ sơ suất, thậm chí còn có chỗ sai nữa, ngoài khả năng hiểu biết của bản sư. Kính mong các bậc thiện-trí có tâm từ chỉ giáo, góp ý chân tình. Kính xin quý vị xem soạn phẩm này như là **của chung** mà mỗi người trong chúng ta ai cũng có bổn phận đóng góp, để cho soạn phẩm này được hoàn hảo, hầu mong đem lại sự lợi ích chung, sự tiến hóa, sự an-lạc cho phần đông chúng ta.”

Bản sư chân thành biết ơn quý vị.

PL. 2567 / DL. 2023
Rừng Núi Viên Không
xã Tóc Tiên, thị xã Phú Mỹ
tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu

Tỳ-Khuru Hộ-Pháp
(Dhammarakkhita Bhikkhu)
(Aggamahāpaṇḍita)

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa.
Con đem hết lòng thành kính đảnh lễ Đức-Thế-Tôn ấy,
Đức A-ra-hán, Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.

Paṇāmagāthā

Tilokekagaruṃ Buddham,
pāyāsibhayahiṃsakaṃ.
Āyunopariyosānaṃ,
gacchāmi saraṇaṃ ahaṃ.
Ādimajjhantakalyāṇaṃ,
Buddhassa dhammamosadhaṃ.
Nibbānapariyosānaṃ,
gacchāmi saraṇaṃ ahaṃ.
Tassa sāvakaṣaṅghaṅca,
puññakkhettaṃ anuttaraṃ.
Arahattapariyosānaṃ,
gacchāmi saraṇaṃ ahaṃ.
Buddham Dhammaṅca Saṅghaṅca,
abhivandiya sādaraṃ.
Mūlabuddhasāsanā ' ti,
Ayaṃ gantho mayā kato.

Kệ Đảnh Lễ Tam-Bảo

*Đức-Thế-Tôn cao thượng nhất tam-giới,
Dắt dẫn chúng-sinh thoát khỏi tai họa,
Nguyện suốt đời con xin quy-y Phật,
Mong chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế.*

*Pháp của Ngài như linh dược nhiệm mầu,
Hoàn hảo ở phần đầu giữa và cuối,
Nguyện suốt đời con xin quy-y Pháp,
Mong được chứng ngộ Niết-bàn thoát khổ.*

*Tăng bậc Thánh thanh-văn đệ-tử-Phật,
Là phước điền cao thượng của chúng-sinh,
Nguyện suốt đời con xin quy-y Tăng,
Mong được chứng đắc Thánh A-ra-hán.*

*Đức-Phật Đức-Pháp Đức-Tăng cao thượng,
Con hết lòng thành kính lạy Tam-bảo,
Rồi gom nhặt biên soạn tập sách nhỏ,
Soạn phẩm này gọi “**Nền-Tảng-Phật-Giáo**”.*

*Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa.
Con đem hết lòng thành kính đảnh lễ Đức-Thế-Tôn ấy,
Đức A-ra-hán, Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.*

**NỀN-TẢNG-PHẬT-GIÁO
(MŪLABUDDHASĀSANA)**

QUYỂN IX

**PHÁP-HÀNH THIỀN-ĐỊNH
(SAMATHABHĀVANĀ)**

*Soạn giả: Tỳ-khuru Hộ-Pháp
(Dhammarakkhita Bhikkhu)
(Aggamahāpaṇḍita)*

Lời Nói Đầu

Bộ Nền-Tảng-Phật-Giáo là một bộ sách gồm có 9 chương chia ra làm 10 quyển. Mỗi chương được khái quát như sau:

*1- Chương I: **Ba Ngôi Cao Cả** (Tiyagga)*

- Đức-Phật (Buddha).*
- Đức-Pháp (Dhamma).*
- Đức-Tăng (Saṃgha).*

*2- Chương II: **Tam-Bảo** (Ratanattaya)*

- Đức-Phật-bảo (Buddharatana).*
- Đức-Pháp-bảo (Dhammaratana).*
- Đức-Tăng-bảo (Saṃgharatana)*

3- Chương III: **Ân-Đức Tam-Bảo** (*Ratanattayaḡaṇa*)

- Ân-Đức Phật-bảo (*Buddhaḡaṇa*).
- Ân-Đức Pháp-bảo (*Dhammaḡaṇa*).
- Ân-Đức Tăng-bảo (*Saṃghaḡaṇa*).

4- Chương IV: **Quy-Y Tam-Bảo** (*Tisaṛaṇa*)

- Quy-y Phật-bảo (*Buddhasaṛaṇa*).
- Quy-y Pháp-bảo (*Dhammasaṛaṇa*).
- Quy-y Tăng-bảo (*Saṃghasaṛaṇa*).

5- Chương V: **Pháp-Hành-Giới** (*Sīlācāra*)

- Giới của người tại gia cư-sĩ (*Gahaṭṭhasīla*).
- Giới của bậc xuất-gia tu-sĩ (*Pabbajitasīla*).

6- Chương VI: **Nghiệp Và Quả Của Nghiệp**

(*Kamma-kammaphala*)

- Bốn loại nghiệp (*Kammacatuka*).
- Bất-thiện-nghiệp (*Akusalakamma*).
- Quả của bất-thiện-nghiệp (*Akusalavipāka*).
- Thiện-nghiệp (*Kusalakamma*).
- Quả của thiện-nghiệp (*Kusalavipāka*).

7- Chương VII: **Phước-Thiện** (*Puñña-Kusala*)

- 10 nhân phát sinh phước-thiện (*Puññakriyāvatthu*).

8- Chương VIII: **Pháp-Hạnh Ba-La-Mật** (*Pāramī*)

- 30 pháp-hạnh ba-la-mật (*Tiṃsapāramī*).

9- Chương IX: **Pháp-Hành-Thiền** (*Bhāvanā*)

- Pháp-hành thiền-định (*Samathabhāvanā*).
- Pháp-hành thiền-tuệ (*Vipassanābhāvanā*).

9 chương chia ra làm **10 quyển** như sau:

1- Quyển I: **Tam-Bảo** (*Ratanattaya*) gồm có 2 chương là chương I và chương II.

2- Quyển II: **Quy-Y Tam-Bảo** (Tiarāṇa) gồm có 2 chương là chương III và chương IV.

3- Quyển III: **Pháp-Hành-Giới** (Sīlācāra) có 1 chương là chương V.

4- Quyển IV: **Nghiệp Và Quả Của Nghiệp** (Kamma-kammaphala) có 1 chương là chương VI.

5- Quyển V: **Phước-Thiện** (Puñña-Kusala) có 1 chương là chương VII.

6- Quyển VI: **Pháp-Hạnh Ba-La-Mật** (Pāramī) 1.

7- Quyển VII: **Pháp-Hạnh Ba-La-Mật** (Pāramī) 2.

8- Quyển VIII: **Pháp-Hạnh Ba-La-Mật** (Pāramī) 3.

Quyển VI, Quyển VII, Quyển VIII: **Pháp-Hạnh Ba-La-Mật** (Pāramī) 1, 2, 3 thuộc về chương VIII.

9- Quyển IX: **Pháp-Hành Thiền-Định**
(Samāthabhāvanā)

10- Quyển X: **Pháp-Hành Thiền-Tuệ**
(Vipassanābhāvanā)

Quyển IX: **Pháp-Hành Thiền-Định** và Quyển X: **Pháp-Hành Thiền-Tuệ** thuộc về chương IX.

Như vậy, bộ **Nền-Tảng-Phật-Giáo** gồm có 9 chương chia ra thành 10 quyển.

Bộ **Nền-Tảng-Phật-Giáo** gồm có 9 chương được trình bày theo thứ tự trước sau như sau:

1- Chương I: **Ba Ngôi Cao Cả** (Tiyagga)

Phật-giáo có 3 ngôi cao cả thật xứng đáng tôn kính là

- Đức-Phật (Buddha) từ khi bắt đầu cho đến kết thúc.
- Đức-Pháp (Dhamma) từ khi bắt đầu cho đến kết thúc.
- Đức-Tăng (Saṃgha) từ khi bắt đầu cho đến kết thúc.

2- Chương II: **Tam-Bảo** (Ratanattaya)

- Đức-Phật có 5 đức-tính quý báu cao thượng nên gọi là Đức-Phật-bảo (Buddharatana).

- Đức-Pháp có 5 đức-tính quý báu cao thượng nên gọi là Đức-Pháp-bảo (Dhammaratana).

- Đức-Tăng có 5 đức-tính quý báu cao thượng nên gọi là Đức-Tăng-bảo (Samgharatana).

3- Chương III: **Ân-Đức Tam-Bảo** (Ratanattayaḡuṇa)

- Đức-Phật có 9 ân-đức nên gọi là ân-đức Phật-bảo (Buddhaḡuṇa).

- Đức-Pháp có 6 ân-đức nên gọi là ân-đức Pháp-bảo (Dhammaḡuṇa).

- Đức-Tăng có 9 ân-đức nên gọi là ân-đức Tăng-bảo (Samghaḡuṇa).

4- Chương IV: **Quy-Y Tam-Bảo** (Tisarana)

Người nào có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, tha thiết muốn trở thành hàng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng, người ấy kính xin làm lễ thọ phép quy-y Tam-bảo:

- Quy-y Phật-bảo (Buddhasarana),

- Quy-y Pháp-bảo (Dhammasarana),

- Quy-y Tăng-bảo (Samghasarana).

5- Chương V: **Pháp-Hành-Giới** (Sīlācāra)

Các hàng thanh-văn biết hổ-thẹn tội-lỗi, biết ghê-sợ tội-lỗi thì giữ gìn giới của mình được trong sạch trọn vẹn, giữ gìn giới là giữ gìn phẩm-hạnh cao quý của hàng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng.

- Đối với hàng tại gia là cận-sự-nam (upāsaka) hoặc cận-sự-nữ (upāsikā) cần phải giữ gìn giới của mình cho

được trong sạch trọn vẹn, đó là giới của người tại gia cư-sĩ (*Gahaṭṭhasīla*).

- Đối với hàng xuất-gia là tỳ-khuru, sa-di, tu-nữ cần phải giữ gìn giới của mình cho được trong sạch trọn vẹn, đó là giới của bậc xuất-gia tu-sĩ (*Pabbajitasīla*).

6- Chương VI: **Nghiệp Và Quả Của Nghiệp** (*Kamma-kammaphala*)

Các hàng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, giữ gìn giới của mình cho được trong sạch trọn vẹn, cần phải có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp.

Các hàng thanh-văn phải nên học hỏi hiểu rõ:

- Bốn loại nghiệp (*Kammacatuka*).
- Bất-thiện-nghiệp (*Akusalakamma*).
- Quả của bất-thiện-nghiệp (*Akusalavipāka*).
- Thiện-nghiệp (*Kusalakamma*).
- Quả của thiện-nghiệp (*Kusalavipāka*).

7- Chương VII: **Phước-Thiện** (*Puñña-kusala*)

- 10 nhân phát sinh phước-thiện (*Puññakriyāvattu*).

Các thanh-văn đệ-tử tin nghiệp và quả của nghiệp của mình, nên lựa chọn tạo 10 phước-thiện để trở thành **tam-nhân đại-thiện-nghiệp bậc cao** (*tihetuka-ukkaṭṭhakusalakamma*) để cho quả tái-sinh kiếp sau trở thành hạng **người tam-nhân** (*tihetukapuggala*).

8- Chương VIII: **Pháp-Hạnh Ba-La-Mật** (*Pāramī*)

- 30 pháp-hạnh ba-la-mật (*Tiṃsapāramī*).

* Để trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác cần phải tạo đầy đủ 30 pháp-hạnh ba-la-mật: 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc hạ, 10

pháp-hạnh ba-la-mật bậc trung, 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc thượng, mới trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác độc nhất vô nhị trong toàn cõi-giới chúng-sinh.

** Để trở thành Đức-Phật Độc-Giác, Đức-Bồ-tát Độc-Giác cần phải tạo đầy đủ 20 pháp-hạnh ba-la-mật: 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc hạ, 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc trung, mới trở thành Đức-Phật Độc-Giác. Đức-Phật Độc-Giác có thể có nhiều Vị trong cùng một thời-kỳ.*

** Để trở thành bậc Thánh Tối-thượng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, bậc Thánh Đại-thanh-văn đệ-tử, bậc Thánh thanh-văn đệ-tử hạng thường, chư vị Bồ-tát thanh-văn đệ-tử ấy đều cần phải tạo đầy đủ 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc hạ theo mỗi ngôi vị của mình.*

Đến thời-kỳ Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác ấy xuất hiện trên thế gian, chư vị Bồ-tát thanh-văn đệ-tử ấy đến hầu đảnh lễ Đức-Phật, lắng nghe chánh-pháp của Đức-Phật, rồi thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành 4 bậc Thánh-nhân là bậc Thánh Nhập-lưu, bậc Thánh Nhất-lai, bậc Thánh Bất-lai, bậc Thánh A-ra-hán là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử Đức-Phật, tùy theo năng lực của 10 pháp-hạnh ba-la-mật và 5 pháp-chủ (tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ) của mỗi ngôi vị đứng như ý nguyện trong tiền-kiếp quá-khứ của mỗi vị.

Trong chương VIII: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật của bộ Nền-Tảng-Phật-Giáo trình bày 10 pháp-hạnh ba-la-mật, mỗi pháp-hạnh ba-la-mật có 3 bậc gồm có 30 bậc, mỗi bậc được lựa chọn tích tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama tiêu biểu thực hành pháp-hạnh ba-la-mật mỗi bậc ấy, được chia ra làm ba quyển:

* Trong **quyển VI: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật (Pāramī)** 1, trình bày **ba pháp-hạnh ba-la-mật** là pháp-hạnh bố-thí ba-la-mật, pháp-hạnh giữ-giới ba-la-mật, pháp-hạnh xuất-gia ba-la-mật. Mỗi pháp-hạnh ba-la-mật có ba bậc, mỗi bậc được lựa chọn một tích tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama tiêu biểu thực hành pháp-hạnh ba-la-mật mỗi bậc ấy, cho nên, 3 pháp-hạnh ba-la-mật gồm có 9 tích.

* Trong **quyển VII: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật (Pāramī)** 2, trình bày **một pháp-hạnh tri-tuệ ba-la-mật** có 3 bậc, mỗi bậc được lựa chọn một tích tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama tiêu biểu thực hành pháp-hạnh ba-la-mật bậc ấy, riêng bậc hạ có 3 tích, cho nên quyển này gồm có 5 tích.

* Trong **quyển VIII: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật (Pāramī)** 3, trình bày **6 pháp-hạnh ba-la-mật** là pháp-hạnh tinh-tấn ba-la-mật, pháp-hạnh nhẫn-nại ba-la-mật, pháp-hạnh chân-thật ba-la-mật, pháp-hạnh phát-nguyện ba-la-mật, pháp-hạnh tâm-từ ba-la-mật, pháp-hạnh tâm-xả ba-la-mật. Mỗi pháp-hạnh ba-la-mật có 3 bậc, mỗi bậc được lựa chọn một tích tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama tiêu biểu thực hành pháp-hạnh ba-la-mật mỗi bậc ấy, riêng pháp-hạnh chân-thật ba-la-mật bậc hạ có 2 tích, cho nên quyển này gồm có 19 tích.

9- Chương IX: **Pháp-Hành-Thiền (Bhāvanā)**

- Pháp-hành thiền-định (Samathabhāvanā).
- Pháp-hành thiền-tuệ (Vipassanābhāvanā).

* Hành-giả là hạng **người tam-nhân** thực hành **pháp-hành thiền-định**, có khả năng dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, 5 phép thần-thông thế gian, tùy theo khả năng của mỗi vị hành-giả.

- *Sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.*

- *Vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.*

Thật ra, nếu hành-giả nào là hạng phàm-nhân có khả năng chứng đắc các bậc thiên thiện-tâm, sau khi hành-giả ấy chết, thì chỉ có thiện-nghiệp trong bậc thiên thiện-tâm nào cao cuối cùng, mới có quyền ưu tiên cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời tương xứng với bậc thiên quả-tâm ấy mà thôi.

Các thiện-nghiệp trong bậc thiên thiện-tâm bậc thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (ahosikamma) không còn có cơ hội cho quả được nữa.

Pháp-hành thiên-định có trong Phật-giáo và có ngoài Phật-giáo.

** Hành-giả là hạng người tam-nhân thực hành pháp-hành thiên-tuệ, có khả năng dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc như sau:*

- *Chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.*

- *Chứng đắc Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhất-lai.*

- *Chứng đắc Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Bất-lai.*

- *Chứng đắc A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán.*

** Sau khi bậc Thánh Nhập-lưu chết, chắc chắn không còn tái-sinh trong cõi ác-giới, chỉ có đại-thiện-nghiệp*

cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi thiện-dục-giới nhiều nhất 7 kiếp nữa mà thôi. Đến kiếp thứ 7 trong cõi trời dục-giới chắc chắn sẽ trở thành bậc Thánh A-ra-hán, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* Sau khi **bậc Thánh Nhất-lai** chết, đại-thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi trời dục-giới chỉ có 1 kiếp nữa mà thôi. Trong kiếp ấy chắc chắn sẽ trở thành bậc Thánh A-ra-hán, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* Sau khi **bậc Thánh Bất-lai** chết, không còn tái-sinh trong cõi dục-giới, chỉ có sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên. Bậc Thánh Bất-lai chắc chắn sẽ trở thành bậc Thánh A-ra-hán, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* Sau khi **bậc Thánh A-ra-hán** chết đó là tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Pháp-hành thiên-tuệ chỉ có trong Phật-giáo mà thôi, hoàn toàn không có ngoài Phật-giáo.

Như vậy, 9 chương của bộ Nền-Tảng-Phật-Giáo được trình bày theo thứ tự trước sau, mà chương trước làm nền tảng hỗ trợ cho chương sau, cho nên, chương 9 cuối cùng là cứu cánh Niết-bàn của tất cả mọi hàng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật.

Bộ Nền-Tảng-Phật-Giáo có 10 quyển, quyển I: Tam-Bảo, quyển II: Quy-Y Tam-Bảo, quyển III: Pháp-Hành-Giới, quyển IV: Nghiệp Và Quả Của Nghiệp, quyển V: Phước-Thiện, quyển VI: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật (Pāramī) 1, quyển VII: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật (Pāramī) 2, quyển

VIII: *Pháp-Hạnh Ba-La-Mật (Pāramī)* 3 đã được trình bày xong, nay tiếp theo quyển IX sẽ được trình bày trong quyển này.

Quyển IX: *Pháp-Hành Thiền-Định (Samathabhāvanā)* là pháp-hành có trong Phật-giáo và có ngoài Phật-giáo sẽ được trình bày trong quyển này.

Pháp-hành thiền-định gồm có 40 đề-mục thiền-định:

- 10 đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa*.
- 10 đề-mục thiền-định *asubha*.
- 10 đề-mục thiền-định niệm niệm *anussati*.
- 4 đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm (*appamaññā*).
- 1 đề-mục thiền-định vật thực đáng nhòm (*āhāre paṭikūlasaññā*).
- 1 đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại (*catudhātu-vavatthāna*).
- 4 đề-mục thiền-định vô-sắc (*ārurpa*).

Trong 40 đề-mục thiền-định, mà mỗi đề-mục thiền-định được giảng giải phương pháp thực hành từ giai đoạn ban đầu cho đến giai đoạn cuối dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, tùy theo mỗi đề-mục thiền-định ấy.

Và đặc biệt còn trình bày phương pháp luyện tập 5 phép-thần-thông tam-giới (*lokiya-abhiññā*) đối với hành-giả đã chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm và 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.

Quả của sắc-giới thiện-nghiệp và vô-sắc-giới thiện-nghiệp như thế nào?

* **Sắc-giới thiện-nghiệp** trong 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có 5 bậc thiền sắc-giới quả-tâm tương

xứng gọi là **sắc-giới tái-sinh-tâm** (*paṭisandhicitta*) làm phạm-sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 15 tầng trời **sắc-giới phạm-thiên** (trừ tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên), tương xứng với **mỗi bậc thiền sắc-giới quả-tâm**, vị phạm-thiên hưởng an-lạc cho đến khi hết tuổi thọ trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên ấy, mới tái-sinh kiếp sau trong cõi-giới khác tùy theo thiện-nghiệp của vị phạm-thiên ấy.

Nếu hành-giả nào chứng đắc **đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm**, vốn là người có **tâm nhàm chán 4 danh-uẩn** (thọ-uẩn, tưởng-uẩn, hành-uẩn, thức-uẩn), bởi vì nhàm chán tâm biết đối-tượng, phát nguyện kiếp sau chỉ muốn có **sắc-uẩn** mà thôi.

Sau khi hành-giả ấy chết, do năng lực của tâm phát nguyện ấy, nên **sắc-giới thiện-nghiệp** trong đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **jīvitānavakakalāpa** nhóm sắc-pháp có sắc thứ 9 là sắc-mạng-chủ gọi là **rūpapaṭisandhi** (sắc-tái-sinh) làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên **Vô-tướng-thiên**, vị phạm-thiên trên tầng trời này chỉ có **nhất uẩn** là **sắc-uẩn** mà thôi, ở 1 trong 3 tư thế: tư thế đứng hoặc tư thế ngồi hoặc tư thế nằm. Vị phạm-thiên này chỉ có **thân** mà không có **tâm**, có tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất.

Sau khi vị phạm-thiên ấy chết, **đục-giới thiện-nghiệp** của kiếp quá-khứ kể từ kiếp thứ 3 trở về trước cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp xuống **cõi thiện-đục-giới** là cõi người hoặc cõi trời **đục-giới**.

* **Vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có 4 **bậc thiền vô-sắc-giới quả-tâm**

trương xứng gọi là **vô-sắc-giới tái-sinh-tâm** (*paṭisandhi-citta*) làm phận-sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tương xứng với **mỗi bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm**, vị phạm-thiên hưởng an-lạc cho đến khi hết tuổi thọ trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên ấy (chết), rồi tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi-giới khác tùy theo quả của đại-thiện-nghiệp của vị phạm-thiên ấy.

Hành-giả là hạng **người tam-nhân** (*tihetukapuggala*) thực hành pháp-hành thiên-định dù có khả năng chứng đắc 5 **bậc thiên sắc-giới thiện-tâm** và 4 **bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm** vẫn còn luân-quản trong vòng tử-sinh luân-hồi trong tam-giới, chưa giải-thoát khỏi tử-sinh luân-hồi trong tam-giới được.

Quyển IX: Pháp-Hành Thiên-Định này, bản sư đã cố gắng hết sức mình sưu-tầm, gom-nhặt từ các bài kinh Pāḷi, Chú-giải Pāḷi, đặc-biệt bộ *Visuddhimagga*, *Visuddhimagga-mahāṭikā*, toàn bộ sách giáo-khoa *Paramatthajotika* của Ngài Trưởng-lão *Saddhammajotika*, giảng-giải về bộ môn *Abhidhamma*, hiện đang sử-dụng giảng-dạy trong phân-khoa *Abhidhammajotikavijjālaya* của trường đại-học *Mahācūḷālongkornrājavijjālaya* tại Bangkok, Thái-lan; và những nguồn tài-liệu có liên-quan đến pháp-hành thiên-định chỉ được bấy-nhiêu thôi!

Tuy bản sư cố-gắng hết mình giảng-giải để giúp cho độc-giả tìm-hiểu rõ về pháp-hành thiên-định, song vì khả-năng có hạn, nên chắc-chắn không tránh-khỏi những điều sơ-sốt, thậm-chí còn có chỗ sai-ngoài khả-năng hiểu-biết của bản sư.

Để lần-sau tái-bản được hoàn-thiện hơn, kính-mong chư-bậc-thiện-trí có tâm-từ-chỉ-giáo, góp-ý-chân-tình.

Kính xin quý vị xem soạn phẩm này như là **của chung** mà mỗi người trong chúng ta, ai cũng có bốn phận đóng góp xây dựng, để cho soạn phẩm này được hoàn hảo, hầu mong đem lại sự lợi ích chung, sự tiến hóa, sự an lạc cho phần đông chúng ta.

Bản sư kính cảm đón nhận những lời đóng góp phê bình xây dựng ấy của chư bậc thiện-trí, và kính xin quý vị ghi nhận nơi đây lòng chân thành biết ơn sâu sắc của bản sư.

Quyển IX: Pháp-Hành Thiện-Định tái bản lần thứ nhì có chỉnh sửa và bổ sung được hoàn thành do nhờ có nhiều người giúp đỡ như là Dhammavara Sāmaṇera xem bản thảo, Dhammanandā upāsikā đã tận tâm xem kỹ lại bản thảo, dàn trang, làm thành quyển sách, lo ấn hành và đã được Nhà xuất bản Tôn giáo cho phép tái bản ấn hành.

Bản sư vô cùng hoan-hỷ và biết ơn tất cả quý vị.

Nhân dịp này, con là Dhammarakkhita Bhikkhu (tỳ-khuru Hộ-Pháp) thành kính dâng phần pháp thí thanh cao này đến Ngài Đại-Trưởng-lão Hộ-Tông, Vamsarakkhitamahāthera là sư phụ của con, đồng thời đến Ngài Đại-Trưởng-lão Thiện-Luật, Ngài Đại-Trưởng-lão Bửu-Chơn, Ngài Đại-Trưởng-lão Giới-Nghiêm, Ngài Trưởng-lão Hộ-Giác (chùa Từ-Quang), Ngài Trưởng-lão Hộ-Nhân (chùa Thiên-Lâm, Huế) cùng chư Đại-Trưởng-lão khác đã dày công đem Phật-giáo Nguyên-thủy (Theravāda) về truyền bá trên quê hương Việt-Nam thân yêu, và xin kính dâng phần phước-thiện thanh cao này đến chư Đại-Trưởng-lão ở nước Thái-Lan, nước Myanmar (Miến-Điện), đã có công dạy dỗ con về pháp học và pháp-hành.

Con kính mong quý Ngài hoan-hỷ.

Idaṃ no ñātināṃ hotu, sukhitā hontu ñātayo.

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

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

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

Idaṃ me dhammadānaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu.

Phước-thiện pháp-thí thanh cao này của mỗi người chúng con, xin làm duyên lành dẫn dắt mỗi người chúng con đến chứng đắc A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não trầm-luân, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Nếu mỗi người trong chúng con chưa diệt tận được mọi phiền-não trầm-luân, chưa giải thoát khổ sinh, vẫn còn tử sinh luân-hồi, thì do năng lực phước-thiện pháp-thí thanh cao này ngăn cản mọi ác-nghiệp không có cơ hội cho quả tái-sinh trong 4 cõi ác-giới (địa-ngục, a-su-ra, nga-quỷ, súc-sinh); và cũng do năng lực phước-thiện

thanh cao này chỉ hỗ trợ đại-thiện-nghiệp cho quả tái-sinh trong cõi thiện-giới: cõi người, các cõi trời dục-giới... mà thôi.

Được sinh kiếp nào, mỗi người trong chúng con đều là người có chánh-kiến, có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, có duyên lành được gần gũi thân cận với bậc thiện-trí, lắng nghe chánh-pháp của bậc thiện-trí, có đức-tin trong sạch nơi bậc thiện-trí, cố gắng tinh-tân thực hành theo lời giáo-huấn của bậc thiện-trí, không ngừng tạo mọi pháp-hạnh ba-la-mật cho sớm được đầy đủ trọn vẹn, để mong sớm chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, mong chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, mong diệt tận mọi phiền-não trầm-luân, trở thành bậc Thánh A-ra-hán.

Trong kiếp tử sinh luân-hồi, mỗi khi chúng con được nghe tin lành Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng ngự nơi nào, dù gần dù xa, chúng con liền phát sinh đại-thiện-tâm hỷ lạc, có đức-tin trong sạch nơi Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng, quyết tâm tìm đến nơi ấy, để hầu đảnh lễ Đức-Phật, hoặc chư Thánh-thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, lắng nghe chánh-pháp, cố gắng tinh-tân thực hành theo chánh-pháp của Đức-Phật, để mong chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái, trở thành bậc Thánh A-ra-hán sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Nay, chúng con hết lòng thành kính **quy-y Tam-bảo**: Quy-y nơi Đức-Phật-bảo, quy-y nơi Đức-Pháp-bảo, quy-y nơi Đức-Tăng-bảo, và thành tâm hộ trì Tam-bảo cho đến trọn đời, trọn kiếp.

Do nhờ năng lực phước-thiện thanh cao này, mong

cho mỗi người chúng con luôn luôn có duyên lành, tạo được thiện nhân sâu sắc trong Phật-giáo.

Do nhờ năng lực phước-thiện pháp-thí thanh cao này theo hỗ trợ, nhắc nhở cho mỗi người chúng con trong mỗi kiếp, dù cho được thành tựu quả-báu ở cõi người (manussasampatti) hưởng được mọi sự an-lạc đầy đủ trong cõi người như thế nào, cũng không đắm say trong cõi người; hoặc dù cho được thành tựu quả-báu ở cõi trời (devasampatti) hưởng được mọi an-lạc đầy đủ trong cõi trời như thế nào, cũng không đắm say trong cõi trời.

Thật ra, mục đích cứu cánh cao cả của mỗi chúng con chỉ có mong sớm thành tựu quả-báu chứng ngộ Niết-bàn (Nibbānasampatti) mà thôi, để mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

*Icchitam patthitam amham,
khippameva samijjhatu.*

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

PL. 2567/DL. 2023

Rừng Núi Viên Không
xã Tóc Tiên, thị xã Phú Mỹ
tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu

Tỳ-khuru Hộ-Pháp
(Dhammarakkhita Bhikkhu)
(Aggamahāpaṇḍita)

MỤC LỤC

KỆ LỄ BÀI TAM-BẢO
LỜI NÓI ĐẦU
MỤC LỤC

CHƯƠNG IX PHÁP-HÀNH THIỀN PHÁP-HÀNH THIỀN-ĐỊNH

* Định nghĩa bhāvanā	1
- Pháp-hành thiền-định	2
- Đức-Bồ-Tát thọ giáo pháp-hành thiền-định	4
- Đức-Bồ-Tát hành pháp khổ-hạnh (Dukkaracariyā).....	7
- Đức-Bồ-Tát từ bỏ pháp-hành khổ-hạnh	9
- Đức-Bồ-Tát thọ nhận cơm sữa của nàng Sujātā.....	12
- Ngồi bồ đoàn toàn thắng Ác-ma-thiên	15
- Đức-Bồ-Tát Siddhattha chứng đắc tam-minh	18
1- Tiên-kiếp-minh	18
2- Thiên-nhân-minh	19
3- Trầm-luân-tận-minh	20
- Samatha: Thiền-Định	23
- Samatha có 3 định nghĩa	23
- Giải thích 3 định nghĩa	24
- 5 chi-thiền.....	25
- 5 pháp-chương-ngai.....	25
- 5 chi-thiền chế ngự được 5 pháp-chương-ngai.....	26
- Samatha có 2 loại	29
* Pháp-hành thiền-định có 2 phần	30
I- Đối-tượng thiền-định.....	30
1- 10 Đề-mục thiền-định hình tròn Kasiṇa	30
2- 10 Đề-mục thiền-định tứ-thi (Asubha).....	31
3- 10 Đề-mục thiền-định niệm-niệm (Anussati).....	31
4- Bốn đề-mục thiền-định vô-lượng-tâm.....	32

5- Đề-mục thiền-định vật thực đáng nhòm góm.....	32
6- Đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại	32
7- Bốn đề-mục thiền-định vô-sắc	32
- Ba loại Nimitta	33
II- Tâm biết đối-tượng thiền-định.....	34
- Ba loại Bhāvanā, ba loại Samādhi.....	35
* Giảng giải 40 đề-mục thiền-định	37
1- 10 Đề-mục thiền-định hình tròn Kasiṇa.....	37
1.1- Đề-mục thiền-định hình tròn đất	37
- Tiền kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm....	38
- Cách làm đề-mục thiền-định hình tròn đất.....	40
- Đặt đề-mục thiền-định hình tròn đất	41
- Pháp hỗ trợ pháp-hành thiền	41
- Phương pháp thực hành đề-mục thiền-định đất	42
- Thực hành đề-mục thiền-định hình tròn đất	42
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	43
- Đối-tượng Uggahanimitta biến mất trong tâm	43
- Sự khác nhau của Parikammanimitta với Uggahanimitta.....	44
- Đối-tượng Paṭibhāganimitta phát sinh trong tâm	45
- Sự khác nhau của Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta	45
- Nīvaraṇa: 5 pháp-chướng-ngại.....	46
- Đối-tượng Paṭibhāganimitta có 2 giai đoạn.....	47
- Pathavīpaṭibhāganimitta biến mất	49
- Cách giữ gìn Paṭibhāganimitta	49
- 7 điều bất lợi, 7 điều thuận lợi.....	50
- Appanākosala có 10 pháp	56
- Khai triển đối-tượng Paṭibhāganimitta.....	57
- Pathamajjhānakusalacitta đầu tiên phát sinh.....	58
- Sắc-giới lộ-trình-thiền-tâm đầu tiên	58
- Đồ biểu đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm đầu tiên..	58
- 5 chi-thiền chế ngự 5 pháp-chướng-ngại.....	62
- Hành-giả tự biết chứng đắc bậc thiền.....	62
- Sắc-giới thiện-nghiệp	63

- Thực tập đệ-nhất-thiền sắc-giới để có năng lực	63
- Vasībhāva có 5 pháp	64
- Thực hành chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm	67
- Chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm	69
- Chứng đắc đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm	70
- Chứng đắc đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm	71
- Chứng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm	72
- 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm	73
- 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm	74
1.2- Đề-mục thiền-định nước	75
- Tiền kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ...	75
- Cách làm đề-mục thiền-định nước	77
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm	78
- Sự khác nhau của Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta	79
1.3- Đề-mục thiền-định lửa	79
- Tiền kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm....	80
- Cách làm đề-mục thiền-định lửa	82
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	83
- Sự khác nhau của Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta	84
1.4- Đề-mục thiền-định gió	84
- Không làm đề-mục thiền-định gió	85
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	86
- Sự khác nhau của Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta	87
- 3 loại Nimitta của đề-mục thiền-định gió	87
1.5- Đề-mục thiền-định màu xanh	89
- Tiền kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm....	89
- Cách làm đề-mục thiền-định màu xanh.....	91
- Đặt đề-mục thiền-định màu xanh	91
- Thực hành đề-mục thiền-định màu xanh.....	92
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	92
1.6- Đề-mục thiền-định màu vàng	93
- Đặt đề-mục thiền-định màu vàng	95
- Thực hành đề-mục thiền-định màu vàng.....	95
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm.....	96
1.7- Đề-mục thiền-định màu đỏ	97

- Đặt đề-mục thiên-định màu đỏ.....	99
- Thực hành đề-mục thiên-định màu đỏ	99
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm....	100
1.8- Đề-mục thiên-định màu trắng.....	101
- Đặt đề-mục thiên-định màu trắng.....	103
- Thực hành đề-mục thiên-định màu trắng	103
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm....	104
1.9- Đề-mục thiên-định hư-không	105
- Tiền kiếp chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm..	105
- Cách làm đề-mục thiên-định hư-không.....	107
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm....	108
- Sự khác nhau của 3 loại Nimitta.....	108
1.10- Đề-mục thiên-định ánh sáng	109
- Tiền kiếp chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm..	109
- Cách làm đề-mục thiên-định ánh-sáng.....	111
- Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ trong tâm....	112
- Tính chất đặc biệt của 10 đề-mục thiên-định Kasina..	113
- Đề-mục thiên-định dễ chứng đắc bậc thiên	114
2- 10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh	116
2.1- Đề-mục thiên-định tử-thi Uddhumātaka	117
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Uddhumātaka ..	119
2.2- Đề-mục thiên-định tử-thi Vinīlaka	120
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vinīlaka	121
2.3- Đề-mục thiên-định tử-thi Vipubbaka	122
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vipubbaka	123
2.4- Đề-mục thiên-định tử-thi Vicchiddaka.....	124
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vicchiddaka.....	126
2.5- Đề-mục thiên-định tử-thi Vikkhāyitaka	126
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vikkhāyitaka ...	128
2.6- Đề-mục thiên-định tử-thi Vikkhittaka	129
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Vikkhittaka	130
2.7- Đề-mục thiên-định tử-thi Hatavikkhittaka	131
- Ba loại Nimitta của đề-mục tử-thi Hatavikkhittaka..	132
2.8- Đề-mục thiên-định tử-thi Lohitaka.....	133

3.2.2- Ân-Đức-Pháp Sanditṭhiko	219
3.2.3- Ân-Đức-Pháp Akāliko.....	222
- Đồ biểu Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm	223
3.2.4- Ân-Đức-Pháp Ehipassiko	225
3.2.5- Ân-Đức-Pháp Opaneyyiko	226
3.2.6- Ân-Đức-Pháp Paccattam veditabbo viññūhi	229
- Khả năng đặc biệt của mỗi bậc Thánh-nhân	231
- Bậc Thánh-nhân nhập Thánh-quả	231
- Ân-Đức-Pháp-Bảo được thực chứng	232
- Niết-bàn là pháp để chứng ngộ.....	234
- 6 ân-Đức-Pháp-Bảo.....	235
- Thực hành đề-mục niệm-niệm	
6 ân-Đức-Pháp có 2 giai đoạn	238
- Pháp-hành thiên-tuệ.....	239
- Phân tích đối-tượng tứ-niệm-xứ và	
đối-tượng thiên-tuệ	240
- Quả báu đặc biệt thực hành đề-mục	
niệm-niệm 6 ân Đức-Pháp	241
3.3- Samghānussati: Đề-mục thiên-định	
niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng.....	241
- Thực hành đề-mục thiên-định Samghānussati	241
- Ý nghĩa 9 ân-Đức-Tăng-Bảo.....	242
3.3.1- Ân-Đức-Tăng Suppatipanno	244
3.3.2- Ân-Đức-Tăng Ujuppatipanno.....	246
3.3.3- Ân-Đức-Tăng Nāyappatipanno	247
3.3.4- Ân-Đức-Tăng Sāmīcippatipanno.....	248
• Tích Ngài Trưởng-lão Ayyamitta.....	249
3.3.5- Ân-Đức-Tăng Āhuneyyo.....	254
- Tạo phước-thiện trong phật-giáo,	
ngoài phật-giáo.....	254
• Tích vị thiên-nam Indaka	254
• Tích Đức-vua trời Sakka	255
3.3.6- Ân-Đức-Tăng Pāhuneyyo.....	258
• Kinh Kulassutta	259

3.3.7- Ân-Đức-Tăng Dakkhiṇeyyo	260
• Tích phước-thiện bố thí cơm cháy	262
• Tích Sāriputtattheramātupeta	264
• Tích Vihāravimāna	268
3.3.8- Ân-Đức-Tăng Añjalikaraṇīyo	269
• Kinh Saṃghavandanāsutta	269
3.3.9- Ân-Đức-Tăng Anuttaraṃ puññakkhettaṃ	272
• Tích thiên-nữ Lajādevadhītā	273
• Tích ông Puṇṇa	274
- Quả báu phước-thiện bố-thí đến tỳ-khuru-Tăng	280
- Thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng	281
1- Cách phổ thông	281
2- Cách tách câu	281
- Thực hành đề-mục niệm-niệm ân-Đức-Tăng có 2 giai đoạn	284
- Pháp-hành thiền-tuệ	285
- Phân tích đối-tượng tứ-niệm-xứ và đối-tượng thiền-tuệ	285
- Quả báu đặc biệt thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng	286
3.4- Sīlānussati: Đề-mục thiền-định niệm-niệm giới trong sạch của mình	287
- Giới không trong sạch và giới trong sạch	287
- Phương pháp thực hành đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình	289
3.5- Cāgānussati: Đề-mục thiền-định niệm-niệm sự bố-thí của mình	291
3.6- Devatānussati: Đề-mục thiền-định niệm-niệm các pháp chư-thiên hiện hữu nơi mình	295
3.7- Upasamānussati: Đề-mục thiền-định niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn	298
- Niết-bàn thuộc về pháp-vô-vi	299
3.8- Maraṇānussati: Đề-mục niệm-niệm sự chết	305
- 5 điều không biết	309

- Kiếp sinh tử và kiếp tử sinh của mỗi chúng-sinh là như thế nào?	309
- Đồ biểu ý-môn cận-tử lộ-trình-tâm	311
3.9- Kāyagatāsati: Đề-mục thiền-định niệm	
32 thể trợc trong thân	314
- Kāya: thân nghĩa là gì?	314
- 32 thể trợc (trước).....	314
- Phương pháp thực hành đề-mục Kāyagatāsati	315
• Uggahakosalla: Tinh thông trong 7 điều học	316
• Manasikāra-kosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực hành	316
1- Giảng giải phận sự Uggahakosalla	316
- Đề-mục Kāyagatāsati phân chia ra làm 6 đoạn	317
- Chuyển đổi ngôn ngữ Pāli sang nghĩa tiếng Việt	324
- Quy định thời gian 5 tháng và 15 ngày.....	325
- Phương pháp thực hành đề-mục Kāyagatāsati	327
- Đề-mục Kāyagatāsati có 3 loại Nimitta.....	329
- Thực hành pháp-hành-thiền-tuệ.....	330
- Giảng giải tiếp theo 5 điều Uggahakosalla	331
- Lợi ích của sự thực hành đề-mục Kāyagatāsati	332
2- Manasikāra-kosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực hành	334
- Sự lợi ích niệm bằng lời 32 thể trợc	336
- Tính chất đặc biệt của đề-mục Kāyagatāsati	338
- Tính chất đặc biệt của nhóm Tacapañcaka	339
• Tích Ngài Đại-Đức Sīvali	339
• Tích Ngài Đại-Đức Dabbatthera	342
• Tích Ngài Đại-Đức Saṃkicca-sāmaṇeravatthu	344
- Đề-mục Kāyagatāsati trong Phật-giáo	346
3.10- Ānāpānassati: Đề-mục thiền-định niệm	
hơi thở vào, hơi thở ra.....	347
- Ānāpānassati nghĩa là gì?	347
- Phương pháp thực hành đề-mục Ānāpānassati.....	348
- Phần pháp-học của đề-mục thiền-định Ānāpānassati	349
- 4 cách thực hành thuộc về pháp-hành thiền-định	353

- Phương pháp thực hành đề-mục Ānāpānassati	355
• Pháp căn bản thứ nhất.....	355
1- Cách thực hành thứ nhất.....	355
1.1- Cách hành Dhaññamāmakagaṇanānaya	355
1.2. Cách hành Gopālakagaṇanānaya	358
2-3. Anubandhanānaya Và Phusanānaya	358
• Pháp căn bản thứ 2 và 3.....	359
• Pháp căn bản thứ 4	359
• Pháp căn bản thứ 5	360
- Tính chất đặc biệt của Anubandhanānaya	362
4- Cách hành Tḥapanānaya	362
- 3 loại Nimitta. 3 loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi của đề-mục Ānāpānassati.....	362
- 4 cách thực hành thuộc về pháp-hành thiền-tuệ.....	366
- 16 loại trí-tuệ của pháp-hành thiền-tuệ	367
- Quả báu của đề-mục thiền-định Ānāpānassati	369
4- Đề-mục thiền-định vô-lượng-tâm (Appamaññā).....	370
- Định nghĩa Appamaññā	370
4.1- Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-từ (Mettā).....	371
- Thận trọng đến 6 hạng người	374
- Hạng người cần phải niệm rải tâm-từ trước tiên	375
- Niệm rải tâm-từ cho mình	376
- Cách niệm rải tâm-từ đến người khác	377
- Niệm rải tâm-từ đến 4 hạng người theo tuần tự	378
- Sīmāsambheda: Xóa ranh giới tâm-từ	382
- Trạng-thái của tâm-từ Sīmāsambheda.....	382
- Niệm rải tâm-từ theo Paṭisambhidāmagga	384
- Phương pháp thực hành niệm rải tâm-từ đến 12 loại chúng-sinh	386
-10 phương hướng	387
- 3 loại Nimitta, 3 loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi.....	392
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-từ.....	393
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-từ	394
4.2- Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-bi (Karunā).....	395
- Phương pháp thực hành niệm rải tâm-bi	397

- Hạng người cần phải niệm rải tâm-bi trước tiên	399
- Niệm rải tâm-bi đến 3 hạng người theo tuần tự	400
- Niệm rải tâm-bi theo Paṭisambhidāmagga	402
- Phương pháp thực hành niệm rải tâm-bi đến 12 loại chúng-sinh	403
- 10 phương hướng	404
- Ba loại Nimitta	407
- Ba loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi	408
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-bi	409
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-bi	410
4.3- Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-hỷ (Muditā)	410
- Phương pháp thực hành niệm rải tâm-hỷ	412
- Hạng người cần phải niệm rải tâm-hỷ trước tiên ...	413
- Niệm rải tâm-hỷ đến 4 hạng người theo tuần tự ...	414
- Niệm rải tâm-hỷ theo Paṭisambhidāmagga	416
- Phương pháp thực hành niệm rải tâm-hỷ đến 12 loại chúng-sinh	418
- 10 phương hướng	418
- Ba loại Nimitta	422
- Ba loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi	423
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-hỷ	424
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-hỷ	424
4.4- Đề-mục thiền-định niệm rải tâm-xả (Upekkhā)	425
- Tính chất đặc biệt của đề-mục niệm rải tâm-xả.	426
- Phận sự trước khi thực hành niệm rải tâm-xả.....	428
- Phương pháp thực hành niệm rải tâm-xả	429
- Cách thực hành niệm rải tâm-xả	430
- Niệm rải tâm-xả đến 4 hạng người theo tuần tự ...	431
- Niệm rải tâm-xả theo Paṭisambhidāmagga	433
- Phương pháp thực hành niệm rải tâm-xả đến 12 loại chúng-sinh ...	435
-10 phương hướng	435
- Ba loại Nimitta,	438
- Ba loại Bhāvanā, 3 loại Samādhi	439
- Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-xả	440

- Tâm-xả vô-lượng khác với tâm-xả ba-la-mật.....	441
- Quả báu của đề-mục niệm rải tâm-xả.....	441
- Nhận xét về đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm	441
- 4 ác pháp bị diệt bằng 4 đức tính cao thượng.....	442
- Tứ vô-lượng-tâm đối với tất cả chúng-sinh	442
- Cha mẹ có 4 đức tính từ, bi, hỷ, xả.....	443
- Cách niệm rải tâm-từ, bi, hỷ, xả khệp kín tóm tắt	444
5- Đề-mục thiền-định vật thực đáng nhòm góm	446
- Nimitta, Bhāvanā của đề-mục thiền-định	
Āhārepaṭikkūlasaññā.....	450
- Tính chất của đề-mục Āhārepaṭikkūlasaññā.....	451
6- Đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại	452
- Thực hành đề-mục thiền-định Catudhātuvavatthāna	456
- Phương pháp thực hành tứ-đại.....	457
- Phương pháp thực hành tứ-đại 42 pháp.....	458
- Suy xét phân tích tứ-đại.....	460
- Suy xét phân tích 42 pháp bằng 13 cách	461
- Nimitta, Bhāvanā, Samādhi và Magga, Phala	467
- Quả báu của đề-mục Catudhātuvavatthāna.....	469
7- Bốn đề-mục thiền-định vô-sắc (Āruppa)	470
- Phương pháp thực hành 4 đề-mục thiền-định	
vô-sắc-giới	471
7.1- Vô-sắc-giới không-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm	472
7.2- Vô-sắc-giới thức-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm	475
7.3- Vô-sắc-giới vô-sở-hữu-xứ-thiền thiện-tâm	478
7.4- Vô-sắc-giới phi-trưởng-phi-phi-trưởng-xứ-thiền.....	481
- Nhận xét 5 bậc thiền sắc-giới và 4 bậc thiền vô sắc-giới..	485
- Nhận xét 40 đề-mục thiền-định	486
* Tính của hành-giả	486
1- Người có tính-tham.....	489
2- Người có tính-tín	490
3- Người có tính-sân	491
4- Người có tính-giác.....	492

5- Người có tính-si	493
6- Người có tính-suy-diễn	494
- Hành-giả với tính	494
- Nguyên nhân của mỗi tính	495
- Tính của hành-giả với đề-mục thiền-định	498
- 6 tính đều phù hợp các đề-mục thiền-định	502
* Phân loại 40 đề-mục thiền-định theo cõi-giới	504
* 40 Đề-mục thiền-định phân loại theo	
Paññattidhamma và Paramatthadhamma	506
* 40 đề-mục thiền-định phân loại theo 3 Nimitta	507
* 40 đề-mục thiền-định phân loại theo	
3 Bhāvanā, 3 Samādhī	508
* 30 Đề-mục thiền-định phân loại theo bậc thiền	510
* Abhiññā: Phép thần-thông	514
- Đề-mục thiền-định luyện tập Abhiññā	515
1- Năng lực của 10 đề-mục thiền-định Kasiṇa	515
2- Cửu thiền	518
- Không đủ 9 bậc thiền, chứng đắc phép Abhiññā	518
- Luyện tập phép thần-thông (Abhiññā)	520
- Phép thần-thông có 2 loại.....	529
I- Lokiya abhiññā: Tam-giới thần-thông có 5 loại	529
1- Iddhividha abhiññā: Đa-dạng-thông	529
2- Dibbasota abhiññā: Thiên-nhĩ-thông	531
- Tích Tissattheravattu	531
3- Paracittavijānana abhiññā: Tha-tâm-thông	532
4- Pubbenivasānussati abhiññā: Tiên-kiếp-thông	533
5- Dibbacakkhu abhiññā: Thiên-nhãn-thông	534
II- Lokuttara abhiññā: Siêu-tam-giới thần-thông	536
6- Āsavakkhaya abhiññā: Trảm-luân-tận-thông	536
(Tìm hiểu trong quyển X: Pháp-Hành Thiền-Tuệ)	
- Phương pháp thực hành mỗi phép thần-thông	537
1- Đồ biểu nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm	537
2- Đồ biểu thần-thông lộ-trình-tâm	539

- Cách luyện tam-giới thần-thông (Lokiya abhiññā) ..	539
1- Iddhividha abhiññā: Đa-dạng-thông	539
2- Dibbasota abhiññā: Thiên-nhĩ-thông	544
3- Paracittavijānana abhiññā: Tha-tâm-thông	546
4- Pubbenivasānussati abhiññā: Tiên-kiếp-thông	546
5- Dibbacakkhu abhiññā: Thiên-nhãn-thông	550
- Đối-tượng của các phép thần-thông	552
- Iddhi: Pháp thành-tựu	553
• Tích Ngài Trưởng-lão Bākula	555
• Tích Ngài Trưởng-lão Saṃkicca	556
• Tích cận-sự-nữ Uttarā	558
• Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati	561
- Quả của pháp-hành thiên-định	567
• Vasībhāva có 5 pháp-thuần-thục	568
• Đồ biểu nhập thiên lộ-trình-tâm	569
• Sắc-giới thiện-nghiệp, vô-sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp	574
• Thiên sắc-giới có 5 bậc thiên	575
• Thiên sắc-giới có 4 bậc thiên	576
- Quả của 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm	577
- Cõi vô-sắc-giới có 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên ..	584
- Thiên vô-sắc-giới có 4 bậc thiên	585
- Chư phạm-thiên tử sinh luân-hồi	587
* Thực hành pháp-hành	593
1- Pháp-hành giới	593
2- Pháp-hành thiên-định	594
3- Pháp-hành thiên-tuệ	595
* Nghi Thức Thọ Pháp-Hành-Thiên	597

ĐOẠN KẾT

TÀI LIỆU THAM KHẢO

*Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa.
Con đem hết lòng thành kính đánh lễ Đức-Thế-Tôn ấy,
Đức A-ra-hán, Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.*

PHÁP-HÀNH-THIỀN (BHĀVANĀ)

Chương IX: Bhāvanā: Pháp-Hành-Thiền là chương tiếp theo chương VIII: Pāramī: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật đã được trình bày trong quyển VI: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật 1, quyển VII: Pháp-Hạnh Ba-La-Mật 2, quyển VIII Pháp-Hạnh Ba-La-Mật 3 của bộ Nền-Tảng-Phật-Giáo.

Chương IX: Bhāvanā: Pháp-Hành-Thiền này có 2 quyển là:

- **Quyển IX: Pháp-Hành Thiền-Định**

- **Quyển X: Pháp-Hành Thiền-Tuệ**

Định nghĩa bhāvanā

“Kusaladhamme bhāveti uppādeti vaḍḍhati”ti bhāvanā”

*- Trạng-thái nào làm cho thiện-pháp bậc cao phát sinh lên đầu tiên, rồi làm cho thiện-pháp ấy phát triển, trạng-thái ấy gọi là **bhāvanā**: Pháp-hành-thiền.*

Định nghĩa bhāvanā có 2 đoạn:

1- Đoạn đầu: *Kusaladhamme bhāveti uppādeti*

- Trạng-thái làm cho thiện-pháp bậc cao phát sinh lên đầu tiên.

2- Đoạn sau: *Kusaladhamme bhāveti vaḍḍhati*

- Trạng-thái làm cho thiện-pháp bậc cao phát triển và tăng trưởng.

Bhāvanā có 2 loại:

1- *Samathabhāvanā*: *Pháp-hành thiền-định* có trong Phật-giáo và có ngoài Phật-giáo.

2- *Vipassanābhāvanā*: *Pháp-hành thiền-tuệ* chỉ có trong Phật-giáo, từ khi Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác xuất hiện trên thế gian mà thôi, không có ngoài Phật-giáo.

QUYỂN IX

PHÁP-HÀNH THIỀN-ĐỊNH (SAMATHABHĀVANĀ)

Pháp-hành thiền-định (*Samathabhāvanā*) là pháp-hành có 40 đề-mục thiền-định. Hành-giả thuộc về hạng ***người tam-nhân*** (*tihetukapuggala*) thực hành pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, và đặc biệt hành-giả có khả năng luyện 5 *phép-thần-thông thế gian* (*lokiya-abhiññā*). Hành-giả có khả năng *nhập định* (*jhānasamāpatti*) hưởng sự an-lạc trong kiếp hiện-tại và sau khi hành-giả ấy chết:

- Nếu những hành-giả nào chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm gìn giữ cho đến lúc lâm chung, sau khi những hành-giả ấy chết, sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp có 5 bậc thiền sắc-giới quả-tâm gọi là sắc-giới tái-sinh-tâm làm phạm sự tái-sinh hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 15 tầng trời sắc-giới phạm-thiên tương xứng với bậc thiền sắc-giới quả-tâm. Vị phạm-thiên hưởng sự an-lạc cho đến hết tuổi thọ tại tầng trời sắc-giới phạm-thiên ấy.

- Nếu những hành-giả nào chứng đắc đến 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm đến lúc lâm chung, sau khi những

hành-giả ấy chết, vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp có 4 bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm gọi là vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm phạm sự tái-sinh hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tương xứng với bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm. Vị phạm-thiên hưởng sự an-lạc cho đến hết tuổi thọ tại tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên ấy.

Thật ra, nếu hành-giả nào chứng đắc 5 *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm*, sau khi hành-giả ấy chết, chắc chắn *sắc-giới thiện-nghiệp trong đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* có quyền ưu tiên cho quả *trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (paṭisandhikāla)* có **đệ-ngũ-thiên sắc-giới quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta (sắc-giới tái-sinh-tâm)* làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên tột đỉnh gọi là *Vehapphalā (Quảng-quả-thiên)*. Chư phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên này có tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất. Sắc-giới thiện-nghiệp trong 4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (ahosikamma) không còn có cơ hội cho quả được nữa.

- Nếu hành-giả nào chứng đắc 4 *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm*, sau khi hành-giả ấy chết, chắc chắn *vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong đệ-tứ-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên thiện-tâm* có quyền ưu tiên cho quả *trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (paṭisandhikāla)* có **đệ-tứ-thiên vô-sắc-giới quả-tâm** gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên quả-tâm* gọi là *paṭisandhicitta (vô-sắc-giới tái-sinh-tâm)* làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tột đỉnh gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên*. Chư phạm-thiên trên tầng trời

vô-sắc-giới phạm-thiên này có tuổi thọ 84.000 đại-kiếp trái đất. Vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong 3 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm và 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (ahosi-kamma) không còn có cơ hội cho quả được nữa.

Pháp-hành thiên-định này đã có trước khi **Đức-Phật Gotama** xuất hiện trên thế gian.

Thật vậy, theo tiểu sử của Đức-Phật Gotama, kiếp chót là *Đức-Bồ-tát Thái-tử Siddhattha* của *Đức-vua Suddhodana* và *Chánh-cung Hoàng-hậu Mahāmāyādevī*.

Năm 16 tuổi, *Đức-Bồ-tát Thái-tử Siddhattha* được Đức Phụ-vương truyền ngôi lên làm vua, và kết hôn cùng với công-chúa *Yasodharā*. *Đức-vua Bồ-Tát Siddhattha* làm vua ngự tại kinh thành Kapilavatthu được 13 năm.

Năm 29 tuổi, *Đức-vua Bồ-Tát Siddhattha* từ bỏ ngai vàng, trốn đi xuất gia, tìm con đường giải thoát khỏi *sinh, lão, bệnh, tử*, tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài ngay vào *nửa đêm rằm tháng sáu* (âm lịch), mặc dù Đức-Bồ-tát nghe tin Chánh-cung Hoàng-hậu *Yasodharā* sinh hạ hoàng-tử *Rāhula*.

Đức-Bồ-tát thọ giáo pháp-hành thiên-định

Đức-Bồ-tát Siddhattha trước tiên tìm đến thọ giáo với vị *Đạo-sư Ālāra Kālāmagotta*. Vị Đạo-sư hân hạnh tiếp nhận Đức-Bồ-tát, rồi truyền dạy pháp-hành thiên-định. *Đức-Bồ-tát Siddhattha* thực hành pháp-hành thiên-định trong thời gian không lâu, Đức-Bồ-tát đã chứng đắc *4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm*, và chứng đắc đến *đệ-tam-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *vô-sở-hữu-xứ-thiên thiện-tâm (Akiñcaññāyatanajjhānakusalacitta)* ngang bằng bậc thiên mà vị Đạo-sư *Ālāra Kālāmagotta* đã chứng đắc.

Vị Đạo-sư Ālāra Kālāmagotta tán dương ca tụng tài đức của Đức-Bồ-tát Siddhattha rằng:

- Nay hiền giả! Tôi đã chứng đắc bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm nào thì hiền giả cũng chứng đắc được bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm ấy. Hiền giả chứng đắc bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm nào thì tôi cũng đã chứng đắc bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm ấy.

- Nay hiền giả, từ nay, hai chúng ta cùng làm Đạo-sư dạy dỗ nhóm đệ-tử này.

Đức-Bồ-tát Siddhattha suy xét rằng: “Đệ-tam-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là **vô-sở-hữu-xứ-thiên thiện-tâm** này, sau khi chết, vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong bậc thiên vô-sở-hữu-xứ-thiên thiện-tâm này sẽ cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **vô-sở-hữu-xứ-thiên quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta* (vô-sắc-giới tái-sinh-tâm) làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên gọi là *Vô-sở-hữu-xứ-thiên*. Chư phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên này có tuổi thọ sống lâu 60.000 đại-kiếp trái đất. Như vậy, bậc thiên vô-sở-hữu-xứ-thiên thiện-tâm này không phải là pháp nhằm chán ngũ-uẩn, không diệt tận được tham-ái, không diệt tận được phiền-não, không chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, không chứng đắc Thánh-đạo, Thánh quả, Niết-bàn, không giải thoát khổ sinh, lão, bệnh, tử, không giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.”

Đức-Bồ-tát Siddhattha không bằng lòng với sở đắc của mình, nên Đức-Bồ-tát xin từ già vị Đạo-sư Ālāra Kālāmagotta khả kính để đi tìm pháp môn khác, hầu mong giải thoát khổ sinh, lão, bệnh, tử.

Sau khi từ già vị Đạo-sư Ālāra Kālāmagotta, Đức-Bồ-tát Siddhattha tìm đến vị Đạo-sư Udaka Rāmaputta xin

thọ giáo. Vị Đạo-sư hân hoan tiếp nhận Đức-Bồ-tát, rồi truyền dạy pháp-hành thiền-định. Đức-Bồ-tát thực hành pháp-hành thiền-định qua một thời gian không lâu, Ngài chứng đắc 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm và chứng đắc đến đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm tột đỉnh gọi là **phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền thiện-tâm** (*Nevasaññā-nāsaññāyatanajjhānakusalacitta*) là bậc thiền tột đỉnh cõi vô-sắc-giới, ngang bằng với bậc thiền mà vị Đạo-sư Udaka Rāmaputta đã chứng đắc.

Vị Đạo-sư Udaka Rāmaputta tán dương ca tụng Đức-Bồ-tát Siddhattha rằng:

- Này hiền giả! Tôi đã chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm tột đỉnh nào thì hiền giả cũng chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm tột đỉnh ấy. Hiền giả chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm tột đỉnh nào thì tôi cũng đã chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm tột đỉnh ấy.

- Này hiền giả, tôi xin thỉnh hiền giả làm Đạo-sư dạy dỗ nhóm đệ-tử này.

Đức Bồ-Tát Siddhattha suy xét rằng: “Đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là **phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền thiện-tâm** này, sau khi chết, vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong bậc thiền phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền thiện-tâm này sẽ cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta* (vô-sắc-giới tái-sinh-tâm) làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tột đỉnh gọi là **Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền**. Chư phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên này có tuổi thọ sống lâu nhất 84.000 đại-kiếp trái đất.

Như vậy, bậc thiên phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên thiện-tâm này không phải là pháp nhằm chán ngũ-uẩn, không diệt tận được tham-ái, không diệt tận được phiền-não, không chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, không chứng đắc Thánh-đạo, Thánh quả, Niết-bàn, không giải thoát khổ sinh, lão, bệnh, tử, không giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.”

Sau khi suy xét như vậy, Đức-Bồ-tát Siddhattha xin từ già Đạo-sư Udaka Rāmaputta khả kính để đi tìm pháp môn khác, hầu mong giải thoát khổ sinh, lão, bệnh, tử.

Đức-Bồ-Tát hành pháp khổ-hạnh (Dukkaracariyā)

Sau khi từ già vị Đạo-sư Udaka Rāmaputta, Đức-Bồ-tát Siddhattha ngự đến khu rừng Uruvelā gần con sông Nerañjarā, nơi đây có nhóm 5 tỷ-khuru: Ngài Trưởng-lão Koṇḍañña là trưởng nhóm cùng với Ngài Vappa, Ngài Bhaddiya, Ngài Mahānāma và Ngài Assaji xin theo hộ độ Đức-Bồ-tát Siddhattha.

Đức-Bồ-tát Siddhattha tinh-tân thực hành **pháp-hành khổ-hạnh** (*dukkaracariyā*) là **pháp-khó-hành** như phương-pháp nín thở ra, thở vào bằng miệng và mũi, hơi thở thoát ra ở hai lỗ tai; rồi tiếp tục nín thở ra, thở vào bằng miệng, bằng mũi và ngăn không để hơi thoát ra hai lỗ tai, hơi đậm lên trên đầu đau dữ dội, hơi đậm xuống bụng đau tức tối, hơi nóng phát ra toàn thân kinh khủng đến nỗi làm cho Đức-Bồ-tát chết ngất.

- Số chư-thiên tưởng rằng: “*Sa-môn Gotama đã chết rồi!*”

- Số khác tưởng rằng: “*Sa-môn Gotama đang gần chết!*”

- Số khác cho rằng: “*Sa-môn Gotama không phải chết, cũng không phải đang gần chết, mà Sa-môn Gotama đang hành pháp của bậc Thánh A-ra-hán!*”

Đức-Bồ-tát tiếp tục giảm vật thực dần dần, ban đầu độ

vật thực chỉ vừa lòng bàn tay, từ từ giảm xuống chỉ còn bằng hạt sen, ... Vì vậy, kim thân của Đức-Bồ-tát gầy ốm chỉ còn da bọc xương, đến nỗi sờ da bụng thì đụng phải đường xương sống.

Trước kia kim thân của Đức-Bồ-tát có đầy đủ 32 tướng tốt của bậc Đại-nhân và 80 tướng tốt phụ, có làn da màu vàng sáng ngời. Đến nay, các tướng tốt của bậc Đại-nhân và các tướng tốt phụ đã biến mất, còn làn da đã trở thành màu đen sẫm.

Một hôm, Đức-Bồ-tát Siddhattha suy xét rằng: *“Ta đã thực hành pháp-hành khổ-hạnh là pháp-khó-hành này suốt 6 năm trường ròng rã, đến chỗ tột cùng rồi.*

Trong quá-khứ, chưa từng có Sa-môn, Bà-la-môn nào đã thực hành pháp-hành khổ-hạnh đến mức như ta đang thực hành. Hiện-tại và vị-lai cũng sẽ không có Sa-môn, Bà-la-môn nào có thể thực hành pháp-hành khổ-hạnh như ta, thế mà, ta không thể trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.

Như vậy, chắc chắn còn có một pháp-hành nào khác.”

Đức-Bồ-tát Siddhattha hỏi tướng lại: *“Khi còn nhỏ, ta cùng đi với Đức Phụ-vương ra đồng làm lễ hạ điền, Đức Phụ-vương để ta ngồi trong một chiếc lều vải dưới góc cây mận. Ta đã ngồi niệm đề-mục hơi thở vào, hơi thở ra, và ta đã chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm. Vậy, chắc hẳn pháp-hành thiên-định này làm nên tảng, để cho ta có thể trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác cũng nên.”*

Đức-Bồ-tát suy xét rằng: *“Bây giờ, thân thể của ta gầy ốm, sức khỏe của ta yếu đuối, ta không thể thực hành pháp-hành thiên-định với đề-mục niệm hơi thở vào, hơi thở ra này được. Vậy, điều tốt hơn hết, ta nên thọ thực trở lại, để phục hồi sức khỏe, rồi ta mới có thể thực hành pháp-hành thiên-định với đề-mục niệm thiên-định niệm hơi thở.”*

Đức-Bồ-tát từ bỏ pháp-hành khổ-hạnh

Đức-Bồ-tát Siddhattha đã thực hành *pháp-hành khổ-hạnh* là ***pháp-khó-hành*** suốt 6 năm trường rông rã mà không đạt đến mục đích trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, nên Đức-Bồ-tát từ bỏ pháp-hành khổ-hạnh, Đức-Bồ-tát mang bát vào xóm nhà Senā đi khát thực.

Khi ấy, nhìn thấy Đức-Bồ-tát đi khát thực, nên nhóm 5 tỳ-khưu ấy hiểu lầm rằng: *Đức-Bồ-tát Siddhattha từ bỏ pháp-hành khổ-hạnh để chứng đắc thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, trở lại cuộc sống đời thường.*

Nhóm 5 tỳ-khưu ấy rời khỏi nơi khu rừng Uruvelā đi đến khu rừng phóng sinh nai gọi là Isipatana, gần kinh-thành Bārāṇasī, trú tại nơi ấy.

Tại khu rừng Uruvelā, chỉ còn lại một mình Đức-Bồ-tát Siddhattha hằng ngày đi khát thực độ vật thực trở lại, trải qua một thời gian sức khỏe hoàn toàn hồi phục trở lại như xưa.

Trong thời-kỳ thực hành pháp-hành khổ-hạnh là ***pháp-khó-hành***, 32 tướng tốt của bậc Đại-nhân và 80 tướng tốt phụ của Đức-Bồ-tát Siddhattha biến mất.

Nay, kim thân của Đức-Bồ-tát Siddhattha lại hiện rõ 32 tướng tốt của bậc Đại-nhân và 80 tướng tốt phụ, có nước da màu vàng sáng ngời như trước.

Vào ngày 14 tháng tư âm lịch, canh chót đêm ấy, Đức-Bồ-tát Siddhattha nằm thấy 5 điều đại mộng (*Mahāsupina*). Qua 5 đại mộng này, Đức-Bồ-tát đoán biết rằng Ngài chắc chắn sẽ trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.

Sáng ngày rằm tháng tư âm lịch, Đức-Bồ-tát ngự đến ngồi dưới gốc cây da, để chờ đến giờ đi vào xóm nhà Senā khát thực. Tại nơi đây, hằng năm, vào ngày rằm

tháng tư này, **nàng Sujātā** thường đem lễ vật đến cúng-dường, tạ ơn chư-thiên, theo lời nguyện của nàng.

Nàng Sujātā là con gái của ông phú hộ Mahāsena ở làng Senā gần khu rừng Uruvelā. Khi nàng trưởng thành có đến gốc cây da này cầu nguyện rằng: “*Khi tôi trưởng thành được kết duyên với người cùng dòng dõi, cùng giai cấp và sinh được một đứa con trai đầu lòng. Nếu tôi được toại nguyện, thì hằng năm vào ngày rằm tháng tư (âm lịch), tôi sẽ làm lễ cúng-dường tạ ơn chư-thiên cội cây này.*”

Lời cầu nguyện của nàng được thành tựu như ý, cho nên, hằng năm vào ngày rằm tháng tư âm lịch, **nàng Sujātā** thường đem cơm sữa đến cúng-dường tạ ơn chư-thiên cội cây này.

Từ sáng sớm, **nàng Sujātā** đã thức dậy vắt sữa tinh khiết của 8 con bò, khi nàng đem nôi đựng sữa để gần vú con bò thứ nhất thì dòng sữa tự nhiên chảy ra một mạch. Thật là một việc phi thường chưa từng có bao giờ! Lần lượt 7 con bò còn lại, dòng sữa cũng chảy ra một mạch như vậy.

Khi nàng đổ sữa vào nôi nấu cơm, sữa sôi xoay tròn bên phải, không một giọt nào chảy tràn ra bên ngoài, còn lửa củi cháy đều không có một làn khói nào bốc lên.

Sở dĩ, có những việc lạ thường như vậy, là vì buổi sáng hôm ấy có *tứ Đại-Thiên-vương* trông coi lò lửa, *Đức-vua-trời Sakka* cỡi Tam-thập-Tam-thiên lấy củi bỏ vào lò, *Đức-vua-trời Phạm-thiên* che dù, tất cả chư-thiên đem những chất bổ dưỡng do năng lực của mình bỏ vào nôi cơm sữa.

Nàng Sujātā đem chiếc mâm bằng vàng để đựng cơm, khi nàng đặt mâm gần nôi cơm thì cơm sữa trong nôi tự nhiên viên lại thành vát bằng trái thốt nốt lặn ra tuần tự từ nôi sang mâm đúng 49 vát thì vừa đầy mâm.

Nàng lại chứng kiến thêm một việc phi thường chưa từng có bao giờ. Nàng lấy một chiếc mâm khác đặt lại rồi phủ lên một lớp vải trắng tinh.

Nàng *Sujātā* truyền bảo người tớ gái *Puṇṇā* đến cây da quét dọn sạch sẽ. Vâng lời bà chủ, cô *Puṇṇā* đi quét dọn thì nhìn thấy Đức-Bồ-tát Siddhattha đang ngồi dưới cội cây da có hào quang tỏa ra từ kim thân của Đức-Bồ-tát sáng chói khắp vùng, cô *Puṇṇā* vội vàng trở về thưa báo cho bà chủ biết rõ sự thật như vậy, nên bà chủ bảo rằng:

- *Này Puṇṇā! Sự thật như vậy, kể từ nay ngươi trở thành đứa con gái của ta.*

Nàng *Sujātā* ban cho *đứa con gái Puṇṇā* bộ y phục và những đồ trang sức xứng đáng theo địa vị *đứa con gái* của mình.

Hôm ấy, **nàng *Sujātā*** trang điểm bằng những đồ trang sức quý giá, rồi đội mâm cơm sữa cùng *người con gái Puṇṇā* đi theo sau đến gốc cây da.

Nhìn thấy Đức-Bồ-tát có đầy đủ tướng tốt của bậc Đại-nhân và tướng tốt phụ, hào quang tỏa ra từ kim thân của Đức-Bồ-tát sáng chói khắp vùng. **Nàng *Sujātā*** lại càng phát sinh đức-tin trong sạch và vô cùng hoan-hỷ chưa từng có bao giờ, bởi vì nàng tưởng rằng:

“Đức-Bồ-tát Siddhattha là vị thiên thần cội cây hiện ra để thọ nhận phẩm vật cúng-dường tạ ơn của nàng.”

Nàng *Sujātā* đến gần **Đức-Bồ-tát Siddhattha**, cung-kính đặt chiếc mâm vàng đầy cơm sữa và bình nước, hoa quả, vật thơm, ... gần Đức-Bồ-tát, đánh lễ, rồi cung-kính dâng lên Đức-Bồ-tát.

Khi ấy, cái bát bỗng nhiên biến mất, Đức-Bồ-tát Siddhattha nhìn nàng *Sujātā*, Nàng liền bạch rằng:

- *Kính bạch Đức Thiên-thân, con thành kính dâng lên Ngài chiếc mâm vàng đầy phẩm vật này.*

Kính xin Ngài có tâm-từ hoan-hỷ thọ nhận chiếc mâm vàng đầy phẩm vật này, để cho con được sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài. Con đã được toại nguyện như thế nào, kính xin Ngài cũng được toại nguyện như thế ấy.

Đức-Bồ-tát thọ nhận cơm sữa của nàng Sujātā

Đức-Bồ-tát Siddhattha đưa hai tay ra nhận lấy chiếc mâm vàng đầy phẩm vật cúng-dường ấy.

Sau khi thọ nhận mâm vàng đầy cơm sữa của nàng *Sujātā* xong, Đức-Bồ-tát Siddhattha đứng dậy rời khỏi gốc cây da, tay cầm chiếc mâm vàng đầy cơm sữa đi đến bên sông Nerañjarā, nơi mà *chư Bồ-Tát Chánh-Đẳng-Giác* kiếp chót quá-khứ, trước khi trở thành **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác**, cũng đều ngự đến tại bên sông này để tắm, nên bên sông này gọi là bến Supatīthita.

Đức-Bồ-tát Siddhattha đặt mâm vàng đầy cơm sữa tại bến *Supatīthita*, rồi ngự xuống sông Nerañjarā để tắm.

Sau khi tắm xong, Đức-Bồ-tát Siddhattha mặc y cà-sa tượng trưng lá cờ chiến thắng của chư Thánh A-ra-hán, đoạn Đức-Bồ-tát ngồi quay mặt về hướng Đông, độ hết 49 vắt cơm sữa, rồi uống hết bình nước. *(Từ đó về sau suốt 7 tuần lễ gồm 49 ngày, Đức-Phật không độ vật thực và nước, chỉ an hưởng pháp-vị giải thoát Niết-bàn.)*

Sau khi độ cơm xong, Đức-Bồ-tát Siddhattha đứng trên bờ sông, cầm chiếc mâm vàng phát nguyện rằng:

“Hôm nay, nếu tôi được trở thành Đức-Phật-Chánh Đẳng-Giác thì xin cho chiếc mâm vàng này sẽ trôi ngược dòng nước; nếu không được thì chiếc mâm vàng này sẽ trôi xuôi theo dòng nước.”

Phát nguyện xong, Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha ném chiếc mâm vàng xuống dòng sông Nerañjarā.

Thật phi thường thay! Chiếc mâm vàng cắt ngang dòng nước đang chảy, trôi ra giữa sông, rồi từ đó trôi ngược dòng nước một cách vô cùng mau lẹ, khoảng một đoạn khá xa, rồi chiếc mâm vàng chìm sâu xuống đáy nước, đựng phải *ba chiếc mâm vàng* của *ba Đức-Phật quá-khứ* là *Đức-Phật Kakusandha*, *Đức-Phật Koṇāgamana* và *Đức-Phật Kassapa*, phát ra âm thanh vang dội, làm cho *Long vương Kālanāga* tỉnh giấc nghĩ rằng:

“*Hôm qua một Đức-Phật đã xuất hiện, hôm nay sẽ có một Đức-Phật nữa xuất hiện*”, rồi thức dậy tán dương ca tụng hằng trăm bài kệ.

Trưa hôm ấy, *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* nghỉ trong khu rừng Sāla, những cây Sāla trong khu rừng bên bờ sông Nerañjarā đua nhau nở hoa, để cúng-dường đến *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác*.

Chiều hôm ấy, trên đường *Đức-Bồ-tát Siddhattha* ngự đi đến *cội cây Assattha* ⁽¹⁾, dọc theo hai bên đường chư-thiên trang hoàng những đóa hoa trời rất xinh đẹp, các hàng chư-thiên các cõi trời đua nhau cúng-dường hương thơm cùng với thiên nhạc vang rền khắp 10 ngàn cõi-giới cúng-dường đến *Đức-Bồ-tát Siddhattha*.

Khi ấy, một người *cắt cỏ* tên là *Sotthiya*, trên đường đi ngược chiều về phía *Đức-Bồ-tát Siddhattha*, nhìn thấy Ngài liền phát sinh đức-tin trong sạch, nên dâng cúng đến *Đức-Bồ-tát Siddhattha* tám nắm cỏ. *Đức-Bồ-tát* cảm tám nắm cỏ ngự đi đến *cội cây Assattha*.

¹ Cây Assattha này đồng sinh cùng một lúc với *Đức-Bồ-tát Siddhattha* tại khu rừng Uruvelā. Đúng 35 năm sau, *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* ngự đến ngôi tại *cội cây Assattha* này để trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* có danh hiệu là *Đức-Phật Gotama*, đúng theo lời thọ ký của 24 *Đức-Phật quá-khứ*. Cho nên, cây Assattha này trở thành *cây Đại-Bồ-đề của Đức-Phật Gotama*.

Khi đứng *hướng Nam* của cội cây Assattha, Đức-Bồ-tát Siddhattha nhìn thẳng về *hướng Bắc*, Đức-Bồ-tát có cảm giác mất thăng bằng, như toàn cõi-giới hướng Nam bị chìm sâu xuống cõi đại-địa-ngục Avīci, còn toàn cõi-giới hướng Bắc được nổi lên đến tầng trời sắc-giới Phạm-thiên tột đỉnh. Đức-Bồ-tát nghĩ rằng:

“Đây không phải là chỗ ngồi để ta có thể trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.”

Đức-Bồ-tát ngự đi sang đứng *hướng Tây* của cội cây Assattha, Đức-Bồ-tát nhìn thẳng về *hướng Đông*, cũng như vậy, Đức-Bồ-tát có cảm giác mất thăng bằng, như toàn cõi-giới hướng Tây bị chìm sâu xuống cõi đại-địa-ngục Avīci, còn toàn cõi-giới ở hướng Đông được nổi lên đến tầng trời sắc-giới Phạm-thiên tột đỉnh. Đức-Bồ-tát nghĩ rằng:

“Đây cũng không phải là chỗ ngồi để ta có thể trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.”

Đức-Bồ-tát ngự sang đứng *hướng Bắc* của cội cây Assattha, Đức-Bồ-tát nhìn thẳng *hướng Nam*, cũng như vậy, Đức-Bồ-tát có cảm giác mất thăng bằng, như toàn cõi-giới hướng Bắc bị chìm sâu xuống cõi đại-địa-ngục Avīci, còn toàn cõi-giới ở hướng Nam được nổi lên đến tầng trời sắc-giới Phạm-thiên tột đỉnh, Đức-Bồ-tát nghĩ rằng:

“Đây cũng không phải là chỗ ngồi để ta có thể trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.”

Đức-Bồ-tát ngự sang đứng *hướng Đông* của cội cây Assattha, Đức-Bồ-tát nhìn thẳng về *hướng Tây*.

Thật phi thường thay! Đức-Bồ-tát Siddhattha có cảm giác toàn khắp cõi-giới đều ở trạng-thái thăng bằng, nên Đức-Bồ-tát Siddhattha nghĩ rằng:

“Chính đây là chỗ ngồi để ta có thể chứng đắc thành bậc Chánh-Đẳng-Giác.”

Ngôi bồ đoàn toàn thắng Ác-ma-thiên

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha trải *tám năm cỏ tại hướng Đông của cội cây Assattha*.

Thật phi thường thay! Tại ngay chỗ ngôi ấy bỗng nhiên hóa thành *ngôi bồ-đoàn quý báu*, có chiều cao 14 hắc tay thật nguy nga lộng lẫy mà không có một nhà kiến trúc mỹ thuật nào có thể tạo nên một *ngôi bồ-đoàn đẹp tuyệt vời như vậy*. Bởi vì, *ngôi bồ-đoàn quý báu* này phát sinh do đại-thiện-nghiệp 30 pháp-hạnh ba-la-mật đầy đủ trọn vẹn của *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác* sắp trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*.

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác ngồi kiết già vững vàng trên *ngôi bồ-đoàn quý báu*, mặt quay về hướng Đông rồi phát nguyện:

“Dù cho thịt và máu trong thân của ta khô cạn hết, dù sắc thân này chỉ còn da bọc xương đi nữa, nếu ta chưa trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác thì ta cũng không bao giờ chịu rời khỏi ngôi bồ-đoàn quý báu này.”

Ngay lúc ấy, từ cõi trời Tha-hóa-tự-tại-thiên, **Ác-ma-thiên** hóa ra hàng ngàn cánh tay đều cầm khí giới, cõi voi trời *Girimekhala* dẫn đầu đoàn thiên ma tướng, thiên ma binh rầm rộ hiện xuống vây quanh cội cây Assattha, kéo dài 12 do tuần. Bên trên hư không, chúng thiên ma dày đặc 9 do tuần, chúng la hét âm thanh vang dội kinh khủng làm chấn động khắp mọi nơi, quyết tâm tranh giành *ngôi bồ-đoàn của Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha*.

Vừa mới đây, toàn thể chư-thiên, chư phạm-thiên từ 10 ngàn cõi-giới đến cung-kính cúng-dường, tán dương ca tụng Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha. Khi thoáng nhìn thấy Ác-ma-thiên cùng với thiên ma binh, thiên ma tướng

trùng trùng điệp điệp từng đoàn, từng lớp hiện xuống, toàn thể chư-thiên, chư phạm-thiên đều bay xa lánh mặt, trở về cõi-giới của mình, chỉ còn một mình **Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha** vẫn điềm nhiên ngồi ngự trên ngôi bồ-đoàn quý báu, một cách an nhiên tự tại.

Ác-ma-thiên đã sử dụng đủ mọi loại vũ khí và phép thuật cực kỳ nguy hiểm, quyết tâm đuổi **Đức-Bồ-tát** đi khỏi để chiếm đoạt ngôi bồ-đoàn quý báu ấy, với mục đích ngăn cản không cho **Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha** trở thành **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác**.

Do oai lực 30 pháp-hạnh ba-la-mật đầy đủ trọn vẹn của **Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha** sắp trở thành **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác**, nên không có một loại phép thuật hay vũ khí nguy hiểm nào có thể làm hại **Đức-Bồ-tát** được.

Quả thật như vậy! Do oai lực 30 pháp-hạnh ba-la-mật của **Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác**, các loại vũ khí, phép thuật của **Ác-ma-thiên** đều hóa thành những vật cúng-dường đến **Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác**.

Ngồi trên lưng voi trời Girimekhala, **Ác-ma-thiên** vô cùng căm uất chỉ tay về **Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha** nói như ra lệnh rằng:

- *Này Sa-môn Gotama! Nhà ngươi hãy mau mau rời khỏi ngôi bồ-đoàn ấy, vì ngôi bồ-đoàn ấy là của ta, không phải của ngươi!*

Đức-Bồ-tát từ tốn đáp lại:

- *Này Ác-ma-thiên! Ngôi bồ-đoàn quý báu này phát sinh do đại-thiện-nghiệp 30 pháp-hạnh ba-la-mật, 5 hạnh đại-thí, 3 pháp-hành mà Như-Lai đã thực hành từ vô số kiếp quá-khứ cho đến kiếp hiện-tại này. Vì vậy, ngôi bồ-đoàn này thuộc về của Như-Lai, không phải của ngươi.*

Khi ấy, chỉ một mình *Đức-Bồ-tát Siddhattha* ngồi ngự trên *bồ-đoàn quý báu*, ngoài ra, không còn có một ai bên cạnh *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* cả, nên *Ác-ma-thiên* đặt câu hỏi bắt bí *Đức-Bồ-tát* rằng:

- *Thưa Sa-môn Gotama!* Ngài nói rằng: “Ngôi *bồ-đoàn quý báu* ấy thuộc về của *Như-Lai*.”

Vậy, ai làm chứng cho Ngài!”

Nhìn xung quanh đều không có một *chư-thiên*, *phạm-thiên* nào cả, *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* bèn đưa bàn tay phải ra, rồi dùng ngón trỏ chỉ xuống mặt đất truyền dạy bằng lời chân thật rằng:

“*Trong vô số tiền-kiếp quá-khứ của Như-Lai đã từng thực hành 30 pháp-hạnh ba-la-mật, 5 hạnh đại-thí, 3 pháp-hành. Bây giờ, tại nơi đây không có chúng-sinh nào đứng ra làm chứng cho Như-Lai, chỉ có mặt đất, mặt đất không có tâm thức này có thể làm chứng cho Như-Lai được không?*”

Thật phi thường thay! Lời chân thật của *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* vừa chấm dứt, ngay tức khắc, mặt đất chuyển mình, rung động, phát ra những tiếng sấm sét long trời lở đất, làm cho *Ác-ma-thiên* kinh hoàng khiếp đảm, giục voi trời *Girimekhala* bỏ chạy trở về cõi *Tha-hóa-tự-tại-thiên*; còn đám *thiên ma* binh, *thiên ma* tướng thì vô cùng khiếp sợ, hốt hoảng chạy tán loạn theo *Ác-ma-thiên* trở về cõi trời.

Khi ấy, *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* ngồi ngự trên *ngôi bồ-đoàn quý báu* dưới cội cây *Assattha* đã toàn thắng *Ác-ma-thiên*, vừa đúng lúc mặt trời sắp lặn hướng Tây, mặt trăng ló dạng hướng Đông, khắp mười ngàn cõi-giới *chúng-sinh*, toàn thể *chư-thiên* các cõi trời *đục-giới*, *chư phạm-thiên* các cõi trời *sắc-giới*, *Long vương* dưới long cung, ... toàn thể *chư-thiên*, *chư phạm-*

thiên vui mừng reo hò vang dội khắp các tầng trời, tán dương ca tụng *oai lực ba-la-mật của Đức-Bồ-tát* rằng:

- *Đức-Bồ-tát Siddhattha đã toàn thắng rồi!*

- *Ác-ma-thiên đã hoàn toàn thất bại rồi!*

Cho nên, *ngôi bồ-đoàn quý báu* này được phát sinh do quả của đại-thiện-nghiệp 30 pháp-hạnh ba-la-mật của *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* gọi là “*Aparājitapallaṅka*”, nghĩa là *Ngôi bồ-đoàn quý báu nơi toàn thắng Ác-ma-thiên*.

Toàn thể chư-thiên, chư phạm-thiên đem những phẩm vật quý báu nhất từ cõi trời đến cúng-dường, tán dương ca tụng 30 pháp-hạnh ba-la-mật của *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha*.

Đức-Bồ-tát Siddhattha chứng đắc tam-minh

Sau khi *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha* đã toàn thắng Ác-ma-thiên, vào canh đầu đêm rằm tháng tư âm lịch, Đức-Bồ-tát Siddhattha thực hành ***pháp-hành thiên-định*** (*samathabhāvanā*) với *đề-mục niệm hơi thở vào, hơi thở ra* (*ānāpānassati*) tuần tự chứng đắc 4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm làm nền tảng để chứng đắc ***tam-minh***.

Tam-Minh (Tevijja)

1- Tiên-kiếp-minh (Pubbenivāsānussatiñāṇa)

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha có đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm, định-tâm trong sáng thanh-tịnh, thiên-tâm không lay động, làm nền tảng để Đức-Bồ-tát Siddhattha hướng tâm đến chứng đắc ***tiên-kiếp-minh***: *trí-tuệ nhớ rõ lại tiên-kiếp, hằng trăm kiếp, hằng ngàn kiếp, hằng vạn kiếp, hằng triệu kiếp, hằng triệu triệu kiếp, ... cho đến vô lượng kiếp không giới hạn* ⁽¹⁾.

¹ Tiên-kiếp-minh này có giới hạn đối với Đức-Phật Độc-Giác và bậc Thánh thanh-văn-giác.

Tiền-kiếp-minh là trí-tuệ nhớ rõ tiền-kiếp của Đức-Bồ-tát thuộc loại chúng-sinh nào, trong cõi-giới nào, tên gì, thuộc dòng dõi nào, thực hành thiện-nghiệp, bất-thiện-nghiệp, thực hành pháp-hạnh ba-la-mật như thế nào, thọ lạc, thọ khổ, tuổi thọ, v.v... đều ghi nhớ rõ ràng mọi chi tiết.

Tiền-kiếp-minh (*pubbenivāsānussatiñāṇa*) là minh thứ nhất mà Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha đã chứng đắc vào canh đầu đêm rằm tháng tư (âm lịch).

2- Thiên-nhãn-minh (Dibbacakkhuñāṇa)

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha có đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm, định-tâm trong sáng thanh-tịnh, thiền-tâm không lay động, làm nền tảng để Đức-Bồ-tát Siddhattha hướng tâm đến chứng đắc **thiên-nhãn-minh**: trí-tuệ thấy rõ, biết rõ kiếp quá-khứ, kiếp vị-lai của tất cả chúng-sinh hơn thiên-nhãn của chư-thiên, phạm-thiên.

Thiên-nhãn-minh có 2 loại:

- **Tử-sinh-minh** (*cutūpapātāñāṇa*): Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ sự tử, sự tái-sinh của tất cả chúng-sinh muôn loài trong các cõi-giới, do nghiệp nào, do quả của nghiệp nào.

- **Vị-lai-kiến-minh** (*anāgataṃsañāṇa*): Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ những kiếp vị-lai của tất cả chúng-sinh muôn loài trong tam-giới.

Chư Phật dùng vị-lai-kiến-minh này để thọ ký, xác định thời gian của chúng-sinh trong những kiếp vị-lai xa xăm, còn lại thời gian bao nhiêu đại-kiếp trái đất nữa, sẽ trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, hoặc Đức-Phật Độc-Giác, hoặc bậc Thánh thanh-văn-giác, ...

Thiên-nhãn-minh (*dibbacakkhuñāṇa*) là minh thứ nhì mà Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha đã chứng đắc vào lúc canh giữa đêm rằm tháng tư (âm lịch).

3- Trầm-luân-tận-minh (Āsavakkhayañāṇa)

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha dùng đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm làm nền tảng, để **thực hành pháp-hành thiền-tuệ** suy xét thấy rõ các pháp **thập-nhi-duyên-sinh** (*paṭiccasamuppāda*) là **đối-tượng pháp-hành thiền-tuệ của chư Bồ-Tát Chánh-Đẳng-Giác**, để trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.

* Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác suy xét **thập-nhi-duyên-sinh** theo chiều thuận như sau:

- Do vô-minh làm duyên, nên các hành sinh.
(*Avijjāpaccayā saṅkhārā*)
- Do hành làm duyên, nên tái-sinh-thức sinh.
(*Saṅkhārapaccayā viññāṇaṃ*)
- Do tái-sinh-thức làm duyên, nên danh-sắc sinh.
(*Viññāṇapaccayā nāmarūpaṃ*)
- Do danh-sắc làm duyên, nên lục-xứ sinh.
(*Nāmarūpapaccayā saḷāyatanam*)
- Do lục-xứ làm duyên, nên lục-xúc sinh.
(*Saḷāyatanapaccayā phasso*)
- Do lục-xúc làm duyên, nên lục-thọ sinh.
(*Phassapaccayā vedanā*)
- Do lục-thọ làm duyên, nên lục-ái sinh.
(*Vedanāpaccayā taṇhā*)
- Do lục-ái làm duyên, nên tứ-thủ sinh.
(*Taṇhāpaccayā upādānaṃ*)
- Do tứ-thủ làm duyên, nên nhị-hữu sinh.
(*Upādānapaccayā bhavo*)
- Do nhị-hữu làm duyên, nên tái-sinh sinh.
(*Bhavapaccayā jāti*)
- Do tái-sinh làm duyên, nên lão, tử... sinh.
(*Jātipaccayā jarāmaṇaṃ...*)

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác suy xét **thập-nhị-duyên-sinh** theo chiều thuận, chiều sinh, để trí-tuệ thiên-tuệ thấy rõ, biết rõ “**sự sinh**” của mỗi pháp, *trí-tuệ-thiên-tuệ* chứng ngộ chân-lý **khổ-Thánh-đế** và **nhân sinh khổ-Thánh-đế**.

* *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác* suy xét **thập-nhị-nhân-diệt** theo chiều nghịch, chiều diệt như sau:

- Do diệt tận vô-minh, nên diệt các hành.
(Avijjāyatveva asesavirāganirodhā saṅkhāranirodho)
- Do diệt hành, nên diệt tái-sinh-thức.
(Saṅkhāranirodhā viññānanirodho)
- Do diệt tái-sinh-thức, nên diệt danh-sắc.
(Viññānanirodhā nāmarūpanirodho)
- Do diệt danh-sắc, nên diệt lục-xứ.
(Nāmarūpanirodhā salāyatananirodho)
- Do diệt lục-xứ, nên diệt lục-xúc.
(Salāyatananirodhā phassanirodho)
- Do diệt lục-xúc, nên diệt lục-thọ.
(Phassanirodhā vedanānirodho)
- Do diệt lục-thọ, nên diệt lục-ái.
(Vedanānirodhā taṇhānirodho)
- Do diệt lục-ái, nên diệt tứ-thủ.
(Taṇhānirodhā upādānanirodho)
- Do diệt tứ-thủ, nên diệt nhị-hữu.
(Upādānanirodhā bhavanirodho)
- Do diệt nhị-hữu, nên diệt tái-sinh.
(Bhavanirodhā jātinirodho)
- Do diệt tái-sinh, nên diệt lão, tử...
(Jātinirodhā jarāmaṇaṃ... nirodho)

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác quán xét **thập-nhị-nhân-diệt** theo chiều nghịch, chiều diệt, để trí-tuệ-thiên-

tuệ thấy rõ, biết rõ “sự diệt” của mỗi pháp, trí-tuệ-thiên-tuệ chúng ngộ chân-lý **diệt khổ-Thánh-đế** và **pháp-hành dẫn đến diệt khổ-Thánh-đế**.

*Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha không thầy chỉ dạy tự mình suy xét thập-nhị-duyên-sinh và thập-nhị-nhân-diệt theo chiều thuận, chiều nghịch; theo chiều sinh, chiều diệt, nên trí-tuệ-thiên-tuệ thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của mỗi sắc-pháp, mỗi danh-pháp tam-giới; trí-tuệ-thiên-tuệ thấy rõ, biết rõ 3 trạng-thái-chung (trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã) của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới, dẫn đến chứng ngộ chân-lý **tứ Thánh-đế** đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được 4 pháp-trâm-luân (āsava), đồng thời diệt tận được mọi tham-ái, mọi phiền-não, và tất cả mọi ác-pháp không còn dư sót, đặc biệt, diệt tận được tất cả mọi tiền-khiên-tật-xấu (vāsanā) đã được tích lũy từ vô số kiếp trong quá-khứ, trở thành bậc **Thánh A-ra-hán cao thượng nhất** đầu tiên trong toàn muôn ngàn cõi-giới chúng-sinh, nên gọi là **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác độc nhất vô nhị**, có danh hiệu là **Đức-Phật Gotama**, tại cõi cây Assattha gọi là Mahābodhirukkha ⁽¹⁾: **Cây Đại-Bồ-đề**, đúng như 24 Đức-Phật quá-khứ đã từng thọ ký.*

Trâm-luân tận-minh (āsavakkhayañāṇa) là minh thứ 3 mà Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha chứng đắc vào canh chót của đêm rằm tháng tư (âm lịch), vào

¹ Cây Assattha này đồng sinh cùng một lúc với Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác Siddhattha 35 năm trước đây.

Dưới cõi cây nào mà mỗi Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác trở thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, cây ấy được gọi là Mahābodhirukkha: Cây Đại-Bồ-đề. Mỗi Đức-Phật có mỗi cây Đại-Bồ-đề khác nhau.

lúc rạng đông, trở thành **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác** có danh hiệu là **Đức-Phật Gotama** tại khu rừng Uruvelā.

Như vậy, **pháp-hành thiền-tuệ** (*vipassanābhāvanā*) là pháp-hành có từ khi **Đức-Phật Gotama** xuất hiện trên thế gian. Còn **pháp-hành thiền-định** (*samathabhāvanā*) là pháp-hành có trước khi Đức-Phật Gotama xuất hiện trên thế gian.

Samatha: Thiền-định

Định nghĩa **Samatha**

Samatha có 3 định nghĩa:

1- *Kilese sametī'ti samatho*

Hành-giả là hạng thiện-trí phạm-nhân thực hành pháp-hành nào chế ngự được mọi phiền-não loại trung, đó là 5 pháp-chướng-ngại (*nīvarana*), pháp-hành ấy gọi là **pháp-hành thiền-định** (*samathabhāvanā*).

Pháp-hành thiền-định này có chi-pháp là **nhất-tâm tâm-sở** (*ekaggatā cetasika*) đồng sinh với 8 dục-giới thiện-tâm và đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

2- *Cittam sametī'ti samatho*

Hành-giả là bậc Thánh A-ra-hán ⁽¹⁾ thực hành pháp-hành nào làm cho định-tâm vững chắc trong một đối-tượng thiền-định duy nhất.

Pháp-hành ấy gọi là **pháp-hành thiền-định**.

Pháp-hành thiền-định này có chi-pháp là **nhất-tâm tâm-sở** (*ekaggatā cetasika*) đồng sinh với 8 đại-duy-tác-tâm và đệ-nhất-thiền sắc-giới duy-tác-tâm.

¹ Bậc Thánh A-ra-hán thuộc hạng **Sukkhavipassaka**, không có bậc thiền sắc-giới thiện-tâm làm nền tảng, nghĩa là hành-giả chỉ thực hành pháp-hành thiền-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi tham-ái, mọi phiền-não không còn dư sót, trở thành bậc Thánh A-ra-hán mà thôi.

3- Vitakkādi oḷārikadhamme sametī'ti samatho

Hành-giả đã chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi tiếp tục thực hành pháp-hành nào, để chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... bằng cách chế ngự được chi-thiền loại thô như vitakka, vicāra, v.v...

Pháp-hành ấy gọi là **pháp-hành thiền-định**.

Pháp-hành thiền-định này có chi-pháp là **nhất-tâm tâm-sở** (ekaggatā cetasika) đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm, đại-duy-tác-tâm; đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-nhị-thiền sắc-giới duy-tác-tâm; đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-tam-thiền sắc-giới duy-tác-tâm; đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-tứ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm; cho đến đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-ngũ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm.

Giải thích 3 định nghĩa

1- Định nghĩa thứ nhất: Các hành-giả là hạng phàm-nhân có tam-nhân (tīhetukaputhujjana), có 2 giai đoạn:

* *Giai đoạn đầu*: Hành-giả tinh-tấn thực hành pháp-hành thiền-định với dục-giới đại-thiện-tâm có đề-mục thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc được đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

* *Giai đoạn cuối*: Hành-giả chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm có 5 chi-thiền (jhānaṅga) là vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā có khả năng chế ngự 5 pháp-chướng-ngại (nīvaraṇa) là kāmaccanda, byāpāda, thīnamiddha, uddhaccakukkucca, vicikicchā.

Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm có 5 chi-thiền (jhānaṅga) có khả năng chế ngự được 5 **pháp-chướng-ngại** (nīvaraṇa) không phát sinh được. Mỗi chi-thiền có khả năng chế ngự được mỗi pháp-chướng-ngại.

Năm chi-thiền (Jhānaṅga)

Năm chi-thiền của đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm:

1- *Vitakka*: Chi-thiền **hướng-tâm** đó là hướng-tâm tâm-sở, hướng đến đề-mục thiền-định duy nhất làm đối-tượng.

2- *Vicāra*: Chi-thiền **quan-sát** đó là quan-sát tâm-sở, quan sát trong đối-tượng đề-mục thiền-định ấy.

3- *Pīti*: Chi-thiền **hỷ** đó là hỷ tâm-sở, hoan-hỷ trong đối-tượng đề-mục thiền-định ấy.

4- *Sukha*: Chi-thiền **lạc** đó là thọ-lạc tâm-sở, an-lạc trong đối-tượng đề-mục thiền-định ấy.

5- *Ekaggatā*: Chi-thiền **nhất-tâm** đó là nhất-tâm tâm-sở, định-tâm an trú vững chắc trong đối-tượng đề-mục thiền-định ấy.

Năm chi-thiền đó là 5 tâm-sở đồng sinh với đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Năm pháp-chướng-ngại (Nīvaraṇa)

Năm pháp-chướng-ngại đó là 7 bất-thiện tâm-sở thuộc về phiền-não bậc trung phát sinh trong bất-thiện-tâm làm chướng ngại mọi thiện-pháp nhất là pháp-hành thiền-định:

1- *Kāmacchanda*: Tham-dục chướng-ngại đó là tham tâm-sở đồng sinh với tham-tâm tham muốn trong ngũ-dục là sắc-dục, thanh-dục, hương-dục, vị-dục, xúc-dục.

2- *Byāpāda*: Sân-hận chướng-ngại đó là sân tâm-sở đồng sinh với sân-tâm làm bực bội, khó chịu, nóng nảy trong tâm.

3- *Thīna-middha*: Buồn-chán và buồn-ngủ chướng-ngại đó là buồn-chán tâm-sở làm cho tâm thoái chí buông bỏ đối-tượng đề-mục thiền-định, và buồn ngủ tâm-sở làm tâm buồn ngủ không muốn thực hành pháp-hành thiền-định.

4- **Uddhacca-kukkucca**: Phóng-tâm và hối-hận chướng-ngại đó là phóng-tâm tâm-sở nghĩ các chuyện khác, không định tâm trong đề-mục thiền-định, và hối-hận tâm-sở là hối hận ác-nghiệp đã làm, còn thiện-nghiệp không làm.

5- **Vicikicchā**: Hoài-nghi chướng-ngại đó là hoài-nghi tâm-sở, là không có đức-tin vững chắc nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, không tin nghiệp và quả của nghiệp, nhất là hoài nghi trong pháp-hành thiền-định.

5 Chi-thiền chế ngự được 5 pháp-chướng-ngại

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định có khả năng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có khả năng dẫn đến chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm có đầy đủ 5 chi-thiền chế ngự được 5 pháp-chướng-ngại, mà mỗi chi-thiền có khả năng chế ngự được mỗi pháp-chướng-ngại như sau:

1- **Vitakka**: Chi-thiền hướng-tâm có khả năng chế ngự được pháp-chướng-ngại **thīna-middha** (buồn-chán và buồn-ngủ).

2- **Vicāra**: Chi-thiền quan-sát có khả năng chế ngự được pháp-chướng-ngại **vicikicchā** (hoài-nghi).

3- **Pīti**: Chi-thiền hỷ có khả năng chế ngự được pháp-chướng-ngại **byāpāda** (sân-hận).

4- **Sukha**: Chi-thiền lạc có khả năng chế ngự được pháp-chướng-ngại **uddhacca-kukkucca** (phóng-tâm và hối-hận).

5- **Ekaggatā**: Chi-thiền nhất-tâm có khả năng chế ngự được pháp-chướng-ngại **kāmacchanda** (tham-dục).

Sau khi đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm đầu tiên chấm dứt, liền tiếp theo các lộ-trình-tâm **paccavekkhaṇa**-

vīthiccita quán-triệt 5 chi-thiền phát sinh, mỗi lộ-trình-tâm quán-triệt mỗi chi-thiền.

Định nghĩa thứ nhất: Samatha này chỉ là nhất-tâm tâm-sở (ekaggatā cetasika) đồng sinh trong dục-giới đại-thiện-tâm và đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm mà thôi.

Cho nên, định nghĩa này: “*Kilese samatī’ti samatho.*”

2- *Định nghĩa thứ nhì: Các hành-giả là bậc Thánh A-ra-hán thuộc hạng paññāvimutta: Bậc Thánh A-ra-hán giải thoát bằng trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới, không có bậc thiền sắc-giới thiện-tâm làm nền tảng, làm đối-tượng thiền-tuệ, nghĩa là bậc Thánh A-ra-hán vốn là hành-giả không thực hành pháp-hành thiền-định trước, mà chỉ thực hành pháp-hành thiền-tuệ mà thôi, dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái không còn dư sót, trở thành bậc Thánh A-ra-hán gọi là **Sukkhavipassaka.***

Bậc Thánh A-ra-hán có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định để chứng đắc các bậc thiền sắc-giới duy-tác-tâm và vô-sắc-giới duy-tác-tâm, có 2 giai đoạn:

* *Giai đoạn đầu: Bậc Thánh A-ra-hán thực hành pháp-hành thiền-định với dục-giới đại-duy-tác-tâm có đề-mục thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc được đệ-nhất-thiền sắc-giới duy-tác-tâm.*

* *Giai đoạn cuối: Bậc Thánh A-ra-hán chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới duy-tác-tâm có 5 chi-thiền (jhānaṅga) là vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā không phải đề chế ngự 5 pháp-chướng-ngại nào cả, mà chỉ làm cho định-tâm vững chắc trong một đối-tượng thiền-định mà thôi.*

Cho nên, định nghĩa này: “*Cittaṃ sametī’ti samatho.*”

3- *Định nghĩa thứ ba*: Các hành-giả đó là hạng *thiền-trí phàm-nhân thuộc về hạng người tam-nhân (tīhetuka-puthujjana)*, bậc *Thánh Nhập-lưu*, bậc *Thánh Nhất-lai*, bậc *Thánh Bất-lai* đã chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm* và bậc *Thánh A-ra-hán* đã chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới duy-tác-tâm*.

Quý hành-giả ấy tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định để chứng đắc các bậc thiền cao hơn như *đệ-nhị-thiền sắc-giới, đệ-tam-thiền sắc-giới*, v.v... có 2 giai đoạn:

* Giai đoạn đầu: *Quý hành-giả ấy* thực hành pháp-hành thiền-định với *dục-giới đại-thiền-tâm, đại-duy-tác-tâm* ⁽¹⁾ có đề-mục thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm, đệ-nhị-thiền sắc-giới duy-tác-tâm*, v.v...

* Giai đoạn cuối: *Quý hành-giả ấy* không còn chế ngự 5 *pháp-chướng-ngại (nīvaraṇa)* nữa, mà chỉ làm cho **định-tâm** vững chắc có nhiều năng lực theo tuần tự, có khả năng chế ngự được *chi-thiền (jhānaṅga)* loại thô theo tuần tự là *vitakka, vicāra*, v.v... không phát sinh, để chứng đắc các bậc thiền sắc-giới bậc cao như sau:

- Nếu chế ngự được *chi-thiền vitakka* thì chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm, đệ-nhị-thiền sắc-giới duy-tác-tâm*, còn 4 *chi-thiền: vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

- Nếu chế ngự được *chi-thiền vicāra* thì chứng đắc *đệ-tam-thiền sắc-giới thiền-tâm, đệ-tam-thiền sắc-giới duy-tác-tâm*, còn 3 *chi-thiền: pīti, sukha, ekaggatā*.

- Nếu chế ngự được *chi-thiền pīti* thì chứng đắc *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiền-tâm, đệ-tứ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm*, còn 2 *chi-thiền: sukha, ekaggatā*.

¹ **Duy-tác-tâm** chỉ là tâm của bậc Thánh A-ra-hán mà thôi.

- Nếu chế ngự được chi-thiền **sukha** thay bằng chi-thiền **upekkhā** thì chứng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-ngũ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm, có 2 chi-thiền: **upekkhā, ekaggatā**.

Định nghĩa samatha thứ ba này là nhất-tâm tâm-sở (*ekaggatā cetasika*) đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm, đại-duy-tác-tâm, với đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-nhị-thiền sắc-giới duy-tác-tâm cho đến đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-ngũ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm.

Cho nên, định nghĩa này: “*Vitakkādi oḷārikadhamme sametī’ti samatho.*”

Samatha có 2 loại:

1- *Paritta samatha*: Thiên-định có năng lực yếu.

2- *Mahaggata samatha*: Thiên-định có năng lực mạnh.

Thế nào gọi là *paritta samatha*?

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định, tâm chưa đạt đến *appanāsamādhī* (an-định) nên gọi là *paritta samatha*, bởi vì tâm của hành-giả đang còn dục-giới đại-thiện-tâm hoặc dục-giới đại-duy-tác-tâm (của bậc Thánh A-ra-hán) gần đến *appanāsamādhī* (an-định). Tuy có 5 chi-thiền nhưng năng lực còn yếu nên vẫn còn hợp với các dục-giới đại-thiện-tâm hoặc dục-giới đại-duy-tác-tâm ấy.

Thế nào gọi là *mahaggata samatha*?

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định, tâm đã đạt đến *appanāsamādhī* (an-định) nên gọi là *mahaggata samatha*, bởi vì tâm của hành-giả đã chứng đắc *mahaggatajjhāna* đó là sắc-giới-thiền thiện-tâm, hoặc sắc-giới-thiền duy-tác-tâm (của bậc Thánh A-ra-hán).

Các chi-thiền hợp với các sắc-giới-thiền thiện-tâm hoặc sắc-giới-thiền duy-tác-tâm (của bậc Thánh A-ra-hán) ấy có nhiều năng lực.

Đối với hành-giả phạm-nhân, 5 chi-thiền hợp với *đề-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* ấy có khả năng *ché ngự* được 5 *pháp-chướng-ngại* (*nīvarana*) bằng cách *ché ngự*, *đè nén* (*vikhambhanapahāna*).

Pháp-hành thiền-định có 2 phần:

- *Đối-tượng thiền-định.*
- *Tâm-biết đối-tượng thiền-định.*

I- **Đối-tượng thiền-định**

Đối-tượng thiền-định (*samathakammaṭṭhāna*) là đối-tượng của pháp-hành thiền-định, gồm có 40 *đề-mục thiền-định* ⁽¹⁾ chia ra làm 7 loại như sau:

- 1- 10 *đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa.*
- 2- 10 *đề-mục thiền-định tử-thi asubha.*
- 3- 10 *đề-mục thiền-định niệm-niệm anussati.*
- 4- 4 *đề-mục thiền-định tứ-vô-lượng-tâm appamaññā.*
- 5- 1 *đề-mục thiền-định vật-thực đáng nhòm āhāre paṭikkūlasaññā.*
- 6- 1 *đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại (catudhātuvavatthāna).*
- 7- 4 *đề-mục thiền-định vô-sắc (āruppa).*

1- 10 **Đề-mục thiền-định hình tròn Kasiṇa**

- 1.1- *Đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasiṇa).*
- 1.2- *Đề-mục thiền-định hình tròn nước (āpokasiṇa).*
- 1.3- *Đề-mục thiền-định hình tròn lửa (tejokasiṇa).*
- 1.4- *Đề-mục thiền-định gió (vāyokasiṇa).*
- 1.5- *Đề-mục thiền-định hình tròn màu xanh (nīlakasiṇa).*
- 1.6- *Đề-mục thiền-định hình tròn màu vàng (pītakasiṇa).*

¹ Xem quyển “Tìm Hiểu Pháp-Hành Thiền-Tuệ” cùng soạn giả.

- 1.7- Đề-mục thiên-định hình tròn màu đỏ (lohitakasiṇa).
- 1.8- Đề-mục thiên-định hình tròn màu trắng (odātakasiṇa).
- 1.9- Đề-mục thiên-định hư không (ākāsakasiṇa).
- 1.10- Đề-mục thiên-định ánh sáng (ālokakasiṇa).

Đó là 10 đề-mục thiên-định (kasiṇa) làm đối-tượng của pháp-hành thiên-định.

2- 10 Đề-mục thiên-định tử-thi (Asubha)

- 2.1- Đề-mục tử-thi trải qua 2-3 ngày (uddhumātaka).
- 2.2- Đề-mục tử-thi biến sang màu tím thâm (vinīlaka).
- 2.3- Đề-mục tử-thi chảy máu mủ (vipubbaka).
- 2.4- Đề-mục tử-thi bị chặt đứt thành nhiều đoạn (vicchiddaka).
- 2.5- Đề-mục tử-thi bị chó, quạ, diều hâu, kên kên cắn xé ăn thịt, bỏ rải rác (vikkhāyitaka).
- 2.6- Đề-mục tử-thi bị chặt tay, chân, đầu, mình bỏ rải rác (vikkhattaka).
- 2.7- Đề-mục tử-thi bị đâm lủng nhiều lỗ (hatavikkhattaka).
- 2.8- Đề-mục tử-thi có máu chảy lai láng (lohitaka).
- 2.9- Đề-mục tử-thi có giòi (puḷuvaka).
- 2.10- Đề-mục tử-thi còn bộ xương trắng (aṭṭhika).

Đó là 10 đề-mục thiên-định tử-thi (asubha) làm đối-tượng của pháp-hành thiên-định.

3- 10 đề-mục thiên-định niệm-niệm (Anussati)

- 3.1- Đề-mục niệm-niệm 9 ân Đức-Phật (Buddhānussati).
- 3.2- Đề-mục niệm-niệm 6 ân Đức-Pháp (Dhammānussati).
- 3.3- Đề-mục niệm-niệm 9 ân Đức-Tăng (Saṃghānussati).
- 3.4- Đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình (sīlānussati).
- 3.5- Đề-mục niệm-niệm sự bố-thí của mình (cāgānussati).

- 3.6- Đề-mục niệm-niệm 5 pháp chư-thiên có nơi mình (devatānussati).
- 3.7- Đề-mục niệm-niệm trạng-thái tịch tịnh an-lạc Niết-bàn (upasamānussati).
- 3.8- Đề-mục niệm-niệm sự chết (maraṇānussati).
- 3.9- Đề-mục niệm 32 thể troc (trước) trong thân của mình (kāyagatāsati).
- 3.10- Đề-mục niệm hơi thở vào, hơi thở ra (ānāpānassati).

Đó là 10 đề-mục thiền-định niệm-niệm (anussati) làm đối-tượng của pháp-hành thiền-định.

4- Bốn đề-mục thiền-định vô-lượng-tâm (Appamaññā)

- 4.1- Đề-mục niệm rải tâm-từ (mettā) đến chúng-sinh vô-lượng.
- 4.2- Đề-mục niệm rải tâm-bi (karuṇā) đến chúng-sinh vô-lượng.
- 4.3- Đề-mục niệm rải tâm-hỷ (muditā) đến chúng-sinh vô-lượng.
- 4.4- Đề-mục niệm rải tâm-xả (upekkhā) đến chúng-sinh vô-lượng.

Đó là 4 đề-mục thiền-định niệm rải tâm-từ, bi, hỷ, xả đến chúng-sinh vô-lượng (appamaññā) làm đối-tượng của pháp-hành thiền-định.

5- Đề-mục vật thực đáng nhòm góm (Āhārepaṭikkūlasaññā)

6- Đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại (Catudhātuvaṅga)

7- Bốn đề-mục thiền-định vô-sắc (Āruppa)

Trong 4 đề-mục thiền-định vô-sắc, mỗi đề-mục riêng biệt chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc mỗi bậc thiền vô-sắc-giới riêng biệt mà thôi như sau:

7.1- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ nhất gọi là ākāsa-paññatti chỉ để chứng đắc đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới

thiền-tâm gọi là *ākāsānañcāyatanajjhānakusalacitta* (không-vô-biên-xứ-thiền thiền-tâm) mà thôi.

7.2- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ nhì gọi là *paṭhamārūppaviññāṇa* (đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiền-tâm) chỉ để chứng đắc đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiền-tâm gọi là *viññāṇañcāyatanajjhānakusalacitta* (thức-vô-biên-xứ-thiền thiền-tâm) mà thôi.

7.3- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ ba gọi là *natthibhāvapaññatti* chỉ để chứng đắc đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiền-tâm gọi là *ākiñcaññāyatanajjhānakusalacitta* (vô-sở-hữu-xứ-thiền thiền-tâm) mà thôi.

7.4- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ tư gọi là *tatiyārūppaviññāṇa* (đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiền-tâm) chỉ để chứng đắc đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiền-tâm gọi là *nevasaññānāsaññāyatanajjhānakusalacitta* (phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ-thiền thiền-tâm) mà thôi.

4 đề-mục thiền-định vô-sắc có 2 đề-mục thuộc về *paññatti* là *ākāsapaññatti* và *natthibhāvapaññatti*; và 2 đề-mục thuộc về *paramattha* là *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiền-tâm* và *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiền-tâm*.

Đó là 4 đề-mục thiền-định vô-sắc mà mỗi đề-mục vô-sắc chỉ có thể chứng đắc mỗi bậc thiền vô-sắc-giới thiền-tâm riêng biệt mà thôi.

Gồm có 40 đề-mục thiền-định.

Trong 40 đề-mục thiền-định phân loại 3 loại *nimitta*, 3 loại *bhāvanā*, 3 loại *samādhi*.

Ba loại *Nimitta*

1- ***Parikammanimitta***: Đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu làm đối-tượng của *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định.

Tất cả 40 đề-mục thiền-định đều là *parikammanimitta*.

2- **Uggahanimitta**: *Đối-tượng thô-ảnh-tương-tự của parikammanimitta (đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu) ấy phát sinh rõ ở trong tâm theo ý-môn-lộ-trình-tâm (manodvāravīthicitta) có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm hoặc dục-giới đại-duy-tác-tâm của bậc Thánh A-ra-hán, biết rõ đối-tượng thô-ảnh-tương-tự của parikammanimitta ấy.*

Trong 40 đề-mục thiền-định chỉ có 22 đề-mục thiền-định trực tiếp có uggahanimitta và 18 đề-mục thiền-định gián tiếp có uggahanimitta.

- Đề-mục thiền-định trực-tiếp có uggahanimitta có 22 đề-mục là 4 bhūtakasiṇa + 4 vaṇṇakasiṇa + ākāsakasiṇa + ālokakasiṇa + 10 asubha + kāyāgatāsati + ānāpānassati.

- Đề-mục thiền-định gián-tiếp có uggahanimitta có 18 đề-mục là 6 anussati + upasamānussati + maraṇānussati + 4 appamaññā + āhārepaṭikūlasaññā + catudhātu-vavatthāna + 4 āruppakammaṭṭhāna.

3- **Paṭibhāganimitta**: *Đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đối-tượng uggahanimitta (đối-tượng thô-ảnh-tương-tự) ấy, trở nên hoàn toàn trong sáng được phát sinh rõ ở trong tâm của hành-giả, theo ý-môn-lộ-trình-tâm (manodvāravīthicitta).*

(22 đề-mục thiền-định trực-tiếp có uggahanimitta rồi trở thành trực-tiếp có paṭibhāganimitta và 8 đề-mục thiền-định là 4 appamaññā + 4 āruppakammaṭṭhāna gián-tiếp có paṭibhāganimitta, gồm có 30 đề-mục thiền-định.)

II- Tâm-biết đối-tượng thiền-định

Tâm-biết đối-tượng thiền-định có 3 giai đoạn:

1- *Parikammabhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định với parikammasamādhī: sơ-định ban đầu trong đề-mục thiền-định.*

2- *Upacārabhāvanā*: Tâm-hành cận bậc thiền với *upacārasamādhī*: cận-định trong đề-mục thiền-định ấy.

3 - *Appanābhāvanā*: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền với *appanāsamādhī*: an-định trong đề-mục thiền-định ấy.

Ba loại Bhāvanā, ba loại Samādhī

1- *Parikammabhāvanā*: Tâm-hành ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định

Hành-giả bắt đầu thực hành pháp-hành thiền-định với các *dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiền-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* ⁽¹⁾ phát sinh liên tục có *đối-tượng parikammanimitta* (*đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu*) tiến triển tốt trở thành *đối-tượng uggahanimitta* (*đối-tượng thô-ảnh-trong-tự*) của *parikammanimitta* (*đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu*) ấy.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiền-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* gọi là ***parikammasamādhī***: **so-định** ban đầu trong đề-mục thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiền-tâm (*mahaggatajjhāna*).

Tất cả 40 đề-mục thiền-định đều có *parikamma-bhāvanā* và *parikammasamādhī*.

2- *Upacārabhāvanā*: Tâm-hành cận bậc thiền

Hành-giả đang thực hành pháp-hành thiền-định với các *dục-giới ý-môn lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiền-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* phát sinh liên tục có *đối-tượng uggahanimitta*: *đối-tượng thô-ảnh-trong-tự* của đề-mục thiền-định ấy tiến triển tốt trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta*: *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng* của đề-mục thiền-định ấy dẫn đến gần bậc thiền sắc-giới thiền-tâm.

¹ Duy-tác-tâm chỉ là tâm của bậc Thánh A-ra-hán mà thôi.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* gọi là **upacārasamādhī: cận-định** trong đề-mục thiền-định ấy đạt đến gần bậc thiền sắc-giới thiên-tâm (*mahaggatajjhāna*).

Trong các *dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* phát sinh liên tục có *đối-tượng đề-mục thiền-định* tiến triển tốt chia làm 2 giai đoạn:

* *Dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm* (*javanacitta*) đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* phát sinh liên tục ở giai đoạn đầu còn cách xa bậc thiền sắc-giới, gọi là *parikammabhāvanā*.

* *Dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm* (*javanacitta*) đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* hoặc *dục-giới đại-duy-tác-tâm* phát sinh liên tục ở giai đoạn sau gần bậc thiền, gọi là *upacārabhāvanā*

Trong 40 đề-mục thiền-định chỉ có 10 đề-mục ⁽¹⁾ tiến triển đến *upacārabhāvanā* và *upacārasamādhī* mà thôi, không thể tiến triển đến *appanābhāvanā* và *appanāsamādhī*.

3- *Appanābhāvanā*: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định dẫn đến chứng đắc bậc thiền sắc-giới với *sắc-giới lộ-trình thiên-tâm* có *tác-hành-tâm* (*javanacitta*) chứng đắc *sắc-giới thiên-thiện-tâm* hoặc *sắc-giới thiên-duy-tác-tâm* gọi là *Appanābhāvanā* có **paṭibhāganimitta**: *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định* ấy.

Định-tâm đồng sinh với *sắc-giới thiên-tâm* ấy gọi là **appanāsamādhī (an-định)** trong đề-mục thiền-định ấy, chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiên-tâm (*mahaggatajjhāna*).

¹ 10 đề-mục là 8 đề-mục anussati (trừ kāyagatāsati và ānāpānassati) + āhārepaṭikkūlasaññā + catudhātuvavatthāna.

Trong 40 đề-mục thiền-định chỉ có 30 đề-mục ⁽¹⁾ dẫn đến *appanābhāvanā* và *appanāsamādhi* chứng đắc các bậc thiền mà thôi. Chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc vô-sắc-giới thiện-tâm nào hoàn toàn tùy thuộc vào khả năng của mỗi đề-mục thiền-định ấy.

(Xem nghi thức lễ thọ pháp-hành thiền-định trong phần cuối pháp-hành thiền-định này.)

Giải giải 40 đề-mục thiền-định

1- 10 Đề-Mục Thiền-Định Hình Tròn Kasiṇa

10 đề-mục thiền-định hình tròn *kasiṇa* là 10 đề-mục thiền-định có đủ 3 loại *nimitta*, 3 loại *bhāvanā*, 3 loại *samādhi*, có khả năng dẫn đến chứng đắc đủ 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

1.1- Đề-mục thiền-định hình tròn đất (Pathavīkasiṇa)

Pathavīkasiṇa = Pathavī + kasiṇa

Pathavī: **Đất**, dùng để làm đề-mục thiền-định (*pathavī-kasiṇa*) không phải là *thật-tánh của đất* (*sabhāvapathavī*) có trạng-thái cứng hoặc mềm thuộc về *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*), mà chỉ là *đất bình thường tự nhiên* (*sasambhārapathavī*) thuộc về *chế-định-pháp* (*paññattidhamma*) mà thôi.

Kasiṇa: *Trọn vẹn đề-mục thiền-định hình tròn đất*, nghĩa là hành-giả hướng tâm đến trọn vẹn đề-mục thiền-định hình tròn đất, không thiếu một phần nào.

Pathavīkasiṇa là *đề-mục thiền-định hình tròn đất trọn vẹn* mà hành-giả dùng làm đề-mục của pháp-hành thiền-định, có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền

¹ 30 đề-mục là 10 đề-mục *kasiṇa* + 10 đề-mục *asubha* + *kāyagatāsati* + *ānāpānassati* + 4 *appamaññā* + 4 *ārūpakammaṭṭhāna*.

sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả là *bậc xuất gia tỳ-khuru, sa-di hoặc cận-sư-nam, cận-sư-nữ* có ý nguyện muốn thực hành *pháp-hành thiên-định* với **đề-mục thiên-định hình tròn đất** (*pathavīkasina*), hành-giả không nên biết đến *thật-tánh của địa-đại* (*sabhāvapathavī*) có *trạng-thái cứng, mềm* thuộc về *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*), cũng không nên quan tâm đến *màu sắc của đề-mục thiên-định hình tròn đất*, mà hành-giả chỉ nên hướng tâm đến *toàn diện trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiên-định hình tròn đất* (*pathavīkasina*) là *đất bình thường* (*sasambhārapathavī*) thuộc về *chế-định-pháp* mà thôi.

Tiền-kiếp chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiên-định hình tròn đất* (*pathavīkasina*) trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại (*kiếp trước từ tầng trời sắc-giới phạm-thiên tái-sinh xuống làm người*), thì khi hành-giả hướng tâm đến *đất bình thường tự nhiên* (*sasambhārapathavī*) như mặt đất, đám đất nào đó thuộc về *chế-định-pháp* (*paññattidhamma*), làm *đối-tượng đề-mục thiên-định hình tròn đất* gọi là *đối-tượng parikamma-nimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu*, với *parikamma-bhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm* (*javanacitta*) đó là *dục-giới đại-thiện-tâm niệm thâm* trong tâm rằng: “*Pathavī, ... Pathavī, ... Pathavī, ... hoặc Đất, ... Đất, ... Đất, ...*”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammāsamādhī** (*sơ-định*) trong *đề-mục thiên-định hình tròn đất* có *đối-tượng parikammanimitta* ban đầu ấy được tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *đối-tượng thô-ảnh-tương-tự* như *đề-mục thiên-định hình tròn đất* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiền-định hình tròn đất* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* ấy bên trong tâm mà thôi, được tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* phát sinh rõ ở trong tâm với ***upacārabhāvanā***: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, đạt đến ***upacārasamādhī*** (cận-định) gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Nếu hành-giả thuộc về hạng ***người tam-nhân*** tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta*: *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* ấy thì tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc ***đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm***, có ***appanāsamādhī*** (an-định) trong ***đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm***.

Sau khi đã chứng đắc ***đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm***, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hình tròn đất* (*pathavīkaṣiṇa*) ấy, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* là *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc ***đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm***, có ***appanāsamādhī***: an-định trong ***đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm***.

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hình tròn đất* (*pathavīkaṣiṇa*) ấy như vậy, theo tuần tự chứng đắc ***đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-***

tâm, đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục-thiên-định đất* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiên-định hình tròn đất*.

Cách làm đề-mục thiên-định hình tròn đất Pathavīkaṣiṇa

Hành-giả tìm đất sét màu mặt trời hừng đông rất sạch sẽ và dẻo, nhồi đất sét ấy cho thật nhuyễn, rồi cán mỏng ra trên tấm ván thành bánh tròn bằng phẳng trơn tru, không có vật dơ nào dính trên mặt, *hoàn toàn sạch sẽ*, cũng không có *màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng* lẫn lộn, cắt bánh hình tròn có đường kính **1 gang và 4 lóng tay nằm ngang**, dùng *màu xanh* hoặc *màu trắng*, vẽ một đường viền bằng $\frac{1}{4}$ lóng tay vòng quanh chu vi hình tròn đất sét, để làm nổi phần đất sét “**đề-mục thiên-định đất (pathavīkaṣiṇa)**”.

Đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa) trung bình có đường kính **1 gang và 4 lóng tay nằm ngang** đối với các hành-giả. Nếu đối với hành-giả có *tính hay suy nghĩ (vitakkacarita)* thì nên làm *đề-mục thiên-định hình tròn đất nhỏ* lại 2 hoặc 3 lóng tay, để phù hợp với hành-giả có *tính hay suy nghĩ*. Và đối với hành-giả có *tính si (mohacarita)* thì nên làm *đề-mục thiên-định hình tròn đất lớn* thêm 4 hoặc 8 lóng tay, để phù hợp với hành-giả có *tính si*.

Hành-giả nên biết tôn kính và giữ gìn sạch sẽ *đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* mà hành-giả sử dụng làm đối-tượng thiên-định để thực hành *pháp-hành thiên-định* như là tượng Đức-Phật.

Đặt đề-mục thiên-định hình tròn đất (Pathavīkaṣiṇa)

Sau khi đã làm *đề-mục thiên-định hình tròn đất* xong, hành-giả cần phải tìm một nơi thanh vắng, thuận lợi cho việc thực hành *pháp-hành thiên-định*. Hành-giả đặt *đề-mục thiên-định hình tròn đất* ngay trước mặt ngang tầm mắt, không cao, không thấp, cách chỗ ngồi khoảng 2 *cùi* và 1 *gang tay*.

Nếu hành-giả ngồi cách xa quá thì mắt không nhìn thấy rõ *tròn vẹn đề-mục thiên-định hình tròn đất*, hoặc nếu ngồi gần quá thì mắt nhìn thấy rõ *dấu tay*, những tỳ trên mặt *đề-mục thiên-định hình tròn đất*.

Như vậy, làm trở ngại cho *định-tâm trong đề-mục thiên-định hình tròn đất* và làm cho *đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiên-định hình tròn đất* khó phát sinh.

Cho nên, hành-giả ngồi không xa quá, cũng không gần quá với *đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* ấy.

Pháp hỗ trợ pháp-hành-thiên

Thực hành *pháp-hành thiên-định* hoặc *pháp-hành thiên-tuệ* cho được thuận lợi, hành-giả cần phải biết những pháp hỗ trợ như sau:

- Để có *đức-tin trong sạch* trong *pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ*, hành-giả nên *niệm tưởng đến 9 ân-Đức-Phật, 6 ân-Đức-Pháp, 9 ân-Đức-Tăng*.

- Để *tránh mọi sự trở ngại và tai hại*, hành-giả nên *niệm rải tâm-từ* đến tất cả chúng-sinh vô-lượng trong muôn loài.

- Để *diệt tâm tham-ái* trong 5 *đối-tượng ngũ-dục (sắc dục, thanh dục, hương dục, vị dục, xúc dục)*, hành-giả nên *niệm về 32 thể trước (trọc) trong thân của mình*.

- Để có sự tinh-tấn thực hành *pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ*, hành-giả nên *niệm về sự chết*.

Bốn pháp hỗ trợ này được áp dụng tùy lúc, hợp thời.

Phương pháp thực hành đề-mục thiền-định hình tròn đất (Pathavīkaṣiṇa)

Sau khi ngồi trong tư thế 2 chân bắt lên nhau ngay thẳng trước *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)*, hành-giả chấp 2 tay cung-kính *đề-mục thiền-định hình tròn đất*, rồi đặt bàn tay phải trên bàn tay trái trên 2 bàn chân, mắt nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định hình tròn đất*, không nên nhìn một phần nào của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* ấy.

Khi hành-giả hướng tâm đến *trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định hình tròn đất*, không nên biết đến *thật-tánh của địa-đại (sabhāvapathavī)* có *trạng-thái cứng, mềm* thuộc về *chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*, cũng không nên quan tâm đến *màu sắc* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất*, mà hành-giả chỉ nên hướng tâm đến *trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định hình tròn đất* là *đất bình thường (sasambhārapathavī)* thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)* mà thôi.

Thực hành đề-mục thiền-định hình tròn đất Pathavīkaṣiṇa

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định* với *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* gọi là *đối-tượng parikammanimitta*, là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu* trong *dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng: “Pathavī, ... Pathavī, ... Pathavī, ... hoặc Đất, ... Đất, ...

Đất, ...” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkasina) ấy*, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại *đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-trong-tự của đề-mục thiên-định hình tròn đất* phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỗi mắt thì nhắm mắt niệm thầm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thầm “*Pathavī, ... Đất, ...*” như vậy, cho đến khi *đối-tượng parikammanimitta là đối-tượng đề-mục thiên-định ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkasina)* phát sinh rõ ràng trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiên-định còn cách xa bậc thiện-sắc-giới thiện-tâm.*

Đối-tượng Uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiên-định hình tròn đất* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *đề-mục thiên-định hình tròn đất* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggaha-nimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiên-định hình tròn đất* bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Đối-tượng Uggahanimitta biến mất trong tâm

Nếu *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiên-định hình tròn đất* ấy bị biến mất thì hành-giả cần phải quay trở lại mở mắt bình thường

hướng tâm nhìn thẳng đến *trọn vẹn đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* ấy với *parikamma-bhāvanā*: tâm-hành ban đầu đầu trong *dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng: “*Pathavī, ... Pathavī, ... Pathavī, ... hoặc Đất, ... Đất, ... Đất, ... Đất, ...*” như trước cho đến khi *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự* như *đề-mục thiền-định hình tròn đất* phát sinh rõ trở lại trong tâm như trước.

Sự khác nhau của Parikammanimitta với Uggahanimitta

Đối-tượng parikammanimitta và *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkaṣiṇa)* là 2 *đối-tượng* có hình dáng, màu sắc, lớn nhỏ giống nhau, chỉ có điểm khác nhau như sau:

* *Đối-tượng parikammanimitta* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất ban đầu* là *đối-tượng đề-mục thiền-định hình tròn đất hiện-tại*, mà hành-giả ban đầu thực hành *pháp-hành thiền-định*, mở mắt bình thường hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định hình tròn đất* ấy với *nhãn-môn-lộ-trình-tâm (cakkhuvdāravīthicitta)*.

* *Đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* ấy, là *đối-tượng hình ảnh quá-khứ thô* và *tương tự* với *đề-mục thiền-định hình tròn đất*, được phát sinh rõ ở trong tâm theo *y-môn-lộ-trình-tâm*.

Đối-tượng uggahanimitta là *thô-ảnh-tương-tự* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* được phát sinh rõ ở trong tâm mau hoặc chậm là tùy thuộc vào 5 *pháp-chủ (tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ)* và các *pháp-hạnh ba-la-mật* của hành-giả.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasiṇa)* đã phát sinh rõ như gắn dính trong tâm của hành-giả rồi thì hành-giả khi đứng, hoặc khi ngồi, hoặc khi nằm, hễ khi nhắm mắt lại thì *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định hình tròn đất* liền phát sinh rõ ở trong tâm.

Đối-tượng Paṭibhāganimitta phát sinh trong tâm

Nếu hành-giả thuộc hạng *người tam-nhân (tīhetukapuggala)* có 3 nhân: *vô-tham, vô-sân, vô-si (trí-tuệ)* thì khi thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định đất*, có khả năng làm cho *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định hình tròn đất* ấy diễn biến dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta (đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng)* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất* phát sinh rõ ràng ở trong tâm.

Sự khác nhau của Uggahanimitta với Paṭibhāganimitta

- 2 *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasiṇa)* đều phát sinh rõ ở trong tâm, theo *ý-môn-đục-giới lộ-trình-tâm*, có khác nhau như sau:

- *Đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự* quá khứ hoàn toàn giống như *đề-mục thiền-định hình tròn đất ban đầu* như các *dấu tay*, mặt đất có *tỳ chút đỉnh*, có màu *lẫn lộn*, v.v... như thế nào, khi *đối-tượng uggahanimitta* được phát sinh rõ ở trong tâm cũng có các *dấu tay*, mặt đất có *tỳ chút đỉnh*, có màu *lẫn lộn*, v.v... cũng đều như thế ấy.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-*

sáng không giống như đê-mục thiên-định hình tròn đất ban đầu, bởi vì các dấu tay, mặt đất có tý chút đỉnh, có màu lẫn lộn, v.v... hoàn toàn biến mất, không còn một tý nhỏ nào cả, thay vào đó chỉ là hình ảnh hoàn toàn trong sáng thanh khiết mà thôi.

Thật ra, *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đê-mục thiên-định đất* là do năng lực của thiên-định tiến triển làm cho *đối-tượng uggahanimitta* của *đê-mục thiên-định hình tròn đất* diễn biến dần dần biến mất các dấu tay, các tý, màu sắc, v.v... Vì vậy, *đối-tượng uggahanimitta* biến đổi trở nên hoàn toàn trong sáng thanh khiết, trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đê-mục thiên-định hình tròn đất ấy*.

Đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta không phải là *đối-tượng chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)* mà chỉ là *đối-tượng chế-định-pháp (paññattidhamma)* mà thôi.

Như vậy, từ *đê-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkasina)* gọi là *đối-tượng parikammanimitta ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* của *parikammabhāvanā* và *parikammāsamādhī*.

Từ *đối-tượng uggahanimitta* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *upacārabhāvanā* và *upacārasamādhī (cận-định)* có *đối-tượng paṭibhāganimitta của đê-mục thiên-định hình tròn đất ấy, gần bậc thiên sắc-giới thiên-tâm (mahaggatajjhāna)*.

Do năng lực của *upacārasamādhī: cận-định gần bậc thiên sắc-giới thiện-tâm*, nên làm giảm dần tiềm năng của 5 *pháp-chướng-ngại (nīvaraṇa)* không có cơ hội phát sinh.

5 Nīvaraṇa: 5 pháp-chướng-ngại

- 1- *Kāmacchanda nīvaraṇa: Tham-dục trong ngũ-dục.*
- 2- *Byāpāda nīvaraṇa: Sân-hận không hài lòng trong đối-tượng.*

3- *Thīna-middha nīvaraṇa*: Buồn-chán - buồn-ngủ
buông bỏ đối-tượng.

4- *Uddhaccakukkucca nīvaraṇa*: Phóng-tâm - hối-hận.

5- *Vicikicchā nīvaraṇa*: Hoài-nghi.

Năm pháp-chướng-ngại (*nīvaraṇa*) này bị chế ngự làm cho yếu dần bởi năng lực của *upacārasamādhī* có đối-tượng *paṭibhāganimitta*.

Đối-tượng *paṭibhāganimitta* có 2 giai đoạn:

- *Giai đoạn đầu*: Đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiên-định hình tròn đất (*pathavīkaṣiṇa*) là đối-tượng của ***upacārabhāvanā***: tâm-hành cận bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiên-định* với đề-mục thiên-định hình tròn đất với các dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javānacitta*) đó là dục-giới đại-thiện-tâm có đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiên-định đất.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là ***upacārasamādhī*** (cận-định) có đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiên-định hình tròn đất ấy, đạt đến cận-định, gần bậc thiên sắc-giới thiện-tâm (*mahaggataj-jhāna*).

- *Giai đoạn sau*: Đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiên-định hình tròn đất (*pathavīkaṣiṇa*) là đối-tượng của ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

* Nếu hành-giả là hạng người *tam-nhân* (*tīhetukapuggala*) thuộc hạng *tikkhapuggala* (hành-giả có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy), tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại đã từng chứng đắc các bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, thì kiếp hiện-tại này, hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāga-*

nimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định đất, với *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc sắc-giới thiền-thiền-tâm trong sắc-giới lộ-trình-thiền-tâm.

Định-tâm đồng sinh với sắc-giới thiền-thiền-tâm gọi là **appanāsamādhī**: an-định vững chắc trong đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đê-mục thiền-định hình tròn đất (*pathavīkaṣiṇa*) ấy, chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm** (*paṭhamajjhānakusalacitta*).

* Nếu hành-giả là hạng người *tam-nhân* (*tīhetukapuggala*) thuộc hạng *mandapuggala* (hành-giả có trí-tuệ chậm), tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại không chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiền-tâm thì kiếp hiện-tại này, dù hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định hình tròn đất (*pathavīkaṣiṇa*), cũng chậm đạt đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc sắc-giới thiền-thiền-tâm trong sắc-giới lộ-trình-thiền-tâm.

Định-tâm đồng sinh với sắc-giới thiền-thiền-tâm gọi là **appanāsamādhī**: an-định vững chắc trong đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đê-mục thiền-định hình tròn đất (*pathavīkaṣiṇa*) ấy, dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm** (*paṭhamajjhānakusalacitta*).

* Nếu đối-tượng *paṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định hình tròn đất (*pathavīkaṣiṇa*) tuy đã phát sinh rõ ở trong tâm của hành-giả, nhưng chưa chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm thì hành-giả cần phải giữ gìn đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* ấy một cách rất thận trọng, ví như Chánh-cung Hoàng-hậu có thai, các quân sư Bà-la-môn tiên đoán thai nhi là thái-tử, khi sinh ra đời, đến lúc trưởng thành sẽ là Đức-Chuyên-luân Thánh-vương. Vì vậy, Chánh-cung Hoàng-

hậu cần phải giữ gìn thai nhi rất thận trọng như thế nào, hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định*, khi có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm cũng cần phải giữ gìn rất thận trọng cũng như thế ấy.

Pathavīpaṭibhāganimitta biến mất

Khi ban đầu *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* phát sinh rõ ở trong tâm thì tâm của hành-giả đang là *upacārabhāvanā: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, có *định-tâm là upacārasamādhī: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

* Nếu hành-giả giữ gìn *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* thiếu thận trọng thì *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* ấy dễ bị biến mất.

Nếu khi *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* ấy bị biến mất thì tâm của hành-giả xuống bậc thấp *parikammabhāvanā* có *định-tâm là parikammasamādhī: sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm (mahaggatajjhāna)*.

Cho nên, hành-giả nên bắt đầu trở lại thực hành *pháp-hành thiền-định* với *đề-mục thiền-định hình tròn đất* theo tuần tự như trước, cho đến khi *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* phát sinh rõ trở lại trong tâm của hành-giả.

Cách giữ gìn Paṭibhāganimitta

Để giữ gìn *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* dẫn đến chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả cần phải *tránh xa 7 điều bất lợi trong việc thực hành pháp-hành thiền-định (asappāya)*, đồng thời nên có *đầy đủ 7 điều thuận lợi trong việc thực hành pháp-hành thiền-định (sappāya)* như trong bộ Visuddhimagga chỉ dạy như sau:

7 *Asappāya*: 7 điều bất lợi.

7 *Sappāya*: 7 điều thuận lợi.

1- *Āvāsa asappāya*: Chỗ ở bất lợi.

Āvāsa sappāya: Chỗ ở thuận lợi.

* *Āvāsa asappāya*: Chỗ ở bất lợi là chỗ ở nào mà khi hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định*, *nimitta* chưa sinh thì không sinh, khi *nimitta* đã sinh rồi thì bị mất, tâm không an trụ thì vẫn không an trụ, ...

Như vậy, chỗ ở ấy gọi là *chỗ ở bất lợi*.

* *Āvāsa sappāya*: Chỗ ở thuận lợi là chỗ ở nào mà khi hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định*, *nimitta* chưa sinh thì phát sinh, khi *nimitta* đã sinh rồi thì không bị mất, tâm không an trụ thì được an trụ, ...

Như vậy, chỗ ở ấy gọi là *chỗ ở thuận lợi*.

2- *Gocara asappāya*: Xóm nhà bất lợi.

Gocara sappāya: Xóm nhà thuận lợi.

* *Gocara asappāya*: Xóm nhà bất lợi khi đi khát thực như sau:

- Xóm nhà nằm cách chỗ ở của hành-giả về hướng đông, hoặc hướng tây, ánh sáng mặt trời chiếu thẳng vào mặt khi hành-giả đi khát thực hoặc trở về.

- Xóm nhà nằm cách xa quá 5 cây số với chỗ ở của hành-giả, đường sá gồ ghề khó đi lại.

- Đi khát thực trong xóm nhà ấy, hành-giả không có đủ vật thực để nuôi mạng sống.

Như vậy, gọi là *xóm nhà bất lợi khi đi khát thực*.

* *Gocara sappāya*: Xóm nhà thuận lợi khi đi khát thực như sau:

- Xóm nhà nằm cách chỗ ở của hành-giả về hướng Nam hoặc hướng Bắc, tránh được ánh sáng mặt trời chiếu thẳng vào mặt khi hành-giả đi khát thực hoặc trở về.

- Xóm nhà nằm gần khoảng cách dưới 5 cây số với chỗ ở của hành-giả, đường sá bằng phẳng dễ đi lại.

- Đi khát thực trong xóm nhà ấy, hành-giả có đầy đủ vật thực để nuôi mạng sống.

Như vậy, gọi là *xóm nhà thuận lợi khi đi khát thực*.

3- *Bhassa asappāya*: Lời nói bất lợi.

Bhassa sappāya: Lời nói thuận lợi.

* ***Bhassa asappāya***: Lời nói bất lợi đó là lời nói liên quan đến *tiracchānakathā*, có 32 lời nói gọi là *lời nói bất lợi*. Những lời nói này làm trở ngại cho sự chứng đắc các bậc thiền, Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.

Tiracchānakathā có 32 lời nói là:

1- Nói chuyện về Đức-vua và hoàng tộc.

2- Nói chuyện về trộm cắp.

3- Nói chuyện về các quan, chính phủ.

4- Nói chuyện về quân đội.

5- Nói chuyện về tai họa.

6- Nói chuyện về chiến tranh.

7- Nói chuyện về các đồ ăn.

8- Nói chuyện về các thức uống.

9- Nói chuyện về vải vóc, y phục.

10- Nói chuyện về chỗ nằm ngồi.

11- Nói chuyện về các vòng hoa.

12- Nói chuyện về các vật thơm.

13- Nói chuyện về bà con thân quyến.

14- Nói chuyện về các xe cộ.

15- Nói chuyện về xóm làng.

16- Nói chuyện về các tỉnh thành.

- 17- Nói chuyện về các thành phố.
- 18- Nói chuyện về các vùng quê.
- 19- Nói chuyện về đàn bà.
- 20- Nói chuyện về đàn ông.
- 21- Nói chuyện về sự can đảm.
- 22- Nói chuyện về các con đường.
- 23- Nói chuyện về các bến nước.
- 24- Nói chuyện về thân quyến đã quá vãng.
- 25- Nói chuyện về đâu đâu.
- 26- Nói chuyện về ai tạo ra cõi-giới này.
- 27- Nói chuyện về đại dương.
- 28- Nói chuyện về sự phát triển và sự suy đồi.
- 29- Nói chuyện về rừng rú.
- 30- Nói chuyện về núi non.
- 31- Nói chuyện về dòng sông.
- 32- Nói chuyện về hòn đảo...

Đó là 32 lời nói bất lợi đối với hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiên-định* hoặc *pháp-hành thiên-tuệ*, bởi vì lời nói này không hỗ trợ cho *pháp-hành-thiên* phát triển được, mà ngược lại chỉ làm trở ngại cho sự chứng đắc các bậc thiên, Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn mà thôi.

Do đó, hành-giả nên tránh xa những lời nói bất lợi.

* ***Bhassa sappāya***: Lời nói thuận lợi đó là lời nói liên quan đến *kathāvatthu*, có 10 lời nói gọi là *lời nói thuận lợi*. Những lời nói này hỗ trợ cho sự chứng đắc các bậc thiên, Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.

Kathāvatthu có 10 lời nói là:

- 1- Nói chuyện về sự ít ham muốn.
- 2- Nói chuyện về sự hài lòng vật gì đã có, biết tri túc.
- 3- Nói chuyện về thân, khẩu, ý thanh-tịnh.
- 4- Nói chuyện không liên quan với ngũ-dục.

- 5- Nói chuyện về sự tinh-tấn không ngừng.
- 6- Nói chuyện về giới.
- 7- Nói chuyện về định.
- 8- Nói chuyện về tuệ.
- 9- Nói chuyện về A-ra-hán Thánh-quả.
- 10- Nói chuyện về trí-tuệ quán-triệt A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn.

Đó là 10 lời nói thuận lợi đối với hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiên-định* hoặc *pháp-hành thiên-tuệ*, bởi vì lời nói này hỗ trợ cho *pháp-hành-thiền* được phát triển, hỗ trợ cho sự chứng đắc các *bậc thiền*, *Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *Niết-bàn*.

Tuy 10 lời nói này gọi là *lời nói thuận lợi*, nhưng hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiên-định* hoặc *pháp-hành thiên-tuệ* thì chỉ nên nói khi cần thiết mà thôi, không nên nói nhiều.

- 4- *Puggala asappāya*: Con người bất lợi.
Puggala sappāya: Con người thuận lợi.

* ***Puggala asappāya***: Con người bất lợi là người mà hành-giả đang thực hành *pháp-hành-thiền* không nên tiếp xúc, nói chuyện; có 2 hạng người là:

- 1- Người thích trang điểm thân hình.
- 2- Người thích nói chuyện *tiracchānakathā*, có 32 lời.

Hai hạng người này chỉ làm cho hành-giả phóng-tâm, không an trụ trong đối-tượng thiên-định được, nên gọi là con người bất lợi đối với hành-giả thực hành *pháp-hành thiên-định* hoặc *pháp-hành thiên-tuệ*.

* ***Puggala sappāya***: Con người thuận lợi là người mà hành-giả thực hành *pháp-hành thiên-định* hoặc *pháp-hành thiên-tuệ* nên thân cận gần gũi, để làm tăng thêm đức-tin trong *pháp-hành-thiền* của hành-giả; có 2 hạng người là:

1- Người không nói chuyện *tiracchānakathā* mà chỉ nói lời động viên khuyến khích làm tăng đức-tin.

2- Người có giới, định, tuệ đầy đủ, khuyến dạy rõ ràng.

Hai hạng người này hỗ trợ cho hành-giả tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi pháp-hành-thiền, làm cho tâm an trụ trong đối-tượng thiền-định được, nên gọi là con người thuận lợi đối với hành-giả thực hành pháp-hành-thiền.

5- *Bhojana asappāya*: Món ăn bất lợi.

Bhojana sappāya: Món ăn thuận lợi.

* ***Bhojana asappāya***: Món ăn bất lợi là món ăn mà hành-giả đang thực hành pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ dùng vào không có thích hợp, nên làm cho thân thể cảm thấy khó chịu, có ảnh hưởng đến tâm hành-giả không được an-lạc.

Đó là món ăn bất lợi mà hành-giả không nên dùng.

* ***Bhojana sappāya***: Món ăn thuận lợi là món ăn mà hành-giả đang thực hành pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ dùng vào được thích hợp, nên làm cho thân thể cảm thấy dễ chịu, khỏe mạnh, có ảnh hưởng đến tâm hành-giả được an-lạc.

Đó là thức ăn thuận lợi mà hành-giả nên dùng.

6- *Utu asappāya*: Thời tiết bất lợi.

Utu sappāya: Thời tiết thuận lợi.

* ***Utu asappāya***: Thời tiết bất lợi là thời tiết quá nóng, hoặc quá lạnh làm cho thân thể của hành-giả đang thực hành pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ khó chịu đựng nổi, khiến cho tâm của hành-giả không được an-lạc.

Đó là thời tiết bất lợi đối với hành-giả thực hành pháp-hành-thiền.

* **Utu sappāya**: *Thời tiết thuận lợi* là thời tiết không nóng quá cũng không lạnh quá làm cho thân thể của hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-tuệ* dễ chịu đựng, khiến cho tâm của hành-giả được an-lạc.

Đó là *thời tiết thuận lợi* đối với hành-giả thực hành *pháp-hành-thiền*.

7- *Iriyāpatha asappāya*: *Tứ oai-nghi bất lợi*.

Iriyāpatha sappāya: *Tứ oai-nghi thuận lợi*.

* **Iriyāpatha asappāya**: *Tứ oai-nghi bất lợi* là 4 oai-nghi đi, đứng, ngồi, nằm mà hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-tuệ*, khi sử dụng oai-nghi nào mà hành-giả cảm thấy thân tâm không được an-lạc thì oai-nghi ấy gọi là oai-nghi bất lợi đối với hành-giả.

* **Iriyāpatha sappāya**: *Tứ oai-nghi thuận lợi* là 4 oai-nghi đi, đứng, ngồi, nằm mà hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiền-định* hoặc *pháp-hành thiền-tuệ*, khi sử dụng oai-nghi nào mà hành-giả cảm thấy thân tâm được an-lạc thì oai-nghi ấy gọi là oai-nghi thuận lợi đối với hành-giả.

Hành-giả đang thực hành *pháp-hành thiền-định* có đối-tượng *paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasīṇa)* đã phát sinh rõ ở trong tâm, dù hành-giả đã tránh xa 7 điều bất lợi trong việc thực hành *pháp-hành thiền-định*, và có đầy đủ 7 điều thuận lợi trong việc thực hành *pháp-hành thiền-định*, nhưng vẫn chưa chứng đắc *đề-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Vậy, hành-giả cần phải thực hành 10 pháp *Appanā-kosala*: *sự hiểu biết trong appanā chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, các bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Appanākosala có 10 pháp

1- Hành-giả nên làm vệ sinh thân thể, y phục cho sạch sẽ, quét dọn chỗ ở, đồ dùng sạch sẽ, rồi sắp xếp gọn gàng dễ nhìn.

2- Hành-giả nên thực hành đồng đều giữa 4 pháp-chủ là: **tín pháp-chủ** với **tuệ pháp-chủ** đồng đều nhau, và **tán pháp-chủ** với **định pháp-chủ** đồng đều nhau, còn **niệm pháp-chủ** có năng lực hơn 4 pháp-chủ kia, để giữ gìn thiện-tâm phát triển.

3- Hành-giả có trí-tuệ hiểu biết cách giữ gìn các nimitta thiền-định.

4- Khi nào hành-giả biết tâm buồn chán thực hành pháp-hành thiền-định thì khi ấy hành-giả nên nâng đỡ 3 pháp giác-chi: pháp phân-tích giác-chi, pháp tinh-tán giác-chi, pháp hỷ giác-chi được phát triển, để tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định.

5- Khi nào hành-giả biết phóng-tâm chuyệן này chuyệן kia thì khi ấy hành-giả nên nâng đỡ 3 pháp giác-chi: pháp an-tịnh giác-chi, pháp định giác-chi, pháp xả giác-chi được phát triển, để tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định.

6- Khi nào hành-giả biết chán nản, biếng nhác thực hành pháp-hành thiền-định thì khi ấy hành-giả nên suy xét đến 8 pháp-động-tâm (saṃvegavatthu) sinh, lão, bệnh, tử, khổ trong cõi 4 ác-giới, khổ tử sinh luân-hồi trong kiếp quá-khứ, trong kiếp vị-lai, khổ trong kiếp hiện-tại; và nên niệm tưởng đến 9 ân-Đức-Phật, 6 ân-Đức-Pháp, 9 ân-Đức-Tăng, để phát sinh đức-tin trong pháp-hành thiền-định, tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định.

7- Khi nào hành-giả biết tâm ở trong trạng-thái ổn định, không buồn-chán, không phóng-tâm, không chán-

nản, thì khi ấy hành-giả không nên nâng tâm, không nên chế ngự tâm, mà chỉ nên giữ gìn đại-thiện-tâm dõi theo biết đề-mục thiền-định ấy mà thôi.

8- *Hành-giả tránh xa người không có định-tâm, hành động không nghiêm túc.*

9- *Hành-giả nên gần gũi thân cận với người có định-tâm vững chắc, có thân, khẩu, ý thanh-tịnh.*

10- *Hành-giả cố gắng tinh-tấn không ngừng, chỉ hướng tâm đến đối-tượng paṭibhāganimitta ấy, để chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm mà thôi.*

Đó là 10 pháp hiểu biết để chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Khai triển đối-tượng Paṭibhāganimitta

Hành-giả giữ gìn đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* vững chắc, rồi từ đó, nên khai triển đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* này lớn dần từ 1 lòng tay, 2 lòng tay, 3 lòng tay, ..., 1 gang, 2 gang, 3 gang, ..., 1 cùi, 2 cùi, 3 cùi, ... dần dần lớn rộng ra chỗ ở, xóm làng, trong nước, v.v... để cho định-tâm tăng trưởng có nhiều năng lực.

Dù đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* được khai triển rộng lớn như vậy, tâm vẫn còn *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có định-tâm là *upacārasamādhī*: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành như vậy cho đến khi tiến triển đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, có **định-tâm** là *appanāsamādhī*: an-định vững chắc trong đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta*, chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm đầu tiên** (*paṭhamajjhānakusalacitta*).

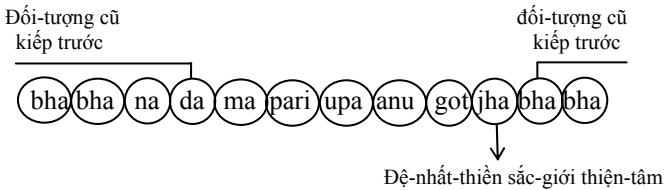
Paṭhamajjhānakusalacitta đầu tiên phát sinh

Khi hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-nhật-thiền hình tròn đất* (*pathavīkasina*) tiến triển theo tuần tự như trên đến giai đoạn chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* (*rūpāvacarapaṭhamajjhānakusalacitta*) có *đối-tượng pathavīpatibhāganimitta* phát sinh, có 5 *chi-thiền* trong *sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên* gọi là (*ādikammikajjhānavīthicitta*).

Ādikammikajjhānavīthicitta: Sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên

Đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên phát sinh có các loại tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

Đồ biểu đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên



Đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên

- 1- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm trước viết tắt (*bha*)
- 2- *Bhavaṅgacalana*: Hộ-kiếp-tâm rung động vt (*na*)
- 3- *Bhavaṅgupaccheda*: Hộ-kiếp-tâm bị cắt đứt vt (*da*)
- 4- *Manodvāravajjanacitta*: Ý-môn hướng-tâm vt (*ma*)
- 5- *Parikamma*: Tâm-chuẩn-bị đệ-nhất-thiền vt (*pari*)
- 6- *Upacāra*: Tâm-cận đệ-nhất-thiền vt (*upa*)
- 7- *Anuloma*: Tâm-thuận theo đệ-nhất-thiền vt (*anu*)
- 8- *Gotrabhu*: Tâm chuyển cõi-giới vt (*got*)
- 9- *Paṭhamajjhānakusalacitta*: Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm đầu tiên vt (*jha*)
- 10- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm sau vt (*bha*)

Chấm dứt đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiền-tâm đầu tiên.

Giải thích:

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasina)* tiến triển theo tuần tự cho đến giai đoạn chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm đầu tiên* có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* trong *đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm đầu tiên* phát sinh, có các loại tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

* *Bhavaṅgacitta*: *Hộ-kiếp-tâm trước sinh rồi diệt.*

* *Bhavaṅgalana*: *Hộ-kiếp-tâm rung động sinh, diệt.*

* *Bhavaṅgupaccheda*: *Hộ-kiếp-tâm bị cắt đứt sinh, diệt.*

* *Manodvāravajjanacitta*: *Ý-môn-hướng-tâm 1 sát-na tâm có đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta sinh rồi diệt.*

* *Javanacitta*: *Tác-hành-tâm là dục-giới đại-thiền-tâm hợp với trí-tuệ làm phận sự tác-hành-tâm phát sinh liên tục có 5 hoặc 4 sát-na-tâm đầu là:*

1- *Sát-na-tâm thứ nhất gọi là parikamma⁽¹⁾*: *Tâm-chuẩn-bị cho đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta giống như ý-môn-hướng-tâm, sinh rồi diệt, làm duyên cho sát-na-tâm tiếp theo.*

2- *Sát-na-tâm thứ nhì gọi là upacāra*: *Tâm-cận đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm, có đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta giống như ý-môn-hướng-tâm, sinh rồi diệt, làm duyên cho sát-na-tâm tiếp theo.*

3- *Sát-na-tâm thứ ba gọi là anuloma*: *Tâm-thuận-theo đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta giống như ý-môn-hướng-*

¹ * Đối với hành-giả thuộc về mandapuggala có trí-tuệ chậm, có 4 sát-na-tâm này.

* Đối với hành-giả thuộc về hạng tikkhapuggala có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy, chỉ có 3 sát-na-tâm mà thôi, không có sát-na-tâm parikamma.

tâm, sinh rồi diệt, làm duyên cho *sát-na-tâm* tiếp theo.

4- *Sát-na-tâm* thứ 4 gọi là **gotrabhu**: *Tâm-chuyển* từ *đục-giới đại-thiện-tâm* chuyển lên *sắc-giới thiện-tâm* phát sinh 1 *sát-na-tâm* có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* giống như *ý-môn-hương-tâm*, sinh rồi diệt, làm duyên cho *sát-na-tâm* tiếp theo (4 *sát-na-tâm* này thuộc về *tâm upacārabhāvanā*, có *định-tâm* là *upacārasamādhī*: *cận-định-tâm* trong *đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm* đầu tiên sinh rồi diệt).

5- *Sát-na-tâm* thứ 5 gọi là **jhānacitta** đó là *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* (*rūpāvacaraṭṭhamajjhānakusalacitta*) phát sinh chỉ có 1 *sát-na-tâm* mà thôi, có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* với *appanābhāvanā* có *định-tâm* là *appanāsamādhī* (*an-định-tâm*) trong *đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm* đầu tiên sinh rồi diệt, làm duyên cho *sát-na-tâm* tiếp theo.

* *Bhavaṅgacitta*: *Hộ-kiếp-tâm* sau chấm dứt *đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm* đầu tiên.

Như vậy, trong *đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm* đầu tiên với *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* có 2 loại *tâm* như sau:

1- *Đục-giới đại-thiện-tâm* hợp với *trí-tuệ* làm phận sự *tác-hành-tâm* có 4 *sát-na-tâm* là *parikamma*, *upacāra*, *anuloma*, *gotrabhu*.

2- *Sắc-giới thiện-tâm* đó là *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* đầu tiên phát sinh chỉ có 1 *sát-na-tâm* mà thôi.

Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm có 5 *chi-thiền*.

* **Năm chi-thiền (Jhānaṅga)**

1- *Vitakka*: *Chi-thiền hướng-tâm* đó là *hướng-tâm tâm-sở*, hướng đến *đề-mục thiền-định* duy nhất làm *đối-tượng*.

2- **Vicāra**: Chi-thiền **quan-sát** đó là quan-sát tâm-sở, quan sát trong đối-tượng đề-mục thiên-định ấy.

3- **Pīti**: Chi-thiền **hỷ** đó là hỷ tâm-sở, hoan-hỷ trong đối-tượng đề-mục thiên-định ấy.

4- **Sukha**: Chi-thiền **lạc** đó là thọ-lạc tâm-sở, an-lạc trong đối-tượng đề-mục thiên-định ấy.

5- **Ekaggatā**: Chi-thiền **nhất-tâm** đó là nhất-tâm tâm-sở, định-tâm an trú vững chắc trong đối-tượng đề-mục thiên-định ấy.

Năm chi-thiền đó là 5 tâm-sở đồng sinh với đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

5 pháp-chương-ngại (Nīvaraṇa)

1- **Kāmacchanda**: Tham-dục chương-ngại đó là tham tâm-sở đồng sinh với tham-tâm, tham muốn trong ngũ-dục là sắc-dục, thanh-dục, hương-dục, vị-dục, xúc-dục.

2- **Byāpāda**: Sân-hận chương-ngại đó là sân tâm-sở đồng sinh với sân-tâm làm bực bội khó chịu nóng nảy trong tâm.

3- **Thīna-middha**: Buồn-chán và buồn-ngủ chương-ngại đó là buồn-chán tâm-sở làm cho tâm thoái chí buông bỏ đối-tượng đề-mục thiên-định, và buồn ngủ tâm-sở làm tâm buồn ngủ không muốn thực hành pháp-hành thiên-định.

4- **Uddhacca-kukkucca**: Phóng-tâm và hối-hận chương-ngại đó là phóng-tâm tâm-sở nghĩ các chuyện khác, không định tâm trong đề-mục thiên-định, và hối-hận tâm-sở là hối hận ác-nghiệp đã làm, còn thiện-nghiệp không làm.

5- **Vicikicchā**: Hoài-nghi chương-ngại đó là hoài-nghi tâm-sở, là không có đức-tin vững chắc nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo;

không tin nghiệp và quả của nghiệp, nhất là hoài-nghi trong pháp-hành thiền-định.

5 chi-thiền chế ngự 5 pháp-chướng-ngại

* *Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm có 5 chi-thiền có khả năng chế ngự được 5 pháp-chướng-ngại (nīvaraṇa) không phát sinh được. Mỗi chi-thiền có khả năng chế ngự được mỗi pháp-chướng-ngại như sau:*

- 1- *Vitakka*: *Hướng-tâm chế ngự được thīna-middha: buồn-chán - buồn-ngủ.*
- 2- *Vicāra*: *Quan-sát chế ngự được vicikicchā: hoài-nghi.*
- 3- *Pīti*: *Hỷ chế ngự được byāpāda: sân-hận.*
- 4- *Sukha*: *Lạc chế ngự được uddhacca-kukkucca: phóng-tâm - hối-hận.*
- 5- *Ekaggatā*: *Nhất-tâm chế ngự được kāmacchanda: tham-dục*

Sau khi *đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm đầu tiên* chấm dứt, liền tiếp theo các *lộ-trình-tâm paccavekkhana-vīthicitta* quán-triệt 5 chi-thiền phát sinh, mỗi *lộ-trình-tâm quán-triệt* mỗi chi-thiền.

Hành-giả tự biết chứng đắc bậc thiền

Sau khi đã trải qua *đệ-nhất-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên (ādikammikajjhānavīthicitta)* và các *quán-triệt lộ-trình-tâm (paccavekkhanavīthicitta)* quán-triệt các chi-thiền, cho nên hành-giả tự biết mình đã chứng đắc bậc thiền ấy rồi, bởi vì *parikamma*: *tâm chuẩn-bị cho bậc thiền ấy*, *upacāra*: *tâm-cận bậc thiền ấy*, *anuloma*: *tâm thuận-theo bậc thiền ấy*, *gotrabhu*: *tâm-chuyển từ dục-giới đại-thiện-tâm lên sắc-giới thiện-tâm ấy (hoặc từ sắc-giới thiện-tâm bậc thấp lên sắc-giới thiện-tâm bậc cao, hoặc từ vô-sắc-giới thiện-tâm bậc thấp*

lên vô-sắc-giới thiền-tâm bậc cao), thuộc về *duc-giới tác-hành-tâm* có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta*.

Và *paṭhamajjhānakusalacitta*: *Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* thuộc về *appanājavanacitta*: *sắc-giới tác-hành-tâm* cũng có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta*.

Tuy 2 loại *tác-hành-tâm (javanacitta)* là *kāmajavanacitta* và *appanājavanacitta* đều có *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* giống nhau, nhưng năng lực của mỗi *tác-hành-tâm* khác nhau:

* *Kāmajavanacitta*: *Dục-giới tác-hành-tâm* phát sinh còn do năng lực của *kāmatanḥā*: *tham-ái trong cõi dục-giới*.

* *Appanājavanacitta* đó là *paṭhamajjhānakusalacitta* *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 5 chi-thiền, tuy chỉ 1 sát-na-tâm nhưng có năng lực đặc biệt chế ngự được *kāmatanḥā*: *tham-ái trong cõi dục-giới*.

Do nhờ năng lực đặc biệt này, cho nên hành-giả tự biết mình đã chứng đắc được *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Sắc-giới thiền-nghiệp

Tác-ý (cetanā cetasika) đồng sinh với *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* (không có *kāmatanḥā*) là ***sắc-giới thiền-nghiệp*** thuộc về *trọng-yếu thiền-nghiệp (garukakusalakamma)* chắc chắn cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi trời sắc-giới. Cho nên, *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* này có tên là *rūpāvacarakusalacitta*: *sắc-giới thiện-tâm*.

Thực tập đệ-nhất-thiền sắc-giới để có năng lực

Sau khi đã chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm đầu tiên*, hành-giả cần phải tiếp tục thực tập *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* ấy cho *định-tâm* có nhiều năng lực vững chắc, để làm nền tảng thực hành 5 pháp ***vasībhāva***: *khả năng thuần-thục*.

Các thiền bậc cao như *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* đều phải nương nhờ 5 pháp *vasībhāva* (khả năng thuần-thục) làm nền tảng.

Đề thực tập 5 pháp *vasībhāva*, trước tiên, hành-giả cần phải hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* có *parikkammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với đại-thiện-tâm niệm thầm rằng:

“*Pathavī, ... Pathavī, ... Pathavī, ...*” cho đến khi lộ trình *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* phát sinh.

Mỗi lộ-trình *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* sinh rồi diệt, hành-giả không nên quán-triệt 5 *chi-thiền*, mà chỉ nên hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta*, cho lộ-trình *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* sinh rồi diệt liên tục, để cho *định-tâm* có nhiều năng lực vững chắc mà thôi.

Sau đó, hành-giả cần phải thực tập 5 pháp *vasībhāva*: khả năng thuần-thục.

Vasībhāva có 5 pháp

1- *Āvajjana vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục quán-triệt *chi-thiền* với ý-môn-hướng-tâm.

2- *Samāpajjana vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục nhập bậc thiền ấy.

3- *Adhiṭṭhāna vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền ấy.

4- *Vuṭṭhāna vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục ấn định thời gian xả bậc thiền ấy.

5- *Paccavekkhaṇa vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục quán-triệt *chi-thiền* với tác-hành-tâm.

Giải thích

1- *Hành-giả có khả năng thuần-thục quán-triệt chi-thiền với ý-môn-hướng-tâm như thế nào?*

Hành-giả nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* ấy, tiếp theo quán-triệt từng mỗi chi-thiền riêng biệt trong 5 chi-thiền ấy, với *đại-thiền tác-hành-tâm* chưa đến 7 sát-na-tâm, chỉ cần 4 hoặc 5 sát-na-tâm mà thôi, tùy theo khả năng của hành-giả thuộc hạng trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy (*tikkha*) hoặc thuộc hạng trí-tuệ chậm (*manda*).

Mỗi khi lộ-trình-tâm vừa chấm dứt, không để cho *bhavaṅgacitta* phát sinh nhiều sát-na-tâm, liền phát sinh *bhavaṅgacalana*, *bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo lộ-trình-tâm *manodvāravajjana*, *mahākusalajavana* 4 hoặc 5 *sát-na-tâm* làm phận sự.

Như vậy, gọi là *āvajjana vasībhāva*: hành-giả có khả năng thuần-thục quán-triệt chi-thiền với ý-môn-hướng-tâm.

2- *Hành-giả có khả năng thuần-thục nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy như thế nào?*

Muốn nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy lúc nào, hành-giả có khả năng thuần-thục nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy ngay tức khắc, chỉ cần hướng tâm đến *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* trong thời gian ngắn ngủi liền sau đó *bhavaṅgacalana*, *bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo lộ-trình-tâm *manodvāravajjana*, *parikamma*, *upacāra*, *anuloma*, *gotrabhu*, (hoặc *upacāra*, *anuloma*, *gotrabhu*) *jhānacitta* phát sinh liên tục.

Như vậy, gọi là *samāpajjana vasībhāva*: hành-giả có khả năng thuần-thục nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy.

3- *Hành-giả có khả năng thuần-thục nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy như thế nào?*

* Dòng lộ-trình-tâm bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy sinh rồi diệt liên tục không ngừng, gọi là *nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy*.

* Dòng lộ-trình-tâm bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy bị ngừng, rồi rơi xuống bhavaṅgacitta, gọi là *xả bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy*.

Hành-giả có khả năng thuần-thục nguyện định thời gian nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy.

Khi có ý nguyện nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy thì tức khắc nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy ngay.

Nếu cần nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy suốt 1 giờ hoặc 2 giờ, v.v... thì dòng lộ-trình-tâm của bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy sinh rồi diệt liên tục suốt thời gian ấn định.

Như vậy, gọi là *adhittāna vasībhāva: hành-giả có khả năng thuần-thục nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy*.

4- *Hành-giả có khả năng thuần-thục ấn định thời gian xả bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy như thế nào?*

Hành-giả có khả năng thuần-thục ấn định thời gian xả bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy lúc nào, đến đúng vào thời gian lúc ấy thì hành-giả có khả năng thuần-thục xả bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy ngay, không sớm không muộn.

Như vậy, gọi là *vuṭṭhāna vasībhāva: hành-giả có khả năng thuần-thục ấn định thời gian xả bậc thiền ấy*.

Sự khác nhau giữa *adhittāna vasībhāva* với *vuṭṭhāna vasībhāva* là:

* *Adhittāna vasībhāva: Hành-giả có khả năng thuần-thục nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền sắc-*

giới thiện-tâm ấy, đúng theo thời gian không trước không sau.

* *Vuṭṭhāna vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuận-thực ấn định thời gian xả bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy, đúng theo thời gian không sớm không muộn.

5- Hành-giả có khả năng thuận-thực quán-triệt chi-thiền với dục-giới tác-hành-tâm như thế nào?

Sau khi đã xả bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy, hành-giả có khả năng quán-triệt mỗi chi-thiền với đại-thiền tác-hành-tâm 4 hoặc 5 sát-na-tâm phát sinh, và khoảng cách giữa mỗi lộ-trình-tâm có 4 hoặc 5 bhavaṅgacitta sinh rồi diệt, liền phát sinh *bhavaṅgalana*, *bhavaṅgupaccheda* tiếp theo lộ-trình-tâm *manodvāravajjana*, *kāmajavana-citta* 4 hoặc 5 sát-na-tâm phát sinh.

Như vậy, gọi là *paccavekkhaṇa vasībhāva*: hành-giả có khả năng thuận-thực quán-triệt chi-thiền với đại-thiền tác-hành-tâm.

Āvajjana vasībhāva và *paccavekkhaṇa vasībhāva* có khả năng thuận-thực quán-triệt chi-thiền giống nhau trong cùng lộ-trình-tâm, nhưng gọi khác nhau theo khả năng của mỗi tâm:

- Khả năng của *manodvāravajjanacitta* gọi là *āvajjana vasībhāva*.

- Khả năng của *javanacitta* gọi là *paccavekkhaṇa vasībhāva*.

Thực hành chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm

Sau khi đã chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả muốn tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định hình tròn đất (*pathavīkasīṇa*), để chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả cần phải thực hành theo tuần tự như sau:

Hành-giả nên thực tập 5 pháp *vasībhāva*: khả năng thuần-thục đặc biệt đã trở nên thành thạo, sau đó, hành-giả nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm xong, xả đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm ấy, rồi suy xét về đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm rằng:

“Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm này có 5 chi-thiền là bậc thiền gần với 5 pháp-chướng-ngại (*nīvaraṇa*).

Trong 5 chi-thiền, chi-thiền **vitakka** có trạng-thái thô là nhân làm cho các chi-thiền khác như *vicāra*, *pīti*, *sukha*, *ekaggatā* có năng lực yếu, làm cho định-tâm không đủ vững chắc.

Dù 5 pháp-chướng-ngại (*nīvaraṇa*) đã bị chế ngự rồi, vẫn có cơ hội phát sinh trở lại, làm cho đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm đã chứng đắc rồi, sẽ dễ bị mất.

Còn đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm ấy có 4 chi-thiền: *vicāra*, *pīti*, *sukha*, *ekaggatā* có trạng-thái vi-tế, định-tâm vững chắc hơn, nên cách xa với 5 pháp-chướng-ngại.

Khi suy xét kỹ như vậy, hành-giả phát sinh tâm nhằm chán đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, không còn tham muốn trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm ấy nữa.

Từ đó, hành-giả bắt đầu hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta*, có các lộ-trình-tâm *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với đại-thiện-tâm niệm thàm rằng: “*Pathavī, ... Pathavī, ... Pathavī, ...*” với **vitakka-virāgabhāvanā**: tâm-hành nhằm chán chi-thiền *vitakka*, để mong chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Khi ấy, *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu có đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* (không phải là đối-tượng *parikammanimitta* hoặc đối-tượng *uggahanimitta*).

Khi hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* với *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu

như vậy, muốn biết tâm của hành-giả đạt đến *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần đệ-nhị-thiền sắc-giới hay chưa, hành-giả nên nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm rồi xả đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả quán-triệt 5 chi-thiền theo tuần tự.

Khi quán-triệt 5 chi-thiền như vậy, nếu thấy trạng-thái thô của chi-thiền *vitakka*, và thấy trạng-thái vi-tế của 4 chi-thiền còn lại, hành-giả biết rằng:

“Tâm-hành của hành-giả đã đạt đến *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Nếu chưa thấy trạng-thái thô của chi-thiền *vitakka*, và trạng-thái vi-tế của chi-thiền *vicāra*, v.v... thì tâm-hành của hành-giả vẫn còn *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu cách xa đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả cần phải cố gắng tinh-tấn hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* với *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu tiếp tục thực hành để đạt đến *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm

Khi hành-giả cố gắng tinh-tấn hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* với *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu thực hành đạt đến *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, tiếp tục thực hành tiến triển đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm đầu tiên trong đệ-nhị-thiền sắc-giới lộ-trình thiện-tâm có các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau: “*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāra-vajjana, parikamma* ⁽¹⁾, *upacāra, anuloma, gotrabhu*,

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự *upacāra, anuloma, gotrabhu* mà thôi.

dutiyajjhānakusalacitta (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, chấm dứt *đệ-nhị-thiền sắc-giới lộ-trình-thiền-tâm đầu tiên*.

Đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm có 4 chi-thiền là *vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt* (*paccavekkhaṇa-vīthiccita*) mỗi chi-thiền là *vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

Hành-giả đã chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm.

Sau khi chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm*, để cho *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm* có nhiều năng lực, hành-giả cần phải thực tập tương tự như *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm*.

Đệ-tam-thiền, đệ-tứ-thiền, đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiền-tâm

Sau khi đã chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm* với *đề-mục thiền-định hình tròn đất* (*pathavīkaṣiṇa*), hành-giả tiếp tục thực hành để chứng đắc các bậc thiền cao như *đệ-tam-thiền sắc-giới thiền-tâm, đệ-tứ-thiền sắc-giới thiền-tâm, đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiền-tâm* theo tuần tự từ bậc thiền thấp đến bậc thiền cao.

Phương pháp thực hành phần đầu cũng giống như hành-giả đã chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm* thực hành để chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm*, nhưng phần sau, mỗi bậc thiền cao có khác nhau về phần suy xét thấy trạng-thái thô của chi-thiền trước, thấy trạng-thái vi-tế của chi-thiền sau như sau:

Chứng đắc đệ-tam-thiền sắc-giới thiền-tâm

Sau khi hành-giả đã chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm* có 4 chi-thiền là *vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*, rồi tiếp tục thực hành để chứng đắc *đệ-tam-thiền sắc-giới thiền-tâm*, hành-giả nhập *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm* rồi xả *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm*, suy xét

thấy rõ *trạng-thái thô của chi-thiền vicāra*, và thấy rõ *trạng-thái vi-tế của 3 chi-thiền pīti, sukha, ekaggatā*.

Hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* thực hành theo tuần tự 3 loại *bhāvanā*: *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với ***vicāravirāga-bhāvanā***: tâm-hành nhằm chán ***chi-thiền vicāra***, đạt đến *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi tiếp tục thực hành tiến triển đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc ***đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm đầu tiên*** trong *đệ-tam-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm* có các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

Bhavaṅgacitta, bhavaṅgalana, bhavaṅgupaccheda, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma* ⁽¹⁾, *upacāra, anuloma, gotrabhu, tatiyajjhānakusalacitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, chấm dứt *đệ-tam-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên*.

Đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm có 3 chi-thiền là ***pīti, sukha, ekaggatā***.

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt (paccavekkhaṇavīthicitta)* mỗi chi-thiền là *pīti, sukha, ekaggatā*.

Hành-giả đã **chứng đắc đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm**.

Chứng đắc đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm

Sau khi hành-giả đã chứng đắc *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 3 chi-thiền là *pīti, sukha, ekaggatā*, rồi tiếp tục thực hành để chứng đắc *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả nhập *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm* rồi xả *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, suy xét thấy rõ *trạng-thái thô của chi-thiền pīti*, và thấy rõ *trạng-thái vi-tế của 2 chi-thiền sukha, ekaggatā*.

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

Hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāga-nimitta* thực hành theo tuần tự 3 loại *bhāvanā*: *parikammabhāvanā* (tâm-hành ban đầu) với ***pīṭivirāga-bhāvanā***: tâm-hành nhằm chán ***chi-thiền pīṭi***, đạt đến *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần ***đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm***, rồi tiếp tục thực hành tiến triển đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc ***đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm đầu tiên*** trong ***đệ-tứ-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm*** có các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma* ⁽¹⁾, *upacāra, anuloma, gotrabhu, catutthajjhānakusalacitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, chấm dứt ***đệ-tứ-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên***.

Đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm có 2 chi-thiền là ***sukha, ekaggatā***.

Tiếp theo các ***lộ-trình-tâm quán-triệt*** (*paccavekkhana-vīthicitta*) mỗi chi-thiền là ***sukha, ekaggatā***.

Hành-giả đã ***chứng đắc đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm***.

Chứng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm

Sau khi hành-giả đã chứng đắc ***đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm***, có 2 chi-thiền là ***sukha*** và ***ekaggatā***, rồi tiếp tục thực hành để chứng đắc ***đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm***, hành-giả nhập ***đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm*** rồi xả ***đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm***, suy xét thấy rõ ***trạng-thái thô của chi-thiền sukha*** và thấy rõ ***trạng-thái vi-tế của 2 chi-thiềnupekkhā và ekaggatā***.

Hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāga-nimitta* thực hành theo tuần tự 3 loại *bhāvanā*:

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

parikammabhāvanā (tâm-hành ban đầu) với **sukhavirāgabhāvanā**: tâm-hành nhằm chán **chi-thiền sukha**, đạt đến *upacārabhāvanā*: tâm-hành gần **đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm**, rồi tiếp tục thực hành tiến triển đến *appanā-bhāvanā*: tâm-hành chứng đắc **đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm đầu tiên** trong **đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm** có các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma* ⁽¹⁾, *upacāra, anuloma, gotrabhu, pañcamajjhānakusalacitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, chấm dứt **đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm đầu tiên**.

Đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm có 2 chi-thiền là ***upekkhā, ekaggatā***.

Tiếp theo các **lộ-trình-tâm quán-triệt** (*paccavekkhaṇa-vīthicitta*) mỗi chi-thiền là ***upekkhā, ekaggatā***.

Hành-giả đã chứng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm.

* 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

Đối với hành-giả thuộc hạng ***mandapuggala*** (hành-giả có trí-tuệ chậm) thực hành pháp-hành thiền-định có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm theo tuần tự như sau:

1- **Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** có 5 chi-thiền là *vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā* do chế ngự được 5 pháp-chướng-ngại (*nīvaraṇa*): *kāmacchanda, byāpāda, tīna-middha, uddhacca-kukkucca, vicikicchā*.

2- **Đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm** có 4 chi-thiền là

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

vicāra, pīti, sukha, ekaggatā, do chế ngự được *chi-thiền vitakka*.

3- *Đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 3 *chi-thiền* là *pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được *chi-thiền vicāra*.

4- *Đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *sukha, ekaggatā*, do chế ngự được *chi-thiền pīti*.

5- *Đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *upekkhā, ekaggatā*, do thay thế *chi-thiền sukha* bằng *upekkhā*.

* 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

Đối với hành-giả thuộc hạng *tikkhapuggala* (hành-giả có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy) có khả năng suy xét thấy rõ trạng-thái thô của *chi-thiền vitakka* và *chi-thiền vicāra* cùng một lúc, nên *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 3 *chi thiền* là *pīti, sukha, ekaggatā*.

Cho nên, hành-giả thuộc hạng *tikkhapuggala* chỉ có 4 bậc thiền sắc-giới theo tuần tự như sau:

1- *Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 5 *chi-thiền*: *vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được 5 *pháp-chướng-ngại (nīvaraṇa)*: *kāmacchanda, byāpāda, thīna-middha, uddhacca-kukkucca, vicikicchā*.

2- *Đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 3 *chi-thiền*: *pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được 2 *chi-thiền vitakka, vicāra* cùng một lúc.

3- *Đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền*: *sukha, ekaggatā*, do chế ngự được *chi-thiền pīti*.

4- *Đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền*: *upekkhā, ekaggatā*, do thay thế *chi-thiền sukha* bằng *chi-thiền upekkhā*.

1.2- Đề-mục thiền-định nước (Āpokasīṇa)

Āpokasīṇa = Āpo + kasīṇa

Āpo: *Nước*, dùng làm *đề-mục thiền-định nước (āpo-kasīṇa)* không phải là *thật-tánh của nước (sabhāva āpo)* có trạng-thái chảy hoặc đông đặc thuộc về *chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*, mà chỉ là *nước bình thường tự nhiên (sasambhāra āpo)* thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)* mà thôi.

Kasīṇa: Toàn thể nước, toàn vẹn nước của *đề-mục thiền-định*, nghĩa là hành-giả hướng tâm đến trọn vẹn *đề-mục thiền-định nước*, không thiếu một phần nào.

Āpokasīṇa là *đề-mục thiền-định nước* trọn vẹn mà hành-giả dùng làm *đề-mục của pháp-hành thiền-định* có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định nước*, hành-giả không nên biết đến *thật-tánh của thủy-đại (sabhāva āpo)* có *trạng-thái chảy hoặc đông đặc* thuộc về *chân-nghĩa-pháp*, cũng không nên quan tâm đến màu sắc của *đề-mục thiền-định nước*, mà hành-giả chỉ nên hướng tâm đến *toàn diện trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định nước* là *nước bình thường (sasambhāra āpo)* thuộc về *ché-định-pháp* mà thôi.

Tiền-kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định nước* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *nước bình thường tự nhiên (sasambhāra āpo)* như *nước sông* hoặc *nước hồ*, v.v... một loại nước nào

đó thuộc về *ché-định-pháp*, làm *đề-mục thiền-định nước* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javana)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng: “*Āpo, ... Āpo, ... Āpo, ... hoặc Nước, ... Nước, ... Nước, ...*”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là ***parikammasamādhi***: *sơ-định trong đề-mục thiền-định nước là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định nước phát sinh rõ ở trong tâm.*

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiền-định nước* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định nước* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định nước* phát sinh rõ ở trong tâm với ***upacārabhāvanā***: *tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có upacārasamādhi: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng āpopaṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định nước* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới trong sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhi: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Sau khi chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định nước* ấy, bắt đầu hướng tâm đến *đối-*

tượng *āpotaṭibhāganimitta* là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định nước ấy với tâm-hành tiên triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-thiện-tâm, chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: an-định trong đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định nước (*āpokasīṇa*) ấy như vậy, theo tuần tự chứng đắc đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với đề-mục thiền-định nước trong tiên-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm đề-mục thiền-định nước như sau:

Cách làm đề-mục thiền-định nước (Āpokasīṇa)

Hành-giả nên dùng nước thật trong sạch không có màu gì lẫn lộn, như hứng nước mưa từ trên hư không rơi xuống đổ vào trong bát hoặc trong đồ đựng nước đầy ngang miệng, có đường kính 1 gang và 4 ngón tay nằm ngang hoặc 30 phân, làm đề-mục thiền-định nước.

Sau khi đã làm đề-mục thiền-định nước xong, hành-giả cần phải tìm một nơi thanh vắng, thuận lợi cho việc thực hành pháp-hành thiền-định. Hành-giả ngồi một nơi thích hợp đặt đề-mục thiền-định nước không xa cũng không gần, có thể hướng tâm đến đề-mục thiền-định nước, không quan tâm đến thật-tánh của thủy-đại (*sabhāva āpo*) có trạng-thái chảy hoặc đông đặc của nước thuộc về *chân-nghĩa-pháp*, mà hành-giả chỉ hướng tâm đến nước thật trong sạch bình thường (*sasambhāra āpo*).

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định*, với đề-mục

thiền-định nước gọi là **đối-tượng parikammanimitta** là **đề-mục thiền-định ban đầu** với **parikammabhāvanā**: tâm-hành ban đầu trong **dục-giới lộ-trình-tâm** có **tác-hành-tâm (javanacitta)** đó là **dục-giới đại-thiện-tâm** niệm thàm trong tâm rằng: “*Āpo, ... Āpo, ... Āpo, ... hoặc Nước, ... Nước, ... Nước, ...*” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến **toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định nước** ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại **đối-tượng uggahanimitta**: **thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định nước** phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỏi mắt thì nhắm mắt niệm thàm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thàm “*Āpo, ... Nước, ...*” như vậy, cho đến khi **đối-tượng parikammanimitta** là **đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu** tiến triển dần dần trở thành **đối-tượng uggahanimitta** là **đối-tượng thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định nước** phát sinh rõ ở trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** gọi là **parikammasamādhī**: **sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định** còn cách xa bậc **thiền sắc-giới thiện-tâm (mahaggatajjhāna)**.

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi **đối-tượng uggahanimitta** là **thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định nước** đã phát sinh rõ ở trong tâm, thì hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến **đề-mục thiền-định nước** bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn **đối-tượng uggahanimitta** là **thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định nước** bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiên-định nước* ấy dần dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định nước* phát sinh rõ ở trong tâm của hành-giả.

Sự khác nhau của uggahanimitta với paṭibhāganimitta

Cả 2 *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta của đề-mục thiên-định nước* đều phát sinh rõ ở trong tâm, theo ý-môn-lộ-trình-tâm, chỉ có khác nhau như sau:

Đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng thô-ảnh-trong-tự như *đối-tượng parikammanimitta của đề-mục thiên-định nước ban đầu*. Còn *đối-tượng paṭibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định nước trong suốt như viên ngọc cao quý*.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định nước*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng āpopaṭibhāganimitta của đề-mục thiên-định nước* ấy.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục-thiên-định nước*, để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành *đề-mục thiên-định hình tròn đất* đã trình bày ở phần trước.

1.3- Đề-mục thiên-định lửa (Tejokasiṇa)

Tejokasiṇa = Tejo + kasiṇa

Tejo: Lửa, dùng làm *đề-mục thiên-định lửa (tejokasiṇa)* không phải là *thật-tánh của lửa (sabhāvatejo)* có trạng-thái nóng hoặc lạnh thuộc về *chân-nghiã-pháp*

(*paramatthadhamma*), mà chỉ là *lửa bình thường tự nhiên* (*sasambhāratejo*) thuộc về *ché-định-pháp* mà thôi.

Kasiṇa: Toàn thể lửa, toàn vẹn lửa của *đề-mục thiền-định*, nghĩa là hành-giả hướng tâm đến trọn vẹn *đề-mục thiền-định* lửa, không thiếu một phần nào.

Tejokasiṇa là *đề-mục thiền-định* lửa trọn vẹn mà hành-giả dùng làm *đề-mục* của pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định* lửa, hành-giả không nên biết đến *thật-tánh của hỏa-đại* (*sabhāvatejo*) có *trạng-thái nóng hoặc lạnh* thuộc về *chân-nghĩa-pháp*, cũng không nên quan tâm đến màu sắc của *đề-mục thiền-định* lửa mà hành-giả chỉ nên hướng tâm đến *toàn diện trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định* lửa là *lửa bình thường* (*sasambhāratejo*) thuộc về *ché-định-pháp* mà thôi.

Tiền-kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định* lửa trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *lửa bình thường tự nhiên* như *lửa ngọn đèn*, hoặc *lửa trong lò*, hoặc *lửa cháy rừng*, v.v... một loại lửa nào đó, thuộc về *ché-định-pháp* làm *đề-mục thiền-định* lửa gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm* (*javanacitta*) đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thàm trong tâm rằng:

“Tejo, ... Tejo, ... Tejo, ... hoặc Lửa, ... Lửa, ... Lửa, ...”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī:** *sơ-định* trong *đề-mục thiền-định*

lửa là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định lửa phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* ấy đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiền-định lửa* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định lửa* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định lửa* phát sinh rõ ở trong tâm với ***upacārabhāvanā***: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới, thiện-tâm có ***upacārasamādhī***: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng tejopaṭibhāganimitta: đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định lửa* ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, có ***appanāsamādhī***: an-định trong *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Sau khi chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định lửa (tejokasīṇa)* ấy, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng tejopaṭibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định lửa* ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm*, có ***appanāsamādhī***: an-định trong *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định lửa (tejokasīṇa)* ấy như vậy, theo tuần

tự chứng đắc từ *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* một cách thuận lợi đối với hành-giả.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiên-định lửa* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiên-định lửa* như sau:

Cách làm *đề-mục thiên-định lửa* (Tejokasīṇa)

* Dùng lửa làm *đề-mục thiên-định lửa* (tejokasīṇa), hành-giả nên lấy củi khô chắc, chặt ra từng đoạn, rồi chọn một nơi thích hợp, đốt lửa lên tại một nơi thích hợp, dựng phía trước một tấm ván mỏng, khoét một lỗ có đường kính 1 gang và 4 ngón tay nằm ngang hoặc 30 phân, làm *đề-mục thiên-định lửa*.

Hành-giả ngồi trước *đề-mục thiên-định lửa* ngang tầm mắt, không cao, không thấp, cách chỗ ngồi khoảng 2 *cùi* và 1 *gang tay*, không nên ngồi xa quá, cũng không nên ngồi gần quá.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định lửa*, không nên quan tâm đến màu của lửa, cũng không nên biết trạng-thái nóng của lửa thuộc về *chân-nghĩa-pháp*, mà hành-giả chỉ hướng tâm đến *lửa bình thường* (sasambhāratejo) thuộc về *ché-định-pháp* (paññattidhamma) qua hình tròn có đường kính 1 *gang* và 4 *ngón tay* làm *đề-mục thiên-định lửa* mà thôi.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định lửa* gọi là *parikammanimitta*: *đối-tượng đề-mục thiên-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm* (javanacitta) đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Tejo, ... Tejo, ... Tejo, ... hoặc Lửa, ... Lửa, ... Lửa...*” như vậy, từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định lửa ấy*, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại *đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định lửa* phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỏi mắt thì nhắm mắt niệm thềm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thềm trong tâm “*Tejo, ... Lửa, ...*” như vậy cho đến khi *đối-tượng parikammanimitta là đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định lửa* phát sinh rõ ở trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammamādhī**: *so-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định lửa* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *đề-mục thiền-định lửa* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định lửa* bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định lửa ấy* diễn biến dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành *đối-tượng patibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định lửa* phát sinh rõ ở trong tâm của hành-giả.

Sự khác nhau của uggahanimitta với paṭibhāganimitta

Cả 2 đối-tượng uggahanimitta và đối-tượng paṭibhāganimitta của đề-mục thiền-định lửa đều phát sinh rõ ở trong tâm, theo ý-môn-lộ-trình-tâm, chỉ có khác nhau như sau:

Đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng thô-ảnh-tương-tự như đối-tượng parikammanimitta của đề-mục thiền-định lửa ban đầu. Còn đối-tượng paṭibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định lửa trong suốt như tấm vải nhung đỏ hoặc tấm vàng ròng.

Sau khi có đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định lửa hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng tejopaṭibhāganimitta của đề-mục thiền-định lửa ấy.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định lửa để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành đề-mục thiền-định hình tròn đất (*pathavīkaṣiṇa*) đã trình bày ở phần trước.

1.4- Đề-mục thiền-định gió (*Vāyokaṣiṇa*)

Vāyokaṣiṇa = Vāyo + kaṣiṇa

Vāyo: Gió, dùng làm đề-mục thiền-định gió (*vāyokaṣiṇa*) không phải là thật-tánh của gió (*sabhāvavāyo*) có trạng-thái lay-động hoặc căng đầy nào cả thuộc về chân-nghĩa-pháp (*paramatthadhamma*), mà chỉ là gió bình thường tự nhiên (*sasambhāravāyo*) thuộc về chế-định-pháp (*paññattidhamma*) mà thôi.

Kasīṇa: Toàn thể gió, toàn vẹn gió của đề-mục thiền-định, nghĩa là hành-giả hướng tâm đến trọn vẹn đề-mục thiền-định gió, không thiếu một phần nào.

Vāyokasīṇa là *đề-mục thiền-định gió* trọn vẹn mà hành-giả dùng làm đề-mục của pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với **đề-mục thiền-định gió**, hành-giả không nên biết đến *thật-tánh của phong-đại (sabhāvavāyo) có trạng-thái lay-động hoặc căng đầy thuộc về chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*, mà hành-giả chỉ nên hướng tâm đến *toàn diện trọn vẹn đối-tượng đề-mục thiền-định gió là gió bình thường tự nhiên (sasambhāravāyo) thuộc về chế-định-pháp* mà thôi.

Không làm đề-mục thiền-định gió (Vāyokasīṇa)

Hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định gió (vāyokasīṇa)* hoặc không chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định gió* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, cũng đều không phải làm *đề-mục thiền-định gió* riêng biệt, mà hành-giả chỉ cần sử dụng *gió bình thường tự nhiên (sasambhāravāyo) thuộc về chế-định-pháp (paññattidhamma)* làm *đề-mục thiền-định gió* mà thôi.

Thật ra, gió không thể thấy bằng mắt thịt được, nhưng có thể biết gió bằng *mắt nhìn thấy ngọn cây lay chuyển, cành cây, lá cây lay động hoặc thân tiếp xúc với gió có cảm giác mát lạnh, ...* một trong những đối-tượng ấy làm *đề-mục thiền-định gió (vāyokasīṇa)*.

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định* với **đề-mục thiền-định gió** gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là đề-

mục thiền-định ban đầu với **parikammabhāvanā**: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thàm trong tâm rằng: “Vāyo,... Vāyo,... Vāyo,... hoặc Gió,... Gió,... Gió,...” như vậy, từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định gió (vāyokasiṇa) ấy, càng lâu càng tốt, để cho đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tụ của đề-mục thiền-định gió phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỏi mắt thì nhắm mắt niệm thàm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thàm trong tâm “Vāyo, ... Gió,...” như vậy, cho đến khi đối-tượng parikamma-nimitta là đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng lay-động của đề-mục thiền-định gió phát sinh rõ ở trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammamasādhī**: sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh lay-động của đề-mục thiền-định gió đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến đề-mục thiền-định gió bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh của đề-mục thiền-định gió bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định gió ấy diễn biến dần dần trở nên hoàn toàn trong sáng bất-động, trở thành đối-

tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng bất-động của đề-mục thiền-định gió phát sinh rõ ở trong tâm của hành-giả.

Sự khác nhau của uggahanimitta và paṭibhāganimitta

Cả 2 đối-tượng uggahanimitta và đối-tượng paṭibhāganimitta của đề-mục thiền-định gió đều phát sinh rõ ở trong tâm theo *ý-môn-lộ-trình-tâm*, chỉ có khác nhau như sau:

Đối-tượng uggahanimitta là đối-tượng thô-ảnh lay-động của đối-tượng parikammanimitta, đề-mục thiền-định gió (vāyokaṣiṇa) ban đầu. Còn đối-tượng paṭibhāganimitta là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng bất-động của đề-mục thiền-định gió.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng bất-động của đề-mục thiền-định gió*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng vāyo-paṭibhāganimitta của đề-mục thiền-định gió* ấy.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định gió* để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành *đề-mục thiền-định hình tròn đất* đã trình bày ở phần trước.

Ba loại nimitta của đề-mục thiền-định gió

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là *gió thổi làm ngọn cây lay chuyển, cành cây, lá cây lay động, ...*

- *Đối-tượng uggahanimitta* là *đối-tượng như hơi nổi cơm bốc lên, hoặc hơi nước sôi bốc lên, hoặc hơi thác nước, hoặc khói bay, ... là thô-ảnh lay-động* phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta* cũng là *đối-tượng như hơi nước sôi bốc lên, hơi nước, v.v... như đối-tượng uggaha-*

nimitta, nhưng *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng bất-động*, *định ảnh như ảnh chụp, ảnh vẽ*.

Thật ra, *gió bình thường tự nhiên* không thể thấy bằng mắt thịt được. Vì vậy, hành-giả cần phải nhờ *mắt thấy cây lay chuyển, cành cây, lá cây lay động, ...*

Hành-giả sử dụng một trong các *đối-tượng* ấy làm *đề-mục thiền-định* gọi là *đối-tượng parikamma-nimitta*: *đề-mục thiền-định ban đầu*.

* *Đối-tượng uggahanimitta* là *đối-tượng như hơi nổi cơm bốc lên, hoặc hơi nước sôi bốc lên, hoặc hơi thác nước, hoặc khói bay, ... là thô-ảnh lay-động của đề-mục thiền-định* gió phát sinh rõ ở trong tâm.

Cho nên, hành-giả thực hành hướng tâm đến *gió bình thường tự nhiên* bên ngoài, để có *thô-ảnh của đề-mục thiền-định* gió đặc biệt phát sinh rõ ở trong tâm, trở nên *đối-tượng uggahanimitta*.

Vấn: Nếu vậy thì hành-giả trực tiếp hướng tâm đến *hơi nổi cơm bốc lên, hoặc hơi nước sôi bốc lên, hoặc hơi thác nước, hoặc khói bay, ...* bởi vì các loại hơi này là *uggahanimitta*: *đối-tượng thô-ảnh lay-động của đề-mục thiền-định* gió (*vāyokasīṇa*) không được hay sao?

Đáp: Hành-giả không thể trực tiếp hướng tâm đến *hơi nổi cơm bốc lên, hoặc hơi nước sôi bốc lên, hoặc hơi thác nước, hoặc khói bay, ...* bởi vì *uggahanimitta*: *đối-tượng thô-ảnh lay-động của đề-mục thiền-định* gió (*vāyokasīṇa*) hiện rõ bên trong tâm với ý môn lộ-trình-tâm.

Đối-tượng uggahanimitta tiến triển trở thành *paṭibhāganimitta*: *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng bất-động của đề-mục thiền-định* gió (*vāyokasīṇa*) cũng hiện rõ bên trong tâm với ý môn lộ-trình-tâm.

Khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta của đề-mục thiên-định gió (vāyokasīṇa)*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng bất-động của đề-mục thiên-định gió ấy*, để dẫn đến chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

Vañṇakasīṇa: 4 Màu Kasīṇa

1.5- Đề-mục thiên-định màu xanh (Nīlakasīṇa)

Nīlakasīṇa: Đề-mục thiên-định màu xanh trọn vẹn là đề-mục của pháp-hành thiên-định có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định màu xanh (nīlakasīṇa) thuộc về chế-định-pháp (paññattidhamma)*.

Tiền-kiếp chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiên-định màu xanh* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *màu lá xanh, hoa màu xanh, vải màu xanh, vật gì màu xanh, ...* một loại nào đó thuộc về *chế-định-pháp (paññattidhamma)*, làm *đề-mục thiên-định màu xanh* gọi là *đối-tượng parikammanimitta là đề-mục thiên-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:*

“Nīlaṃ, ... Nīlaṃ, ... Nīlaṃ, ... hoặc Màu xanh, ... Màu xanh, ... Màu xanh, ...”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammāsādhī**: *sơ-định trong đề-mục thiên-định màu xanh là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy*

tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-trương-tự như đê-mục thiền-định màu xanh* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đê-mục thiền-định màu xanh* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đê-mục thiền-định màu xanh* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu xanh* phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: *tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có upacārasamādhī: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng nīlapaṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu xanh* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhī: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Sau khi chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đê-mục thiền-định màu xanh (nīlakasiṇa)* ấy, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng nīlapaṭibhāganimitta* là *đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu xanh* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhī: an-định trong đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đê-mục thiền-định màu xanh* ấy như vậy, theo tuần tự

chúng đặc từ *đê-tam-thiên sắc-giới thiện-tâm*, *đê-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đê-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với *đê-mục thiên-định màu xanh* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đê-mục thiên-định màu xanh* như sau:

Cách làm đê-mục thiên-định màu xanh (Nīlakasīṇa)

Hành-giả tìm *hoa màu xanh*, hoặc *vải màu xanh*, hoặc *tám ván sơn màu xanh*, chọn một thứ nào đó tùy theo sở thích của hành-giả.

* Nếu sử dụng *hoa màu xanh* thì cùng loại không lấy nhụy, sắp hoa không thấy cuống hoa trong nắp bát hoặc đồ đựng hoa có *đường kính 1 gang và 4 lóng tay nằm ngang*.

* Nếu sử dụng *vải màu xanh*, hoặc *tám nhựa màu xanh*, hoặc *tám ván ép sơn màu xanh*, thì cắt tròn có *đường kính 1 gang và 4 lóng tay nằm ngang*, rồi vẽ một đường biên màu trắng hoặc màu đỏ $\frac{1}{4}$ ngón tay vòng quanh chu vi vòng tròn, để làm nổi *đê-mục thiên-định màu xanh*.

Đê-mục thiên-định màu xanh mà hành-giả sử dụng làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiên-định, hành-giả phải nên biết tôn kính, và giữ gìn sạch sẽ như tượng Đức-Phật.

Đặt đê-mục thiên-định màu xanh

Sau khi đã làm *đê-mục thiên-định màu xanh* xong, hành-giả cần phải tìm một nơi thanh vắng, thuận lợi cho việc thực hành pháp-hành thiên-định. Hành-giả đặt *đê-mục thiên-định màu xanh* ngay trước mặt ngang tầm mắt, không cao, không thấp, cách chỗ ngồi khoảng 2 *cùi* và 1 *gang tay* (không nên đặt xa quá, cũng không nên

đặt gần quá). Đề-mục thiền-định màu xanh này thuộc về *chế-định-pháp* (*paññattidhamma*).

Thực hành đề-mục thiền-định màu xanh (*Nīlakasiṇa*)

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định*, với **đề-mục thiền-định màu xanh** gọi là *đối-tượng parikamma-nimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikamma-bhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm* (*javanacitta*) đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng:

“*Nīlaṃ, ... Nīlaṃ, ... Nīlaṃ, ...* hoặc *Màu xanh, ... Màu xanh, ... Màu xanh, ...*” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định màu xanh* (*nīlakasiṇa*) ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại *đối-tượng uggahanimitta*: *thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định màu xanh* phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỏi mắt thì nhắm mắt niệm thâm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thâm trong tâm “*Nīlaṃ, ... Màu xanh, ...*” như vậy, cho đến khi *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu xanh* phát sinh rõ ràng trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là *parikammasamādhī*: *sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành-thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm* (*mahaggatajjhāna*).

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu xanh* đã phát sinh rõ ở trong tâm,

hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *đề-mục thiền-định màu xanh* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu xanh* bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định màu xanh (nīlakasīṇa)* ấy tiến triển dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu xanh* phát sinh rõ ở trong tâm.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu xanh*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng nīlapaṭibhāganimitta của đề-mục thiền-định màu xanh* ấy.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định màu xanh* để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasīṇa)* đã trình bày ở phần trước.

1.6- Đề-Mục Thiền-Định Màu Vàng (Pītakasīṇa)

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định màu vàng (pīta-kasīṇa)* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *hoa màu vàng, vải màu vàng, vật gì màu vàng, ...* một loại nào đó thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)*, làm *đối-tượng đề-mục thiền-định màu vàng* gọi là *đối-tượng parikammanimitta là đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: tâm-*

hành ban đầu đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“*Pītakaṃ, ... Pītakaṃ, ... Pītakaṃ, ... hoặc Màu vàng, ... Màu vàng, ... Màu vàng, ...*”

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: sơ-định trong đề-mục thiền-định màu vàng là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu vàng phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng uggahanimitta đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đề-mục thiền-định màu vàng bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định màu vàng ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu vàng phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có **upacārasamādhī**: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng pītaṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu vàng ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Sau khi chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định màu vàng ấy, bắt đầu hướng tâm đến

đối-tượng *pīṭapaṭibhāganimitta* là đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu vàng ấy với tâm-hành tiên triển dần đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, có *appanāsamādhī*: an-định trong đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định màu vàng ấy như vậy, theo tuần tự chứng đắc từ đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với đề-mục thiền-định màu vàng trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm đề-mục thiền-định màu vàng.

Cách làm đề-mục thiền-định màu vàng (*pīṭakasīṇa*) tương tự như cách làm đề-mục thiền-định màu xanh (*nīlakasīṇa*), chỉ có khác là chọn toàn màu vàng mà thôi.

Đặt đề-mục thiền-định màu vàng (Pīṭakasīṇa)

Sau khi đã làm đề-mục thiền-định màu vàng xong, hành-giả cần phải tìm một nơi thanh vắng, thuận lợi cho việc thực hành pháp-hành thiền-định. Hành-giả đặt đề-mục thiền-định màu vàng ấy ngay trước mặt ngang tầm mắt, không cao, không thấp, cách chỗ ngồi khoảng 2 cùi và 1 gang tay (không nên đặt xa quá, cũng không nên đặt gần quá). Đề-mục thiền-định màu vàng (*pīṭakasīṇa*) này thuộc về chế-định-pháp (*paññattidhamma*).

Thực hành đề-mục thiền-định màu vàng (Pīṭakasīṇa)

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định màu vàng gọi là *parikammanimitta*: đối-tượng

đề-mục thiền-định ban đầu với **parikammabhāvanā**: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thàm trong tâm rắng:

“Pītakam, ... Pītakam, ... Pītakam, ... hoặc Màu vàng, ... Màu vàng, ... Màu vàng, ...” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định màu vàng ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định màu vàng phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỏi mắt thì nhắm mắt niệm thàm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thàm trong tâm “Pītakam, ... Màu vàng, ...” như vậy, cho đến khi đối-tượng pari-kammanimitta là đề-mục thiền-định ban đầu tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu vàng (pītakasīna) phát sinh rõ ràng trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu vàng (pītakasīna) đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến đề-mục thiền-định màu vàng bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu vàng bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến *đối-tượng uggaha-nimitta là thô-ảnh-trong-tự của đề-mục thiền-định màu vàng (pītakasīṇa)* ấy tiến triển dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu vàng* phát sinh rõ ở trong tâm.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu vàng (pītakasīṇa)*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng pīṭapaṭibhāganimitta của đề-mục thiền-định màu vàng* ấy.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định màu vàng* để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành *đề-mục thiền-định hình tròn đất* đã trình bày ở phần trước.

1.7- Đề-mục thiền-định màu đỏ (Lohitakasīṇa)

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định màu đỏ (lohitasīṇa)* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *hoa màu đỏ, vải màu đỏ, vật gì màu đỏ, ...* một loại nào đó thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)*, làm *đề-mục thiền-định màu đỏ*, gọi là *đối-tượng parikammanimitta là đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm*, niệm thầm trong tâm rằng:

“*Lohitakaṃ, ... Lohitakaṃ, ... Lohitakaṃ, ...* hoặc *Màu đỏ, ... Màu đỏ, ... Màu đỏ, ...*”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *sơ-định trong đề-mục thiền-định*

màu đỏ là đối-tượng *parikammanimitta* ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh-trong-tự như đê-mục thiền-định màu đỏ phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng *uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đê-mục thiền-định màu đỏ bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của đê-mục thiền-định màu đỏ ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *paṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu đỏ phát sinh rõ ở trong tâm với *upacārabhāvanā*: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm có *upacārasamādhī*: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng *lohitaṭṭhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu đỏ ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có *appanāsamādhī*: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Sau khi chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với đê-mục thiền-định màu đỏ ấy, bắt đầu hướng tâm đến đối-tượng *lohitaṭṭhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu đỏ ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, có *appanāsamādhī*: an-định trong đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với đê-mục thiền-định màu đỏ (*lohitaṭṭhāganimitta*) ấy như vậy, theo

tuần tự chúng đắc từ *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chúng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định màu đỏ* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiền-định màu đỏ*.

Cách làm *đề-mục thiền-định màu đỏ (lohitakasīṇa)* tương tự như cách làm *đề-mục thiền-định màu xanh (nīlakasīṇa)*, chỉ có khác là chọn toàn màu đỏ mà thôi.

Đặt đề-mục thiền-định màu đỏ (Lohitakasīṇa)

Sau khi đã làm *đề-mục thiền-định màu đỏ* xong, hành-giả cần phải tìm một nơi thanh vắng, thuận lợi cho việc thực hành pháp-hành thiền-định. Hành-giả đặt *đề-mục thiền-định màu đỏ* ấy ngay trước mặt ngang tầm mắt, không cao, không thấp, cách chỗ ngồi khoảng 2 *cùi* và 1 *gang tay* (không nên đặt xa quá, cũng không nên đặt gần quá). *Đề-mục thiền-định màu đỏ (lohitakasīṇa)* này thuộc về chế-định-pháp (paññattidhamma).

Thực hành đề-mục thiền-định màu đỏ (Lohitakasīṇa)

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định* với *đề-mục thiền-định màu đỏ* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rỗng:

“*Lohitakam, ... Lohitakam, ... Lohitakam, ...* hoặc *Màu đỏ, ... Màu đỏ, ... Màu đỏ, ...*” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn*

diện tròn vẹn đê-mục thiền-định màu đỏ ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-tương-tự của đê-mục thiền-định màu đỏ (lohita-kasiṇa) phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỗi mắt thì nhắm mắt niệm thầm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thầm “*Lohitakam, ... Màu đỏ, ...*” như vậy, cho đến khi đối-tượng *parikammanimitta* là đê-mục thiền-định ban đầu tiên triển dần dần trở thành đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh-tương-tự như đê-mục thiền-định màu đỏ (*lohita-kasiṇa*) phát sinh rõ ràng trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là ***parikammasamādhī***: sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh-tương-tự như đê-mục thiền-định màu đỏ (*lohita-kasiṇa*) đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến đê-mục thiền-định màu đỏ bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh-tương-tự như đê-mục thiền-định màu đỏ bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh-tương-tự của đê-mục thiền-định màu đỏ ấy tiến triển dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành đối-tượng *paṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu đỏ phát sinh trong tâm.

Sau khi có đối-tượng *paṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu đỏ (*lohita-kasiṇa*),

hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng lohitaṭaṭibhāganimitta của đề-mục thiên-định màu đỏ ấy.*

Phương-pháp thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định màu đỏ (lohitaṭaṭiṇa)*, để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương-pháp thực hành *đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkaṭiṇa)* đã trình bày ở phần trước.

1.8- Đề-mục thiên-định màu trắng (Odātaṭiṇa)

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiên-định màu trắng* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *hoa màu trắng, vải màu trắng, vật gì màu trắng, ...* một loại nào đó thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)* làm *đề-mục thiên-định màu trắng*, gọi là *đối-tượng parikaṃmanimitta là đề-mục thiên-định ban đầu*, với *parikaṃmabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Odātaṃ, ... Odātaṃ, ... Odātaṃ, ...* hoặc *Màu trắng, ... Màu trắng, ... Màu trắng, ...*”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikaṃmasamādhī**: *sơ-định trong đề-mục thiên-định màu trắng là đối-tượng parikaṃmanimitta ban đầu ấy* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiên-định màu trắng* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiên-định màu trắng* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng

tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đê-mục thiền-định màu trắng ấy* bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu trắng* phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: *tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có upacārasamādhī*: *cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng odātapāṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu trắng ấy* với tâm-hành tiến triển dần dần đến **appanābhāvanā**: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhī*: *an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Sau khi chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đê-mục thiền-định màu trắng (odātakasīṇa) ấy*, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng odātapāṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đê-mục thiền-định màu trắng ấy* với tâm-hành tiến triển dần dần đến **appanābhāvanā**: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhī*: *an-định trong đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đê-mục thiền-định màu trắng (odātakasīṇa) ấy* như vậy, theo tuần tự chứng đắc từ *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đê-mục thiền-định màu trắng*

trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiền-định màu trắng*.

Cách làm *đề-mục thiền-định màu trắng (odātakasīṇa)* tương tự như cách làm *đề-mục thiền-định màu xanh (nīlakasīṇa)*, chỉ có khác là chọn toàn màu trắng mà thôi.

Đặt đề-mục thiền-định màu trắng (Odātakasīṇa)

Sau khi đã làm *đề-mục thiền-định màu trắng* xong, hành-giả cần phải tìm một nơi thanh vắng, thuận lợi cho việc thực hành pháp-hành thiền-định. Hành-giả đặt *đề-mục thiền-định màu trắng* ấy ngay trước mặt ngang tầm mắt, không cao, không thấp, cách chỗ ngồi khoảng 2 *cùi* và 1 *gang tay* (không nên đặt xa quá, cũng không nên đặt gần quá). *Đề-mục-thiền-định màu trắng (odātakasīṇa)* này thuộc về *chế-định-pháp (paññattidhamma)*.

Thực hành đề-mục thiền-định màu trắng (Odātakasīṇa)

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định* với *đề-mục thiền-định màu trắng* gọi là *đối-tượng parikamma-nimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikamma-bhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiền-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Odātaṃ, ... Odātaṃ, ... Odātaṃ, ...* hoặc *Màu trắng, ... Màu trắng, ... Màu trắng, ...*” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định màu trắng (odātakasīṇa)* ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nháy mắt, làm trở ngại *đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định màu trắng* phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỏi mắt thì nhắm mắt niệm thầm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thầm “*Odātaṃ, ... Màu*

trắng, ...” như vậy, cho đến khi *đối-tượng parikamma-nimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu trắng* phát sinh rõ ràng trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là ***parikammassamādhī***: *sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *đề-mục thiền-định màu trắng* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định màu trắng* bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định màu trắng* ấy tiến triển dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)* phát sinh trong tâm.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định màu trắng*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng odāta-paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định màu trắng* ấy.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định màu trắng* để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành *đề-mục thiền-định hình tròn đất* đã trình bày ở phần trước.

1.9- Đề-mục thiền-định hư-không (Ākāśakaṣīṇa)

Đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣīṇa) là đề-mục của pháp-hành thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣīṇa)*.

Tiền-kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣīṇa)* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *khoảng trống cửa ra vào, khoảng trống cửa sổ, v.v...* một loại nào đó thuộc về *chế-định-pháp (paññattidhamma)*, làm *đề-mục thiền-định hư không* gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Ākāso, ... Ākāso, ... Ākāso, ... hoặc Hư-không, ... Hư-không, ... Hư-không, ...*”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *sơ-định* trong *đề-mục thiền-định hư-không* là *đối-tượng parikammanimitta ban đầu* ấy tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định hư-không* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiền-định hư-không* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định*

hư-không ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định hư-không* phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: *tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có upacārasamādhī*: *cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng ākāsaṭṭhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định hư-không* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhī*: *an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Sau khi chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hư-không* ấy, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng ākāsaṭṭhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định hư-không* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhī*: *an-định trong đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hư-không (ākāsaśiṅṅa)* ấy như vậy, theo tuần tự chứng đắc từ *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiền-định hư-không* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiền-định hư-không (ākāsaśiṅṅa)* như sau:

Cách làm đề-mục thiền-định hư-không (Ākāśakaṣīṇa)

Nếu hành-giả không có khả năng hướng tâm trực tiếp đến *khoảng trống cửa ra vào, khoảng trống cửa sổ, v.v...* thì cần phải làm *đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣīṇa)* bằng cách khoét lỗ vách có đường kính 1 gang và 4 ngón tay nằm ngang (hoặc 30 phân), làm *đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣīṇa)*, chiều cao ngang tầm mắt của hành giả khi ngồi, không cao, không thấp, trong căn nhà kín.

Thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣīṇa)*, hành-giả ngồi vừa tầm mắt, khoảng cách 2 cùi 1 gang (không nên ngồi xa quá, cũng không nên ngồi gần quá).

Khi hành-giả hướng tâm đến *đề-mục thiền-định hư-không* ấy gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javānaccitta)* đó là *dục-giới đại-thiền-tâm* niệm thầm trong tâm rằng: “*Ākāso, ... Ākāso, ... Ākāso, ... hoặc Hư-không, ... Hư-không, ... Hư không, ...*” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đề-mục thiền-định hư-không (ākāśakaṣīṇa)* ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nhắm mắt, làm trở ngại *đối-tượng uggahanimitta*: *thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiền-định hư-không* phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỏi mắt thì nhắm mắt niệm thầm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thầm “*Ākāso, ... Hư-không, ...*” như vậy, cho đến khi *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định hư-không* phát sinh rõ ràng trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** gọi là **parikammasamādhī**: sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành-thiên-định còn cách xa bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

Đôi-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi **đôi-tượng uggahanimitta** là **thô-ảnh-trong-tự** như **đề-mục thiên-định hư-không (ākāsakaṣiṇa)** đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến **đề-mục thiên-định hư-không (ākāsakaṣiṇa)** bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn **đôi-tượng uggahanimitta** là **thô-ảnh-trong-tự** như **đề-mục thiên-định hư-không** bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến **đôi-tượng uggahanimitta** là **thô-ảnh-trong-tự** của **đề-mục thiên-định hư-không (ākāsakaṣiṇa)** ấy tiến triển dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành **đôi-tượng paṭibhāganimitta** là **quang-ảnh-trong-sáng** của **đề-mục thiên-định hư-không** phát sinh trong tâm.

Sự khác nhau của 3 loại nimitta

Ba loại nimitta của **đề-mục thiên-định hư-không** như sau:

* **Đôi-tượng parikammanimitta** của **đề-mục thiên-định hư-không** là hư-không qua cửa sổ, lỗ trống, hoặc lỗ trống trên vách.

* **Đôi-tượng uggahanimitta** của **đề-mục thiên-định hư-không (ākāsakaṣiṇa)** là **thô-ảnh-trong-tự** như **đề-mục thiên-định hư-không** hiện rõ trong tâm.

* **Đôi-tượng paṭibhāganimitta** của **đề-mục thiên-định hư-không** là **quang-ảnh** hoàn toàn trong-sáng không có ranh giới bao bọc, có thể khai triển rộng hay hẹp bao nhiêu do năng lực của **định-tâm**.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định hư-không*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng ākāsa-paṭibhāganimitta của đề-mục thiên-định hư-không ấy*.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định hư-không (ākāsakasiṇa)* để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành *đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkasiṇa)* đã trình bày ở phần trước.

1.10- Đề-mục thiên-định ánh-sáng (Ālokakasiṇa)

Đề-mục thiên-định ánh-sáng (ālokakasiṇa) là đề-mục của pháp-hành thiên-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định ánh-sáng (ālokakasiṇa)*.

Tiền-kiếp chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm

* Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc các bậc thiên sắc-giới với *đề-mục thiên-định ánh-sáng* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *ánh sáng mặt trời, ánh sáng mặt trăng, ánh sáng đèn, v.v...* một loại ánh sáng nào đó thuộc về *ché-định-pháp (paññattidhamma)* làm *đề-mục thiên-định ánh-sáng*, gọi là *đối-tượng parikammanimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thàm trong tâm rằng:

“*Āloko, ... Āloko, ... Āloko, ... hoặc Ánh-sáng, ... Ánh-sáng, ... Ánh-sáng, ...*”

Định-tâm đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** gọi là **parikammasamādhī**: *so-định* trong *đề-mục thiền-định ánh-sáng* là *đối-tượng parikammanimitta* ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-trương-tự như đề-mục thiền-định ánh-sáng (āloka-kasiṇa)* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiền-định ánh-sáng* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định ánh-sáng* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng* của *đề-mục thiền-định ánh-sáng* phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: *tâm-hành cận bậc thiện sắc-giới thiện-tâm*, có **upacārasamādhī**: *cận-định gần bậc thiện sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng ālokaṭṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng* của *đề-mục thiền-định ánh-sáng* ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến **appanābhāvanā**: *tâm-hành chứng đắc bậc thiện sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm*, chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, có **appanāsamādhī**: *an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Sau khi chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định ánh-sáng* ấy, bắt đầu hướng tâm đến *đối-tượng ālokaṭṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng* của *đề-mục thiền-định ánh-sáng* ấy với tâm-hành tiến triển dần dần đến **appanābhāvanā**: *tâm hành chứng đắc bậc thiện sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm*, chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm*, có **appanāsamādhī**: *an-định trong đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định ánh-sáng (ālokakasina)* ấy như vậy, theo tuần tự chứng đắc từ *đệ-tam-thiên sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* một cách thuận lợi đối với hành-giả ấy.

* Nếu hành-giả là người không chứng đắc các bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiên-định ánh-sáng* trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, thì hành-giả cần phải làm *đề-mục thiên-định ánh-sáng (ālokakasina)* như sau:

Cách làm *đề-mục thiên-định ánh-sáng (Ālokakasina)*

Hành-giả làm *đề-mục thiên-định ánh-sáng (ālokakasina)* bằng cách khoét lỗ không lớn, không nhỏ nơi vách nhà hoặc trên mái nhà, để cho ánh sáng chiếu vào bên trong nhà, hiện rõ trên vách hoặc dưới nền nhà.

Nếu khi không có ánh sáng thì hành-giả cần phải tạo ra ánh sáng bằng cách đốt đèn, dùng đèn điện, khoét lỗ trên vách hoặc trên màn, cho ánh sáng chiếu qua lỗ rọi trên vách hoặc trên màn làm *đề-mục thiên-định ánh-sáng*.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định ánh-sáng (ālokakasina)* gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thàm trong tâm rằng:

“*Āloko, ... Āloko, ... Āloko, ...* hoặc *Ánh-sáng, ... Ánh-sáng, ... Ánh-sáng, ...*” từng lúc khoảng 2-3 giây đồng hồ một lần, không nên niệm liên tục như niệm chú, nên thường mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *toàn diện trọn vẹn đề-mục thiên-định ánh-sáng (ālokakasina)* ấy, càng lâu càng tốt, không nên thường nhắm mắt, làm trở ngại đối-

trạng uggahanimitta: thô-ảnh-trong-tự của đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakaṣiṇa) phát sinh rõ ở trong tâm.

Nếu hành-giả cảm thấy mỗi mắt thì nhắm mắt niệm thàm một lát, rồi mở mắt trở lại niệm thàm “*Āloko, ... Ánh-sáng, ...*” như vậy, cho đến khi *đối-tượng parikammanimitta là đề-mục thiền-định ban đầu* tiên triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định ánh-sáng* phát sinh rõ ràng trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành-thiền-định còn cách xa bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.*

Đối-tượng uggahanimitta phát sinh rõ ở trong tâm

Khi *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakaṣiṇa)* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả cần phải thay đổi chỗ ngồi, hoặc ngồi quay sang hướng khác, không còn phải mở mắt hướng tâm nhìn thẳng đến *đề-mục thiền-định ánh-sáng* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm nhìn *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định ánh-sáng* bên trong tâm của hành-giả mà thôi.

Hành-giả tiếp tục hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự của đề-mục thiền-định ánh-sáng (ālokakaṣiṇa)* ấy tiên triển dần dần trở nên hoàn toàn trong sạch thanh khiết, trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định ánh-sáng* phát sinh trong tâm.

Sau khi có *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định ánh-sáng*, hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng āloka-paṭibhāganimitta của đề-mục thiền-định ánh-sáng* ấy.

Phương pháp thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-*

mục thiên-định ánh-sáng (ālokkasina) để chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, hầu hết giống như phương pháp thực hành *đề-mục thiên-định hình tròn đất (pathavīkasina)* đã trình bày ở phần trước.

Tính chất đặc biệt của 10 đề-mục thiên-định hình tròn kasina

10 *đề-mục thiên-định hình tròn kasina* là *đề-mục thiên-định đất, nước, lửa, gió, màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng, hư-không, ánh-sáng*. Sau khi hành-giả đã chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với 1 trong 10 *đề-mục thiên-định hình tròn kasina* nào xong rồi.

Nếu hành-giả có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục thiên-định hình tròn kasina* nào chỉ cần hướng tâm đến *đối-tượng bình thường tự nhiên của đề-mục thiên-định hình tròn kasina* ấy với **parikammabhāvanā**: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thàm trong tâm đề-mục thiên-định hình tròn kasina* ấy, thì *đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiên-định hình tròn kasina* ấy phát sinh rõ ở trong tâm của hành-giả, mà không cần phải làm *đề-mục thiên-định hình tròn kasina* ấy riêng biệt (giống như trường hợp hành-giả đã từng chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm với *đề-mục thiên-định hình tròn kasina* ấy trong kiếp quá-khứ gần kiếp hiện-tại).

Khi ấy, hành-giả tiếp tục thực hành, chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiên-định hình tròn kasina* ấy phát sinh rõ ở trong tâm mà thôi, cho đến khi trở thành *đối-tượng patibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục kasina* ấy, rồi dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, một cách rất thuận lợi đối với hành-giả.

Như vậy, 10 đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa có tính chất liên quan với nhau về *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, để dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Đề-mục thiền-định để chứng đắc bậc thiền

Trong 40 đề-mục thiền-định chỉ có 30 ⁽¹⁾ đề-mục thiền-định có khả năng chứng đắc bậc thiền mà thôi.

Trong 30 đề-mục thiền-định ấy có 10 đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa là những đề-mục thiền-định tương đối dễ chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm hơn các đề-mục thiền-định khác, bởi vì hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định hướng tâm đến đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa dễ phát sinh *đối-tượng uggahanimitta: thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa* ấy và dễ đạt đến *uppacārasamāधि: cận-định, gần tâm bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta* ấy cho đến khi trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa* ấy, để dẫn đến chứng đắc *appanā-samāधि: an-định trong bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Trong 10 đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa có 4 *đề-mục thiền-định màu vaṇṇakasiṇa* (*đề-mục thiền-định màu xanh, đề-mục thiền-định màu vàng, đề-mục thiền-định màu đỏ, đề-mục thiền-định màu trắng*) là 4 đề-mục thiền-định để chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm hơn các đề-mục thiền-định khác.

¹ 10 đề-mục kasiṇa, 10 đề-mục asubha, 4 đề-mục appamaññā, 1 đề-mục ānāpānassati, 1 đề-mục kāyagatāsati, 4 đề-mục āruppa.

Trong 4 *đề-mục thiên-định màu vaṇṇakasīṇa* này, có *đề-mục thiên-định màu trắng (odātakasīṇa)* là *đề-mục thiên-định* để chứng đắc các bậc thiên sắc-giới thiện-tâm hơn 3 *đề-mục thiên-định màu khác*.

Thật vậy, *đề-mục thiên-định màu trắng* mà hành-giả đang thực hành hướng tâm đến *đối-tượng parikamma-nimitta (đề-mục thiên-định ban đầu)* là *đề-mục thiên-định màu trắng*, với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javana-citta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thàm trong tâm rằng: “*Odātam, ... Odātam, ... Odātam, ... hoặc Màu trắng, ... Màu trắng, ... Màu trắng, ...*”

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: *sơ-định trong đối-tượng đề-mục thiên-định màu trắng parikammanimitta ban đầu* ấy tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiên-định màu trắng* phát sinh rõ trong tâm.

Dù khi *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự của đề-mục thiên-định màu trắng (odātakasīṇa)* chưa phát sinh hiện rõ trong tâm, nhưng hành-giả cũng có khả năng đặc biệt ngăn được *tâm buồn-chán buồn-ngủ (thīna-middha)* là phiền-não làm chướng ngại pháp-hành thiên-định, không thể phát sinh lên được.

Khi *đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiên-định màu trắng* phát sinh hiện rõ trong tâm, hành-giả tiếp tục hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta* ấy làm cho tiến triển cho đến khi trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định màu trắng*, đạt đến *uppacārasamādhī: cận-định, gần đến bậc thiên sắc-giới thiện-tâm*.

Dù chưa đạt đến *appanāsamādhī: an-định*, chưa chứng đắc bậc thiền sắc-giới nào nhưng hành-giả cũng có khả năng đặc biệt thấy rõ, biết rõ những điều rất phi thường chưa từng có.

Đó là tính chất đặc biệt của *đề-mục thiền-định màu trắng (odātakasiṇa)*.

2- 10 Đề-Mục Thiền-Định Tử-Thi Bất-Tịnh (Asubha)

Asubha: Bất tịnh là gì?

Asubha có nghĩa là không tốt đẹp, trong 10 *đề-mục thiền-định tử-thi* này có ý nghĩa là *tử-thi bất-tịnh (asubha)*, chỉ đề cập đến sự biến đổi của *tử-thi* của mọi người sau khi chết mà thôi. Cho nên, *Asubha* nghĩa là *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh*.

Trong 40 *đề-mục thiền-định*, 10 *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh (asubha)* này chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà thôi, bởi vì 10 *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh (asubha)* này có đối-tượng thô, luôn luôn cần đến *chi-thiền vitakka: hướng tâm đến đối-tượng thiền-định*, nên không thể dẫn đến chứng đắc các thiền sắc-giới thiện-tâm bậc cao.

10 Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh (Asubha)

10 loại *tử-thi* biến đổi làm 10 *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* là đối-tượng của pháp-hành thiền-định như sau:

1- *Uddhumātaka: Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* sinh lên sau khi chết được 2- 3 ngày, thật là đáng ghê tởm..

2- *Vinīlaka: Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* đặc biệt có màu tím thâm lẫn với màu đỏ, màu trắng, thật là đáng ghê tởm.

3- *Vipubbaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh có nước vàng, mũi chảy ra từ chỗ thịt sinh nứt nẻ, thật là đáng ghê tởm.

4- *Vicchiddaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh bị chặt ra làm 2 phần, thật là đáng ghê tởm.

5- *Vikkhāyitaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh bị chim kền kền, quạ, diều hâu, chó sói, ... cắn xé ăn bỏ rả rác, thật là đáng ghê tởm.

6- *Vikkhittaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh như tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rả rác mọi hướng, thật là đáng ghê tởm.

7- *Hatavikkhittaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh bị đâm bằng giáo, bị chặt bằng dao ra thành nhiều mảnh bỏ rả rác khắp mọi nơi, thật là đáng ghê tởm.

8- *Lohitaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu, thật là đáng ghê tởm.

9- *Puluvaka*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh có giò bò ra từ tử-thi, thật là đáng ghê tởm.

10- *Aṭṭhika*: Đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh chỉ còn xương mà thôi, thật là đáng ghê tởm.

Đó là 10 đề-mục thiên-định bất-tịnh (Asubha).

Thực hành 10 đề-mục thiên-định tử-thi

2.1- Đề-mục thiên-định tử-thi uddhumātaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành-thiên-định với đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka sinh lên, sau khi chết được 2-3 ngày.

Hành-giả cần phải tìm tử-thi uddhumātaka đồng tính với mình, nghĩa là nam hành-giả tìm tử-thi uddhumātaka

nam hoặc nữ hành-giả tìm tử-thi uddhumātaka nữ làm đối-tượng đề-mục thiền-định của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka sinh lên, sau khi chết được 2-3 ngày* gọi là đối-tượng **parikammanimitta** là *đề-mục thiền-định ban đầu với parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:*

“Uddhumātakaṃ paṭikūḷaṃ, ... Uddhumātakaṃ paṭikūḷaṃ, ... Uddhumātakaṃ paṭikūḷaṃ, hoặc Tử-thi Uddhumātaka này thật là đáng ghê tởm, ... Tử-thi Uddhumātaka này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: *sơ-định trong đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka phát sinh rõ ở trong tâm.*

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành **đối-tượng paṭibhāganimitta** là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka* phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: *tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới, có upacārasamādhī: cận-định gần bậc thiền sắc-giới.*

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng uddhumātaka paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng*

của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh *uddhumātaka* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm, có *appanā-samādhi*: an-định trong đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề mục tử-thi *uddhumātaka*

- Đối-tượng *parikammanimitta* đó là đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh *uddhumātaka* (đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh sinh lên sau khi chết được 2-3 ngày).

- Đối-tượng *uggahanimitta* đó là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh *uddhumātaka* sinh lên sau khi chết được 2-3 ngày phát sinh rõ ở trong tâm.

- Đối-tượng *paṭibhāganimitta* đó là tử-thi bất-tịnh *uddhumātaka* sinh lên sau khi chết được 2-3 ngày phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì tử-thi bất-tịnh *uddhumātaka* ấy giống như tượng to lớn mập mạp sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy tử-thi bất-tịnh *uddhumātaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi *uddhumātaka* là đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh sinh lên sau khi chết được 2-3 ngày là đề-mục-thiên-định khó thực hành hơn đề-mục thiên-định khác, bởi vì tử-thi bất-tịnh sinh lên chỉ có 1 ngày hoặc 2 ngày mà thôi, sau ngày đó tử-thi bất-tịnh biến đổi thành tử-thi bất-tịnh *vinīlaka*, tử-thi bất-tịnh *vipubbaka*.

Dù trong khoảng thời gian ngắn, tử-thi bất-tịnh *uddhumātaka* ấy cũng có thể làm cho đối-tượng *uggahanimitta* phát sinh rõ ở trong tâm được, rồi tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *paṭibhāganimitta* phát sinh, dẫn đến chứng đắc đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm.

*Tử-thi bất-tịnh uddhumātaka là đề-mục thiền-định có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh uddhumātaka này cần đến chi-thiền vitakka: hướng tâm đến đối-tượng.*

Muốn chứng đắc **đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm**, v.v... hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

2.2- Đề-mục thiền-định tử-thi vinīlaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp hành thiền định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka đặc biệt có màu tím thâm lẫn với màu đỏ, màu trắng.*

Hành-giả cần phải tìm **tử-thi vinīlaka đồng tính với mình**, nghĩa là nam hành-giả tìm tử-thi vinīlaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tử-thi vinīlaka nữ làm đối-tượng đề-mục thiền-định của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka đặc biệt có màu tím thâm lẫn với màu đỏ, màu trắng* gọi là đối-tượng **parikammanimitta** là đề-mục thiền-định ban đầu với **parikammabhāvanā**: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“Vinīlakam patikūlam, ... Vinīlakam patikūlam, ... Vinīlakam patikūlam, ... hoặc Tử-thi Vinīlaka này thật là đáng ghé tởm, ... Tử-thi Vinīlaka này thật là đáng ghé tởm, ...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhi**: sơ-định trong đề-mục thiền-định

tử-thi bất-tịnh vinīlaka là *đối-tượng parikammanimitta* ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng uggahanimitta* là *thô-ảnh-trương-tự như đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* phát sinh rõ ở trong tâm với ***upacārabhāvanā***: *tâm-hành cận bậc thiên sắc-giới, có upacārasamādhī*: *cận-định gần bậc thiên sắc-giới*.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng vinīlakapaṭibhāganimitta* là *quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến ***appanābhāvanā***: *tâm-hành chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhī*: *an-định trong đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm*.

Ba loại nimitta của đề mục tử-thi vinīlaka

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* đặc biệt có màu tím thâm lẫn với màu đỏ, màu trắng.

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh-trương-tự như đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* đặc biệt có màu tím thâm lẫn với màu đỏ phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta* đó là *tử-thi bất-tịnh vinīlaka* đặc biệt có màu tím thâm lẫn với màu đỏ, màu trắng phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm

nữa, bởi vì *tử-thi bất-tịnh vinīlaka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh vinīlaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh vinīlaka là *đề-mục thiền-định có tính chất thô* nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhật-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vinīlaka* này cần đến *chi-thiền vitakka: hướng tâm đến đối-tượng*.

Muốn chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiền-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

2.3- Đề-mục thiền-định tử-thi vipubbaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành-thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka có nước vàng, mù chảy ra từ chỗ thịt sinh nứt nẻ*.

Hành-giả cần phải tìm *tử-thi vipubbaka đồng tính với mình*, nghĩa là *nam hành-giả tìm tử-thi vipubbaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tử-thi vipubbaka nữ* làm đối-tượng đề-mục thiền-định của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành-thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka có nước vàng, mù chảy ra từ chỗ thịt sinh nứt nẻ* gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Vipubbakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vipubbakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vipubbakaṃ paṭikūlaṃ, ...* hoặc *Tử-thi Vipubbaka* này

thật là đáng ghê tởm, ... *Tứ-thi Vipubbaka* này thật là đáng ghê tởm,...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: sơ-định trong đề-mục thiên-định tứ-thi bất-tịnh vipubbaka là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiên-định tứ-thi bất-tịnh vipubbaka phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng uggahanimitta đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đề-mục thiên-định tứ-thi bất-tịnh vipubbaka bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiên-định tứ-thi bất-tịnh vipubbaka ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng **paṭibhāganimitta** là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định tứ-thi bất-tịnh vipubbaka phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: tâm-hành cận bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, có **upacārasamādhī**: cận-định gần bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng vipubbakapaṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiên-định tứ-thi bất-tịnh vipubbaka ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: an-định trong đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề mục tứ-thi vipubbaka

- Đối-tượng parikammanimitta đó là đề-mục thiên-định tứ-thi bất-tịnh vipubbaka có nước vàng, mù chảy ra từ chỗ thịt sinh nứt nẻ.

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh-tương-tự* như *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka* có nước vàng, mủ chảy ra từ chỗ thịt sinh nứt nẻ phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta* đó là *tử-thi bất-tịnh vipubbaka* có nước vàng, mủ chảy ra từ chỗ thịt sinh nứt nẻ phát sinh rõ ở trong tâm không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì *tử-thi bất-tịnh vipubbaka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh vipubbaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh vipubbaka là *đề-mục thiền-định* có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vipubbaka* này cần đến *chi-thiền vitakka*: hướng tâm đến *đối-tượng*.

Muốn chứng đắc **đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm**, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiền-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

2.4- Đề-mục thiền-định tử-thi vicchiddaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* bị chặt ra làm 2 phần.

Hành-giả cần phải tìm ***tử-thi vicchiddaka đồng tính với mình***, nghĩa là *nam hành-giả tìm tử-thi vicchiddaka nam* hoặc *nữ hành-giả tìm tử-thi vicchiddaka nữ* làm *đối-tượng đề-mục thiền-định* của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* bị chặt ra làm 2

phần gọi là đối-tượng **parikammanimitta** là đề-mục thiền-định ban đầu với **parikammabhāvanā**: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thàm trong tâm rằng:

“Vicchiddakaṃ paṭikūḷaṃ, ... Vicchiddakaṃ paṭikūḷaṃ, ... hoặc Từ-thi Vicchiddaka này thật là đáng ghê tởm, ... Từ-thi Vicchiddaka này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: sơ-định trong đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh vicchiddaka là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh vicchiddaka phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng uggahanimitta đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh vicchiddaka bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh vicchiddaka ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng **paṭibhāganimitta** là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh vicchiddaka phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: tâm-hành cận bậc thiện sắc-giới thiện-tâm, có **upacārasamādhī**: cận-định gần bậc thiện sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng vicchiddakapaṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh vicchiddaka ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiện sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề-mục tử-thi vicchiddaka

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* bị chặt ra làm 2 phần.

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh-tương-tự* như *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* bị chặt ra làm 2 phần phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng patibhāganimitta* đó là *tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* bị chặt ra làm 2 phần phát sinh rõ ở trong tâm không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì *tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh vicchiddaka là *đề-mục thiền-định* có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới** thiện-tâm mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vicchiddaka* này cần đến *chi-thiền vitakka*: hướng tâm đến đối-tượng.

Muốn chứng đắc **đệ-nhi-thiền sắc-giới** thiện-tâm, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiền-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

2.5- Đề-mục thiền-định tử-thi vikkhāyitaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành-thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* bị chim kền kền, quạ, điều hâu, chó sói, ... cắn xé ăn bỏ rải rác.

Hành-giả cần phải tìm *tử-thi vikkhāyitaka đồng tính với mình*, nghĩa là *nam hành-giả tìm tử-thi vikkhāyitaka*

nam hoặc nữ hành-giả tìm tử-thi vikkhāyitaka nữ làm đối-tượng đề-mục thiên-định của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* bị chim kèn kèn, quạ, điều hâu, chó sói, ... cắn xé ăn bỏ rải rác gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“*Vikkhāyitakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vikkhāyitakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vikkhāyitakaṃ paṭikūlaṃ, ... hoặc tử-thi Vikkhāyitaka này thật là đáng ghê tởm, ... tử-thi Vikkhāyitaka này thật là đáng ghê tởm, ...*” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là *parikammasamādhī*: sơ-định trong *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* là đối-tượng *parikammanimitta* ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *uggahanimitta* là thô-ảnh-tương-tự như *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng *uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *paṭibhāganimitta*: quang-ảnh-trong-sáng của *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka* phát sinh rõ ở trong tâm với *upacārabhāvanā*: tâm-hành cận bậc thiên sắc-giới, có *upacārasamādhī*: cận-định gần bậc thiên sắc-giới.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng *vikkhāyitakapaṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của

đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề mục tử-thi vikkhāyitaka

- Đối-tượng parikammanimitta đó là đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka bị chim kền kền, quạ, diều hâu, chó sói, ... cắn xé ăn bỏ rả rác.

- Đối-tượng uggahanimitta đó là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka bị chim kền kền, quạ, diều hâu, chó sói, ... cắn xé ăn bỏ rả rác phát sinh rõ ở trong tâm.

- Đối-tượng paṭibhāganimitta đó là tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka bị chim kền kền, quạ, diều hâu, chó sói, ... cắn xé ăn bỏ rả rác phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka là đề-mục thiền-định có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới** thiện-tâm mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhāyitaka này cần đến chi-thiền vitakka: hướng tâm đến đối-tượng.

Muốn chứng đắc đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

2.6- Đề-mục thiền-định tứ-thi vikkhittaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh vikkhittaka như tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rải rác mọi hướng.*

Hành-giả cần phải tìm *tứ-thi vikkhittaka đồng tính với mình*, nghĩa là *nam hành-giả tìm tứ-thi vikkhittaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tứ-thi vikkhittaka nữ* làm đối-tượng đề-mục thiền-định của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định, với *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh vikkhittaka như tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rải rác mọi hướng* gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu với parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng:

“Vikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ... Vikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ... hoặc tứ-thi Vikkhittaka này thật là đáng ghê tởm, ... tứ thi Vikkhittaka này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là *parikammasamādhī: sơ-định trong đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh vikkhittaka* là đối-tượng *parikammanimitta ban đầu ấy* tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *uggahanimitta* là *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh vikkhittaka* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng *uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh vikkhittaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta của đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh vikkhittaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng

paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhittaka phát sinh rõ ở trong tâm với *upacārabhāvanā*: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới, có *upacārasamādhi*: cận-định gần bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng vikkhittakapaṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhittaka ấy với tâm-hành tiến triển dần đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có *appanāsamādhi*: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề mục tử-thi vikkhittaka

- Đối-tượng parikammanimitta đó là đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhittaka như tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rải rác mọi hướng.

- Đối-tượng uggahanimitta đó là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh vikkhittaka như tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rải rác mọi hướng phát sinh rõ ở trong tâm.

- Đối-tượng paṭibhāganimitta đó là tử-thi bất-tịnh vikkhittaka như tay, chân, đầu, mình, ... bị vất bỏ rải rác mọi hướng phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì tử-thi bất-tịnh vikkhittaka ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy tử-thi bất-tịnh vikkhittaka ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh vikkhittaka là đề-mục thiền-định có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì đề-mục

thiên-định tử-thi bất-tịnh vikkhittaka này cần đến *chi-thiên vitakka*: hướng tâm đến đối-tượng.

Muốn chứng đắc *đề-nhi-thiên sắc-giới thiện-tâm*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiên-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

2.7- Đề-mục thiên-định tử-thi hatavikkhittaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* bị đâm bằng giáo, bị chặt bằng dao ra thành nhiều mảnh bỏ rải rác khắp mọi nơi.

Hành-giả cần phải tìm *tử-thi hatavikkhittaka đồng tính với mình*, nghĩa là nam hành-giả tìm *tử-thi hatavikkhittaka nam* hoặc nữ hành-giả tìm *tử-thi hatavikkhittaka nữ* làm đối-tượng đề-mục thiên-định của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định, với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* bị đâm bằng giáo, bị chặt bằng dao ra thành nhiều mảnh bỏ rải rác khắp mọi nơi gọi là đối-tượng *parikammanimitta* là *đề-mục thiên-định ban đầu* với *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu trong *dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng:

“*Hatavikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ... Hatavikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ... Hatavikkhittakaṃ paṭikūlaṃ, ...* hoặc *tử-thi Hatavikkhittaka* này thật là đáng ghê tởm, ... *tử-thi Hatavikkhittaka* này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là *parikammasamādhī*: *sơ-định* trong *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* là *đối-tượng parikammanimitta* ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng*

uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng *uggahanimitta* đã phát sinh, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng *uggahanimitta* của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng *paṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* phát sinh rõ ở trong tâm với *upacārabhāvanā*: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có *upacārasamādhī*: cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng *hatavikkhittakapaṭibhāganimitta* là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có *appanāsamādhī*: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề-mục từ-thi *hatavikkhittaka*

- Đối-tượng *parikammanimitta* đó là đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* bị đâm bằng giáo, bị chặt bằng dao ra thành nhiều mảnh bỏ rải rác khắp nơi.

- Đối-tượng *uggahanimitta* đó là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* bị đâm bằng giáo, bị chặt bằng dao ra thành nhiều mảnh bỏ rải rác khắp mọi nơi phát sinh rõ ở trong tâm.

- Đối-tượng *paṭibhāganimitta* đó là từ-thi bất-tịnh *hatavikkhittaka* bị đâm bằng giáo, bị chặt bằng dao ra thành

hiều mảnh bỏ rải rác khắp mọi nơi phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì *tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka là *đề-mục thiền-định* có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi, không thể chứng đắc *đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm*, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh hatavikkhittaka* này cần đến *chi-thiền vitakka*: *huớng tâm đến đối-tượng*.

Muốn chứng đắc *đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiền-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*.

2.8- Đề-mục thiền-định tử-thi lohitaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka* có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu.

Hành-giả cần phải tìm *tử-thi lohitaka đồng tính với mình*, nghĩa là *nam hành-giả tìm tử-thi lohitaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tử-thi lohitaka nữ* làm đối-tượng *đề-mục thiền-định* của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka* có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu gọi là đối-tượng *parikamma-nimitta* là *đề-mục thiền-định ban đầu* với *parikamma-bhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng: "*Lohitakaṃ paṭikūḷaṃ, ...*

Lohitakam paṭikūlam, ... Lohitakam paṭikūlam, ... hoặc tử-thi Lohitaka này thật là đáng ghê tởm, ... tử-thi Lohitaka này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: sơ-định trong đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-trong-tự như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng uggahanimitta đã phát sinh, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng **paṭibhāganimitta** là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: tâm-hành cận bậc thiện sắc-giới thiện-tâm, có **upacārasamādhī**: cận-định gần bậc thiện sắc-giới thiện-tâm.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng lohitakapaṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka ấy với tâm hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiện sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề-mục tử-thi lohitaka

- Đối-tượng parikammanimitta đó là đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu.

- Đối-tượng uggahanimitta đó là thô-ảnh-trong-tự

như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta đó là tử-thi bất-tịnh lohitaka có máu chảy từ các phần của tử-thi thấm ướt đầy máu phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì tử-thi bất-tịnh lohitaka ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.*

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh lohitaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

*Tử-thi bất-tịnh lohitaka là đề-mục thiền-định có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh lohitaka này cần đến chi-thiền vitakka: hướng tâm đến đối-tượng.*

Muốn chứng đắc *đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

2.9- Đề-mục thiền-định tử-thi puḷuvaka

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* có nhiều giới bỏ ra từ tử-thi.

Hành-giả cần phải tìm *tử-thi puḷuvaka đồng tính với mình*, nghĩa là *nam hành-giả tìm tử-thi puḷuvaka nam hoặc nữ hành-giả tìm tử-thi puḷuvaka nữ* làm đối-tượng đề-mục thiền-định của mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh puḷuvaka* có nhiều giới bỏ ra từ

tử-thi gọi là đối-tượng **parikammanimitta** là đề-mục thiền-định ban đầu với **parikammabhāvanā**: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thàm trong tâm rằng: “*Puḷuvakaṃ paṭikūlaṃ, ... Puḷuvakaṃ paṭikūlaṃ, ... Puḷuvakaṃ paṭikūlaṃ, ... hoặc tử-thi Puḷuvaka này thật là đáng ghê tởm, ... tử-thi Puḷuvaka này thật là đáng ghê tởm, ...*” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhi**: sơ-định trong đề-mục thiền-định *tử-thi* bất-tịnh *puḷuvaka* là đối-tượng **parikammanimitta** ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng **uggahanimitta** là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục-thiền-định *tử-thi* bất-tịnh *puḷuvaka* phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng **uggahanimitta** đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đề-mục thiền-định *tử-thi* bất-tịnh *puḷuvaka* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng **uggahanimitta** của đề-mục thiền-định *tử-thi* bất-tịnh *puḷuvaka* ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng **paṭibhāganimitta** là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định *tử-thi* bất-tịnh *puḷuvaka* phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới, có **upacārasamādhi**: cận-định gần bậc thiền sắc-giới.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng **puḷvakapaṭibhāganimitta** là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định *tử-thi* bất-tịnh *puḷuvaka* ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhi**: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề-mục tử-thi puluvaka

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puluvaka* có nhiều giò bò ra từ tử-thi.

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh-tương-tự* như *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puluvaka* có nhiều giò bò ra từ tử-thi phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta* đó là *tử-thi bất-tịnh puluvaka* có nhiều giò bò ra từ tử-thi phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì *tử-thi bất-tịnh puluvaka* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh puluvaka* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh puluvaka là *đề-mục thiên-định* có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi, không thể chứng đắc đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh puluvaka* này cần đến *chi-thiền vitakka: hướng tâm đến đối-tượng*.

Muốn chứng đắc *đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm*, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiên-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

2.10- Đề-mục thiên-định tử-thi aṭṭhika

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* chỉ còn bộ xương mà thôi.

Hành-giả cần phải tìm *tử-thi aṭṭhika* làm đối-tượng đề-mục thiên-định.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục*

thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika chỉ còn bộ xương mà thôi gọi là đối-tượng parikammanimitta là đề-mục thiền-định ban đầu với parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta) đó là dục-giới đại-thiện-tâm niệm thâm trong tâm rằng:

“Aṭṭhikaṃ paṭikūlaṃ, ... Aṭṭhikaṃ paṭikūlaṃ, ... Aṭṭhikaṃ paṭikūlaṃ, ... hoặc tử-thi aṭṭhika này thật là đáng ghê tởm, ... tử-thi aṭṭhika này thật là đáng ghê tởm, ...” như vậy.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là **parikammasamādhī**: sơ-định trong đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika là đối-tượng parikammanimitta ban đầu ấy tiến triển dần dần trở thành đối-tượng uggahanimitta là thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi đối-tượng uggahanimitta đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến đối-tượng đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika ấy bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành đối-tượng **paṭi-bhāganimitta** là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika phát sinh rõ ở trong tâm với **upacārabhāvanā**: tâm-hành cận bậc thiện sắc-giới, có **upacārasamādhī**: cận-định gần bậc thiện sắc-giới.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến đối-tượng aṭṭhikapāṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika ấy với tâm-hành tiến triển dần đến **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc bậc thiện sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có **appanāsamādhī**: an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Ba loại nimitta của đề-mục tử-thi aṭṭhika

- *Đối-tượng parikammanimitta* đó là *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* chỉ còn *bộ xương mà thôi*.

- *Đối-tượng uggahanimitta* đó là *thô-ảnh-tương-tự* như *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* chỉ còn *bộ xương mà thôi* phát sinh rõ ở trong tâm.

- *Đối-tượng paṭibhāganimitta* đó là *tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* chỉ còn *bộ xương mà thôi* phát sinh rõ ở trong tâm, không còn đáng ghê tởm nữa, bởi vì *tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* ấy giống như tượng sạch sẽ trong sáng.

Mặc dù vậy, hành-giả vẫn cảm thấy *tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* ấy thật là đáng ghê tởm.

Tử-thi bất-tịnh aṭṭhika là *đề-mục thiên-định* có tính chất thô nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi, không thể chứng đắc **đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm**, v.v... được, bởi vì *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh aṭṭhika* này cần đến *chi-thiền vitakka*: hướng tâm đến *đối-tượng*.

Muốn chứng đắc **đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm**, v.v..., hành-giả cần phải thay đổi *đề-mục thiên-định* khác có khả năng chứng đắc 5 bậc **thiền sắc-giới thiện-tâm**.

Tính-chất của đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh

10 *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh* (asubha) này là những *đối-tượng* có tính-chất thô, nên chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** mà thôi.

Tiền-kiếp chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

- Nếu hành-giả là người đã từng chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh* này trong *tiền-kiếp* gần kiếp hiện-tại, thì khi hành-giả hướng tâm đến *tử-thi bất-tịnh* nào làm *đối-tượng đề-mục*

thiền-định gọi là *parikammanimitta*: *đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu*, với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (javanacitta)* đó là *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh ấy*, thì *đối-tượng uggahanimitta*: *thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh ấy* mau chóng phát sinh rõ ở trong tâm.

Khi *đối-tượng uggahanimitta* đã phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả không nên hướng tâm đến *đối-tượng đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh ấy* bên ngoài nữa, mà chỉ hướng tâm đến *đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh ấy* bên trong tâm mà thôi, tiến triển dần dần trở thành *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh ấy* phát sinh rõ ở trong tâm với *upacārabhāvanā*: *tâm-hành cận bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, có upacārasamādhi*: *cận-định gần bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta là quang-ảnh-trong-sáng của đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh ấy* với tâm-hành tiến triển dần đến *appanābhāvanā*: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm trong sắc-giới lộ-trình-tâm, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, có appanāsamādhi*: *an-định trong đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Ngoài ra, đối với các hành-giả khác thực hành pháp-hành thiền-định khi hướng tâm đến *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* nào thì *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh ấy* cũng có thể chậm phát sinh rõ ở trong tâm, nhưng không chắc chắn.

- Nếu trường hợp hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* nào

trong một thời gian lâu, mà chưa thấy *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh* ấy phát sinh rõ ở trong tâm, thì hành-giả nên quán xét *đề-mục tử-thi bất-tịnh* ấy bằng 6 cách như sau:

1- **Vaññato**: *Quán xét màu sắc*, nên biết rõ tử-thi ấy là người da vàng, da trắng, da đen.

2- **Liṅgato**: *Quán xét 3 thời*, nên biết rõ tử-thi ấy thuộc thời ấu niên hoặc thời trung niên hoặc thời lão niên.

3- **Santhānato**: *Quán xét bộ phận*, nên biết rõ mỗi bộ phận của tử-thi ấy: đầu, cổ, ngực, tay, chân, v.v...

4- **Disato**: *Quán xét về hướng*, nên biết rõ tử-thi ấy từ lỗ rún trở lên là phần trên, từ lỗ rún trở xuống là phần dưới. Hoặc biết rõ rằng: “*Ta đứng phía này, tử-thi nằm phía kia.*”

5- **Okāsato**: *Quán xét nơi chốn*, nên biết rõ tử-thi ấy rằng: *đầu, mình, tay, chân, v.v... ở nơi ấy.* Hoặc biết rõ rằng: “*Ta đứng nơi này, tử-thi nằm nơi kia.*”

6- **Paricchato**: *Quán xét mỗi phần*, nên biết rõ phần trên đỉnh tử-thi ấy đến tóc, phần dưới cùng tử-thi ấy đến bàn chân, toàn phần tử-thi có da bao bọc.

Dù hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh* ấy, đã *quán xét về 6 cách như vậy*, vẫn chưa thấy *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh* ấy phát sinh rõ ở trong tâm.

Vậy, hành-giả nên quán xét *đề-mục tử-thi bất-tịnh* ấy bằng 5 cách nữa như sau:

1- **Sandhito**: *Quán xét chỗ kết nối*, nên biết rõ rằng: tử-thi ấy có 14 chỗ kết nối chính là tay phải có 3 chỗ, tay trái có 3 chỗ, chân phải có 3 chỗ, chân trái có 3 chỗ, cổ 1 chỗ, và eo 1 chỗ.

2- *Vivarato*: Quán xét nơi có lỗ, nên biết rõ rằng đó là lỗ mắt, lỗ tai, lỗ mũi, lỗ miệng, mở miệng, ngậm miệng, v.v...

3- *Ninnato*: Quán xét chỗ lõm, nên biết rõ rằng đó là chỗ lõm sâu mắt, chỗ lõm sâu cổ, chỗ lõm sâu miệng, ... Hoặc biết rõ rằng: *ta đứng chỗ cao, tử-thi nằm chỗ thấp*.

4- *Thalato*: Quán xét bề mặt, nên biết rõ rằng: chỗ lồi ấy là đầu gối, trán, ngực, ... Hoặc biết rõ rằng: *ta đứng chỗ cao, tử-thi nằm chỗ thấp*.

5- *Samantato*: Quán xét toàn thể, nên biết rõ toàn phần tử-thi, nếu nhận thấy rõ tử-thi thuộc loại nào thì hướng tâm đến loại tử-thi ấy.

Ví dụ: *Tử-thi Uddhumātaka*, hoặc *tử-thi Vinīlaka*, hoặc *tử-thi Vipubbaka*, v.v... với *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu trong lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm (*javanacitta*) đó là *đục-giới đại-thiện-tâm* niệm thâm trong tâm rằng: *Uddhumātakaṃ paṭikūlaṃ*, ... hoặc *Vinīlakaṃ paṭikūlaṃ*, ... hoặc *Vipubbakaṃ paṭikūlaṃ*, v.v...

Xem xét tử-thi bất-tịnh

Khi hành-giả đứng xem xét tử-thi bất-tịnh, không nên đứng dưới gió, cũng không nên đứng phía trên đầu tử-thi hoặc đứng phía dưới chân tử-thi. Hành-giả nên đứng khoảng giữa cách tử-thi không gần quá hoặc không xa quá.

Nếu hành-giả có tánh hay sợ tử-thi khi thực hành pháp-hành thiền-định *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh*, thì *đối-tượng uggahanimitta* dễ phát sinh hơn hành-giả không có tánh sợ tử-thi.

Vì vậy, nếu muốn sắp đặt hoặc di chuyển tử-thi ấy thì hành-giả nên nhờ những người khác đến giúp làm việc ấy. Còn hành-giả tuyệt nhiên không đụng chạm đến tử-thi

ấy, bởi vì thường đụng chạm đến tử-thi thì tánh sợ tử-thi không còn nữa.

Nếu không sợ tử-thi thì **đối-tượng uggahanimitta** khó phát sinh rõ ở trong tâm. Ví như những người làm nghề liên quan đến tử-thi, thường tiếp xúc với tử-thi trải qua thời gian lâu, nhưng không hề có **đối-tượng uggahanimitta** phát sinh trong tâm của họ.

Uggahanimitta có hại đối với người hay sợ

Đối với hành-giả có *tánh hay sợ* “*ma*” ⁽¹⁾ và không hiểu biết rõ về **đối-tượng uggahanimitta** *thô-ảnh-trong-tư như đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* như thế nào, nên sau khi **đối-tượng uggahanimitta** của *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* phát sinh rõ ở trong tâm, khi hành-giả đi, đứng, ngồi, nằm lúc nào cũng thấy rõ tử-thi ấy phát sinh trong tâm như dính liền với mắt.

Thật ra, đó là kết quả tốt của pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* ấy của mình, nhưng vì tự mình không hiểu biết đúng đắn như vậy, nên hành-giả phát sinh tâm sợ hãi nghĩ rằng:

“*Ta đang bị ‘ma’ theo bên mình.*”

Do đó, hành-giả ngủ không được, phát sinh bệnh.

Để tránh sự tai hại, hành-giả có *tánh hay sợ* “*ma*”, nếu có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* nào thì hành-giả cần phải gạn gỡ, thân cận với vị Thiền sư chỉ dạy cho hiểu biết rành rẽ về 3 loại *nimitta* là **đối-tượng parikammanimitta**, **đối-tượng uggahanimitta** và **đối-tượng paṭibhāganimitta** của mỗi *đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh* ấy.

Dù vậy, đối với hành-giả có *tánh hay sợ*, khi thực

¹ “*Ma*” là ám chỉ một loại phi nhân ác hay quấy nhiễu người tâm thường.

hành pháp-hành thiền-định *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy, hành-giả cũng nên gần gũi, thân cận với vị Thiền sư, nếu khi **đối-tượng uggahanimitta** *thô-ảnh-tương-tự* của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy phát sinh rõ ở trong tâm thì hành-giả nên thừa trình pháp ấy cho vị Thiền sư biết, để được chỉ dạy phương pháp tiếp tục thực hành làm cho **đối-tượng uggahanimitta** tiên triển tốt trở nên **đối-tượng paṭibhāganimitta** để chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

* *Sự khác biệt giữa đối-tượng parikammanimitta với đối-tượng uggahanimitta của đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh như thế nào?*

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* để nhằm lần giữa *đối-tượng parikammanimitta* với *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy như sau:

- **Đối-tượng parikammanimitta** là *đề-mục thiền-định ban đầu* mà hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy, hành-giả đứng mở mắt nhìn xem xét kỹ lưỡng từng bộ phận của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy, rồi ghi nhớ rõ ràng toàn bộ phận *tứ-thi bất-tịnh* trong tâm, đó chưa phải là **đối-tượng uggahanimitta** của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy, mà chỉ là **tướng tâm-sở** (*saññācetasita*) ghi nhớ đến *đối-tượng quá-khứ* của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy mà thôi, nên còn là **đối-tượng parikammanimitta**.

- **Đối-tượng uggahanimitta** là *đối-tượng thô-ảnh-tương-tự* của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy phát sinh rõ ở trong tâm, dù hành-giả đi, đứng, ngồi, nằm lúc nào *đối-tượng thô-ảnh-tương-tự* của *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy cũng hiện rõ trong tâm mà không phải nhớ tưởng đến *đề-mục thiền-định tứ-thi bất-tịnh* ấy.

Đề-mục tử-thi bất-tịnh với đối-tượng uggahanimitta

Trong 10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh chia ra 2 loại:

- 1- *Tử-thi bất-tịnh thật đáng ghê tởm nhiều.*
- 2- *Tử-thi bất-tịnh thật đáng ghê tởm ít.*

* Đối với hành-giả, nếu đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh nào *thật đáng ghê tởm nhiều thì đối-tượng uggahanimitta dễ phát sinh rõ ở trong tâm.*

* Đối với hành-giả, nếu đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh nào *thật đáng ghê tởm ít thì đối-tượng uggahanimitta khó phát sinh rõ ở trong tâm.*

Một cách khác, *đề-mục bất-tịnh (asubha)* có 2 loại:

- *Đề-mục bất-tịnh (asubha)* không có sinh-mạng đó là **10 đề-mục thiên-định tử-thi bất-tịnh dễ phát sinh đối-tượng uggahanimitta.**

- *Đề-mục bất-tịnh (asubha)* có sinh-mạng đó là *thân thể của mình và của người khác khó phát sinh đối-tượng uggahanimitta.* Ví dụ như:

- Khi bộ phận trong thân thể bị sưng lên do nguyên nhân nào đó, hành-giả niệm tưởng rằng:

Đó là đề-mục thiên-định bất-tịnh uddhumātaka.

- Khi bộ phận trong thân thể bị thương chảy máu, bị nổi ung nhọt máu mủ chảy ra, hành-giả niệm tưởng rằng:

Đó là đề-mục thiên-định bất-tịnh vipubbaka.

- Khi thân thể bị đứt chân, đứt tay, ... do nguyên nhân nào đó, hành-giả niệm tưởng rằng:

Đó là đề-mục thiên-định bất-tịnh vicchiddaka.

- Khi bị tai nạn có nhiều thương tích làm cho máu chảy thấm ướt thân thể, hành-giả niệm tưởng rằng:

Đó là đề-mục thiền-định bất-tịnh lohitaka, v.v...

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục-thiền-định bất-tịnh* có *sinh-mạng* đó là *thân thể của mình và của người khác khi đang còn sống*, tuy khó phát sinh ***đối-tượng uggahanimitta***, nhưng chư bậc thiện-trí thường thực hành những *đề-mục thiền-định bất-tịnh* này.

Cho nên, *đề-mục thiền-định bất-tịnh* này không chỉ con người sau khi chết, mà còn khi con người đang sống cũng làm *đề-mục thiền-định bất-tịnh* được.

Thật vậy, thân thể con người vốn là bất-tịnh, không tốt đẹp, đầy ô trọc, thật đáng nhàm chán.

Sở dĩ không nhìn thấy thân thể con người bất-tịnh như vậy, là vì nhìn thấy bên ngoài thân hình, con người bất-tịnh bị che kín bởi y phục, đồ trang sức quý giá.

Nếu có trí-tuệ thấu suốt lộn ngược bên trong thân ra bên ngoài, bên ngoài thân vào bên trong thì thân thể con người này sẽ như thế nào?

Vì vậy, bậc thiện-trí có trí-tuệ sáng suốt thấy rõ, biết rõ sự thật của *thân này bất-tịnh, đầy ô trọc*, ngay khi thân này còn *sinh-mạng*.

Nhận xét về đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh

Đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc ***đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*** mà thôi, bởi vì đề-mục thiền-định tử-thi bất-tịnh này là *đối-tượng thô*, luôn luôn cần đến *chi-thiền vitakka: hướng tâm đến đề-mục thiền-định*, nên hành-giả sau khi đã chứng đắc ***đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*** rồi, muốn chứng đắc ***đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm***, hành-giả cần phải thay đổi đề-mục thiền-định khác có khả năng dẫn đến chứng đắc ***đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm***, v.v...

Sau khi chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* với đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh này rồi, nếu hành-giả không muốn thay đổi sang đề-mục thiền-định khác, thì hành-giả xem xét *đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh* ấy có *màu sắc nào* hiện rõ ràng nhất, sử dụng *màu sắc* ấy trở thành *đề-mục thiền-định vaṇṇakasiṇa*.

Ví dụ: *Màu xanh* ...

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định màu xanh* gọi là *nīlakasiṇa* mà phương pháp thực hành để chứng đắc các thiền sắc-giới thiện-tâm bậc cao giống như *đề-mục thiền-định nīlakasiṇa* đã trình bày trong phần vaṇṇakasiṇa.

Đề-mục-từ-thi bất-tịnh có 2 pháp-hành

Từ-thi bất-tịnh (asubha) là đối-tượng của 2 pháp hành: *pháp-hành thiền-định* và *pháp-hành thiền-tuệ*.

- ***Pháp-hành thiền-định***: *Từ-thi bất-tịnh (asubha)* có 10 *đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh* như đã được trình bày trong phần trước.

- ***Pháp-hành thiền-tuệ***: *Từ-thi bất-tịnh (asubha)* có 9 đối-tượng được Đức-Phật thuyết giảng trong phần *thân niệm-xứ* trong bài kinh *Mahāsatipatṭhānasutta* (kinh *Đại-từ-niệm-xứ*) phần *Kāyānupassanā navasivathikapabba*.

Chín đối-tượng *từ-thi bất-tịnh (asubha)* trong phần *thân niệm-xứ* thuộc về *sắc-pháp* có khả năng dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, diệt tận được mọi phiền-não, mọi tham-ái, trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* sẽ tịch diệt *Niết-bàn*, chấm dứt khổ tử sinh luân-hồi trong tam- giới.

(Xong 10 *đề-mục thiền-định từ-thi bất-tịnh*.)

3- 10 Đề-Mục Thiền-Định Niệm-Niệm (Anussati)

Anussati nghĩa là *niệm-niệm liên-tục* có chi-pháp là *saticetasika* (*niệm tâm-sở*) đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* có 10 đề-mục thiền-định niệm-niệm làm đối-tượng.

Anussati: Niệm-niệm có 10 đề-mục thiền-định:

- 1- *Buddhānussati: Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật.*
- 2- *Dhammānussati: Đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp.*
- 3- *Saṃghānussati: Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng.*
- 4- *Sīlānussati: Đề-mục niệm-niệm giới của mình.*
- 5- *Cāgānussati: Đề-mục niệm-niệm sự bố-thí của mình.*
- 6- *Devatānussati: Đề-mục niệm-niệm 5 pháp chư thiên có nơi mình.*
- 7- *Upasamānussati: Đề-mục niệm-niệm thật-tánh tịch tịnh Niết-bàn.*
- 8- *Maraṇānussati: Đề-mục niệm-niệm sự chết.*
- 9- *Kāyagatāsati: Đề-mục niệm 32 thể trọc (trọc) trong thân của mình.*
- 10- *Ānāpānassati: Đề-mục niệm hơi thở vào, hơi thở ra.*

Đó là 10 đề-mục thiền-định niệm-niệm (*anussati*) làm đối-tượng của pháp-hành thiền-định.

3.1- *Buddhānussati: Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật*

Buddhānussati là đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục *Buddhānussati: đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật*, có *niệm tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* có 9 ân-Đức-Phật làm đối-tượng.

Thực hành đề-mục Buddhānussati

Pháp-hành thiên-định đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật, như Đức-Phật thuyết dạy trong bài kinh *Dhajaggasutta* ⁽¹⁾ phương pháp niệm 9 ân-Đức-Phật như sau:

“*Itipi so Bhagavā Arahaṃ Sammāsambuddho Vijjācaranasampanno Sugato Lokavidū Anuttaro purisadammasārathi Satthā devamanussānaṃ Buddho Bhagavā.*”

Ý nghĩa 9 ân-Đức-Phật

1- **Arahaṃ**: Đức-Thế-Tôn có ân-đức A-ra-haṃ là Đức-A-ra-hán: có thân, khẩu, ý hoàn toàn trong sạch thanh-tịnh, xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng-dường của chư-thiên, chư phạm-thiên, nhân-loại.

2- **Sammāsambuddho**: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Sammāsambuddho là Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác: tự mình chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái không còn dư sót, đặc biệt diệt được mọi tiền-khiên-tật, (vāsana) đã được tích lũy từ vô số kiếp trong quá-khứ, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh, gọi là **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác** độc nhất vô nhị.

3- **Vijjācaranasampanno**: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Vijjācaranasampanno là Đức-Minh-Hạnh-Túc: có đầy đủ tam-minh, bát-minh và 15 đức-hạnh cao thượng.

4- **Sugato**: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Sugato là Đức-Thiện-Ngôn: thuyết pháp chân-lý tế độ chúng-sinh chắc chắn đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài thật sự trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai.

5- **Lokavidū**: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Lokavidū là

¹ Bộ Saṃyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Dhajaggasutta.

Đức-Thông-suốt tam-tổng-pháp: thấy rõ, biết rõ tổng các loài chúng-sinh, tổng các cõi-giới chúng-sinh, tổng các pháp-hành chánh-pháp.

6- **Anuttaro purisadammasārathi:** Đức-Thế-Tôn có ân-đức Anuttaro purisadammasārathi là Đức-Vô-Thượng-Giáo-Hóa chúng-sinh: cải tà quy chánh, bỏ ác làm thiện, từ hạng phàm-nhân trở thành bậc Thánh-nhân.

7- **Satthā devamanussānam:** Đức-Thế-Tôn có ân-đức Satthādevamanussānam là Đức-Thiên-Nhân-Sư: Đức Thầy của chư-thiên, chư phạm-thiên, nhân-loại.

8- **Buddho:** Đức-Thế-Tôn có ân-đức Buddho là Đức-Phật: chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái không còn dư sót, đặc biệt diệt được mọi tiền-khiên-tật (vāsana), trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh, gọi là Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác độc nhất vô nhị.

Đức-Phật thuyết pháp giáo huấn chúng-sinh có duyên lành cũng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế y theo Đức-Phật, cũng chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu, bậc Thánh Nhất-lai, bậc Thánh Bất-lai, bậc Thánh A-ra-hán tùy theo năng lực các pháp-hạnh ba-la-mật và 5 pháp-chủ của mỗi hàng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật.

9- **Bhagavā:** Đức-Thế-Tôn có ân-đức Bhagavā là Đức-Thế-Tôn: có 6 Đức đặc biệt do đầy đủ trọn vẹn 30 pháp-hạnh ba-la-mật của Đức-Phật.

9 ân-Đức-Phật này chỉ có nơi chư Phật Chánh-Đẳng-Giác mà thôi. Ngoài chư Phật ấy ra, không có một samôn, hoặc bà-la-môn, hoặc chư-thiên, hoặc phạm-thiên nào có 9 ân-Đức-Phật này được.

Thật vậy, chư *Phật Chánh-Đẳng-Giác* quá-khứ, *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* hiện-tại, *chư Phật Chánh-Đẳng-Giác* vị-lai đều có đầy đủ 9 ân-Đức-Phật này.

Giảng giải về 9 ân-Đức-Phật

Trong bộ Chú-giải giảng giải 9 ân-Đức-Phật được tóm lược sau đây:

3.1.1- Ân-Đức-Phật Araham

Itipi so Bhagavā Araham.

(Cách đọc: Í-tí-pí xô phá-gá-voa Á-rá-hăng)

Nghĩa:

- *So Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

- *Itipi: Bởi Ngài là Bậc Thánh A-ra-hán cao thượng có thân, khẩu, ý hoàn toàn trong sạch và thanh-tịnh, xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng-dường của nhân-loại, chư-thiên, chư phạm-thiên, ...*

Vì vậy, Araham: Đức-Thế-Tôn có ân-đức A-ra-hán.

Araham có 5 ý nghĩa:

- *Araham có nghĩa là xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng-dường.*

- *Araham có nghĩa là đã xa lìa vĩnh viễn mọi phiền-nã.*

- *Araham có nghĩa là đã diệt tận được mọi kẻ thù là phiền-nã.*

- *Araham có nghĩa là đã phá hủy vòng luân-hồi trong ba giới bốn loài.*

- *Araham có nghĩa là không bao giờ làm điều ác ở nơi kín đáo.*

Giải thích:

1- *Araham có ý nghĩa bậc xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng-dường như thế nào?*

Đức-Thế-Tôn là *Bạc-Tối-Thượng* độc nhất vô nhị trong muôn ngàn cõi-giới chúng-sinh.

Thật vậy, *Đức-Thế-Tôn* có đầy đủ 5 đức: *giới-đức*, *định-đức*, *tuệ-đức*, *giải-thoát-đức*, *giải-thoát tri-kiến-đức* hoàn toàn trong sạch thanh-tịnh.

Ngoài *Đức-Thế-Tôn* ra, trong toàn thể chúng-sinh không có một người nào, một Sa-môn, Bà-la-môn, chư-thiên, phạm-thiên ... nào có đầy đủ 5 đức ấy như *Đức-Thế-Tôn*.

Chỉ có *Đức-Thế-Tôn* mới có đầy đủ 5 đức ấy mà thôi, cho nên, *Đức-Thế-Tôn* là *Bạc-Tối-Thượng* nhất trong toàn cõi-giới chúng-sinh, là Bạc xứng đáng cho chúng-sinh lễ bái cúng-dường. Chúng-sinh lễ bái cúng-dường đến *Đức-Thế-Tôn* rồi, sẽ được quả báu lớn, sự lợi ích lớn, sự tiến hóa cao thượng, sự an-lạc cao thượng lâu dài. Như *Đức-Phật* dạy:

- *Này chư tỳ-khưu! Bạc cao thượng độc nhất, khi xuất hiện trên thế gian, để đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài cho phần đông chúng-sinh, để tế độ chúng-sinh, nhân-loại, chư-thiên, phạm-thiên. Bạc-Tối-Thượng độc nhất ấy là ai?*

Bạc-Tối-Thượng độc nhất ấy chính là *Như-Lai*, *Đức A-ra-hán*, *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*.

- *Này chư tỳ-khưu! Như-Lai là Bạc-Tối-Thượng độc nhất, khi xuất hiện trên thế gian, để đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài cho phần đông chúng-sinh, nhân-loại, chư-thiên, phạm-thiên*”⁽¹⁾.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có **ân-đức Araham** với ý nghĩa bậc xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng-dường của tất cả chúng-sinh.

¹ *Anguttaranikāya*, phần *Ekakanipāta*.

2- *Arahaṃ có ý nghĩa xa lìa vĩnh viễn mọi phiền-não là thế nào?*

Phiền-não dịch từ tiếng Pāli: *Kilesa*.

Kilesa: *Phiền-não* là những *bất-thiện tâm-sở* đồng sinh với 12 *bất-thiện-tâm* làm cho tâm nóng nảy, khó chịu, khổ tâm, khổ thân, *phiền-não* còn làm cho tâm, tâm-sở bị ô nhiễm, khiến tạo nghiệp do thân, khẩu, ý.

Phiền-não có 10 loại

1- **Tham** (*Lobha*) đó là *tham tâm-sở* đồng sinh với 8 *tham-tâm* có trạng-thái tham muốn, hài lòng trong đối-tượng.

2- **Sân** (*Dosa*) đó là *sân tâm-sở* đồng sinh với 2 *sân-tâm* có trạng-thái sân hận, không hài lòng trong đối-tượng.

3- **Si** (*Moha*) là *si tâm-sở* đồng sinh với 12 *bất-thiện-tâm*, có trạng-thái si-mê, không hiểu biết thật-tánh của các pháp.

4- **Tà-kiến** (*Diṭṭhi*) là *tà-kiến tâm-sở* đồng sinh với 4 *tham-tâm hợp* với *tà kiến*, có trạng-thái thấy sai, chấp lầm nơi đối-tượng.

5- **Ngã-mạn** (*Māna*) đó là *ngã-mạn tâm-sở* đồng sinh với 4 *tham-tâm không hợp* với *tà-kiến*, có trạng-thái so mình với người: *hơn người, bằng người, kém thua người*.

6- **Hoài-nghi** (*Vicikicchā*) đó là *hoài-nghi tâm-sở* đồng sinh với *si-tâm hợp* với *hoài-nghi*, có trạng-thái hoài-nghi nơi các đối-tượng.

7- **Buồn-chán** (*Thīna*) đó là *buồn-chán tâm-sở* đồng sinh với 4 *tham tâm* và 1 *sân tâm* gồm có 5 *bất-thiện-tâm cần tác-động*, có trạng-thái không hăng hái, buông bỏ đối-tượng.

8- **Phóng-tâm** (*Uddhacca*) là *phóng-tâm tâm-sở* đồng sinh với 12 *bất-thiện-tâm*, có trạng-thái không an trụ nơi đối-tượng.

9- **Không-biết hổ-thẹn** (*Ahirika*) đó là *không-hổ-thẹn tâm-sở* đồng sinh với 12 *bất-thiện-tâm*, có trạng-thái tự mình không biết hổ-thẹn tội-lỗi khi hành ác.

10- **Không-biết ghê-sợ** (*Anottappa*) đó là *không-ghê-sợ tâm-sở* đồng sinh với 12 *bất-thiện-tâm*, có trạng-thái không biết ghê-sợ tội-lỗi khi hành ác.

Đó là 10 loại *phiền-não*, mỗi khi có *phiền-não* nào phát sinh ở *bất-thiện-tâm* nào, thì không những làm cho tâm bị ô nhiễm, nóng nảy, mà còn làm cho thân cũng nóng nảy, khó chịu, mặt mày mất vẻ tự nhiên.

Tính chất của *phiền-não* có 3 loại

- **Vītikamakilesa** đó là *phiền-não loại thô* được biểu hiện ra ở thân hành ác, khẩu nói ác. *Phiền-não loại thô* này có thể bị diệt bằng *pháp-hành-giới*.

Hành-giả có *tác-ý thiện-tâm* (*cetanākusala*) tránh xa thân hành ác và khẩu nói ác, giữ gìn giới cho thân và khẩu được trong sạch, thì *diệt-từng-thời* được *phiền-não* (*tadaṅgappahāna*) *loại thô* này.

- **Pariyuṭṭhānakilesa** đó là *phiền-não loại trung* phát sinh ở trong tâm, đó là *pháp-chướng-ngại* (*nīvaraṇa*)⁽¹⁾ có 5 *pháp* làm cho tâm ô nhiễm, làm chướng ngại mọi *thiện-pháp*, nhất là *pháp-hành thiền-định*.

Phiền-não loại trung này có thể bị diệt bằng *pháp-hành thiền-định*.

Khi hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định* dẫn đến chúng đặc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, nhờ có 5

¹ **Nīvaraṇa**: *Pháp-chướng-ngại* có 5 *pháp* là *tham-dục, sân-hận, buồn-chán - buồn-ngủ, phóng-tâm - hối-hận, hoài-nghi*.

chi-thiền có khả năng diệt bằng cách chế-ngự được 5 pháp-chương-ngại (vikkhambhanappahāna) phiền-não loại trung.

- **Anusayakilesa** ⁽¹⁾ đó là *phiền-não cực kỳ vi-tế* ẩn tàng ngấm ngấm ở trong tâm, đó là 7 *pháp phiền-não ngấm ngấm trong tâm.*

Phiền-não loại cực kỳ vi-tế này có thể bị diệt bằng pháp-hành thiên-tuệ.

Khi hành-giả thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng đắc 4 *Thánh-đạo-tuệ* mới có khả năng *diệt tận được (samucchadappahāna) phiền-não ngấm ngấm cực kỳ vi-tế này.*

Phiền-não tính rộng có 1.500 loại

Khi 10 loại phiền-não kể trên liên quan đến đối-tượng làm nhân duyên để phát sinh phiền-não, tính rộng có 1.500 loại phiền-não. Cách tính như sau:

75 pháp có thể làm đối-tượng của phiền-não:

- **Tâm** tính là 1 pháp (*vì cùng có một trạng-thái biệt đối-tượng*).

- **Tâm-sở** tính 52 pháp (*mỗi tâm-sở có mỗi trạng-thái riêng biệt*).

- **Sắc-pháp** chỉ có 18 *sắc-pháp* hiện hữu thật rõ ràng, và 4 *pháp trạng-thái* của sắc-pháp.

Như vậy, gồm có $(1 + 52 + 18 + 4) = 75$ pháp có thể làm đối-tượng của phiền-não.

75 pháp này là đối-tượng của phiền-não ở bên trong mình, là kẻ thù bên trong.

¹ **Anusaya:** *Phiền-não ngấm ngấm trong tâm có 7 pháp là ái-dục ngấm-ngấm, ái-kiếp ngấm-ngấm, hận-thù ngấm-ngấm, ngã-mạn ngấm-ngấm, tà-kiến ngấm-ngấm, hoài-nghi ngấm-ngấm, vô-minh ngấm-ngấm.*

75 pháp này cũng là đối-tượng của phiền-nã ở bên ngoài mình, là kẻ thù bên ngoài.

Đối-tượng của phiền-nã bên trong mình có 75 pháp và bên ngoài mình có 75 pháp gồm cả thảy 150 pháp, nhân với 10 loại phiền-nã (*tham, sân, si, tà-kiến, ngã-mạn, hoài-nghi, buồn-chán, phóng-tâm, không-hổ-thẹn tội-lỗi, không-ghê-sợ tội-lỗi*) thành 1.500 loại phiền-nã.

Thật ra, 10 loại phiền-nã trong 12 bất-thiện-tâm mới làm cho tâm bị ô nhiễm, làm cho tâm nóng nảy, khó chịu, khổ tâm, khổ thân.

Phiền-nã làm nhân duyên trực tiếp tạo mọi ác-nghiệp và làm nhân duyên gián tiếp tạo mọi thiện-nghiệp trong tam-giới (do vô-minh làm duyên, nên tạo ác-nghiệp, thiện-nghiệp), để rồi cho quả của nghiệp, dẫn dắt trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Nghiệp này bị dẫn dắt cho quả tái-sinh kiếp sau do bởi *tham-ái* (*taṇhā*).

Tham-ái đó là *tham tâm-sở* (*lobhacetasika*).

Tham-ái có tất cả 108 loại.

Cách tính 108 loại tham-ái: theo 3 loại, 6 đối-tượng, 2 bên (trong và ngoài), 3 thời như sau:

* **Tham-ái có 3 loại**

- **Dục-ái:** Tham-ái trong 6 đối-tượng: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.

- **Hữu-ái:** Tham-ái trong 6 đối-tượng hợp với thường-kiến và tham-ái trong thiên sắc-giới thiện-tâm, thiên vô-sắc-giới thiện-tâm, trong cõi sắc-giới, cõi vô-sắc-giới.

- **Phi-hữu-ái:** Tham-ái trong 6 đối-tượng hợp với đoạn-kiến.

*** Đối-tượng của tham-ái có 6 loại**

- 1- *Sắc-ái*: *Sắc đẹp là đối-tượng của tham-ái.*
- 2- *Thanh-ái*: *Thanh hay là đối-tượng của tham-ái.*
- 3- *Hương-ái*: *Hương thơm là đối-tượng của tham-ái.*
- 4- *Vị-ái*: *Vị ngon là đối-tượng của tham-ái.*
- 5- *Xúc-ái*: *Xúc êm ấm là đối-tượng của tham-ái.*
- 6- *Pháp-ái*: *Pháp vừa lòng là đối-tượng của tham-ái.*

*** 2 bên:**

- 1- *Bên trong*: *Tham-ái phát sinh bên trong tâm của mình.*
- 2- *Bên ngoài*: *Tham-ái phát sinh bên ngoài mình, của người khác.*

*** 3 Thời:**

- 1- *Thời quá-khứ*: *Tham-ái đã phát sinh trong thời quá khứ.*
- 2- *Thời hiện-tại*: *Tham-ái đang phát sinh trong thời hiện-tại.*
- 3- *Thời vị-lai*: *Tham-ái sẽ phát sinh trong thời vị-lai.*

Như vậy, tham-ái có **3 loại** nhân với **6 đối-tượng**, nhân với **2 bên** (trong và ngoài), nhân với **3 thời** (quá-khứ, hiện-tại, vị-lai) $(3 \times 6 \times 2 \times 3) = 108$ loại tham-ái là **nhân sinh khổ-đế**.

Đức-Bồ-tát Siddhattha chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được tất cả 1.500 loại phiền-não, 108 loại tham-ái không còn dư sót, đặc biệt diệt được mọi tiền-khiên-tật (*vāsanā*)⁽¹⁾ do được tích lũy từ vô số kiếp ở quá-khứ, tại dưới cội Đại-Bồ-Đề trong khu rừng Uruvelā, vào canh chót đêm rằm tháng tư (âm lịch), trở thành bậc **Thánh A-ra-hán đầu tiên** trong toàn

¹ *Vāsanā*: Tiền-khiên-tật này, bậc Thánh thanh-văn không thể diệt được, bậc Thánh A-ra-hán chỉ có khả năng diệt tận được 1.500 loại phiền-não và 108 loại tham-ái mà thôi, nhưng không thể diệt được mọi tiền-khiên-tật đã được tích lũy từ vô số kiếp ở quá-khứ.

cõi-giới chúng-sinh, gọi là **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác** (*Sammāsambuddha*) *độc nhất vô nhị*, có danh hiệu là **Đức-Phật Gotama**.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có *ân-đức Araham* với ý nghĩa xa lìa vĩnh viễn mọi *phiền-não*, mọi *tham-ái* và *tiên-khiên-tật* không còn dư sót.

3- *Araham* có ý nghĩa diệt tận mọi kẻ thù là *phiền-não* như thế nào?

Đức-Phật dạy: “*Kẻ thù nguy hiểm chính là 1.500 loại phiền-não của mình.*”

Sở dĩ gọi *phiền-não* là *kẻ thù* là vì *kẻ thù* ở trong đời này thường tìm cơ hội làm khổ mình, sát hại mình, không có một kẻ thù nào mong cho mình được an-lạc.

Cũng như vậy, *phiền-não* phát sinh trong 12 *bất-thiện-tâm* làm cho mình *khổ-tâm*, *khổ-thân*, nóng nảy, khó chịu và còn khiến mình tạo mọi ác-nghiệp, làm khổ chúng-sinh khác, để rồi phải chịu quả khổ trong kiếp hiện-tại lẫn nhiều kiếp vị-lai.

Sự thật, chỉ có *phiền-não* bên trong 12 *bất-thiện-tâm* của mình mới trực tiếp làm khổ mình mà thôi, còn *phiền-não* bên ngoài mình, của người khác, không trực tiếp làm khổ mình được, nếu mình không tiếp nhận.

Ví dụ: *Người ta mắng chửi, đánh đập mình, nếu mình có tâm nhẫn-nại, không sân-hận, phiền-não không sinh, thì mình không bị khổ-tâm.*

Nếu có phiền-não sân-hận phát sinh, thì chính phiền-não bên trong tâm mình làm cho mình khổ-tâm, hoàn toàn không phải phiền-não bên ngoài mình, của người khác, làm cho mình khổ-tâm được.

Còn phần *khổ-thân* thuộc về *quả của nghiệp*, không một ai tránh khỏi, dù là Đức-Phật hay chư Bậc Thánh A-

ra-hán. Đức-Phật và chư Bậc Thánh A-ra-hán tuy đã diệt tận được tất cả 1.500 loại phiền-não rồi, hoàn toàn không còn **khổ-tâm** nữa, nhưng còn có sắc-thân, nên vẫn còn có **khổ-thân** cho đến khi hết tuổi thọ, tịch diệt Niết-bàn, chấm dứt tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Khi ấy, mới thật sự giải thoát hoàn toàn mọi cảnh khổ.

Đức-Bồ-tát Siddhattha đã diệt tận tất cả mọi kẻ thù là 1.500 loại phiền-não, bằng 4 Thánh-đạo-tuệ tại dưới cội Đại-Bồ-đề trong khu rừng Uruvelā, vào canh chót đêm rằm tháng tư (âm lịch), trở thành **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác** độc nhất vô nhị, có danh hiệu **Đức-Phật Gotama**.

Cho nên, Đức-Thế-Tôn có Ân-đức Araham với ý nghĩa diệt tận được mọi kẻ thù là phiền-não không còn dư sót.

4- Araham có ý nghĩa phá hủy vòng luân-hồi trong ba giới bốn loài như thế nào?

Vòng tử sinh luân-hồi đó chính là pháp “Thập-nhi-duyên-sinh” (*paṭiccasamuppāda*), có 12 chi-pháp:

- Do vô-minh làm duyên, nên các hành sinh.
- Do hành làm duyên, nên tái-sinh-thức sinh.
- Do tái-sinh-thức làm duyên, nên danh-sắc sinh.
- Do danh-sắc làm duyên, nên lục-xứ sinh.
- Do lục-xứ làm duyên, nên lục-xúc sinh.
- Do lục-xúc làm duyên, nên lục-thọ sinh.
- Do lục-thọ làm duyên, nên lục-ái sinh.
- Do lục-ái làm duyên, nên tứ-thủ sinh.
- Do tứ-thủ làm duyên, nên nhị-hữu sinh.
- Do nhị-hữu làm duyên, nên tái-sinh sinh.
- Do tái-sinh làm duyên, nên lão, tử... sinh.

Vòng tử sinh luân-hồi thập-nhi-duyên-sinh có 12 chi-pháp, từ vô-minh đến lão, tử ... Mỗi chi-pháp là **quả** của pháp trước rồi làm **nhân** của pháp sau, trở nên **nhân-**

quả-liên-hoàn với nhau như vậy. Cho nên, **nhân** và **quả** trong *thập-nhi-duyên-sinh*, không thuần là **nhân**, là **quả**, bởi vì **quả** của chi-pháp trước, rồi lại làm **nhân** của chi-pháp sau, cứ tiếp diễn như vậy, trở thành cái vòng không có chỗ bắt đầu, cũng không có chỗ cuối cùng.

Nếu chỉ riêng rẽ mỗi chi-pháp thì không thể gọi là **nhân**, cũng không thể gọi là **quả**.

(*Ví dụ: Anh B là con của ông A, cũng là cha của bé C. Nếu chỉ riêng một mình anh B thì không thể gọi là con, cũng không thể gọi là cha.*)

Cho nên, vòng *tử sinh luân-hồi thập-nhi-duyên-sinh* theo *định luật nhân-quả-liên-hoàn* trong 12 chi-pháp nối dính vào nhau thành vòng không có điểm bắt đầu, cũng không có điểm cuối cùng. 12 chi-pháp trong vòng *tử sinh luân-hồi thập-nhi-duyên-sinh* phân tích **nhân** và **quả** theo 3 thời:

* **Vô-minh, hành** là **nhân quá-khứ**.

* **Tái-sinh-thức, danh-sắc, lục-xứ, lục-xúc, lục-thọ** là **quả hiện-tại**.

* **Tham-ái, thủ, hữu** là **nhân hiện-tại**.

* **Sinh, già, chết** là **quả vị-lai**.

Đối với chúng-sinh còn **vô-minh** và **tham-ái**, thì **vô-minh** không phải là chi-pháp bắt đầu, và **lão, tử, ...** cũng không phải là chi-pháp cuối cùng.

Thật ra, **vô-minh** chỉ là **nhân-duyên quá-khứ** mà thôi, không phải là **nhân-duyên bắt đầu**, vì **vô-minh** còn là **quả** của 4 **pháp-trảm-luân**. Như Đức-Phật dạy:

“*Āsavaśamudayā avijjāśamudayo...*”⁽¹⁾

- Do có sự sinh của 4 **pháp-trảm-luân**, nên có sự sinh của **vô-minh** ...

¹ Abhidhammapiṭaka Bộ Vibhaṅgapāli.

Và *lão, tử* ... chỉ là chi-pháp cuối cùng của mỗi kiếp mà thôi, bởi vì chúng-sinh còn *vô-minh* và *tham-ái* sau khi chết, thì *nghiệp* cho quả tái-sinh kiếp sau. Kiếp sau như thế nào, hoàn toàn tùy thuộc vào *nghiệp* và *quả của nghiệp* của chúng-sinh ấy.

Vòng-tam-luân

Vòng tử sinh luân-hồi thập-nhi-duyên-sinh có 12 chi-pháp này được phân chia theo *tam-luân*, luân chuyển theo chiều hướng nhất định như sau:

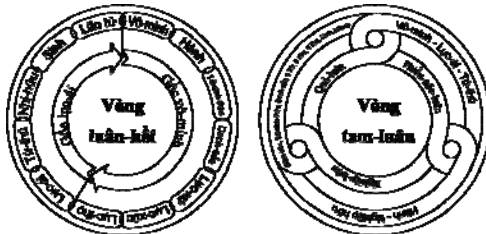
1- *Phiền-não-luân* gồm có 3 chi-pháp: *vô-minh, lục-ái, tứ-thủ*.

2- *Nghiệp-luân* gồm có 2 chi-pháp: *hành, nghiệp-hữu*⁽¹⁾.

3- *Quả-luân* gồm có 8 chi-pháp: *cảnh-hữu, tái-sinh-thức, danh-sắc, lục-xứ, lục-xúc, lục-thọ, sinh, lão tử* ...

Vòng tử sinh luân-hồi “*thập-nhi-duyên-sinh*” luân chuyển theo 3 luân: *Phiền-não-luân* → *nghiệp-luân* → *quả-luân* → *phiền-não-luân* ... từ kiếp này sang kiếp khác tiếp nối với nhau, kể từ vô thủy trải qua vô số kiếp cho đến kiếp hiện-tại, và sẽ còn những kiếp vị-lai, đối với chúng-sinh còn *phiền-não-luân*.

Biểu tượng vòng tử sinh luân-hồi và vòng tam-luân



¹ Bhavo: Hữu là sự sinh có 2 loại: sự sinh của nghiệp và sự sinh của quả của nghiệp đó là tái-sinh kiếp sau.

Giải thích vòng tam-luân

1- Phiền-não-luân tạo nghiệp-luân

Chúng-sinh còn *vô-minh, lục-ái, tứ-thủ* làm nhân duyên khiến tạo nên *bất-thiện-nghiệp, thiện-nghiệp* do thân, khẩu, ý.

* Phiền-não làm nhân duyên tạo bất-thiện-nghiệp

Số chúng-sinh do *vô-minh*, không biết rõ *bất-thiện-nghiệp (ác-nghiệp)* cho **quả khổ** trong kiếp hiện-tại lẫn nhiều kiếp trong vị-lai.

Và cũng có số chúng-sinh, tuy có hiểu biết *bất-thiện-nghiệp* cho **quả khổ** như vậy, nhưng vì *vô-minh, tham-ái* có nhiều năng lực quá, nên xui khiến tạo mọi *bất-thiện-nghiệp* bằng thân, khẩu, ý như sau:

- Thân hành-ác như: sát-sinh, trộm-cắp, tà-dâm.
- Khẩu nói-ác như: nói-dối, nói lời đâm thọc chia rẽ, nói lời thô tục, nói lời vô ích.
- Ý nghĩ-ác như: tham-lam, thù-hận, tà-kiến.

Vì phiền-não-luân nên tạo nghiệp-luân đó là *bất-thiện-nghiệp (ác-nghiệp)* như vậy.

* Phiền-não làm nhân duyên tạo thiện-nghiệp

Số chúng-sinh do *vô-minh* không biết rõ *chân-lý tứ Thánh-đế*, không biết rõ *ngũ-uẩn là khổ thật*.

Vì vậy, muốn hưởng sự an-lạc tạm thời, nên tạo các thiện-nghiệp như sau:

- Tạo *dục-giới thiện-nghiệp* cho quả an-lạc trong 7 cõi thiện-dục-giới.
- Tạo *sắc-giới thiện-nghiệp* cho quả an-lạc trong 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.

- Tạo vô-sắc-giới thiện-nghiệp cho quả an-lạc trong 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

Vì phiền-não-luân nên tạo nghiệp-luân đó là 3 loại thiện-nghiệp như vậy.

Như vậy, gọi là phiền-não-luân khiến tạo nghiệp-luân.

2- Nghiệp-luân cho quả-luân

* Chúng-sinh nào còn phiền-não-luân khiến đã tạo nghiệp-luân đó là **ác-nghiệp** trong 12 ác-tâm. Nếu ác-nghiệp ấy có cơ hội cho quả khổ trong kiếp hiện-tại thì chúng-sinh ấy chịu quả khổ như sau:

- Nhân-thức-tâm là quả của ác-nghiệp nhìn thấy đối-tượng sắc xấu.
- Nhĩ-thức-tâm là quả của ác-nghiệp nghe đối-tượng thanh dở.
- Tỷ-thức-tâm là quả của ác-nghiệp ngửi đối-tượng hương hôi.
- Thiệt-thức-tâm là quả của ác-nghiệp nếm đối-tượng vị dở.
- Thân-thức-tâm là quả của ác-nghiệp xúc giác đối-tượng xúc thô.
- Ý-thức-tâm là quả của ác-nghiệp biết đối-tượng pháp không tốt.

* Sau khi chúng-sinh ấy chết, nếu **ác-nghiệp** có cơ hội cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp thì sinh 1 trong 4 cõi ác-giới (địa-ngục, a-su-ra, ngạ-quỷ, súc-sinh), bị sinh trong cõi ác-giới nào tùy theo năng lực quả của ác-nghiệp. Chúng-sinh ấy phải chịu quả khổ trong cõi ác-giới ấy cho đến khi mãn quả của ác-nghiệp ấy (chết) mới thoát ra khỏi cõi ác-giới ấy, rồi tái-sinh kiếp sau tùy theo nghiệp và quả của nghiệp của chúng-sinh ấy.

* Chúng-sinh nào còn phiền-não-luân khiến đã tạo

nghiệp-luân đó là **đại-thiện-nghiệp** trong 8 đại-thiện-tâm. Nếu **đại-thiện-nghiệp** ấy có cơ hội cho quả trong kiếp hiện tại thì chúng-sinh ấy được hưởng quả an-lạc như sau:

- Nhãn-thức-tâm là quả của đại-thiện-nghiệp nhìn thấy đối-tượng sắc đẹp.
- Nhĩ-thức-tâm là quả của đại-thiện-nghiệp nghe đối-tượng thanh hay.
- Tỷ-thức-tâm là quả của đại-thiện-nghiệp ngửi đối-tượng hương thơm.
- Thiệt-thức-tâm là quả của đại-thiện-nghiệp nếm đối-tượng vị ngon.
- Thân-thức-tâm là quả của đại-thiện-nghiệp xúc giác đối-tượng xúc mềm mại.
- Ý-thức-tâm là quả của đại-thiện-nghiệp biết đối-tượng pháp tốt.

* Sau khi chúng-sinh ấy chết, nếu **đại-thiện-nghiệp** trong 8 đại-thiện-tâm có cơ hội cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp thì sinh 1 trong 7 cõi thiện-dục-giới là cõi người và 6 cõi trời dục-giới, được sinh trong cõi thiện-giới nào tùy theo năng lực quả của đại-thiện-nghiệp, người hoặc vị thiên-nam, vị thiên-nữ ấy hưởng quả an-lạc trong cõi thiện-giới ấy cho đến khi mãn quả của đại-thiện-nghiệp ấy (chết) mới rời khỏi cõi thiện-giới ấy, rồi tái-sinh kiếp sau tùy theo nghiệp và quả của nghiệp của chúng-sinh ấy.

* Hành-giả nào còn phiền-não-luân khiến đã tạo nghiệp-luân đó là **sắc-giới thiện-nghiệp** trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm.

Sau khi hành-giả ấy chết, chắc chắn **sắc-giới thiện-nghiệp** trong 5 sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên 1 trong 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên, được sinh trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên nào tùy theo quả của sắc-giới thiện-nghiệp

ấy, vị phạm-thiên hưởng quả an-lạc vi-tế cho đến hết tuổi thọ trên tầng trời ấy (chết), rồi tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi-giới khác tùy theo nghiệp và quả của nghiệp của vị phạm-thiên ấy.

* Hành-giả nào còn phiền-não-luân khiến đã tạo nghiệp-luân đó là **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm.

Sau khi hành-giả ấy chết, chắc chắn **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong 4 vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên 1 trong 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên, được sinh trên tầng trời nào tùy theo quả của vô-sắc-giới thiện-nghiệp ấy, vị phạm-thiên hưởng quả an-lạc vi-tế hơn cho đến hết tuổi thọ trên tầng trời ấy (chết), rồi tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi-giới khác tùy theo nghiệp và quả của nghiệp của vị phạm-thiên ấy.

Như vậy, gọi là **nghiệp-luân cho quả-luân** đối với tất cả chúng-sinh từ sinh luân-hồi trong tam-giới gồm có 31 cõi-giới, cho nên, 31 cõi này chỉ là nơi trú ngụ tạm thời mau hoặc lâu của mỗi chúng-sinh trong tam-giới mà thôi.

3- Quả-luân sinh phiền-não-luân

Quả-luân là sự hiện hữu của chúng-sinh trong tam-giới:

- Chúng-sinh có **ngũ-uẩn**: **sắc-uẩn**, **thọ-uẩn**, **tướng-uẩn**, **hành-uẩn**, **thức-uẩn** trong 11 cõi dục-giới và 15 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.

- Chúng-sinh có **tứ-uẩn**: **thọ-uẩn**, **tướng-uẩn**, **hành-uẩn**, **thức-uẩn** (không có sắc-uẩn) trong 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

- Chúng-sinh có **nhất-uẩn** là **sắc-uẩn** (không có 4 danh-uẩn) trong tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên.

Nếu các chúng-sinh này chưa *diệt tận* được *phiền-não*, *vô-minh*, *tham-ái*, ... khi có cơ hội thì *phiền-não* phát sinh làm nhân duyên khiến tạo nên *thiện-nghiệp* hoặc *bất-thiện-nghiệp*, rồi trở lại vòng *tam-luân* chuyển biến không ngừng từ kiếp này sang kiếp khác, trong vòng *tử-sinh luân-hồi* trong ba giới bốn loài.

Tam-luân này chuyển biến theo định luật nhân-quả như sau:

Phiền-não-luân là **nhân**, *nghiệp-luân* là **quả**; *nghiệp-luân* là **nhân**, *quả-luân* là **quả**; *quả-luân* là **nhân**, *phiền-não-luân* là **quả** cứ tiếp diễn như vậy theo *tam-luân* trong vòng *tử sinh luân-hồi thập-nhi-duyên-sinh*.

* **Đức-Thế-Tôn** đã *diệt tận* được tất cả **1.500 loại** *phiền-não*, nhổ tận gốc rễ của *vô-minh* và *tham-ái* bằng 4 *Thánh-đạo-tuệ*.

Cho nên vòng *tam-luân* bị tan rã, tách rời không còn luân chuyển được nữa, do *diệt tận* được *phiền-não-luân*.

Vì vậy, **Đức-Thế-Tôn** có *ân-đức* *Arahamb* với ý nghĩa phá hủy vòng *tử-sinh luân-hồi* trong ba giới bốn loài.

5- *Arahamb* có ý nghĩa không bao giờ hành điều ác ở nơi kín đáo như thế nào?

Nơi kín đáo là nơi không có một ai thấy, không có một ai nghe, không có một ai biết, cũng không có một ai nghi ngờ. Như vậy, đối với hạng phạm-nhân còn mọi *phiền-não*, nơi kín đáo ấy là nơi dễ hành-ác do thân, khẩu, ý, bởi vì không sợ ai chê trách.

Đức-Thế-Tôn đã *diệt tận* được tất cả mọi *phiền-não*, mọi *tham-ái*, mọi *bất-thiện-tâm* không còn dư sót, nên thân, khẩu, ý của **Đức-Thế-Tôn** lúc nào cũng hoàn toàn trong sạch thanh-tịnh. Dù ở nơi kín đáo, không có một ai thấy, không có một ai nghe, không có một ai biết, cũng

không có một ai nghi ngờ, thì *Đức-Thế-Tôn* cũng không bao giờ hành-ác do thân, khẩu, ý nữa.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có ân-đức *Arahamb* với ý nghĩa không bao giờ hành điều ác ở nơi kín đáo.

3.1.2- Ân-Đức-Phật *Sammāsambuddho*

Itipi so Bhagavā Sammāsambuddho.

(Cách đọc: Í-tí-pí xô phá-gá-voa Xăm-ma-xăm-bút-thô)

Nghĩa:

- *So Bhagavā*: *Đức-Thế-Tôn*.

- *Itipi*: Bởi Ngài là *Bậc* tự mình chứng ngộ chân-lý tứ *Thánh-đế* đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, diệt tận mọi *phiền-não*, mọi *tham-ái*, mọi *ác-pháp* không còn dư sót, đặc biệt diệt được mọi *tiền-khiên-tật* (*vāsanā*), trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* đầu tiên trong toàn cõi-giới *chúng-sinh*, nên gọi là *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* độc nhất vô nhị.

Vì vậy, *Sammāsambuddho*: *Đức-Thế-Tôn* có ân-đức ***Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác***.

Chân-lý tứ Thánh-đế

- ***Khổ-Thánh-đế*** đó là *ngũ-uẩn chấp-thủ*, *sắc-pháp*, *danh-pháp* trong tam-giới là pháp nên biết.

- ***Nhân sinh khổ-Thánh-đế*** đó là *tham-ái* là pháp nên diệt.

- ***Diệt khổ-Thánh-đế*** đó là *Niết-bàn* là pháp nên chứng ngộ.

- ***Pháp-hành dẫn đến diệt khổ-Thánh-đế*** đó là *pháp-hành bát-chánh-đạo* hợp đủ 8 *chánh* (*chánh-kiến*, *chánh-tư-duy*, *chánh-ngữ*, *chánh-nghiệp*, *chánh-mạng*, *chánh-tinh-tấn*, *chánh-niệm*, *chánh-định*) là pháp nên tiến-hành để chứng ngộ *Niết-bàn*, diệt *khổ-Thánh-đế*.

Đức-Thế-Tôn đã tự mình chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh, nên gọi là Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác độc nhất vô nhị.

Đức-Thế-Tôn chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy bằng trí-tuệ-thiên-tuệ siêu-việt suy xét pháp “thập-nhị duyên-sinh và thập-nhị nhân-diệt” như:

“Avijjā paccayā saṅkhārā ...”

- Do vô-minh làm duyên, nên các hành sinh ...

Đức-Thế-Tôn đã chứng ngộ khổ-Thánh-đế và nhân sinh khổ-Thánh-đế.

Và trí-tuệ-thiên-tuệ siêu-việt suy xét pháp “thập nhị nhân diệt” như:

“Avijjāyatveva asesavirāganirodhā saṅkhārā nirodho...”

- Do diệt tận được vô-minh, tham-ái không còn dư sót, nên diệt các hành ...

Đức-Thế-Tôn đã chứng ngộ diệt khổ-Thánh-đế và pháp-hành dẫn đến diệt khổ-Thánh-đế.

Đức-Thế-Tôn đã chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh, gọi là Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, có danh hiệu là Đức-Phật Gotama.

*Đức-Phật đã khẳng định với nhóm 5 Tỳ-khưu trong bài kinh **Chuyển-Pháp-Luân** ⁽¹⁾ rằng:*

- Này chư tỳ-khưu! Khi nào trí-tuệ-thiên-tuệ thấy rõ, biết rõ thật-tánh của tứ Thánh-đế theo tam-tuệ-luân (trí-tuệ-học, trí-tuệ-hành, trí-tuệ-thành), thành 12 loại trí-tuệ

¹ Saṃyuttanikāya, Mahāvagga, kinh Dhammacakkappavattanasutta.

siêu-việt hoàn toàn trong sáng, thanh-tĩnh đã phát sinh đến với Như-Lai.

- *Này chư tỳ-khưu! Khi ấy, Như-Lai khăng định, truyền dạy rằng: “Như-Lai đã chứng đắc thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác vô thượng trong toàn cõi-giới chúng-sinh, nhân-loại, Vua chúa, Sa-môn, Bà-la-môn, Chư-thiên, ma vương, Phạm-thiên cả thảy.”*

Như vậy, Đức-Thế-Tôn đã chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-Bàn trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong muôn ngàn cõi-giới chúng-sinh, nên Đức-Thế-Tôn có ân-đức *Sammāsambuddho: Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.*

Neyyadhamma

Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác đặc biệt biết đủ 5 pháp *Neyyadhamma*:

- **Saṅkhāra**: Tất cả pháp hành cấu tạo.
- **Vikāra**: Sắc-pháp, danh-pháp biến đổi.
- **Lakkhaṇa**: Trạng-thái *sinh, trụ, diệt* của sắc-pháp, danh-pháp.
- **Paññattidhamma**: *Chế-định-pháp* là chế định ngôn ngữ, để thuyết giảng chánh-pháp tế độ chúng-sinh.⁽¹⁾
- **Nibbāna**: Niết-bàn, pháp diệt khổ-Thánh-đế.

¹ Sở dĩ Chư Phật-Độc-Giác không thuyết pháp tế độ chúng-sinh cũng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế y theo Đức-Phật là vì Đức-Phật Độc-Giác không có khả năng chế định ra ngôn ngữ để thuyết-pháp, như Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác.

Còn bậc Thánh Thanh-văn giác, sở dĩ thuyết pháp tế độ chúng-sinh được là vì nhờ nghe, ghi nhớ lời giáo huấn của Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, nên bậc Thánh thanh-văn giác có khả năng thuyết pháp tế độ chúng-sinh cũng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế y theo Đức-Phật được.

Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác biết đầy đủ 5 pháp ấy, nên *Đức-Phật* có khả năng chế định ra ngôn ngữ, để thuyết pháp tế độ chúng-sinh.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có ân-đức ***Sammāsambuddho***: *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*.

3.1.3- Ân-Đức-Phật Vijjācaraṇasampanno

Itipi so Bhagavā vijjācaraṇasampanno.

(Cách đọc: Í-tí-pí xô phá-gá-voa vít-cha-chá-rá-ná-xăm-păn-nô)

Nghĩa:

- *So Bhagavā*: *Đức-Thế-Tôn*.

- *Itipi*: Bởi Ngài là *Bậc* có đầy đủ ***tam-minh***, ***bát-minh*** và **15 *đức-hạnh*** cao thượng.

Vì vậy, *Vijjācaraṇasampanno*: *Đức-Thế-Tôn* có ân-đức ***Minh-Hạnh-Túc***.

Tam-minh

1- ***Tiền-kiếp-minh*** (*Pubbenivāsānussatiñāṇa*) là trí-tuệ thấy rõ, biết rõ, nhớ rõ tiền-kiếp từ hằng trăm kiếp, hằng vạn kiếp, hằng triệu kiếp, hằng triệu triệu kiếp. *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* có khả năng ghi nhớ lại vô số kiếp không có giới hạn (*còn khả năng ghi nhớ của Đức-Phật Độc-Giác, bậc Thánh Thanh-văn-giác có giới hạn*).

Tiền-kiếp-minh là trí-tuệ biết rõ tiền-kiếp thuộc loại chúng-sinh nào, tên gì, thuộc dòng dõi nào, tạo thiện-nghiệp, bất-thiện-nghiệp, thực hành pháp-hạnh ba-la-mật, ... tuổi thọ, ... đều ghi nhớ rõ ràng mọi chi tiết.

2- ***Thiên-nhãn-minh*** (*Dibbacakkhuñāṇa*) là trí-tuệ thấy rõ, biết rõ kiếp quá-khứ, kiếp vị-lai của tất cả chúng-sinh hơn mắt của chư-thiên, chư phạm-thiên.

Thiên-nhãn-minh có 2 loại:

- **Tử-sinh-minh** (*Cutūpapātañāṇa*) là trí-tuệ biết rõ sự tử, sự tái-sinh của tất cả chúng-sinh. Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác có *tử-sinh-minh* này biết rõ chúng-sinh sau khi chết rồi, nghiệp nào cho quả tái-sinh trong cảnh giới nào.

- **Vị-lai-kiến-minh** (*Anāgatamañāṇa*) là trí-tuệ thấy rõ những kiếp vị-lai của chúng-sinh. Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác dùng *vị-lai-kiến-minh* này để thọ ký chúng-sinh trong những kiếp vị-lai xa xăm, còn thời gian bao nhiêu đại-kiếp trái đất nữa, sẽ trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, *Đức-Phật Độc-Giác*, *bậc Thánh thanh-văn-giác*...

3- **Trảm-luân-tận-minh** (*Āsavakkhayañāṇa*) là trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới, đó là 4 *Thánh-đạo-tuệ* diệt tận được 4 *pháp phiền-não trảm-luân (āsava)* không còn dư sót, đồng thời Đức-Thế-Tôn diệt tận được tất cả mọi *tiền-khiên-tật (vāsanā)* được tích lũy từ vô lượng kiếp trong quá-khứ.

Bát-minh

1- *Tiền-kiếp-minh (Pubbenivāsānussatiñāṇa)*.

2- *Thiên-nhãn-minh (Dibbacakkhuñāṇa)*.

3- *Trảm-luân-tận-minh (Āsavakkhayañāṇa)*.

4- **Thiền-tuệ-minh** (*Vipassanāñāṇa*) là trí-tuệ-thiền-tuệ tam-giới thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của sắc-pháp danh-pháp tam-giới, và trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới chứng đắc 4 *Thánh-đạo-tuệ*, 4 *Thánh-quả-tuệ*, *Niết-bàn*.

5- **Tha-tâm-minh** (*Cetopariyañāṇa*) là trí-tuệ có khả năng biết đến tâm của người khác, chúng-sinh khác đang nghĩ gì, với thiện-tâm hoặc bất-thiện-tâm, ...

6- **Hóa-tâm-minh** (*Manomayiddhiñāṇa*) là trí-tuệ có khả năng hóa thân khác theo mong muốn của mình, do năng lực của thiên-định.

Như trường hợp *Đức-Phật-Gotama* thuyết tạng Vi-Diệu-Pháp vào hạ thứ bảy tại *cung trời Tam-thập-Tam-thiên* suốt ba tháng. Mỗi ngày đến giờ đi khát thực, Đức-Phật hóa-thân khác như Đức-Phật tiếp tục thuyết pháp, còn chính Đức-Phật thật ngự đi khát thực ở Bắc-câu-lưu-châu. Khi độ ngộ xong, Đức-Phật ngự trở lại cung trời thay thế Đức-Phật hóa-thân ấy.

7- **Thiên-nhĩ-minh** (*Dibbasotañña*) là trí-tuệ có khả năng nghe được mọi thứ tiếng người, tiếng súc-sinh, tiếng chư-thiên gần xa, do năng lực thiền-định, như tai của chư-thiên, chư phạm-thiên.

8- **Đa-dạng-minh** (*Iddhividhañña*) là trí-tuệ có khả năng biến hóa nhiều phép-thần-thông khác nhau, do năng lực thiền-định, như một người hóa thành nhiều người, tàng hình không ai thấy, hiện hình nơi khác, đi xuyên qua núi, đi trên hư không, ...

15 đức-hạnh cao thượng

1- **Giới đức**: Hoàn toàn trong sạch và thanh-tịnh.

2- **Cẩn trọng lực môn thanh-tịnh**: Cẩn trọng khi thấy bằng mắt, nghe bằng tai, ngửi bằng mũi, nếm bằng lưỡi, tiếp xúc bằng thân, suy nghĩ bằng ý hoàn toàn thanh-tịnh.

3- **Biết tri-túc trong vật thực**: Nhận vật thực vừa đủ, khi thọ thực đang hoàng, còn 4 - 5 miếng nữa đủ no, biết ngừng lại để dành uống nước, không dùng no quá.

4- **Tinh-tấn tỉnh-thức**: Ngày, đêm tinh-tấn hành phận sự, nghĩa là suốt ngày không ngủ, ban đêm có 3 canh:

- Canh đầu : Đức-Phật giáo huấn chư tỳ-khưu.
- Canh giữa: Đức-Phật cho phép chư-thiên, chư phạm-thiên đến đánh lễ và hỏi pháp.
- Canh chót, Đức-Phật chia làm 3 thời:

- Đức-Phật đi kinh hành.

- Đức-Phật nghỉ ngơi, có chánh-niệm trí-tuệ tỉnh-giác, định giờ tỉnh dậy.

- Đức-Phật nhập thiền đại-bi, khi xả thiền, Ngài xem xét chúng-sinh nào có khả năng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn thì Ngài sẽ đến tế độ chúng-sinh ấy.

5- *Đức-tin*: Có đức-tin không lay chuyển.

6- *Trí nhớ*: Thường có trí nhớ.

7- *Hỗ thẹn*: Biết hổ-thẹn tội-lỗi.

8- *Ghê sợ*: Biết ghê-sợ tội-lỗi.

9- *Đa văn túc trí*: Học nhiều hiểu rộng tất cả các pháp.

10- *Tinh-tân*: Có tâm tinh-tân không ngừng nghỉ.

11- *Trí-tuệ*: Có trí-tuệ hiểu biết rõ tất cả các pháp.

12- *Đệ-nhất-thiền*: Có đệ-nhất-thiền sắc-giới và vô-sắc-giới duy-tác-tâm.

13- *Đệ-nhị-thiền*: Có đệ-nhị-thiền sắc-giới và vô-sắc-giới duy-tác-tâm

14- *Đệ-tam-thiền*: Có đệ-tam-thiền sắc-giới và vô-sắc-giới duy-tác-tâm.

15- *Đệ-tứ-thiền*: Có đệ-tứ-thiền sắc-giới và vô-sắc-giới duy-tác-tâm.

Đó là 15 Đức-hạnh cao thượng.

Đức-Thế-Tôn có trọn đủ *tam-minh*, *bát-minh* và 15 *đức-hạnh cao thượng* hợp với tâm *đại-bi* tế độ chúng-sinh có duyên lành nên tế độ giải thoát khỏi mọi cảnh khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có *ân-đức Vijjācaraṇa-sampanno*: *Đức-Minh-Hạnh-Túc*.

3.1.4- Ân-Đức-Phật Sugato

Itipi so Bhagavā Sugato.

(Cách đọc: Í-tí-pí xô phá-gá-voa Xù-gá-tô)

Nghĩa:

- *So Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

- *Itipi: Bởi Ngài là Bậc thuyết pháp chân-lý đem lại lợi ích thật sự cho chúng-sinh.*

Vì vậy, Sugato: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Thiện Ngôn.

Sugato có 4 ý nghĩa

- *Thuyết pháp chân-lý đem lại sự lợi ích cho chúng-sinh.*

- *Ngự theo Thánh-đạo.*

- *Ngự đến Niết-bàn an-lạc tuyệt đối.*

- *Ngự đến mục đích cao thượng, bất thoái chí.*

Giải thích:

1- Sugato có ý nghĩa thuyết pháp chân-lý đem lại sự lợi ích cho chúng-sinh như thế nào?

Đức-Thế-Tôn tùy thời thuyết pháp chân-lý chắc chắn đem lại sự lợi ích cho chúng-sinh, nếu không đem lại lợi ích thì Đức-Thế-Tôn không thuyết pháp.

Đức-Thế-Tôn biết rõ 6 trường hợp, trường hợp nào nên thuyết giảng và trường hợp nào không nên thuyết giảng như sau:

- *Đức-Thế-Tôn biết rõ pháp nào không chân thật, không đem lại sự lợi ích, người nghe không hài lòng, không hoan-hỷ, Đức-Phật không thuyết giảng pháp ấy.*

- *Đức-Thế-Tôn biết rõ pháp nào không chân thật, không đem lại sự lợi ích, dù người nghe hài lòng, hoan-hỷ, Đức-Phật vẫn không thuyết giảng pháp ấy.*

- Đức-Thế-Tôn biết rõ pháp nào chân thật, nhưng không đem lại sự lợi ích, dù người nghe hài lòng, hoan-hỷ, Đức-Phật vẫn không thuyết giảng pháp ấy.

- Đức-Thế-Tôn biết rõ pháp nào chân thật, nhưng không đem lại sự lợi ích, người nghe không hài lòng, không hoan-hỷ, Đức-Phật không thuyết giảng pháp ấy.

- Đức-Thế-Tôn biết rõ pháp nào chân thật, **đem lại sự lợi ích**, người nghe không hài lòng, không hoan-hỷ, Đức-Phật biết rõ tùy nơi, đúng lúc sẽ thuyết giảng pháp ấy.

- Đức-Thế-Tôn biết rõ pháp nào chân thật, **đem lại sự lợi ích**, người nghe hài lòng, hoan-hỷ, Đức-Phật biết rõ tùy nơi, đúng lúc sẽ thuyết giảng pháp ấy.

Vì vậy, Đức-Thế-Tôn có ân-đức Sugato với ý nghĩa thuyết pháp chân-lý đem lại sự lợi ích cho chúng-sinh.

2- Sugato có ý nghĩa nự theo Thánh-đạo như thế nào?

Đức-Thế-Tôn nự theo Thánh-đạo hợp đủ 8 chánh là:

* Chánh-kiến: Trí-tuệ chân-chính là trí-tuệ-thiền-tuệ chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế.

* Chánh-tư-duy: Tư-duy chân-chính là:

- Tư-duy thoát khỏi ngũ-dục.
- Tư-duy không thù oán.
- Tư-duy không hại chúng-sinh.

* Chánh-ngữ: Lời nói chân-chính là:

- Không nói-dối.
- Không nói lời đâm thọc chia rẽ.
- Không nói lời thô tục.
- Không nói lời vô ích.

* Chánh-nghiệp: Hành-nghiệp chân-chính là:

- Không sát-sinh.

- Không trộm-cắp.

- Không tà-dâm.

* *Chánh-mạng*: Nuôi-mạng chân-chính là không sống theo tà-mạng do thân, khẩu hành-ác.

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

- Tinh-tấn ngăn ác-pháp chưa sinh, không cho sinh.

- Tinh-tấn diệt ác-pháp đã sinh.

- Tinh-tấn làm cho thiện-pháp chưa sinh, được sinh.

- Tinh-tấn làm cho tăng trưởng thiện-pháp đã sinh.

* *Chánh-niệm*: Niệm chân-chính là:

- Niệm-thân, **thân** là đối-tượng của chánh-niệm...

- Niệm-thọ, **thọ** là đối-tượng của chánh-niệm...

- Niệm-tâm, **tâm** là đối-tượng của chánh-niệm...

- Niệm-pháp, **pháp** là đối-tượng của chánh-niệm...

* *Chánh-định*: Định chân-chính là định-tâm trong các bậc thiền siêu-tam-giới có đối-tượng Niết-bàn:

- Định-tâm trong đệ-nhất-thiền siêu-tam-giới.

- Định-tâm trong đệ-nhị-thiền siêu-tam-giới.

- Định-tâm trong đệ-tam-thiền siêu-tam-giới.

- Định-tâm trong đệ-tứ-thiền siêu-tam-giới.

- Định-tâm trong đệ-ngũ-thiền siêu-tam-giới.

Thánh-đạo hợp đủ 8 chánh này đồng sinh với 4 Thánh-đạo-tâm, 4 Thánh-quả-tâm, có đối-tượng Niết-bàn.

Vì vậy, Đức-Thế-Tôn có ân-đức Sugato với ý nghĩa ngụ theo Thánh-đạo.

3- Sugato có ý nghĩa ngụ đến Niết-bàn an-lạc tuyệt đối như thế nào?

Đức-Thế-Tôn là Bạc đầu tiên chứng ngộ Niết-bàn bằng trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới đó là: 4 Thánh-đạo-tuệ, 4

Thánh-quả-tuệ, nên Đức-Thế-Tôn có **ân-đức Sugato** với ý nghĩa *ngự đến Niết-bàn đầu tiên an-lạc tuyệt đối*.

Về sau, Đức-Thế-Tôn thuyết pháp tế độ các hàng đệ-tử cũng chứng ngộ Niết-bàn với *Thánh-đạo-tuệ*, *Thánh-quả-tuệ*, nhưng những bậc Thánh Thanh-văn đệ-tử này không có **ân-đức Sugato** như Đức-Thế-Tôn, bởi vì không phải bậc đầu tiên chứng ngộ Niết-bàn.

Vì vậy, chỉ có *Đức-Thế-Tôn* mới có **ân-đức Sugato** với ý nghĩa *ngự đến Niết-bàn an-lạc tuyệt đối* mà thôi.

4- *Sugato có ý nghĩa ngự đến mục đích cao thượng, bất thoái chí như thế nào?*

Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ Sumedha, tiền-kiếp của *Đức-Phật Gotama* có ý nguyện muốn trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*.

Lần đầu tiên, *Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ Sumedha* được *Đức-Phật Dīpaṅkara* thọ ký xác định thời gian còn 4 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại-kiếp nữa sẽ trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, có danh hiệu là *Đức-Phật Gotama*.

Từ đó, *Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ Sumedha* trở thành *Đức-Bồ-tát cố-định (niyatabodhisatta)* tiếp tục thực hành cho đầy đủ 30 *pháp-hạnh ba-la-mật*: 10 *pháp-hạnh ba-la-mật bậc hạ*, 10 *pháp-hạnh ba-la-mật bậc trung* và 10 *pháp-hạnh ba-la-mật bậc thượng*, suốt khoảng thời gian 4 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại-kiếp trải đất một cách bất thoái chí.

Đến kiếp chót, *Đức-Bồ-tát Siddhattha* từ bỏ đai vàng, đi xuất gia đã chứng đắc thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, có danh hiệu là *Đức-Phật Gotama*, đúng như lời thọ ký của *Đức-Phật Dīpaṅkara*.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có **ân-đức Sugato** với ý nghĩa *ngự đến mục đích cao thượng bất thoái chí*.

3.1.5- Ân-Đức-Phật Lokavidū

Itipi so Bhagavā Lokavidū.

(Cách đọc: Í-tí-pi xô phá-gá-voa Lô-ká-vi-đu)

Nghĩa:

- *So Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

- *Itipi: Bởi Ngài là bậc thấy rõ, biết rõ tổng các loài chúng-sinh, tổng các cõi chúng-sinh, tổng các pháp-hành.*

Vì vậy, Lokavidū: Đức-Thế-Tôn có ân-đức Thông suốt tam-tổng-pháp.

* *Loka* là các pháp có sự sinh, sự diệt, sự thành, sự hoại, ... ngũ-uẩn của mình gọi là *loka*.

Loka có 3 loại

1- *Tổng các loài chúng-sinh (sattaloka).*

2- *Tổng các cõi chúng-sinh (okāsaloka).*

3- *Tổng các pháp-hành (saṅkhāraloka).*

Đức-Thế-Tôn có 2 loại trí-tuệ đặc biệt mà chư Phật Độc-Giác và bậc Thánh Thanh-văn không có là:

- *Indriyaparopariyattañāṇa*: Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ 5 pháp-chủ cao thấp của mỗi chúng-sinh.

- *Āsayānusayañāṇa*: Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ phiền-não ngầm ngầm, thiện-nghiệp, ác-nghiệp của mỗi chúng-sinh.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có khả năng đặc biệt thông suốt cả 3 tổng-pháp.

1- Thế nào gọi là tổng các loài chúng-sinh (Sattaloka)?

* *Chúng-sinh* có 4 loài:

- *Thai-sinh*: Chúng-sinh sinh từ bụng mẹ như loài người, voi, ngựa, trâu, bò, v.v...

- *Noãn-sinh*: Chúng-sinh sinh từ trứng như gà, vịt, chim, ..

- **Thấp-sinh**: Chúng-sinh sinh từ nơi ẩm thấp như *con dòi, con giun, ...*

- **Hóa-sinh**: Chúng-sinh sinh hiện hữu ngay tức thì như *chư-thiên, chư phạm-thiên, loài nga-quy, a-su-ra, chúng-sinh địa-ngục, con người đầu tiên xuất hiện trên trái đất này, ...*

* *Chúng-sinh* phân chia theo uẩn có 3 hạng:

- *Chúng-sinh có ngũ-uẩn*: *sắc-uẩn, thọ-uẩn, tưởng-uẩn, hành-uẩn, thức-uẩn* trong 11 cõi dục-giới và 15 tầng trời sắc-giới phạm-thiên (trừ tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên).

- *Chúng-sinh có tứ-uẩn*: *thọ-uẩn, tưởng-uẩn, hành-uẩn, thức-uẩn* (không có *sắc-uẩn*) trong 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

- *Chúng-sinh có nhất-uẩn* là *sắc-uẩn* (không có 4 *đanh-uẩn*) trong tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên.

Đức-Thế-Tôn biết rõ chúng-sinh nào có 5 *pháp-chủ* (*tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ*) già dặn hoặc còn non nớt, phiền-não ngấm ngấm nặng hoặc nhẹ, bản tánh riêng của mỗi chúng-sinh, nguyện vọng cao cả của mỗi chúng-sinh.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* thấy rõ, biết rõ chúng-sinh có khả năng chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả* trong kiếp hiện-tại, hoặc có nguyện vọng muốn trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, hoặc *Đức-Phật Độc-Giác*, hoặc *bậc Thánh Thanh-văn-giác* bậc nào, ... trong kiếp vị-lai.

Chúng-sinh không có khả năng chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả* trong kiếp hiện-tại, do nguyên nhân nào, ...

Đức-Thế-Tôn thấy rõ, biết rõ thông suốt tất cả các loài chúng-sinh không còn dư sót.

2- Thế nào gọi là tổng các cõi chúng-sinh (okāsaloka)?

Tổng các cõi chúng-sinh (okāsaloka) là nơi tạm trú của tất cả các loài chúng-sinh trong tam-giới gồm có 31 cõi-giới.

Mỗi chúng-sinh được tạm trú với thời gian mau hoặc lâu hoàn toàn tùy thuộc vào năng lực quả của thiện-nghiệp, quả của ác-nghiệp hỗ trợ mỗi kiếp chúng-sinh.

Tam-giới có 31 cõi-giới

- *Dục-giới có 11 cõi-giới.*

- *Sắc-giới có 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.*

- *Vô-sắc-giới có 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.*

* **Dục-Giới** có 11 cõi chia ra 2 cõi-giới:

- **4 Cõi ác-giới:**

1- *Cõi địa ngục:* Chúng-sinh có tuổi thọ không nhất định.

2- *Cõi a-su-ra:* Chúng-sinh có tuổi thọ không nhất định.

3- *Loài ngạ-quỷ:* Chúng-sinh có tuổi thọ không nhất định.

4- *Loài súc-sinh:* Chúng-sinh có tuổi thọ không nhất định.

- **7 Cõi thiện-dục-giới:**

1- *Cõi người (Manussa):* Con người có tuổi thọ không nhất định.

2- *Cõi trời Tứ-Đại-thiên-vương (Catumahārājikā):* Chư vị thiên-nam, vị thiên-nữ có tuổi thọ 500 tuổi trời, bằng 9 triệu năm cõi người (bởi 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 50 năm cõi người).

3- *Cõi trời Tam-thập-Tam-thiên (Tāvātimsā):* Chư vị thiên-nam, vị thiên-nữ có tuổi thọ 1.000 tuổi trời, bằng 36 triệu năm cõi người (bởi 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 100 năm cõi người).

4- *Cõi trời Dạ-ma-thiên (Yāmā)*: Chư vị thiên-nam, vị thiên-nữ có tuổi thọ 2.000 tuổi trời, bằng 144 triệu năm cõi người (bởi 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 200 năm cõi người).

5- *Cõi trời Đâu-suất đà-thiên (Tusitā)*: Chư vị thiên-nam, vị thiên-nữ có tuổi thọ 4.000 tuổi trời, bằng 576 triệu năm cõi người (bởi 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 400 năm cõi người).

6- *Cõi trời Hóa-lạc-thiên (Nimmānarati)*: Chư vị thiên-nam, vị thiên-nữ có tuổi thọ 8.000 tuổi trời, bằng 2.304 triệu năm cõi người (bởi 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 800 năm cõi người).

7- *Cõi trời Tha-hóa-tự-tại-thiên (Paranimmitavasavatti)* chư vị thiên-nam, vị thiên-nữ có tuổi thọ 16.000 tuổi trời, bằng 9.216 triệu năm cõi người (bởi 1 ngày 1 đêm ở cõi trời này bằng 1.600 năm cõi người).

* **Cõi sắc-giới phạm-thiên** có 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên được phân chia theo 4 bậc thiên sắc-giới quả-tâm:

1- *Tầng trời đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm* có 3 tầng:

- *Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Phạm-Chúng-thiên (Brahmapārisajjā)*: chư phạm-thiên có tuổi thọ 1/3 a-tăng-kỳ kiếp trụ ⁽¹⁾.

- *Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Phạm-Phụ-thiên (Brahmapurohitā)*: chư phạm-thiên có tuổi thọ 1/2 a-tăng-kỳ kiếp trụ.

- *Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Đại-Phạm-thiên (Mahābrahmā)*: chư phạm-thiên có tuổi thọ 1 a-tăng-kỳ kiếp trụ.

¹ Vivatṭathāyī asaṅkhyeyyakappa: A-tăng-kỳ kiếp trụ của trái đất.

2- Tầng trời đệ-nhi-thiên sắc-giới quả-tâm có 3 tầng:

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Thiếu-Quang-thiên (*Parittabhā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 2 đại-kiếp trái đất.⁽²⁾

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-lượng-Quang-thiên (*Appamāṇabhā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 4 đại-kiếp trái đất.

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Quang-Ám-thiên (*Ābhassarā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 8 đại-kiếp trái đất.

3- Tầng trời đệ-tam-thiên sắc-giới quả-tâm có 3 tầng:

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Thiếu-Tịnh-thiên (*Parittasubhā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 16 đại-kiếp trái đất.

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-lượng-Tịnh-thiên (*Appamāṇasubhā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 32 đại-kiếp trái đất.

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Biến-Tịnh-thiên (*Subhakinhā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 64 đại-kiếp trái đất.

4- Tầng trời đệ-tứ-thiên sắc-giới quả-tâm có 7 tầng:

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Quảng-Quả-thiên (*Vehapphalā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất.

- Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-Tướng-thiên (*Asaññasattā*): chư phạm-thiên có tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất.

* Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Tịnh-cư-thiên (*Suddhāvāsā*): có 5 tầng trời chỉ dành riêng cho vị

² Đại-kiếp (Mahākappa): Trãi qua 4 a-tăng-kỳ thành - trụ - hoại - không là 1 đại-kiếp trái đất.

phạm-thiên là bậc Thánh Bất-lai chứng đắc *đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* mà thôi.

- *Tầng trời sắc-giới Vô-Phiền-thiên (Avihā)*: chư phạm-thiên Thánh Bất-lai có *tín pháp-chủ nhiều năng lực*, có tuổi thọ 1.000 đại-kiếp trái đất.

- *Tầng trời sắc-giới Vô-Nhiệt-thiên (Atappā)*: chư phạm-thiên Thánh Bất-lai có *tán pháp-chủ nhiều năng lực*, có tuổi thọ 2.000 đại-kiếp trái đất.

- *Tầng trời sắc-giới Thiện-Hiện-thiên (Sudassā)*: chư phạm-thiên Thánh Bất-lai có *niệm pháp-chủ nhiều năng lực*, có tuổi thọ 4.000 đại-kiếp trái đất.

- *Tầng trời sắc-giới Thiện-Kiến-thiên (Sudassī)*: chư phạm-thiên Thánh Bất-lai có *định pháp-chủ nhiều năng lực*, có tuổi thọ 8.000 đại-kiếp trái đất.

- *Tầng trời sắc-giới Sắc-Cửu-Cánh-thiên (Akaniṭṭhā)*: chư phạm-thiên Thánh Bất-lai có *tuệ pháp-chủ nhiều năng lực*, có tuổi thọ 16.000 đại-kiếp trái đất.

* **Cõi vô-sắc-giới phạm-thiên** có 4 tầng trời:

- *Tầng trời vô-sắc-giới Không-vô-biên-xứ-thiên (Ākāśānañcāyatana)*: chư phạm-thiên có tuổi thọ 20.000 đại-kiếp trái đất.

- *Tầng trời vô-sắc-giới Thức-vô-biên-xứ-thiên (Viññānañcāyatana)*: chư phạm-thiên có tuổi thọ 40.000 đại-kiếp trái đất.

- *Tầng trời vô-sắc-giới Vô-sớ-hữu-xứ-thiên (Ākiñcaññāyatana)*: chư phạm-thiên có tuổi thọ 60.000 đại-kiếp trái đất.

- *Tầng trời vô-sắc-giới Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên (Nevasaññānāsaññāyatana)*: chư phạm-thiên có tuổi thọ lâu nhất 84.000 đại-kiếp trái đất.

- **1 tam-giới** gồm có 31 cõi-giới.
- **1 tiểu-thế-giới** gồm có 31.000 cõi-giới.
- **1 trung-thế-giới** gồm có 31 triệu cõi-giới.
- **1 đại-thế-giới** gồm có 31 triệu triệu cõi-giới (31.000 tỉ cõi-giới).

Đức-Thế-Tôn không những thông suốt 31.000 tỉ cõi-giới mà còn thông suốt không tận cùng cõi-giới (*ananta-cakkavāḷa*).

3- Thế nào gọi là tổng các pháp-hành (*saṅkhāraloka*)?

Pháp-hành là pháp do nhân duyên cấu tạo, có sự sinh, sự diệt, ví dụ: *ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp*, v.v...

Tổng các loài chúng-sinh (*sattaloka*) và tổng các cõi-giới chúng-sinh (*okāsaloka*) thuộc về chế-định-pháp (*paññattidhamma*), còn tổng các pháp-hành thuộc về chân-nghĩa-pháp (*paramatthadhamma*).

Đức-Thế-Tôn thông suốt tổng các pháp-hành, có nhiều pháp như sau:

- **Pháp-hành có 1 pháp**: tất cả chúng-sinh được tồn tại do nhờ nhân (*āhāra*).

- **Pháp-hành có 2 pháp**: *danh-pháp* và *sắc-pháp*.

- **Pháp-hành có 3 thọ**: *thọ khổ, thọ lạc, thọ xả*.

- **Pháp-hành có 4 pháp**: *vật thực, xúc, tác-ý, tâm*.

- **Pháp-hành có 5 uẩn**: *sắc-uẩn, thọ-uẩn, tưởng-uẩn, hành-uẩn, thức-uẩn*.

- **Pháp-hành có 6 xứ bên trong**: *nhãn-xứ, nhĩ-xứ, tỷ-xứ, thiệt-xứ, thân-xứ, ý-xứ*.

Và có 6 xứ bên ngoài: *sắc-xứ, thanh-xứ, hương-xứ, vị-xứ, xúc-xứ, pháp-xứ*, v.v...

Đức-Thế-Tôn thông suốt cả vô số pháp-hành bắt nguồn từ *ngũ-uân*.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn* có ân-đức *Lokavidū*: *Đức-Thông-Suốt Tam-tổng-pháp* (tổng các loài chúng-sinh, tổng các cõi chúng-sinh, tổng các pháp-hành).

3.1.6- Ân-Đức-Phật Anuttaro Purisadammasārathi

Itipi so Bhagavā Anuttaro Purisadammasārathi.

(Cách đọc: Í-tí-pí xô phá-gá-voa Á-nút-tá-rô pú-ri-xá-đãm-má-xa-rá-thí)

Nghĩa:

- *So Bhagavā*: *Đức-Thế-Tôn*.

- *Itipi*: Bồi Ngài là Bậc giáo huấn chúng-sinh cải tà quy chánh, cải ác làm thiện, từ hạng phàm-nhân lên bậc Thánh-nhân.

- *Anuttaro purisadammasārathi*: Do đó, *Đức-Thế-Tôn* có ân-đức **Vô-Thượng-Giáo-Hóa chúng-sinh**.

Giáo hóa người ác trở thành bậc thánh-nhân

Kẻ cướp sát nhân cắt ngón tay xâu thành vòng đeo ở cổ có biệt danh *Āṅgulimāla*. Y có võ nghệ cao cường, sống một mình ở trong rừng, dù từng đoàn người 20 - 30 người đi qua khu rừng ấy, cũng không một ai thoát chết.

Một hôm, *Đức-Phật* một mình đi vào khu rừng, nơi trú ẩn của *Āṅgulimāla*, để giáo hóa tế độ y. *Āṅgulimāla* thức tỉnh, từ bỏ sát nhân, xin xuất gia trở thành tỳ-khưu nơi *Đức-Phật*.

Về sau không lâu, **tỳ-khưu *Āṅgulimāla*** thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành **bậc Thánh A-ra-hán** cao thượng ...

Giáo hóa dạ-xoa ác trở thành bậc thánh-nhân

Tích Dạ-xoa Ālavaka ăn thịt người rất hung ác, tàn bạo, có nhiều phép màu cực kỳ nguy hiểm.

Một hôm, biết *Dạ-xoa Ālavaka* đi vắng, *Đức-Phật* ngự đi đến lầu đài của y, ngự trên bảo tọa trong lầu đài của *Dạ-xoa Ālavaka*.

Nghe tin *Đức-Phật* ngự trên bảo tọa của y, *Dạ-xoa Ālavaka* nổi cơn giận dữ, vô cùng bực tức, liền trở về ngay, y dùng mọi phép màu cực kỳ nguy hiểm, để xua đuổi *Đức-Phật* xuống khỏi bảo tọa, rời khỏi cung điện của y ngay tức khắc, nhưng y hoàn toàn bất lực, không xua đuổi *Đức-Phật* được.

Cuối cùng, có một bài kệ khó mà y quên câu giải đáp, y đã hỏi nhiều Sa-môn, Bà-la-môn mà không một ai có thể giải đáp đúng, để làm cho y hài lòng.

Nay y đem bài kệ ấy đặt điều kiện, nếu *Đức-Phật* không giải đáp đúng thì phải rời khỏi lầu đài của y ngay.

Thật ra, *Đức-Phật* ngự đến cốt yếu giải đáp bài kệ ấy, để tế độ *Dạ-xoa Ālavaka*. Cho nên, sau khi *Dạ-xoa Ālavaka* hỏi câu kệ xong, *Đức-Phật* liền giải đáp đúng ý nghĩa sâu sắc của câu kệ ấy làm cho *Dạ-xoa Ālavaka* vô cùng hoan-hỷ. Ngay khi ấy, *Dạ-xoa Ālavaka* chứng ngộ chân-lý *tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Nhập-lưu Thánh-đạo*, *Nhập-lưu Thánh-quả*, *Niết-bàn*, trở thành bậc *Thánh Nhập-lưu*, có đức-tin trong sạch và không lay chuyển nơi Tam-bảo.

Giáo hóa phạm-thiên tà-kiến trở thành chánh-kiến

Phạm-thiên Baka ở trên trời sắc-giới *Quang-Âm-thiên* phát sinh *thường-kiến* mê lầm. *Đức-Phật* từ ngôi chùa Jetavana, xuất hiện lên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Quang-Âm-thiên*, để tế độ *Phạm-thiên Baka* từ bỏ *tà-kiến* trở lại *chánh kiến*, v.v...

Giáo hóa loài súc-sinh

Đức-Phật giáo hóa các loài súc-sinh như *rồng chúa Apalāla*, *rồng chúa Cūlodara*, *rồng chúa Mahodara*, ... trở thành *rồng hiền lành*.

Đức-Phật giáo hóa tể độ voi chúa *Nālāgiri* rất hung dữ, trong cơn say, chạy đến để hại *Đức-Phật*.

Đức-Phật rải tâm-từ đến voi chúa *Nālāgiri*, ngay tức khắc voi chúa tỉnh lại, bò đến quỳ mọp xuống hai bàn chân của *Đức-Phật*.

Đức-Phật giáo hóa tể độ voi chúa *Nālāgiri* hung dữ này trở thành voi hiền lành, biết quy y Tam-bảo, biết thọ trì ngũ-giới.

Kể từ đó về sau, voi chúa *Nālāgiri* rất hiền lành dễ thương, *Đức-Phật* đặt tên là voi chúa *Dhanapāla*...

Đức-Phật giáo hóa tể độ chúng-sinh có duyên lành nên tể độ, nghĩa là, những chúng-sinh ấy tiền-kiếp có liên quan với *Đức-Phật*, hoặc tiền-kiếp đã từng gieo duyên lành nơi Chư Phật trong quá-khứ, hoặc đã từng tạo đầy đủ 10 pháp-hạnh ba-la-mật, có đủ 5 pháp-chủ, đã từng gieo phước duyên trong giáo pháp của chư Phật quá-khứ.

Nay kiếp hiện-tại, chúng-sinh ấy được *Đức-Phật* quan tâm đến để giáo hóa tể độ chúng-sinh ấy (nghĩa là không phải *Đức-Phật* gặp chúng-sinh nào cũng đều giáo hóa tể độ chúng-sinh ấy được).

Đức-Phật giáo hóa những chúng-sinh mà không có một ai có thể giáo hóa tể độ được, không có một vị nào có thể sánh được với *Đức-Phật*.

Cho nên, *Đức-Phật* có ân-đức *Anuttaro purisadammasārathi*: *Đức-Vô-Thượng-Giáo-Hóa chúng-sinh*.

* Riêng ân-Đức-Phật *Anuttaro purisadammasārathi*:

Trong bộ Thanh-Tịnh-Đạo (Visuddhimagga), phần giảng dạy Ân-Đức-Phật, thì Ân-Đức-Phật này được phân chia làm hai Ân-đức riêng biệt:

- *Anuttaro: Đức-Vô-Thượng.*
- *Purisadammasārathi: Đức-Giáo-Hóa chúng-sinh.*

Giải thích:

1- *Ân-đức Anuttaro: Đức-Vô-Thượng như thế nào?*

Đức-Thế-Tôn có sīlaguṇa: Giới-đức trong sạch thanh-tịnh không một ai trong toàn cõi-giới hơn Đức-Thế-Tôn.

Cũng như vậy, *Đức-Thế-Tôn có samādhiguṇa: định-đức trong sạch thanh-tịnh ... có paññāguṇa: tuệ-đức trong sạch thanh-tịnh ... có vimutti-guṇa: giải-thoát-đức trong sạch thanh-tịnh ... có vimuttiñānadassana: giải-thoát-tri-kiến-đức trong sạch thanh-tịnh, không một ai trong toàn cõi-giới hơn Đức-Thế-Tôn.*

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn có ân-đức Anuttaro: Đức-Vô-Thượng.*

2- *Ân-đức Purisadammasārathi: Đức-Giáo-Hóa chúng-sinh như thế nào?*

Đức-Thế-Tôn giáo hóa các loài chúng-sinh có duyên lành mà không có một ai trong toàn cõi-giới chúng-sinh có khả năng giáo hóa tể độ chúng-sinh như Đức-Thế-Tôn.

Cho nên, *Đức-Thế-Tôn có ân-đức Purisadammasārathi: Đức-Giáo-Hóa chúng-sinh.*

3.1.7- Ân-Đức-Phật Satthā Devamanussānaṃ

Itipi so Bhagavā Satthā Devamanussānaṃ.

(Cách đọc: Í-tí-pí xô phá-gá-voa Xặ-tha-đê-vóa-má-nút-xa-năng)

Nghĩa:

- *So Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

- *Itipi: Bối Ngài là Bạc Thầy của nhân-loại, chư-thiên, chư Phạm-thiên, ...*

- *Satthā devamanussānaṃ: Do đó Đức-Thế-Tôn có ân-đức Thiên-Nhân-Sư.*

Sự lợi ích an-lạc kiếp hiện-tại

Đức-Thế-Tôn giáo huấn chúng-sinh thực hành 4 pháp để đem lại những sự lợi ích, sự an-lạc trong kiếp hiện-tại⁽¹⁾.

4 pháp là:

- *Biết siêng năng cần mẫn trong nghề nghiệp, công việc.*

- *Biết giữ gìn của cải tài sản.*

- *Có bạn lành, bạn tốt là bậc-thiện-trí.*

- *Biết sử dụng của cải có chừng mực tùy theo khả năng của mình.*

Giải thích:

1- Biết siêng năng cần mẫn trong nghề nghiệp, trong công việc như thế nào?

Trong cuộc sống mỗi người nên chọn cho mình một nghề nghiệp lương thiện, không làm khổ mình, không làm khổ người, không làm khổ cả mình lẫn người⁽²⁾. Biết siêng năng cần mẫn trong nghề nghiệp ấy, trong công việc ấy, có trí-tuệ hiểu biết chuyên môn trong nghề nghiệp để tạo ra nhiều của cải tài sản cho mình.

2- Biết giữ gìn của cải tài sản như thế nào?

Của cải tài sản được tạo ra do đức tính siêng năng cần mẫn trong nghề nghiệp, trong công việc một cách hợp pháp. Người ấy nghĩ rằng: “*Ta nên giữ gìn cẩn thận*

¹ *Āṅguttaranikāya - Aṭṭhakanipata, kinh Dīghajāṇusutta.*

² *Tránh 5 nghề: Nghề buôn bán vũ khí; nghề buôn bán người hoặc súc vật; nghề buôn bán rượu, bia và các chất say; nghề buôn bán các loại thuốc độc sát hại chúng-sinh; nghề giết gia súc, gia cầm để bán thịt.*

những của cải tài sản này, tránh không để lửa cháy, nước ngập lụt cuốn trôi, bọn trộm cướp chiếm đoạt... giữ gìn của cải tài sản không bị hư mất.”

3- Có bạn lành, bạn tốt là bậc thiện-trí như thế nào?

Muốn được sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài, cần phải sống gần gũi, thân cận với bậc thiện-trí, làm bạn thân thiết, để học hỏi những thiện-pháp nên hành, những ác-pháp nên tránh xa.

Bậc thiện-trí là người có đức-tin chân-chính, có giới-hạnh đầy đủ trọn vẹn, là bậc đa-văn túc-trí, học nhiều hiểu rộng, có trí-tuệ sáng suốt, hiểu biết các pháp, là bậc thường hoan-hỷ trong sự bố-thí.

Nhờ gần gũi, thân cận bạn lành bạn tốt là bậc thiện-trí, nên mình mới có cơ hội học tập, để có đức-tin trong sạch, có giới trong sạch, học nhiều hiểu rộng, có trí-tuệ hiểu biết các pháp, hoan-hỷ trong sự bố-thí. Và học hỏi hiểu biết cách làm cho của cải phát triển ⁽¹⁾, và tránh xa cách làm cho của cải tiêu hao.

4- Biết sử dụng của cải có chừng mực tùy theo khả năng của mình như thế nào?

Biết sử dụng của cải có chừng mực trong cuộc sống:

- *Không nên phung phí của cải quá mức.*
- *Không nên hà tiện quá mức.*

Nên nghĩ rằng: *“Phần thu của ta hơn phần chi, hoặc phần chi của ta kém hơn phần thu.”*

Trong cuộc sống, nếu phần thu tiền bạc của cải nhiều hơn mức phần chi thì tiền bạc của cải còn có phần dư

¹ Cách làm cho của cải phát triển: kết bạn với bậc thiện-trí, không ăn chơi đàng điếm, không uống rượu, bia, không chơi cờ bạc.

Cách làm cho của cải tiêu hao: kết bạn với người ác, ăn chơi đàng điếm, uống rượu, bia, chơi cờ bạc.

dật, để dành lúc bệnh hoạn ốm đau, lúc tuổi già sức yếu không thể tạo ra của cải được, nhờ có của cải tiền bạc dư dật thì cuộc sống mới được an-lạc.

Ngược lại, nếu phần chi tiền bạc, của cải nhiều hơn mức phần thu thì tiền bạc, của cải bị thiếu thốn, nên cuộc sống lâm vào cảnh túng thiếu khổ cực.

Biết sử dụng của cải có chừng mực tùy theo khả năng của mình là lúc nào cũng “*phần thu hơn phần chi*”.

Đó là 4 pháp thực hành đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc trong kiếp hiện-tại.

Sự lợi ích an-lạc những kiếp vị-lai

Đức-Thế-Tôn giáo huấn chúng-sinh thực hành 4 pháp để đem lại những sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc những kiếp vị-lai.

4 pháp là:

- Có đức-tin trọn vẹn.
- Có giới-hạnh trong sạch và trọn vẹn.
- Có sự bố-thí trọn vẹn.
- Có trí-tuệ trọn vẹn.

Giải thích:

1- Có đức-tin trọn vẹn như thế nào?

Các hàng Thanh-văn đệ-tử có đức-tin trong sạch nơi 9 ân-Đức-Phật, 6 ân-Đức-Pháp, 9 ân-Đức-Tăng; có đức-tin hoàn toàn nơi nghiệp và quả của nghiệp.

Có đức-tin trong sạch, nơi 9 ân-Đức-Phật rằng: “Đức-Thế-Tôn:

- Là Đức A-ra-hán xứng đáng thọ nhận sự lễ bái cúng-dường của nhân loại, Chư-thiên, Phạm-thiên.

- Là Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác tự mình chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đề đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng

đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh.

- Là Đức Minh-Hạnh-Túc có trọn đủ tam-minh, bát-minh và 15 đức-hạnh cao thượng.

- Là Đức Thiện-Ngôn giáo huấn sự thật chân-lý đem lại sự lợi ích thật sự cho chúng-sinh.

- Là Đức Thông-Suốt tam-tổng-pháp.

- Là Đức Vô-Thượng-Giáo-Hóa chúng-sinh.

- Là Đức Thiên-Nhân-Sư.

- Là Đức-Phật tự mình chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên, rồi giáo huấn chúng-sinh có phước duyên cũng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế y theo Đức-Phật, ...

- Là Đức-Thế-Tôn cao thượng nhất trong toàn cõi-giới chúng-sinh, do thực hành đầy đủ trọn vẹn 30 pháp-hạnh ba-la-mật.”

Và có đức-tin trong sạch nơi 6 ân-Đức-Pháp, nơi 9 ân-Đức-Tăng.

Bậc Thánh Thanh-văn đệ-tử có đức-tin hoàn toàn nơi nghiệp và quả của nghiệp như Đức-Phật dạy rằng:

“Kammassako ’mhi kammadāyādo kammayoni kamma-bandhu kammappaṭisaraṇo, yaṃ kammaṃ karissāmi kalyāṇaṃ vā pāpakaṃ vā, tassa dāyādo bhavissāmi.”⁽¹⁾

Ta có nghiệp là của riêng ta, ta là người thừa hưởng quả của nghiệp, nghiệp là nhân sinh ra ta, nghiệp là bà con thân quyến của ta, nghiệp là nơi nương nhờ của ta. Ta sẽ tạo nghiệp nào ‘thiện-nghiệp hoặc ác-nghiệp’, ta sẽ là người thừa hưởng quả an-lạc của thiện-nghiệp hoặc phải chịu quả khổ của ác-nghiệp ấy.

¹Ang., phần Pañcakanipāta, Abhiṇhapaccavekkhitabbathānasutta.

Như vậy, chỉ *tin nghiệp* và *quả của nghiệp của mình* mà thôi, hễ đại-thiện-nghiệp có cơ hội thì cho quả an-lạc, hễ ác-nghiệp có cơ hội thì cho quả khổ, cho nên, không tin vào số-mạng an bài.

Nếu mỗi chúng-sinh đều có số-mạng an bài thì thử hỏi ai có khả năng an bài số-mạng của mỗi chúng-sinh dù lớn dù nhỏ trong 31 cõi-giới chúng-sinh này???

2- *Có giới-hạnh trong sạch và trọn vẹn như thế nào?*

Các hàng Thanh-văn đệ-tử là bậc xuất gia hoặc hàng tại gia cận-sự-nam, cận-sự-nữ là người có giới-hạnh trong sạch và trọn vẹn theo giới-hạnh của mình.

- Người cận sự nam, cận sự nữ có ngũ-giới, hoặc bát-giới, ... trong sạch và trọn vẹn.

- Vị sa-di có 10 sa-di giới, 10 pháp hoại, 10 pháp hành phật, 75 điều học, 14 pháp hành, ... trong sạch trọn vẹn.

- Vị tỳ-khuru có *tứ thanh-tịnh-giới*, có *tỳ-khuru-giới* 227 điều-giới, 14 pháp-hành, tỳ-khuru-giới kể đầy đủ có 91.805.036.000 điều-giới.

3- *Có sự bố-thí trọn vẹn như thế nào?*

Các hàng Thanh-văn đệ-tử có tâm-từ, tâm-bi tế độ, hoan-hỷ trong sự bố-thí tùy theo khả năng của mình, có tác-ý thiện-tâm trong sạch hoan-hỷ trước khi tạo phước-thiện bố-thí, hoan-hỷ đang khi tạo phước-thiện bố-thí, hoan-hỷ sau khi đã tạo phước-thiện bố-thí xong rồi.

Các hàng Thanh-văn đệ-tử không nên có tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải và sự hiểu biết của mình, có ít thì bố-thí ít, có nhiều thì bố-thí nhiều tùy theo khả năng, tùy theo người thọ thí.

Người thí-chủ nên có sự suy tư đúng đắn rằng:

“Được tạo phước-thiện bố-thí là một cơ hội tốt cho mình, bởi vì của cải nào mà mình đem ra tạo phước-thiện bố-thí rồi, thì của cải ấy thật sự trở thành đại-thiện-nghiệp bố-thí của riêng mình không có một ai có thể chiếm đoạt được. Đại-thiện-nghiệp bố-thí sẽ cho quả an-lạc trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai. Còn những phần của cải còn lại qua thời gian không chắc thuộc về của riêng mình mà chắc chắn thuộc về **của chung** đối với mọi người.

Hơn nữa, chỉ có con người ở cõi Nam-thiện bộ-châu (trái đất chúng ta đang sống) này mới có cơ hội thuận lợi tạo phước-thiện bố-thí mà thôi. Các chúng-sinh ở cõi khác khó hoặc không có cơ hội thuận lợi tạo phước thiện bố-thí được.

Vì vậy, nếu có cơ hội thì ta không nên bỏ lỡ cơ hội tạo phước-thiện bố-thí.”

4- Có trí-tuệ trọn vẹn như thế nào?

Mỗi khi các hàng Thanh-văn đệ-tử tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ-giới, phước-thiện hành-thiền, thực hành pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ với đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ.

Thật ra, có trí-tuệ trọn vẹn đó là có trí-tuệ-thiền-tuệ tam-giới thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới; trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ, biết rõ **3 trạng-thái-chung** (trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã) của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, và có trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới đó là 4 Thánh-đạo-tuệ, 4 Thánh-quả-tuệ đồng sinh với 4 Thánh-đạo-tâm và 4 Thánh-quả-tâm có Niết-bàn làm đối-tượng. Hành-giả trở thành bậc Thánh-nhân.

Đó là 4 pháp thực hành sẽ đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài cho kiếp hiện-tại, lẫn nhiều kiếp vị-lai.

Sự lợi ích an-lạc cao thượng Niết-bàn

Đức-Thế-Tôn có 2 loại trí-tuệ đặc biệt:

- *Indriyaparopariyattañāṇa*: Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ 5 pháp-chủ (tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ) già giận hoặc non nớt của mỗi chúng-sinh, ...

- *Āsayānusayañāṇa*: Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ phiền-não ngấm ngấm, thiện-nghiệp, ác-nghiệp của mỗi chúng-sinh.

Hai loại trí-tuệ đặc biệt này chỉ có nơi Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác mà thôi, còn các bậc Thánh Thanh-văn hoàn toàn không thể có 2 loại trí-tuệ này. Cho nên, mỗi khi thuyết pháp tế độ các chúng-sinh nào, Đức-Phật suy xét phước duyên của các chúng-sinh ấy.

Chúng-sinh nào đã từng tạo các pháp-hạnh ba-la-mật nhiều đời, nhiều kiếp trong quá-khứ, đã từng gặp Chư Phật ở quá-khứ rồi. Đức-Phật thuyết pháp giáo huấn tế độ chúng-sinh hợp với phước duyên của các chúng-sinh ấy.

Sau khi lắng nghe Đức-Phật thuyết pháp xong, chắc chắn các chúng-sinh ấy chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn tùy theo năng lực của các pháp-hạnh ba-la-mật và 5 pháp-chủ của chúng-sinh ấy như sau:

- Có số chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.

- Có số chứng đắc đến Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhất-lai.

- Có số chứng đắc đến Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Bất-lai.

- Có số chứng đắc đến A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán.

Bốn bậc Thánh-Nhân này đều chứng đạt đến sự lợi ích, sự an-lạc cao thượng Niết-bàn.

Đức-Thế-Tôn thuyết pháp tế độ chúng-sinh không chỉ nhân-loại, chu-thiên, chư phạm-thiên được sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài, mà còn có loài súc-sinh cũng được sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài nữa.

3.1.8- Ân-Đức-Phật Buddhō

Itipi so Bhagavā Buddhō.

(Cách đọc: Í-tí-pi xô phá-gá-voa Bút-thô)

Nghĩa:

- *So Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

- *Itipi: Bởi Ngài là Bậc tự mình chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên, trong toàn cõi-giới chúng-sinh, nên gọi là **Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác** độc nhất vô nhị, rồi Đức-Phật thuyết pháp giáo huấn chúng-sinh có phước duyên cũng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế y theo Đức-Phật, cũng chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn tùy theo năng lực ba-la-mật, 5 pháp-chủ (indriya): tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ và hạnh nguyện của mỗi chúng-sinh.*

Vì vậy, Buddhō: Đức-Thế-Tôn có ân-đức **Đức-Phật**.

Ân-đức “Sammāsambuddho” với ân-đức “Buddho” khác nhau như thế nào?

* **Ân-đức Sammāsambuddho** nghĩa là chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc

Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh, nên Đức-Thế-Tôn có ân-đức Sammāsambuddho.

Ân-đức Sammāsambuddho có 2 loại trí-tuệ đặc biệt là:

- *Trí-tuệ chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên.*
- *Trí-tuệ-thành (paṭivedhañāna).*

** Ân-đức Buddho nghĩa là tự mình chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế đầu tiên không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh, và Đức-Phật còn thuyết pháp giáo huấn chúng-sinh có duyên lành cũng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế y theo Đức-Phật.*

- Có số chúng-sinh trở thành bậc Thánh Nhập-lưu; có số chúng-sinh trở thành bậc Thánh Nhất-lai; có số chúng-sinh trở thành bậc Thánh Bất-lai; có số chúng-sinh trở thành bậc Thánh A-ra-hán.

Chúng-sinh trở thành Thánh-nhân bậc nào do năng lực của các pháp-hạnh ba-la-mật, 5 pháp-chủ (indriya): tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ của mỗi chúng-sinh ấy.

Ân-đức Buddho có 2 loại trí-tuệ đặc biệt là:

- *Trí-tuệ của bậc Toàn-Giác (Sabbaññutañāna).*
- *Trí-tuệ thuyết pháp giáo-hóa chúng-sinh (desanāñāna).*

Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác là Bậc có đầy đủ trọn vẹn các loại trí-tuệ:

- *4 trí-tuệ phân-tích (paṭisambhidāñāna).*
- *6 trí-tuệ cá-biệt (asādhārañāna).*
- *10 trí-tuệ-lực (dasabalañāna), ...*

Tất cả các loại trí-tuệ này được thành tựu cùng lúc với *A-ra-hán Thánh-đạo-tâm, A-ra-hán Thánh-quả-tâm.*

3.1.9- Ân-Đức-Phật Bhagavā

Itipi so Bhagavā Bhagavā.

(Cách đọc: Í-ti-pi xô phá-gá-voa Phá-gá-voa)

Nghĩa:

- *So Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

- *Itipi: Bởi Ngài là Bậc có 6 ân-đức đặc biệt do thực hành đầy đủ trọn vẹn 30 pháp-hạnh ba-la-mật của Ngài.*

Vì vậy, Bhagavā: Ngài có ân-đức Đức-Thế-Tôn.

Ân-đức Bhagavā: *Ân-đức Đức-Thế-Tôn* thật vô cùng cao thượng nhất trong toàn cõi-giới chúng-sinh. *Ân-đức Bhagavā* này, không phải do Phụ vương, Mẫu hậu của Ngài tôn vinh, cũng không phải do chư-thiên, chư Phạm-thiên nào suy tôn Ngài.

Sự thật, **ân-đức Bhagavā** này là kết quả qua một quá trình tiến triển thực hành 30 pháp-hạnh ba-la-mật trải qua 3 thời-kỳ của Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác.

Trường hợp **Đức-Phật Gotama** thuộc về *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt*. Cho nên, những tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama là *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt*, nghĩa là *trí-tuệ* có nhiều năng lực hơn *đức-tin* và *tinh-tấn*. Đức-Bồ-tát, tiền-kiếp của Đức-Phật Gotama đã thực hành đầy đủ trọn vẹn 30 pháp-hạnh ba-la-mật trải qua 3 thời-kỳ.

1- Thời-kỳ đầu: *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt* đã phát nguyện trong tâm, có ý nguyện muốn trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, để tế độ, cứu vớt chúng-sinh giải thoát khỏi biển khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài, rồi *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt* thực hành các pháp-hạnh ba-la-mật suốt thời gian khoảng 7 a-tăng-kỳ.

2- **Thời-kỳ giữa:** *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt* đã phát nguyện bằng lời nói, để cho chúng-sinh nghe biết ý nguyện muốn trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* trong thời vị-lai, để tế độ chúng-sinh, rồi tiếp tục thực hành các pháp-hạnh ba-la-mật thêm suốt 9 a-tăng-kỳ⁽¹⁾ nữa.

Qua 2 thời-kỳ này vẫn còn là *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác bất-định (aniyatabodhisatta)*, nghĩa là có thể thay đổi ý nguyện muốn trở thành *Đức-Phật Độc-Giác, hoặc bậc Thánh Thanh-văn-giác*.

Nếu *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt* vẫn giữ nguyện ý nguyện tiếp tục thực hành các pháp-hạnh ba-la-mật dẫn đến thời-kỳ cuối.

3- **Thời-kỳ cuối:** Sau khi đã trải qua 2 thời-kỳ (*phát nguyện trong tâm và bằng lời*), *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt* có đầy đủ năng lực mạnh, có thiện-tâm bất thoái chí, *Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt* có duyên lành đến hầu Đức-Phật.

Trường hợp *Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ Sumedha*, tiền-kiếp của *Đức-Phật Gotama*, đến hầu *Đức-Phật Dīpaṅkara*.

Với Phật-nhãn thấu suốt vị-lai, *Đức-Phật Dīpaṅkara* biết rõ ý nguyện của *Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ Sumedha* sẽ được thành tựu như ý, nên *Đức-Phật Dīpaṅkara* thọ ký vị *Đức-Bồ-tát Đạo sĩ Sumedha* rằng:

“*Trong thời vị-lai, còn 4 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại-kiếp trái đất*⁽¹⁾ nữa, *Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ Sumedha* này sẽ trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* có danh hiệu là *Đức-Phật Gotama*.”

¹ A-tăng-kỳ dịch âm từ Pāli: Asaṅkheyya nghĩa là vô số.

¹ Đại-kiếp trái đất dịch từ danh từ Pāli: Mahākappa: thời gian kiếp trái đất trải qua 4 a tăng kỳ thành - trụ - hoại - không.

Sau khi được Đức-Phật *Dīpaṅkara* đầu tiên thọ ký, xác định thời gian còn lại 4 *a-tăng-kỳ* và 100 ngàn đại kiếp trái đất, Đức-Bồ-tát Đạo-sĩ *Sumedha*, tiền-kiếp của Đức-Phật *Gotama*, trở thành Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt cố-định (*niyatabodhisatta*) bất thoái chí, tiếp tục thực hành, bồi bổ cho đầy đủ trọn vẹn 30 pháp-hạnh ba-la-mật: 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc hạ, 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc trung, 10 pháp-hạnh ba-la-mật bậc thượng, suốt 4 *a-tăng-kỳ* và 100 ngàn đại-kiếp trái đất, trải qua vô số kiếp tử sinh luân-hồi.

Từ đó về sau, mỗi khi có Đức-Phật nào xuất hiện trên thế gian, thì Đức-Bồ-tát tiền-kiếp của Đức-Phật *Gotama* đều đến hầu Đức-Phật ấy và được Đức-Phật thọ ký xác định thời gian còn lại.

Trong khoảng thời gian 4 *a-tăng-kỳ* và 100 ngàn đại-kiếp trái đất ấy, có 24 Đức-Phật theo tuần tự xuất hiện trên thế gian, Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ-siêu-việt tiền-kiếp của Đức-Phật *Gotama* lần đầu tiên đã được Đức-Phật *Dīpaṅkara* thọ ký và tiếp theo tuần tự các Đức-Phật khác, cho đến Đức-Phật thứ 24 là Đức-Phật *Kassapa* thọ ký cuối cùng.

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt, tiền kiếp của Đức-Phật *Gotama*, đã thực hành đầy đủ trọn vẹn 30 pháp-hạnh ba-la-mật, suốt 3 thời-kỳ gồm có 20 *a-tăng-kỳ* và 100 ngàn đại-kiếp trái đất, đó là khoảng thời gian bằng một nửa ($\frac{1}{2}$) thời gian của Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có đức-tin siêu-việt và bằng một phần tư ($\frac{1}{4}$) thời gian của Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có tinh-tân siêu-việt.

Đức-Bồ-tát Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ siêu-việt kiếp chót là Đức-Bồ-tát *Siddhattha*, là thái-tử của Đức-vua

Suddhodana và Chánh-cung Hoàng-hậu Mahāmāyādevī tại kinh-thành Kapilavatthu.

- Năm 29 tuổi, vào đêm rằm tháng 6, **Đức-Bồ-tát Siddhattha** trốn ra khỏi kinh-thành Kapilavatthu, ngụ đi xuất gia.

- Năm 35 tuổi, vào đêm rằm tháng tư, **Đức-Bồ-tát Siddhattha** ngụ đi đến ngồi dưới cội *cây Assattha* ⁽¹⁾ tại khu rừng Uruvelā, **Đức-Bồ-tát Siddhattha** thực hành pháp-hành thiên-định và pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế không thầy chỉ dạy, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn*, diệt tận được mọi tham-ái, mọi phiền-não không còn dư sót, trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* đầu tiên trong toàn cõi-giới chúng-sinh gọi là *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* có danh hiệu là **Đức-Phật Gotama**, vào canh chót đêm rằm tháng tư, tại cội cây Đại-Bồ-đề tại khu rừng Uruvelā.

Cho nên, *Đức-Phật Gotama* có *ân-đức Bhagavā: Đức-Thế-Tôn*.

Ân-đức Bhagavā: Đức-Thế-Tôn có 6 đức-tính:

Issariya, Dhamma, Yasa, Siri, Kāma, Payatta.

1- *Thế nào gọi Issariya: Tự chủ?*

Đức-Thế-Tôn có tâm tự chủ trong các pháp tam-giới và pháp siêu-tam-giới.

- *Tâm tự chủ trong pháp tam-giới: Đức-Thế-Tôn hóa phép-thần-thông-song-hành (yamakapatihāriya), có 2 luồng nước và lửa phát xuất từ kim thân của Đức-Thế-Tôn: một luồng nước phát ra từ lỗ mũi bên phải, một luồng lửa phát ra từ lỗ mũi bên trái, rồi thay đổi, một*

¹ Cây Assattha là cây **Đại-Bồ-đề** đồng sinh với Đức-Bồ-tát Siddhattha trong ngày rằm tháng tư, 35 năm trước.

luồng lửa phát ra từ lỗ mũi bên phải, một luồng nước phát ra từ lỗ mũi bên trái; cũng như vậy đến 2 mắt, 2 lỗ tai...

- *Tâm tự chủ trong pháp siêu-tam-giới: Đức-Thế-Tôn thuyết pháp xong, các hàng Thanh-văn đệ-tử đồng thanh nói lên lời hoan-hỷ “Sādhu! Sādhu!” trong thời gian khoảng khắc ngắn ngủi ấy, Đức-Thế-Tôn có thể nhập A-ra-hán Thánh-quả để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.*

Cho nên, gọi là *Issariya: Tự chủ.*

2- *Thế nào gọi là Dhamma: Chánh-pháp?*

Đức-Thế-Tôn đã chứng đắc 9 pháp siêu-tam-giới đó là 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và Niết-bàn đầu tiên, trong toàn cõi-giới chúng-sinh, diệt tận tất cả 1.500 loại phiền-não, 108 loại tham-ái, và tất cả mọi tiền-khiên-tật đã được tích lũy từ vô lượng kiếp quá-khứ.

Cho nên, gọi là *Dhamma: Chánh-pháp.*

3- *Thế nào gọi là Yasa: Tiếng tốt lành?*

Ân-đức của Đức-Thế-Tôn được lan truyền khắp toàn cõi chúng-sinh, từ cõi người cho đến cõi Long vương, đến chư-thiên ở 6 cõi trời dục-giới, đến chư Phạm-thiên ở 15 cõi trời sắc-giới (trừ cõi Vô-Tướng-Thiên). Và thậm chí ngay cả chư Phạm-thiên ở cõi vô-sắc-giới cũng niệm tưởng đến ân-Đức-Phật.

Cho nên, gọi là *Yasa: Tiếng tốt lành.*

4- *Thế nào gọi là Siri: Hạnh phúc?*

Kim-thân của Đức-Thế-Tôn có đầy đủ 32 tướng tốt của bậc Đại-nhân và 80 tướng tốt phụ, có hào quang mát mẻ phát ra từ kim-thân của Đức-Phật, nên nhân-loại, chư-thiên, Phạm-thiên đến hầu đảnh lễ cúng-dường đến Đức-Thế-Tôn, lúc nào cũng cảm thấy hạnh phúc an-lạc,

phát sinh hỷ lạc. Những chúng-sinh đến hầu Đức-Thế-Tôn bao nhiêu lần cũng cảm thấy chưa đủ.

Cho nên, gọi là *Siri: Hạnh phúc*.

5- Thế nào gọi là *Kāma: Nguyện ước thành tựu?*

Đức-Thế-Tôn khi còn là Đức-Bồ-tát Sumedha có nguyện ước rằng:

“Buddho bodheyyam”: Như-Lai tự mình chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc thành Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, rồi sẽ giáo hóa chúng-sinh cũng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc thành bậc Thánh-Nhân (tự giác - giác tha).

Điều ước nguyện ấy đã thành tựu.

“Mutto moceyyam”: Như-Lai tự mình giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài, rồi sẽ giáo huấn chúng-sinh cũng được giải thoát khỏi cảnh khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài (tự độ - độ tha).

Điều nguyện ước ấy đã thành tựu.

“Tinno tareyyam”: Như-Lai tự mình vượt qua biển khổ luân-hồi, đạt đến Niết-bàn an-lạc, rồi sẽ dẫn dắt chúng-sinh cũng vượt qua biển khổ luân-hồi, đạt đến Niết-bàn an-lạc (tự đáo - đáo tha).

Điều nguyện ước ấy đã thành tựu.

Cho nên, gọi là *Kāma: Nguyện ước thành tựu*.

6- Thế nào gọi là *Payatta: Tinh-tấn không ngừng?*

Hằng ngày Đức-Thế-Tôn có sự tinh-tấn không ngừng thực hành *Buddhakicca*⁽¹⁾: 5 phận sự của Đức-Phật.

¹ Bộ Chú-giải *Anguttaranikāya*, phần *Ekakanipāta*...

5 phận sự của Đức-Phật:

- Phận sự buổi sáng trước khi độ ngộ (*purebhattakicca*).
- Phận sự sau khi độ ngộ (*pacchābhattakicca*).
- Phận sự canh đầu đêm (*paṭhamayāma*).
- Phận sự canh giữa đêm (*majjhimayāma*).
- Phận sự canh chót đêm (*pacchimayāma*).

Giải Thích

1- Phận sự buổi sáng trước khi độ ngộ như thế nào?

Mỗi buổi sáng đến giờ đi khất thực, khi thì Đức-Phật ngự đi khất thực một mình để tế độ chúng-sinh nào đó, khi thì Đức-Phật ngự cùng với chư tỳ-khưu Tăng đi vào xóm làng, kinh-thành để khất thực.

Khi Đức-Phật thọ thực xong, số dân chúng thỉnh Đức-Phật thuyết pháp, số xin thọ phép quy y Tam-bảo, số xin Đức-Phật cho phép xuất gia, rồi Đức-Phật ngự trở về chùa.

2- Phận sự sau khi độ ngộ như thế nào?

Khi ngự trở về chùa, Đức-Phật rửa chân xong, đứng trên tầng đá, Ngài khuyên dạy chư tỳ-khưu rằng:

*“Bhikkhave appamādena sampādettha,
Dullabho Buddhuppādo lokasmim,
Dullabho manussattapaṭilābho,
Dullabhā khaṇasampatti,
Dullabhā pabbajjā,
Dullabham saddhammassavanam.”*

- Nay chư tỳ-khưu! Các con hãy nên cố gắng hoàn thành mọi phận sự tứ Thánh-đế, bằng pháp không dễ duôi (thật-niệm), tiến hành Tứ-niệm-xứ.

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

* Được sinh làm người là một điều khó.

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

* *Được xuất gia trở thành tỳ-khuru là một điều khó.*

* *Được nghe chánh-pháp là một điều khó.*”

Đó là những điều khó mà Đức-Phật hằng ngày thường khuyên dạy chư tỳ-khuru chớ nên để duôi (thất-niệm).

Sau khi khuyên dạy xong, Đức-Phật ngự vào cốc Gandhakuṭi, còn chư tỳ-khuru mỗi vị ở một nơi, để thực hành pháp-hành thiên-định, hoặc thực hành pháp-hành-thiền-tuệ.

3- Phận sự canh đầu đêm như thế nào?

Canh đầu: Đức-Phật giáo huấn chư tỳ-khuru, có số tỳ-khuru hỏi pháp, luật; có số tỳ-khuru xin thọ pháp-hành thiên-định, xin thọ pháp-hành thiền-tuệ; có số tỳ-khuru nghe Đức-Phật thuyết pháp.

Qua hết canh đầu, chư tỳ-khuru đánh lễ Đức-Phật trở về chỗ ở của mình.

4- Phận sự canh giữa đêm như thế nào?

Canh giữa: Đức-Phật cho phép chư-thiên, chư Phạm-thiên trong 10.000 cõi-giới đến hầu Đức-Phật, đánh lễ xong đứng một nơi hợp lễ bạch hỏi pháp. Đức-Phật giảng giải những câu hỏi của chư-thiên, chư Phạm-thiên xong, hết canh giữa, chư-thiên, chư Phạm-thiên đánh lễ Đức-Phật trở về cảnh giới của mình.

5- Phận sự canh chót đêm như thế nào?

Đức-Phật phân chia canh chót làm 3 thời:

- *Thời gian đầu:* Đức-Phật đi kinh hành.

- *Thời gian giữa:* Đức-Phật ngự vào cốc Gandhakuṭi nghỉ ngơi, nằm nghiêng bên phải, có chánh niệm, trí-tuệ tỉnh giác, định giờ tỉnh dậy.

- *Thời gian chót:* Đức-Phật *nhập thiền đại-bi*, khi xả thiền, Đức-Phật xem xét chúng-sinh trong 10.000 cõi-

giới bằng Phật-nhân-tuệ, thấy rõ, biết rõ chúng-sinh nào đã từng gieo duyên lành với Đức-Phật, hoặc đã từng thực hành các pháp-hành ba-la-mật từ Chư Phật quá-khứ đến kiếp hiện-tại này, chúng-sinh ấy có khả năng *chứng ngộ chân-lý từ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn*, chúng-sinh ấy dù ở gần, dù ở xa, trong cõi người này hay cõi giới khác, Đức-Phật vẫn ngự đến nơi ấy, để tế độ chúng-sinh ấy.

Mỗi ngày, mỗi đêm Đức-Thế-Tôn thực hành đầy đủ 5 phận sự rỗng rã suốt 45 năm, cho đến giây phút cuối cùng tịch diệt Niết-bàn.

Ân-đức Bhagavā còn có nhiều ý nghĩa khác.

Cho nên, *Đức-Phật Gotama có ân-đức Bhagavā: Đức-Thế-Tôn.*

Thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* này, trước tiên hành-giả cần phải học hỏi, hiểu biết rõ ý nghĩa và chi-pháp đầy đủ *9 ân-Đức-Phật*. Mỗi khi niệm đến ân-Đức-Phật nào, nên hiểu biết rõ ý nghĩa và chi-pháp của ân-Đức-Phật ấy.

Sau đó, để đại-thiện-tâm dễ phát sinh, hành-giả nên ngồi nghiêm trang trước tượng Đức-Phật hoặc trước cội cây Đại-Bồ-đề, hoặc một nơi thanh vắng, để thực hành *đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* này.

Phương pháp thực hành có nhiều cách:

1- **Cách phổ thông:** *Niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* theo bài kinh như sau:

“Itipi so Bhagavā Araham, Sammāsambuddho, Vijjā-caraṇasampanno, Sugato, Lokavidū, Anuttaro purisadam-masārathi, Satthā devamanussānaṃ, Buddho, Bhagavā...”

Hành-giả thực hành niệm đến *ân-Đức-Phật* nào nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của *ân-Đức-Phật* ấy, định-tâm theo dõi mỗi *ân-Đức-Phật* như vậy, hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành *niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật*, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

2- Cách tách câu: *9 ân-Đức-Phật* tách từng câu như sau:

- 1- *Itipi so Bhagavā Araham.*
- 2- *Itipi so Bhagavā Sammāsambuddho.*
- 3- *Itipi so Bhagavā Vijjācaranasampanno.*
- 4- *Itipi so Bhagavā Sugato.*
- 5- *Itipi so Bhagavā Lokavidū.*
- 6- *Itipi so Bhagavā Anuttaro purisadammasārathi.*
- 7- *Itipi so Bhagavā Satthā devamanussānaṃ.*
- 8- *Itipi so Bhagavā Buddho.*
- 9- *Itipi so Bhagavā Bhagavā.*

Hành-giả thực hành niệm mỗi câu *ân-Đức-Phật* nào, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của mỗi câu *ân-Đức-Phật* ấy, định-tâm theo dõi mỗi câu *ân-Đức-Phật* như vậy, hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành *niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật*, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Hành-giả có thể chọn một câu *ân-Đức-Phật* nào trong *9 ân-Đức-Phật* làm đối-tượng, để thực hành niệm *ân-Đức-Phật* ấy, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của *ân-Đức-Phật* ấy, luôn định-tâm nơi *ân-Đức-Phật* ấy.

Ví dụ: Niệm-niệm *ân-Đức-Phật* thứ nhất: *Itipi so Bhagavā Araham, ... Itipi so Bhagavā Araham, ...*

Hoặc: Niệm-niệm *ân-Đức-Phật* thứ tám: *Itipi so Bhagavā Buddho, ... Itipi so Bhagavā Buddho, ...*

Hoặc: Niệm-niệm ân-Đức-Phật thứ chín: *Itipi so Bhagavā Bhagavā, ... Itipi so Bhagavā Bhagavā, ...*

Hành-giả tâm niệm câu ân-Đức-Phật nào, đồng thời hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của ân-Đức-Phật ấy, định-tâm theo dõi ân-Đức-Phật ấy hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành niệm ân-Đức-Phật, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Đức-Phật.

3- Cách niệm một ân-Đức-Phật:

Hành-giả có thể chọn một *ân-Đức-Phật* nào trong 9 ân-Đức-Phật làm đối-tượng, để thực hành niệm-niệm *ân-Đức-Phật* ấy, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của danh từ *ân-Đức-Phật* ấy, luôn định-tâm nơi *ân-Đức-Phật* ấy:

Ví dụ: Niệm-niệm: *Araham, ... Araham, ... Araham, ...*

Hoặc: Niệm-niệm: *Buddho, ... Buddho, ... Buddho, ...*

Hoặc: Niệm-niệm: *Bhagavā, ... Bhagavā, ... Bhagavā, ...*

Hành-giả niệm-niệm *ân-Đức-Phật* ấy, đồng thời hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của *ân-Đức-Phật* ấy, định-tâm theo dõi *ân-Đức-Phật* ấy hằng trăm lần, hằng ngàn lần ... trong suốt thời gian thực hành niệm-niệm *ân-Đức-Phật* ấy, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Đức-Phật.

Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật là một đề-mục thiên-định để làm cho phát sinh đức-tin trong sạch nơi *Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo*, mà đức-tin là nền tảng cho mọi thiện-pháp từ *dục-giới thiện-pháp, sắc-giới thiện-pháp, vô-sắc-giới thiện-pháp* cho đến *siêu-tam-giới thiện-pháp*.

Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật là đề-mục thiên-định vô cùng vi-tế, vô cùng sâu sắc, rộng lớn mênh mông bao la, vô lượng vô biên, nên hành-giả không thể định-tâm một nơi nào nhất định. Cho nên, *đề-mục niệm-*

niệm 9 ân-Đức-Phật này chỉ có khả năng chứng đạt đến **cận-định** (*upacārasamādhi*) mà thôi, không có khả năng chứng đạt đến **an-định** (*appanāsamādhi*), nên không thể chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm nào.

Vì vậy, *tâm cận-định* này vẫn còn là *dục-giới đại-thiện-tâm có dục-giới đại-thiện-nghiệp*, có tâm quan trọng đặc biệt đối với hành-giả là người đã gieo duyên lành, nhân tốt sâu sắc trong giáo pháp của Đức-Phật.

Tuy nhiên, *tâm cận-định* này có thể làm nền tảng, làm đối-tượng để thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* dẫn đến sự nhàm chán trong ngũ-uẩn, diệt tận tham-ái, phiền-não, chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được.

Như Đức-Phật dạy:

- *Này chư tỳ-khuru! Có một pháp-hành mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần-thục, chắc chắn dẫn đến phát sinh trí-tuệ-thiên-tuệ nhàm chán trong ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp, để diệt tận tham-ái, sân-hận, si-mê, để làm vắng lặng mọi phiền-não, để phát sinh trí-tuệ-thiên-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn.*

Pháp-hành ấy là pháp gì?

Pháp-hành ấy là Buddhānussati: Pháp-hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật.

- *Này chư tỳ-khuru! Pháp-hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần-thục, chắc chắn dẫn đến phát sinh trí-tuệ-thiên-tuệ nhàm chán ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp tam-giới, để diệt tận tham-ái, sân-hận, si-mê, để làm vắng lặng mọi phiền-não, để phát sinh trí-tuệ-thiên-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái*

khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chúng đấng 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn ⁽¹⁾.

Qua lời giáo huấn trên của Đức-Phật, thì *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* thuộc về pháp-hành thiên-định, mà tâm cận-định của đề-mục này có thể làm nền tảng, làm đối-tượng của *pháp-hành thiên-tuệ* nữa.

Thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật

Thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật có 2 giai đoạn:

- **Giai đoạn đầu:** Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật thuộc về *pháp-hành thiên-định*, hành-giả thực hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamāhi*) (Phương pháp đã được trình bày ở phần trước).

- **Giai đoạn sau:** Sau khi thực hành *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* đã đạt đến **cận-định** rồi, nếu muốn tiếp tục chuyển sang *thực hành pháp-hành thiên-tuệ* thì hành-giả cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp tam-giới làm đối-tượng** hoặc **thân, thọ, tâm, pháp** thuộc về *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*) là *đối-tượng* của *pháp-hành tứ-niệm-xứ* (*thân niệm-xứ, thọ niệm-xứ, tâm niệm-xứ, pháp niệm-xứ*).

Pháp-hành thiên-tuệ

Cận-định của *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* làm nền tảng, làm đối-tượng thiên-tuệ, để thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* như thế nào?

¹ *Anguttaranikāya*, phần *Ekadhammapāli*.

Sau khi hành-giả đã thực hành đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật, đã đạt đến **cận-định** trong đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật, nếu hành-giả có ý nguyện muốn tiếp tục chuyển sang thực hành pháp-hành thiền-tuệ thì cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp tam-giới**, làm đối-tượng hoặc **thân, thọ, tâm, pháp** thuộc về chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma) là đối-tượng của pháp-hành tứ-niệm-xứ (thân niệm-xứ, thọ niệm-xứ, tâm niệm-xứ, pháp niệm-xứ).

Cận-định là nhất-tâm tâm-sở đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ thuộc về chân-nghĩa-pháp.

Thật-tánh niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật như thế nào?

Đúng theo thật-tánh của chân-nghĩa-pháp thì không có hành-giả nào thực hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật, mà **sự thật** chỉ có **niệm tâm-sở** đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm làm phân sự thực hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật, đạt đến **tâm cận-định** trong đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật mà thôi.

*** Phân tích đối-tượng tứ-niệm-xứ và đối-tượng thiên-tuệ**

Tâm cận-định này trong phần **tâm niệm-xứ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, và **tâm cận-định** là dục-giới đại-thiện-tâm phân tích theo **danh-pháp tam-giới, sắc-pháp** như sau:

- **Dục-giới đại-thiện-tâm** thuộc về **danh-pháp tam-giới**, và dục-giới đại-thiện-tâm này phát sinh do nương nhờ hadayavatthurūpa: sắc-pháp là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về **sắc-pháp**.

Như vậy, **danh-pháp tam-giới** và **sắc-pháp** liên quan với nhau làm **đối-tượng thiên-tuệ**.

*** Phân tích theo ngũ-uẩn**

Tâm cận-định này là **dục-giới đại-thiện-tâm** có 38 **tâm-sở** đồng sinh với tâm này, phân tích theo **ngũ-uẩn** như sau:

- **Dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về thức-uẩn.
- **Thọ tâm-sở** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về tho-uẩn.
- **Tưởng tâm-sở** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về tướng-uẩn.
- **Các tâm-sở còn lại** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về hành-uẩn.
- **Hadayavatthurūpa**: Sắc-pháp là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về sắc-uẩn.

Ngũ-uẩn này trong phần **pháp niệm-xứ** của **pháp-hành tứ-niệm-xứ** thuộc về **danh-pháp tam-giới, sắc-pháp**.

Thực hành pháp-hành thiên-tuệ

Thực hành **pháp-hành thiên-tuệ** có **đối-tượng thiên-tuệ** là **danh-pháp, sắc-pháp** hoặc **ngũ-uẩn** thuộc về **chân-nghĩa-pháp** (*paramatthadhamma*). Từ “**tâm cận-định**” của **đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật**, hành-giả có **chánh-niệm** trực nhận ngay **đối-tượng danh-pháp này** hoặc **ngũ-uẩn** thuộc về **chân-nghĩa-pháp**, có **trí-tuệ tỉnh-giác**, trực giác thấy rõ, biết rõ thật-tánh của mỗi **danh-pháp** (hoặc **sắc-pháp**) hoặc **ngũ-uẩn hiện-tại** ấy đều là **pháp-vô-ngã**, không phải ta, không phải người, không phải người nam, không phải người nữ, không phải chúng-sinh, ... mà sự thật chỉ là **danh-pháp, sắc-pháp** mà thôi.

Trí-tuệ phát sinh thấy rõ, biết rõ **thật-tánh của mỗi danh-pháp tam-giới, mỗi sắc-pháp** như vậy, làm đối-

tượng thiên-tuệ cho các **trí-tuệ-thiên-tuệ** phát triển thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của *danh-pháp tam-giới, sắc-pháp*, thấy rõ, biết rõ 3 **trạng-thái-chung** (*trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã*) của *danh-pháp tam-giới, sắc-pháp*; trí-tuệ-thiên-tuệ phát triển theo tuần tự dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái, trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Như vậy, **tâm cận-định** trong *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* làm nền tảng, làm *đối-tượng để thực hành pháp-hành thiên-tuệ*.

Như Đức-Phật dạy:

- “*Này chư tỳ-khưu! Pháp-hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần-thục, chắc chắn dẫn đến phát sinh trí-tuệ-thiên-tuệ nhằm chán ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp, để diệt tận tham-ái, sân-hận, si-mê, để làm vắng lặng mọi phiền-não, để phát sinh trí-tuệ-thiên-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn.*”

Quả-báu đặc biệt thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật

Hành-giả thực hành *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* này dẫn đạt đến **cận-định** thuộc về *pháp-hành thiên-định*, mà tâm cận-định của *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* này có thể chuyển sang làm *đối-tượng thiên-tuệ*, hành-giả tiếp tục thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* với *đối-tượng thiên-tuệ* ấy dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả,*

Niết-bàn, trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* trong kiếp hiện-tại. Nếu hành-giả chưa trở thành *bậc Thánh A-ra-hán*, thì hành-giả hưởng được quả-báu đặc biệt của pháp-hành thiên-định *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật* trong kiếp hiện-tại và nhiều kiếp vị-lai như sau:

- Được phần đông chúng-sinh kính trọng.
- Có đại-thiện-tâm trong sạch thanh-tịnh.
- Lúc lâm chung gần chết, có đại-thiện-tâm tinh táo.
- Sau khi hành-giả chết, đại-thiện-nghiệp này cho quả tái-sinh kiếp sau làm người tam-nhân cao quý hoặc vị thiên-nam hoặc vị thiên-nữ tam-nhân cao quý.
- Có sắc thân xinh đẹp đáng ngưỡng mộ.
- Các bộ phận trong thân thể đều xinh đẹp đáng quý.
- Thân hình có mùi thơm tỏa ra.
- Miệng có mùi thơm tho tỏa ra.
- Có nhiều trí-tuệ.
- Có trí-tuệ sâu sắc.
- Có trí-tuệ sắc bén.
- Có trí-tuệ nhanh nhẹn.
- Có trí-tuệ phong phú.
- Có trí-tuệ phi thường.
- Nói lời hay có ích lợi.
- Kiếp vị-lai có duyên lành đến hầu đánh lễ Đức-Phật, lắng nghe chánh-pháp của Đức-Phật, dễ dàng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn, ...

Đó là những quả-báu đặc biệt của hành-giả thực hành *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật*.

(Xong *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật*.)

3.2- Dhammānussati: Đề-mục niệm-niệm 6 Ân-Đức-Pháp

Dhammānussati là đề-mục thiên-định niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp. Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định đề-mục *Dhammānussati*: đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp, có niệm tâm-sở đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm có 6 ân-Đức-Pháp làm đối-tượng thiên-định.

Thực hành đề-mục thiên-định Dhammānussati

Hành-giả có ý nguyện thực hành pháp-hành thiên-định với đề-mục thiên-định niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp, như Đức-Phật thuyết dạy trong bài kinh *Dhajaggasutta*⁽¹⁾ về phương pháp niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp như sau:

“*Svākkhāto Bhagavatā dhammo Sandiṭṭhiko Akāliko Ehipassiko Opaneyyiko Paccattaṃ veditabbo viññūhi.*”

Ý nghĩa 6 ân-Đức-Pháp

1- *Svākkhāto dhammo*: Chánh-pháp gồm có 10 pháp mà Đức-Phật đã thuyết giảng hoàn hảo phần đầu, phần giữa, phần cuối, có ý nghĩa đầy đủ sâu sắc, văn chương trong sáng, rõ ràng và thanh-tịnh. 10 chánh-pháp là:

- Pháp-học chánh-pháp (*Pariyattisaddhamma*).

- 9 siêu-tam-giới-pháp (*Navalokuttaradhamma*) đó là 4 Thánh-đạo + 4 Thánh-quả + 1 Niết-bàn.

2- *Sandiṭṭhiko dhammo*: Chánh-pháp đó là 9 siêu-tam-giới-pháp mà chư Thánh-nhân đã chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn nào, rồi tự thấy, tự biết Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn ấy bằng trí-tuệ-thiền-tuệ của mình.

¹ Bộ Saṃyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Dhajaggasutta.

3- **Akāliko dhammo**: Chánh-pháp đó là 4 Thánh-đạo cho quả tương xứng 4 Thánh-quả không có thời gian ngăn cách, nghĩa là sau khi chứng đắc Thánh-đạo nào liền cho quả Thánh-quả ấy sau 1 sát-na-tâm sinh rồi diệt.

4- **Ehipassiko dhammo**: Chánh-pháp đó là 9 siêu-tam-giới-pháp thuộc chân-nghĩa-pháp (*paramatthadhamma*) hoàn toàn trong sạch và thanh-tịnh, nên dám mời đến chứng kiến, để thực chứng thực đắc.

5- **Opaneyyiko dhammo**: Chánh-pháp đó là 9 siêu-tam-giới-pháp là chánh-pháp nên hướng tâm đến chứng đắc trước tiên, để mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

6- **Paccattam veditabbo viññūhi**: Chánh-pháp đó là 9 siêu-tam-giới-pháp mà chư bậc thiện-trí Thánh-nhân đã chứng đắc rồi, tự mình biết rõ, tự mình nhập Thánh-quả hưởng an-lạc Niết-bàn tịch tịnh.

Đó là 6 ân-Đức-Pháp mà chỉ có bậc Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật mới có đầy đủ 6 ân-Đức-Pháp này mà thôi. Còn các hạng phàm-nhân Thanh-văn đệ-tử có ân-Đức-Pháp giới hạn về phần pháp-học chánh-pháp và pháp-hành chánh-pháp, chưa đạt đến phần pháp-thành chánh-pháp (9 siêu-tam-giới-pháp).

Giảng giải về 6 ân-Đức-Pháp

Trong bộ Chú-giải giảng giải về 6 ân-Đức-Pháp được tóm lược sau đây:

3.2.1- Ân-Đức-Pháp Svākkhāto Dhammo

Svākkhāto Bhagavatā dhammo.

(Cách đọc: Xoa-kha-tô phá-gá-voa-ta thãm-mô)

Svākkhāto dhammo: Pháp gồm có 10 chánh-pháp mà Đức-Phật đã thuyết giảng hoàn hảo phần đầu, phần giữa,

phần cuối, có ý nghĩa đầy đủ, văn chương trong sáng, rõ ràng và thanh-tịnh.

10 chánh-pháp là:

- Pháp-học chánh-pháp.

- 9 siêu-tam-giới-pháp (4 Thánh-đạo + 4 Thánh-quả + 1 Niết-bàn).

Trong Chú-giải *Samyuttanikāya*, phần *Sagāthavagga* trình bày 10 chánh-pháp hoàn hảo phần đầu, phần giữa, phần cuối như sau:

1- Pháp-học chánh-pháp hoàn hảo phần đầu, phần giữa, phần cuối như thế nào?

* Đức-Phật thuyết một bài kệ gồm có 4 câu:

- Câu đầu: Hoàn hảo ở phần đầu.

- Hai câu giữa: Hoàn hảo ở phần giữa.

- Câu cuối: Hoàn hảo ở phần cuối.

* Khi Đức-Phật thuyết một bài Kinh ngắn:

- Phần mở đầu: Hoàn hảo ở phần đầu.

- Phần thân bài: Hoàn hảo ở phần giữa.

- Phần kết luận: Hoàn hảo ở phần cuối.

* Đức-Phật thuyết một bài Kinh dài gồm có nhiều đoạn:

- Phần mở đầu: Hoàn hảo ở phần đầu.

- Phần thân bài có nhiều đoạn: Hoàn hảo ở phần giữa.

- Phần kết luận: Hoàn hảo ở phần cuối.

* Đức-Phật thuyết về Tạng Luật, Tạng Vi-Diệu-Pháp, sự hoàn hảo cũng tương tự như Tạng kinh.

2- Chín siêu-tam-giới-pháp hoàn hảo ở phần đầu, phần giữa, phần cuối như thế nào?

9 Siêu-tam-giới-pháp gồm có:

* 4 Thánh-đạo:

- *Nhập-lưu Thánh-đạo (Sotāpattimagga).*
- *Nhất-lai Thánh-đạo (Sakadāgāmmimagga).*
- *Bất-lai Thánh-đạo (Anāgāmmimagga).*
- *A-ra-hán Thánh-đạo (Arahattamagga).*

* 4 *Thánh-quả:*

- *Nhập-lưu Thánh-quả (Sotāpattiphala).*
- *Nhất-lai Thánh-quả (Sakadāgāmmiphala).*
- *Bất-lai Thánh-quả (Anāgāmmiphala).*
- *A-ra-hán Thánh-quả (Arahattaphala).*

* 1 *Niết-bàn, là đối-tượng của 4 Thánh-đạo-tâm và 4 Thánh-quả-tâm.*

4 *Thánh-đạo-tâm* và 4 *Thánh-quả-tâm* chỉ có đối-tượng *Niết-bàn* mà thôi, ngoài ra không có đối-tượng nào khác.

9 *siêu-tam-giới-pháp* thuộc về *pháp-thành chánh-pháp* là quả của *pháp-hành chánh-pháp*.

Pháp-hành chánh-pháp và ***pháp-thành chánh-pháp*** hoàn hảo ở phần đầu, phần giữa, phần cuối như sau:

- *Pháp-hành-giới:* Hoàn hảo ở phần đầu.
- *Pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ, 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả:* Hoàn hảo ở phần giữa.
- *Niết-bàn:* Hoàn hảo ở phần cuối.

Hay trình bày một cách khác:

- *Pháp-hành-giới, pháp-hành thiên-định:* Hoàn hảo ở phần đầu.
- *Pháp-hành thiên-tuệ, 4 Thánh-đạo:* Hoàn hảo ở phần giữa.
- *4 Thánh-quả, Niết-bàn:* Hoàn hảo ở phần cuối.

Một cách trình bày khác:

Pháp-học chánh-pháp: Ban đầu lắng nghe, học hỏi, nghiên cứu để hiểu rõ về *phương pháp thực hành pháp-hành-giới, thực hành pháp-hành thiền-định, thực hành pháp-hành thiền-tuệ.*

Đó gọi là **pháp-học chánh-pháp** hoàn hảo ở phần đầu.

Pháp-hành chánh-pháp có 3 pháp:

- *Pháp-hành-giới:* Hành-giả có *tác-ý thiện-tâm* giữ gìn *thân và khẩu* tránh xa mọi hành ác, giữ gìn giới cho được trong sạch và trọn vẹn, để làm nền tảng cho *pháp-hành thiền-định và pháp-hành thiền-tuệ.*

- *Pháp-hành-định:* Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định* dẫn đến chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.

- *Pháp-hành-tuệ:* Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-tuệ* làm cho phát sinh *trí-tuệ-thiền-tuệ* thấy rõ, biết rõ *sự sinh, sự diệt* của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới, thấy rõ, biết rõ 3 *trạng-thái-chung (trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã), dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế.*

Đó là **pháp-hành chánh-pháp** hoàn hảo ở phần giữa.

Pháp-thành chánh-pháp: Hành-giả chứng đắc 4 *Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn*, diệt tận được mọi phiền-não, mọi tham-ái, mọi ác pháp.

Đó là **pháp-thành chánh-pháp** hoàn hảo ở phần cuối.

Cho nên, ân-Đức-Pháp này gọi là ***Svākkhāto dhammo.***

3.2.2- Ân-Đức-Pháp Sandiṭṭhiko Dhammo

Sandiṭṭhiko dhammo.

(Cách đọc: *Xăn đít thí-cô thăm-mô*)

Sandiṭṭhiko dhammo: Chánh-pháp gồm 9 siêu-tam-giới-pháp mà chư Thánh-nhân đã chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn nào, rồi tự thấy, tự biết bằng trí-tuệ-thiên-tuệ siêu-tam-giới của mình.

Sandiṭṭhiko có 3 ý nghĩa:

1- Chứng đắc bằng trí-tuệ-thiên-tuệ của mình

- Bậc thiện-trí phạm-nhân thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhập-lưu.

- Bậc Thánh Nhập-lưu tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Nhất-lai.

- Bậc Thánh Nhất-lai tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh Bất-lai.

- Bậc Thánh Bất-lai tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán.

Mỗi bậc Thánh-nhân tự thấy, tự biết bằng trí-tuệ-thiên-tuệ siêu-tam-giới của mình.

2- Cách diệt phiền-não

* **4 Thánh-đạo-tuệ** có khả năng đặc biệt diệt tận được (*samucchedappahāna*) phiền-não tùy theo mỗi Thánh-đạo-tuệ như sau:

- Nhập-lưu Thánh-đạo-tuệ có khả năng diệt tận được 2 loại phiền-não là tà-kiến (*diṭṭhi*) và hoài-nghi (*vicikicchā*).

- *Nhất-lai Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được 1 loại phiền-não là *sân (dosa) loại thô*.

- *Bát-lai Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được 1 loại phiền-não là *sân (dosa) loại vi-tế*.

- *A-ra-hán Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được 7 loại phiền-não còn lại là *tham (lobha), si (moha), ngã-mạn (māna), phóng-tâm (uddhacca), buồn-chán (thīna), không biết hổ-thẹn tội-lỗi (ahirika), không biết ghê-sợ tội-lỗi (anottappa)*. Mọi phiền-não, mọi tham-ái, mọi ác-pháp đều bị diệt tận không còn dư sót.

* **4 Thánh-quả-tuệ** có khả năng đặc biệt *diệt bằng cách làm an-tĩnh (paṭipassadhippahāna)* được loại phiền-não mà 4 *Thánh-đạo-tuệ* đã diệt tận rồi.

* **Niết-bàn** là đối-tượng giải thoát khổ, *diệt tử sinh luân-hồi (nissaranappahāna)*.

Theo định luật tự nhiên, sau khi đã chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn* nào rồi, thì bậc *Thánh-nhân có trí-tuệ quán-triệt (paccavekkhanañāṇa)* suy xét 5 điều:

- *Quán-triệt biết rõ Thánh-đạo nào đã chứng đắc.*
- *Quán-triệt biết rõ Thánh-quả nào đã chứng đắc.*
- *Quán-triệt biết rõ Niết-bàn đã chứng ngộ.*
- *Quán-triệt biết rõ phiền-não nào đã bị diệt tận.*
- *Quán-triệt biết rõ phiền-não nào chưa diệt tận được.*

Ba bậc *Thánh-nhân* là bậc *Thánh Nhập-lưu, bậc Thánh Nhất-lai, bậc Thánh Bát-lai* có trí-tuệ quán-triệt suy xét 5 điều. Riêng bậc *Thánh A-ra-hán* chỉ suy xét 4 điều mà thôi, không có điều “*Quán-triệt biết rõ phiền-não nào chưa bị diệt tận*” bởi vì bậc *Thánh A-ra-hán* đã diệt tận được mọi phiền-não không còn dư sót nữa.

3- *Tự khẳng định*

- *Bậc Thánh Nhập-lưu* tự biết, tự khẳng định sẽ không còn tái-sinh trong 4 cõi ác-giới (*địa-ngục, nga-quỷ, a-sura, súc-sinh*), chỉ còn tái-sinh ở cõi người, hoặc cõi trời dục-giới nhiều nhất là 7 kiếp, rồi sẽ chứng đắc thành bậc *Thánh A-ra-hán* sẽ tịch diệt Niết-bàn.

- *Bậc Thánh Nhất-lai* tự biết, tự khẳng định chỉ còn tái-sinh 1 kiếp trong cõi người hoặc cõi trời dục giới, rồi sẽ chứng đắc thành bậc *Thánh A-ra-hán* sẽ tịch diệt Niết-bàn.

- *Bậc Thánh Bất-lai* tự biết, tự khẳng định không trở lại tái-sinh trong cõi dục-giới mà chỉ còn tái-sinh ở tầng trời sắc-giới phạm-thiên, rồi sẽ chứng đắc thành bậc *Thánh A-ra-hán* sẽ tịch diệt Niết-bàn tại tầng trời sắc-giới phạm-thiên ấy.

- *Bậc Thánh A-ra-hán* tự biết, tự khẳng định ngay kiếp hiện-tại này là kiếp chót, sẽ tịch diệt Niết-bàn chấm dứt tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Vì vậy, *ân-Đức-Pháp* này gọi là ***Sandiṭṭhiko dhammo***.

3.2.3- Ân-Đức-Pháp Akāliko Dhammo

Akāliko dhammo.

(Cách đọc: *Á-ca-lí-cô thăm-mô*)

Akāliko dhammo: Chánh-pháp đó là 4 Thánh-đạo cho quả tương xứng 4 Thánh-quả không có thời gian ngăn cách, nghĩa là sau khi chứng đắc Thánh-đạo nào liền cho Thánh-quả ấy sau một sát-na tâm diệt rồi sinh.

Akāliko có 2 ý nghĩa:

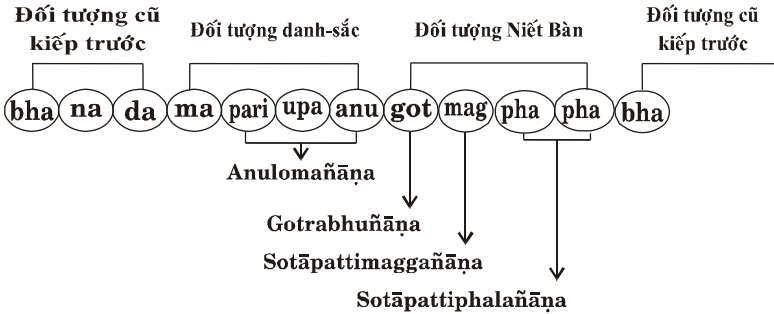
1- *Thánh-đạo diệt, Thánh-quả sinh* không có thời gian ngăn cách:

Thánh-đạo-tâm, Thánh-quả-tâm cùng trong một *Thánh-đạo lộ-trình-tâm (Maggavīthiccitta)*. Ví dụ:

Trong *Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm* (*Sotāpattimaggavīthicitta*) các tâm sinh diệt theo tuần tự như sau:

Bhavaṅgacitta, *Bhavaṅgalana*, *Bhavaṅgupaccheda*, *Manodvāravajjanacitta*, *Parikamma*, *Upacāra*, *Anuloma*, *Gotrabhu*, *Sotāpattimaggacitta*, *Sotāpattiphalacitta* (2 - 3 sát-na-tâm), *Bhavaṅgacitta* chấm dứt *Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm*.

Đồ biểu Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm (*Sotāpattimaggavīthicitta*)



Giải thích:

- 1- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm (viết tắt bha)
- 2- *Bhavaṅgalana*: Hộ-kiếp-tâm rung động (vt. na)
- 3- *Bhavaṅgupaccheda*: Hộ-kiếp-tâm bị cắt đứt (vt. da)
- 4- *Manodvāravajjanacitta*: Ý-môn-hướng-tâm (vt. ma)
- 5- *Parikamma*: Chuẩn-bị Nhập-lưu Thánh-đạo-tâm sẽ phát sinh (vt. pari)
- 6- *Upacāra*: Cận Nhập-lưu Thánh-đạo-tâm sẽ phát sinh (vt. upa)
- 7- *Anuloma*: Thuận-dòng theo 37 pháp để chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo (vt. anu)
- 8- *Gotrabhu*: Chuyển-dòng từ phàm-nhân lên Thánh-nhân (vt. got)
- 9- *Sotāpattimaggacitta*: Nhập-lưu Thánh-đạo-tâm (1 sát-na-tâm) (vt. mag)
- 10- *Sotāpattiphalacitta*: Nhập-lưu Thánh-quả-tâm, (2-3 sát-na-tâm) (vt. pha)

11- *Bhavaṅgacitta: Hộ-kiếp-tâm.* (vt. Bha)

Châm dứt *Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm.*

Qua *Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm* nhận thấy:

Nhập-lưu Thánh-đạo-tâm diệt, Nhập-lưu Thánh-quả-tâm liền sinh, không có thời gian ngăn cách.

Tương tự như vậy trong *Nhất-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm, Bát-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm, A-ra-hán Thánh-đạo lộ-trình-tâm*, mỗi *Thánh-đạo lộ-trình-tâm*, khi *Thánh-đạo-tâm* nào *diệt, liền Thánh-quả-tâm* ấy *sinh không có thời gian ngăn cách.*

Như vậy, *Thánh-quả-tâm* liền *sinh* sau *Thánh-đạo-tâm* chỉ có 1 sát-na-tâm mà thôi.

Cho nên, 4 *Thánh-đạo* là pháp cho 4 *Thánh-quả* tương xứng không có thời gian ngăn cách gọi là *Akālikadhamma.*

2- **Bốn Thánh-đạo** cho **bốn Thánh-quả** không có thời gian chờ đợi.

Tam-giới thiện-nghiệp

- *Dục-giới thiện-nghiệp* có khả năng cho quả ngay trong kiếp hiện-tại sớm nhất trong khoảng thời gian 7 ngày và còn cho quả trong những kiếp vị-lai.

Nghiệp này cho quả có thời gian chờ đợi.

- *Sắc-giới thiện-nghiệp* và *vô-sắc-giới thiện-nghiệp* không cho quả trong kiếp hiện-tại mà chờ cho quả *tái-sinh kiếp kế-tiếp* trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên hoặc trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tùy theo bậc thiên sở đắc của hành-giả.

- *Siêu-tam-giới thiện-nghiệp* đó là *tác-ý tâm-sở* trong 4 *Thánh-đạo-tâm* liền cho quả là 4 *Thánh-quả-tâm* tương xứng ngay trong kiếp hiện-tại, không có thời gian chờ đợi, nghĩa là khi *Thánh-đạo-tâm* nào *sinh* rồi

diệt, liền *Thánh-quả-tâm* ấy sinh, chỉ sau một sát-na-tâm mà thôi, không có thời gian chờ đợi.

Vì vậy, *ân-Đức-Pháp* này gọi là *Akālika dhammo*.

3.2.4- Ân-Đức-Pháp Ehipassiko

Ehipassiko dhammo.

(Cách đọc: Ê-hi pát-xi-cô thăm-mô)

Ehipassiko dhammo: Chánh-pháp đó là 9 siêu-tam-giới-pháp thuộc về chân-nghĩa-pháp (*paramatthadhamma*) hoàn toàn trong sạch và thanh-tịnh, nên dám mời đến để chứng kiến, để thực chứng, thực đắc.

Ehipassiko có 2 ý nghĩa:

1- 9 siêu-tam-giới-pháp có thật-tánh chân-nghĩa-pháp (*paramatthadhamma*) nên thực chứng.

9 siêu-tam-giới-pháp đó là 4 *Thánh-đạo-tâm*, 4 *Thánh-quả-tâm* và *Niết-bàn* thuộc về chân-nghĩa-pháp có thật-tánh-pháp rõ ràng, thật-tánh không biến đổi theo thời gian, không gian, nghĩa là 9 siêu-tam-giới-pháp đã phát sinh trong thời quá-khứ như thế nào, đang phát sinh trong thời hiện-tại và sẽ phát sinh trong thời vị-lai cũng như thế ấy. Cho nên, 9 siêu-tam-giới-pháp có thật-tánh chân-thật rõ ràng.

Do có thật-tánh rõ ràng chân-thật như vậy, nên mới dám gọi đến, mời đến thực hành đúng theo pháp-hành-trung-đạo, để thực chứng, để chứng đắc *Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *Niết-bàn* bằng trí-tuệ-thiên-tuệ siêu-tam-giới của hành-giả.

Ví dụ: Trong hộp có viên ngọc quý, nên mới dám mời người khác đến xem, ...

2- 9 siêu-tam-giới-pháp có thật-tánh hoàn toàn trong sạch thanh-tịnh.

9 siêu-tam-giới-pháp đó là 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả và Niết-bàn thuộc chánh-pháp hoàn toàn trong sạch và thanh-tịnh, bởi vì 9 siêu-tam-giới-pháp này không hề bị ô nhiễm bởi phiền-não, nên dám mời đến, động viên khuyến khích đến, để chứng kiến, thực hành đúng theo pháp-hành trung-đạo thì sẽ chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, bằng trí-tuệ-thiên-tuệ siêu-tam-giới của hành-giả.

Ví dụ: Trong đời này, những vật có thật, đang hiện hữu, nếu những vật ấy là thứ bất tịnh, ô uế, hôi thối, bản thiêu đáng tránh xa thì không có một ai dám mời, dám động viên khuyến khích người khác đến để xem.

Còn 9 siêu-tam-giới-pháp này thuộc về chân-nghĩa-pháp (*paramatthadhamma*) hoàn toàn trong sạch và thanh-tịnh, nên dám mời, dám động viên khuyến khích người khác đến để chứng kiến, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, để chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, để mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Vì vậy, ân-Đức-Pháp này gọi là *Ehipassiko dhammo*.

3.2.5- Ân-Đức-Pháp Opaneyyiko

Opaneyyiko dhammo

(Cách đọc: Ô-pá-nây-di-cô thãm-mô)

Opaneyyiko dhammo: Chánh-pháp đó là 9 siêu-tam-giới-pháp là pháp nên hướng tâm chứng đắc trước tiên, để mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Những hạng phàm-nhân chắc chắn chưa từng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chưa từng chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả nào, cũng chưa từng chứng ngộ Niết-bàn lần nào trong kiếp tử sinh luân-hồi trong tam-giới,

nên những hạng phàm-nhân thường bị 11 thứ lửa và 1.500 loại phiền-não thiêu đốt, làm cho thân tâm nóng nảy, chẳng bao giờ được *an-lạc thật sự*. Cho nên, dập tắt lửa phiền-não ⁽¹⁾ là việc cần kíp, không nên chậm trễ.

Đề *diệt tận được phiền-não* một cách hữu hiệu chỉ có 9 *siêu-tam-giới-pháp* mà thôi.

- 4 **Thánh-đạo-tuệ** có khả năng đặc biệt *diệt tận được phiền-não* (*samucchēdappahāna*).

- 4 **Thánh-quả-tuệ** có khả năng *làm an-tĩnh được phiền-não* (*paṭipassaddhippahāna*).

- **Niết-bàn** là pháp giải thoát khổ, *diệt tử sinh luân-hồi* (*nissaraṇappahāna*).

* *Bậc Nhập-lưu Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được 2 loại phiền-não là **tà-kiến** và **hoài-nghi**, vĩnh viễn không bao giờ khổ do *tà-kiến* và *hoài-nghi* nữa.

Bậc Thánh Nhập-lưu không còn tái-sinh trong 4 cõi ác-giới, mà chỉ còn tái-sinh trong 7 cõi thiện-dục-giới nhiều nhất 7 kiếp nữa mà thôi. Đến kiếp thứ 7 chắc chắn sẽ trở thành *bậc Thánh A-ra-hán*, rồi tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* *Bậc Nhất-lai Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được 1 loại phiền-não là *sân loại thô*, vĩnh viễn không bao giờ bị khổ do *sân loại thô* nữa.

Bậc Thánh Nhất-lai chỉ còn tái-sinh 1 kiếp nữa trong cõi thiện-dục-giới mà thôi. Kiếp ấy chắc chắn sẽ trở thành *bậc Thánh A-ra-hán*, rồi tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* *Bậc Bất-lai Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được

¹ 11 thứ lửa: Lửa tham, lửa sân, lửa si, lửa sinh, lửa già, lửa chết, lửa sầu não, lửa than khóc, lửa khổ thân, lửa khổ tâm, lửa thống khổ cùng cực.

1 loại phiền-não là *sân loại vi-tế*, vĩnh viễn không bao giờ bị khổ do *sân loại vi-tế* nữa.

Bậc Thánh Bất-lai không còn tái-sinh trở lại cõi dục-giới nữa, mà chỉ tái-sinh trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên mà thôi, rồi chắc chắn sẽ trở thành bậc Thánh A-ra-hán tại tầng trời sắc-giới phạm-thiên, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* *Bậc A-ra-hán Thánh-đạo-tuệ* có khả năng diệt tận được 7 loại phiền-não còn lại là *tham, si, ngã-mạn, phóng-tâm, buồn-chán, không biết hổ-thẹn tội-lỗi, không biết ghê-sợ tội-lỗi* và *tất cả mọi tham-ái, mọi ác-pháp* không còn dư sót.

Vì vậy, *bậc Thánh A-ra-hán* hoàn toàn không còn *khổ-tâm*, chỉ còn *khổ-thân* mà thôi.

Ngay kiếp hiện-tại, *bậc Thánh A-ra-hán* đến khi hết tuổi thọ đồng thời tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Đối với các *hạng phàm-nhân* còn đầy đủ mọi phiền-não, mọi tham-ái, mọi ác-pháp, thì còn phải khổ-tâm, khổ thân từ kiếp này sang kiếp khác.

Hễ còn tử sinh luân-hồi trong tam-giới, thì khó tránh khỏi khổ trong 4 cõi ác-giới (địa-ngục, a-su-ra, nga-quỷ, súc-sinh).

Muốn giải thoát khỏi *khổ-tái-sinh*, thì chỉ có chứng đắc *4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn* mà thôi.

Vì vậy, hành-giả quyết tâm tinh-tấn không ngừng, đặt ưu tiên hàng đầu là hướng tâm đến sự chứng đắc *4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn* mà thôi. Dù cho lửa cháy trên đầu cũng không quan tâm, bởi vì, hành-giả suy xét rằng: "*Lửa cháy trên đầu chỉ làm khổ (nóng nảy) kiếp hiện-tại này, nhưng phiền-não chưa được diệt tận*

không chỉ làm khó (nóng nảy) trong kiếp hiện-tại, mà còn làm khó lâu dài trong vô số kiếp vị-lai nữa.”

Sự chết là điều chắc chắn, nhưng không biết chắc sẽ chết khi nào, nên hành-giả đặt ưu tiên hàng đầu là hướng tâm cố gắng tinh-tấn không ngừng, thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* để chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết-bàn*.

Cho nên, 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả* và *Niết-bàn* là 9 *siêu-tam-giới-pháp* mà hành-giả nên đặt ưu tiên hướng tâm của mình để chứng đắc trước tiên.

Vì vậy, ân-Đức-Pháp này gọi là ***Opaneyyiko dhammo***.

3.2.6- Ân-Đức-Pháp Paccattam veditabbo viññūhi

Paccattam veditabbo viññūhi dhammo.

(Cách đọc: *Pách-chát-tăng vuê-đi-tấp-bô vinh-nhu-hí thăm-mô*)

Paccattam veditabbo viññūhi dhammo: Chánh-pháp đó là 9 siêu-tam-giới-pháp mà chư bậc thiện-trí Thánh-nhân đã chứng đắc rồi, tự mình biết rõ, tự mình nhập Thánh-quả hưởng an-lạc Niết-bàn.

Bậc thiện-trí có 3 bậc:

1- *Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc thượng*

Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc thượng (ugghatitaññū) này có trí-tuệ bậc thượng sắc bén, nhanh nhạy: khi lắng nghe một bài kệ có 4 câu, chỉ cần nghe 2 câu đầu, bậc thiện-trí này thực hành *pháp-hành thiên-tuệ*, có khả năng chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, trở thành bậc *Thánh-nhân* ngay khi ấy, không cần chờ nghe tiếp đến 2 câu sau.

2- *Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc trung*

Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc trung (vipaṅcitaññū): khi lắng nghe pháp đầu đề xong, lắng nghe tiếp theo lời giảng giải, khai triển, bậc thiện-trí này thực hành *pháp-hành thiên-tuệ*, có khả năng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn* ngay khi ấy.

3- Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc hạ

Bậc thiện-trí có trí-tuệ bậc hạ (neyya): khi lắng nghe pháp đầu đề, lắng nghe tiếp theo lời giảng giải, khai triển xong rồi, bậc thiện-trí này còn cần phải gôn gũi, thân cận với chư Thánh Thanh-văn để được giúp đỡ, hỗ trợ.

Bậc thiện-trí này cố gắng tinh-tấn thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* trải qua một thời gian, mới có khả năng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn* trong kiếp hiện-tại ấy.

Thánh-đạo lộ-trình-tâm có 4 loại:

- 1- *Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm.*
- 2- *Nhất-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm.*
- 3- *Bất-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm.*
- 4- *A-ra-hán Thánh-đạo lộ-trình-tâm.*

Sau mỗi *Thánh-đạo lộ-trình-tâm* trở thành mỗi bậc *Thánh-nhân*, theo định luật tự nhiên liền tiếp theo sau có 5 *lộ-trình-tâm (paccavekkhanavīthiccitta)* phát sinh tuần tự, mỗi *lộ-trình-tâm* làm phạm sự quán-triệt *Thánh-đạo, Thánh-quả* nào đã chứng đắc rồi; *Niết-bàn* đã chứng ngộ rồi; *phiền-não* đã bị diệt tận được rồi; và mọi *phiền-não* chưa bị diệt tận được như sau:

- Sau *Nhập-lưu Thánh-đạo lộ-trình-tâm* có 5 *lộ-trình-tâm* phát sinh theo tuần tự làm phạm sự quán-triệt *Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-não* nào đã bị diệt tận rồi, *phiền-não* nào chưa được diệt tận.

- Sau *Nhất-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm* có 5 lộ-trình-tâm phát sinh theo tuần tự làm phận sự quán-triệt *Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-não* nào đã bị diệt tận rồi, *phiền-não* nào chưa được diệt tận.

- Sau *Bất-lai Thánh-đạo lộ-trình-tâm* có 5 lộ-trình-tâm phát sinh theo tuần tự làm phận sự quán-triệt *Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-não* nào đã bị diệt tận rồi, *phiền-não* nào chưa được diệt tận.

- Sau *A-ra-hán Thánh-đạo lộ-trình-tâm* có 4 lộ-trình-tâm phát sinh theo tuần tự làm phận sự quán-triệt *A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, mọi phiền-não còn lại* đã bị diệt tận không còn dư sót.

Cho nên, mỗi bậc Thánh-nhân chắc chắn tự mình biết rõ Thánh-đạo, Thánh-quả mà mình đã chứng đắc.

Khả năng đặc biệt của mỗi bậc Thánh-nhân

Những bậc Thánh-nhân ngang hạng với nhau, có thể biết nhau qua đàm đạo hoặc bằng *tha-tâm-thông*.

Những Thánh-nhân bậc thấp không có khả năng biết được Thánh-nhân bậc cao, mà chỉ có Thánh-nhân bậc cao mới có khả năng biết được Thánh-nhân bậc thấp mà thôi, cũng qua cuộc đàm đạo hoặc bằng *tha-tâm-thông*.

Những hạng phàm-nhân hoàn toàn không thể biết được các bậc Thánh-nhân.

Bậc Thánh-nhân nhập Thánh-quả

Bậc Thánh-nhân có khả năng *nhập Thánh-quả (phala-samāpatti)* mà Ngài đã chứng đắc, để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

Bậc Thánh-nhân nào đã chứng đắc *bậc thiền siêu-tam-giới có đối-tượng Niết-bàn* thì bậc Thánh-nhân ấy có khả năng *nhập Thánh-quả-tâm* với bậc thiền siêu-tam

giới ấy, để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

* *Bậc Thánh Nhập-lưu* có khả năng nhập *Nhập-lưu Thánh-quả-tâm*, để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

* *Bậc Thánh Nhất-lai* có khả năng nhập *Nhất-lai Thánh-quả-tâm*, để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

* *Bậc Thánh Bất-Lai* có khả năng nhập *Bất-lai Thánh-quả-tâm*, để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

* *Bậc Thánh A-ra-hán* có khả năng nhập *A-ra-hán Thánh-quả-tâm*, để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

Bậc Thánh-nhân đã chứng đắc đến Thánh-quả-tâm nào thì bậc Thánh-nhân ấy chỉ có thể nhập Thánh-quả-tâm ấy mà thôi, để hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

Như vậy, bậc *Thánh-nhân bậc thấp* không có khả năng nhập *Thánh-quả-tâm bậc cao* và *Thánh-nhân bậc cao* cũng không nhập *Thánh-quả-tâm bậc thấp*.

9 *siêu-tam-giới-pháp* mà bậc Thánh-nhân đã chứng đắc, tự mình biết rõ, tự mình an hưởng sự an-lạc Niết-bàn.

Vì vậy, ân-Đức-Pháp này gọi là ***paccattaṃ veditabbo viññūhi***.

Ân-Đức-Pháp-bảo được thực chứng

Trong bài kinh *Brahmaṇasutta* ⁽¹⁾, Đức-Phật thuyết về ân-Đức-Pháp-bảo được thực chứng, tự thấy, tự biết do chính mình, được tóm lược như sau:

Một thuở nọ, một vị Bà-la-môn đến đánh lễ Đức-Phật xong, ngồi một nơi hợp lễ, bèn bạch hỏi Đức-Phật rằng:

- *Kính bạch Đức-Thế-Tôn, do nhân nào mà ân-đức-Pháp-bảo gọi là Sandiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko, Opaneyyiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhi?*

Đức-Phật truyền dạy rằng:

¹ *Anguttaranikāya*, phần *Tikanipāta*, kinh *Brahmaṇasutta*.

- Nay Bà-la-môn! Người có **tâm tham-dục** phát sinh, tâm tham-dục không chế, tâm tham-dục bắt buộc xui khiến tự làm khổ mình, làm khổ người, tự làm khổ cả mình lẫn người, chịu nỗi khổ-tâm, nỗi khổ-thân.

Khi Thánh-đạo-tuệ phát sinh **diệt tận được tâm tham-dục** rồi, người ấy không còn tự làm khổ mình, không làm khổ người, không tự làm khổ mình lẫn cả người, không còn chịu khổ-tâm, khổ-thân nữa.

- Nay Bà-la-môn! Do nhân ấy, ân-Đức-Pháp-bảo gọi là Sandiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko, Opaneyyiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhi.

- Nay Bà-la-môn! Người có **tâm sân-hận** phát sinh, tâm sân-hận không chế, tâm sân hận bắt buộc xui khiến tự làm khổ mình, ...

- Nay Bà-la-môn! Người có **tâm si-mê** phát sinh, tâm si-mê không chế, tâm si-mê bắt buộc xui khiến tự làm khổ mình, làm khổ người, tự làm khổ cả mình lẫn người, chịu nỗi khổ-tâm, nỗi khổ-thân.

Khi Thánh-đạo-tuệ phát sinh **diệt tận được tâm si-mê** rồi, người ấy không còn tự làm khổ mình, không làm khổ người, không tự làm khổ mình lẫn cả người, không còn chịu nỗi khổ-tâm, nỗi khổ-thân nữa.

- Nay Bà-la-môn! Do nhân ấy, Ân-Đức-Pháp-bảo gọi là Sandiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko, Opaneyyiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhi, ...”

Nghe Đức-Phật thuyết giảng như vậy, ông Bà-la-môn vô cùng hoan-hỷ tán dương ca tụng Đức-Phật, rồi ông kính xin quy y nơi Đức-Phật, xin quy y nơi Đức-Pháp-bảo, xin quy y nơi tỷ-khuru Tăng-bảo.

Ông kính xin Đức-Thế-Tôn công nhận ông là một cận-sư-nam đã quy y Tam-bảo kể từ đó cho đến trọn đời.

Niết-bàn là pháp để chứng ngộ

Trong bài kinh *Nibbutasutta* ⁽¹⁾, Đức-Phật thuyết về Niết-bàn là pháp để chứng ngộ, được tóm lược như sau:

Một thuở nọ, ông Bà-la-môn Jānusoṇi đến đánh lễ Đức-Phật xong, ngồi một nơi hợp lẽ, bèn bạch hỏi Đức-Phật rằng:

- Kính bạch Đức-Thế-Tôn, Niết-bàn gọi là pháp *Sandiṭṭhikaṃ*, ... Do nhân nào mà Niết-bàn gọi là Pháp *Sandiṭṭhikaṃ*, *Akālikaṃ*, *Ehipassikaṃ*, *Opaneyyikaṃ*, *Paccattaṃ veditabbaṃ viññūhi*?

Đức-Phật truyền dạy rằng:

- Nay Bà-la-môn! Người có **tâm tham-dục, tâm sân-hận, tâm si-mê** phát sinh, tự làm khổ mình, làm khổ người, tự làm khổ mình lẫn cả người, chịu nỗi khổ-tâm, nỗi khổ-thân.

Khi **Thánh-đạo-tuệ** phát sinh có đối-tượng Niết-bàn, **diệt tận được tâm tham-dục, tâm sân-hận, tâm si-mê** xong rồi, người ấy không còn tự làm khổ mình, không làm khổ người, không làm khổ mình lẫn cả người, không còn khổ-tâm, không còn khổ-thân nữa.

- Nay Bà-la-môn! Do nhân ấy, Niết-bàn gọi là pháp *Sandiṭṭhikaṃ*, *Akālikaṃ*, *Ehipassikaṃ*, *Opaneyyikaṃ*, *Paccattaṃ veditabbaṃ viññūhi*.

Nghe Đức-Phật thuyết giảng như vậy, ông Bà-la-môn vô cùng hoan-hỷ tán dương ca tụng Đức-Phật, rồi ông kính xin quy y nơi Đức-Phật, xin quy y nơi Đức-Pháp-bảo, xin quy y nơi tỳ-khưu-Tăng-bảo.

Ông kính xin Đức-Phật công nhận ông là một cận sự nam đã quy y Tam-bảo kể từ đó cho đến trọn đời.

¹ *Anguttaranikāya*, phần *Tikanipāta*, kinh *Nibbutasutta*.

6 ân-Đức-Pháp-bảo

Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử Đức-Phật có khả năng đạt đến 6 ân-Đức-Pháp trọn vẹn, bởi vì quý Ngài đã hiểu biết rõ ***pháp-học chánh-pháp*** là lời giáo huấn của Đức-Phật; đã thực hành đúng theo ***pháp-hành chánh-pháp*** là thực hành *pháp-hành-giới*, thực hành *pháp-hành thiên-định*, thực hành *pháp-hành thiên-tuệ*, đã chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, đã chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, đó là ***pháp-thành chánh-pháp***.

Còn các hàng phàm-nhân thanh-văn đệ-tử có khả năng đạt đến ân-Đức-Pháp có giới hạn về phần ***pháp-học chánh-pháp*** và phần ***pháp-hành chánh-pháp***, đang thực hành *pháp-hành-giới*, đang thực hành *pháp-hành thiên-định*, đang thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* còn thuộc về *tam-giới-pháp*.

Các hàng phàm-nhân thanh-văn chưa chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết Bàn*, nên chưa đạt đến ***pháp-thành chánh-pháp*** thuộc về 9 *siêu-tam-giới-pháp*.

Thực hành đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp* này, trước tiên hành-giả cần phải học hỏi, hiểu biết rõ ý nghĩa và chi-pháp đầy đủ *6 ân-Đức-Pháp*. Mỗi khi niệm đến ân-Đức-Pháp nào, nên hiểu biết rõ ý nghĩa và chi-pháp của ân-Đức-Pháp ấy.

Sau đó, để đại-thiện-tâm dễ phát sinh, hành-giả nên ngồi nghiêm trang trước tượng Đức-Phật hoặc trước cội cây Đại-Bồ-đề hoặc một nơi thanh vắng, để thực hành *đề-mục thiên-định niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp* này.

Phương pháp thực hành có nhiều cách:

1- **Cách phổ thông:** Niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp theo bài kinh Dhajaggasutta như sau:

“*Svākkhāto Bhagavatā dhammo, Sandiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko, Opaneyyiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhi ...*”

Hành-giả thực hành niệm-niệm đến *ân-Đức-Pháp* nào, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của *ân-Đức-Pháp* ấy, định- tâm theo dõi mỗi *ân-Đức-Pháp* như vậy, hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành niệm- niệm 6 ân-Đức-Pháp, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

2- **Cách tách câu:** 6 ân-Đức-Pháp phân tích từng câu như sau:

1- *Svākkhāto Bhagavatā dhammo.*

2- *Sandiṭṭhiko dhammo.*

3- *Akāliko dhammo.*

4- *Ehipassiko dhammo.*

5- *Opaneyyiko dhammo.*

6- *Paccattaṃ veditabbo viññūhi, ...*”

Hành-giả thực hành niệm-niệm mỗi câu *ân-Đức-Pháp* nào, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của mỗi câu *ân-Đức-Pháp* ấy, định tâm theo dõi mỗi câu *ân-Đức-Pháp* như vậy hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Hành-giả có thể chọn một câu *ân-Đức-Pháp* nào trong 6 *ân-Đức-Pháp* làm đối-tượng, để thực hành niệm *ân-Đức-Pháp* ấy, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của *ân-Đức-Pháp* ấy, luôn định-tâm nơi *ân-Đức-Pháp* ấy. Ví dụ:

* Niệm *ân-Đức-Pháp* thứ nhất: *Svākkhāto Bhagavatā dhammo, ... Svākkhāto Bhagavatā dhammo, ...*

Hoặc: Niệm ân-Đức-Pháp thứ ba: *Akāliko dhammo, ... Akāliko dhammo, ...*

Hành-giả tâm niệm câu ân-Đức-Pháp nào, đồng thời hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của ân-Đức-Pháp ấy, định-tâm theo dõi ân-Đức-Pháp ấy hằng trăm lần, hằng ngàn lần ... trong suốt thời gian thực hành niệm ân-Đức-Pháp, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Đề-mục *niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp* là một đề-mục thiên-định dễ làm cho phát sinh đức-tin nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, mà đức-tin là nền tảng cho mọi thiện-pháp từ *dục-giới đại-thiện-pháp, sắc-giới thiện-pháp, vô-sắc-giới thiện-pháp cho đến siêu-tam-giới thiện-pháp*.

Đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp là đề-mục thiên-định vô cùng vi-tế, vô cùng sâu sắc, rộng lớn mênh mông bao la, vô lượng vô biên, nên hành-giả không thể định-tâm một nơi nào nhất định. Cho nên, đề-mục *niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp* này chỉ có khả năng chứng đạt đến **cận-định** (*upacārasamādhī*) mà thôi, không có khả năng chứng đạt đến **an-định** (*appanāsamādhī*), nên không thể chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm nào.

Vì vậy, *tâm cận-định* này vẫn còn là *dục-giới đại-thiện-tâm có dục-giới đại-thiện-nghiệp*, có tầm quan trọng đặc biệt đối với hành-giả là người đã gieo duyên lành, nhân tốt sâu sắc trong giáo pháp của Đức-Phật.

Tuy nhiên, *tâm cận-định* này có thể làm nền tảng, làm đối-tượng để thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* dẫn đến sự nhàm chán trong ngũ-uẩn, diệt tận tham-ái, phiền-não, chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được.

Như Đức-Phật dạy:

- *Này chư tỳ-khuru! Có một pháp-hành mà hành-giả*

đã tiến hành, đã hành thuần-thục, chắc chắn dẫn đến phát sinh sự nhàm chán trong ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp, để diệt tận tham-ái, sân-hận, si-mê, để làm vắng lặng mọi phiền-não, để phát sinh trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn.

Pháp-hành ấy là pháp gì?

Pháp-hành ấy là Dhammānussati: Pháp-hành niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp.

- *Này chư tỳ-khuru! Pháp-hành niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần-thục, chắc chắn dẫn đến phát sinh sự nhàm chán trong ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp tam-giới, để diệt tận tham-ái, sân-hận, si-mê, để làm vắng lặng mọi phiền-não, để phát sinh trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn.⁽¹⁾*

Qua lời giáo huấn trên của Đức-Phật thì đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp thuộc về pháp-hành thiền-định mà tâm cận-định của đề-mục này có thể làm nền tảng, làm đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ nữa.

Thực hành đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp

Thực hành đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp có 2 giai đoạn:

- **Giai đoạn đầu:** Đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp thuộc về pháp-hành thiền-định, hành-giả thực hành niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamāधि*) (Phương pháp đã được trình bày ở phần trước).

¹ *Anguttaranikāya*, phần *Eka-dhammapāli*.

- **Giai đoạn sau:** Sau khi thực hành *đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp* đã đạt đến **cận-định** rồi, nếu muốn tiếp tục chuyển sang *thực hành pháp-hành thiên-tuệ* thì hành-giả cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp tam-giới** làm *đối-tượng* hoặc **thân, thọ, tâm, pháp** thuộc về *chân-nghĩa-pháp* là *đối-tượng* của *pháp-hành tứ-niệm-xứ* (*thân niệm-xứ, thọ niệm-xứ, tâm niệm-xứ, pháp niệm-xứ*).

Pháp-hành thiên-tuệ

Cận-định của *đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp* làm *nền tảng*, làm *đối-tượng-thiên-tuệ*, để thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* như thế nào?

Sau khi hành-giả đã thực hành *đề-mục thiên-định niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp*, đã đạt đến **cận-định** trong *đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp*, nếu hành-giả có ý nguyện muốn tiếp tục chuyển sang thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* thì cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp tam-giới** làm *đối-tượng* hoặc **thân, thọ, tâm, pháp** thuộc về *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*) là *đối-tượng* của *pháp-hành tứ-niệm-xứ* (*thân niệm-xứ, thọ niệm-xứ, tâm niệm-xứ, pháp niệm-xứ*).

Cận-định là *nhất-tâm tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* hợp với *trí-tuệ* thuộc về *chân-nghĩa-pháp*.

Thật-tánh niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp như thế nào?

Đúng theo *thật-tánh* của *chân-nghĩa-pháp* thì không có hành-giả nào thực hành *niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp*, mà **sự thật** chỉ có **niệm tâm-sở** đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* làm *phận sự* thực hành *niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp*, đạt đến **tâm cận-định** trong *đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp* mà thôi.

* **Phân tích đối-tượng tứ-niệm-xứ và đối-tượng thiên-tuệ**

Tâm cận-định này trong phần **tâm niệm-xứ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, và **tâm cận-định** là **dục-giới đại-thiện-tâm** phân tích theo **danh-pháp tam-giới, sắc-pháp** như sau:

- **Dục-giới đại-thiện-tâm** thuộc về **danh-pháp tam-giới** và **dục-giới đại-thiện-tâm** này phát sinh do nương nhờ *hadayavatthurūpa*: sắc-pháp là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về **sắc-pháp**.

Như vậy, **danh-pháp tam-giới** và **sắc-pháp** liên quan với nhau làm **đối-tượng thiên-tuệ**.

* **Phân tích theo ngũ-uẩn**

Tâm cận-định này là **dục-giới đại-thiện-tâm** có 38 **tâm-sở** đồng sinh với tâm này, phân tích theo **ngũ-uẩn** như sau:

- **Dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về thức-uẩn.

- Thọ **tâm-sở** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về tho-uẩn.

- Tưởng **tâm-sở** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về tướng-uẩn.

- Các **tâm-sở** còn lại đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về hành-uẩn.

- *Hadayavatthurūpa*: Sắc-pháp là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về sắc-uẩn.

Ngũ-uẩn này trong phần **pháp niệm-xứ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ thuộc về **danh-pháp tam-giới, sắc-pháp**.

(Phần thực hành pháp-hành thiên-tuệ, phương pháp thực hành pháp-hành thiên-tuệ trong đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp tương tự như thực hành pháp-hành

thiên-tuệ trong đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật đã được trình bày ở phần trước.)

Quả-báu đặc biệt thực hành đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp

Do năng lực của *dục-giới đại-thiện-nghiệp* đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp cho quả-báu hầu hết cũng giống như đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật đã trình bày ở phần trước.

(Xong đề-mục thiên-định niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp.)

3.3- Saṃghānussati: Đề-Mục Niệm-Niệm 9 Ân-Đức-Tăng

Saṃghānussati là đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng. Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục Saṃghānussati: đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng*, có *niệm tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm*, có 9 *ân-Đức-Tăng* làm đối-tượng.

Thực hành đề-mục thiên-định Saṃghānussati

Hành-giả có ý nguyện thực hành pháp-hành thiên-định với đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng, như Đức-Phật thuyết dạy trong bài *kinh Dhajaggasutta* ⁽¹⁾ về phương pháp niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng như sau:

“Suppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Nāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Sāmicippaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, yadidaṃ cattāri purisayugāni attha-purisapuggalā esa Bhagavato sāvakaṣaṃgho Āhuneyyo, Pāhunēyyo, Dakkhineyyo, Añjalīkaraṇīyo, Anuttaram puññakkhettaṃ lokassa.

¹ Bộ Samyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Dhajaggasutta.

Ý nghĩa 9 ân-Đức-Tăng-bảo

1- *Suppaṭipanno*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc đã thực hành nghiêm chỉnh đúng theo lời giáo huấn của Đức-Thế-Tôn.

2- *Ujuppattipanno*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc đã thực hành trung thực đúng theo Pháp-hành Trung-đạo, không quanh co lằng lạt.

3- *Nāyappattipanno*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc đã thực hành trung thực đúng theo pháp-hành bát-chánh-đạo chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

4- *Sāmicippattipanno*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc đã thực hành pháp-hành giới, pháp-hành định, pháp-hành tuệ đúng đắn xứng đáng để chúng-sinh tôn kính, lễ bái, cúng-dường đến quý Ngài.

Yadidaṃ cattāri purisayugāni atṭhapurisapuggalā esa Bhagavato sāvakaṃgho: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn có 4 đôi thành 8 bậc Thánh (tính theo siêu-tam-giới-tâm).

Chư Thánh Thanh-văn có 4 đôi:

- Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả.
- Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả.
- Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả.
- A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả.

Chư Thánh Thanh-văn có 8 bậc Thánh:

- Nhập-lưu Thánh-đạo (*Sotāpattimagga*).
- Nhất-lai Thánh-đạo (*Sakadāgāmicimaggā*).
- Bất-lai Thánh-đạo (*Anāgāmicimaggā*).
- A-ra-hán Thánh-đạo (*Arahattamaggā*).

- *Nhập-lưu Thánh-quả (Sotāpattiphala).*
- *Nhất-lai Thánh-quả (Sakadāgāmiṭṭhala).*
- *Bất-lai Thánh-quả (Anāgāmiṭṭhala).*
- *A-ra-hán Thánh-quả (Arahattaphala).*

5- *Āhuneyyo*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng quý báu mà thí-chủ từ phương xa đem đến cúng-dường quý Ngài, để mong được quả báu lớn.

6- *Pāhunēyyo*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng quý báu mà thí-chủ dành cho những vị khách quý như quý Ngài.

7- *Dakkhineyyo*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng quý báu mà thí-chủ có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, đem dâng cúng đến quý Ngài, để mong được phước-thiện lớn và quả báu nhiều cho mình và những người thân quyến.

8- *Añjalīkaraṇīyo*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng cho chúng-sinh chấp tay cung-kính, lễ bái, cúng-dường.

9- *Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassa*: Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là phước điền cao thượng của chúng-sinh không đâu sánh được.

9 ân-Đức-Tăng chia ra làm 2 phần:

1- *Ân-Đức-Tăng Suppaṭipanno, Ujuppaṭipanno, Nāyappaṭipanno, Sāmicippaṭipanno* gồm có 4 ân-Đức-Tăng này là **nhân** đã thực hành đúng theo *Thánh-đạo (Ariyamagga)* hợp đủ 8 chánh (*chánh-kiến, chánh-tư-duy, chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng, chánh-tinh-tán, chánh-niệm, chánh-định*), trở thành bậc Thánh Thanh-văn

đệ-tử của Đức-Thế-Tôn có 4 đôi thành 8 bậc Thánh.

2- Ân-Đức-Tăng-Bảo *Āhuneyyo, Pāhunēyyo, Dakkhi-neyyo, Añjalikaraṇīyo, Anuttaram puññakkhattam lokassa* gồm có 5 ân-Đức-Tăng này là **quả** của 4 ân-Đức-Tăng nhân trước.

Chư Thánh Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn đã chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn*, trở thành bậc *Thánh-nhân* mới có đủ 9 ân-Đức-Tăng này. Còn chư tỳ-khuru phàm-Tăng Thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn *chưa chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chưa chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả* nào, thì chỉ có giới hạn một phần ân-Đức-Tăng nào mà thôi.

Giảng giải về 9 ân-Đức-Tăng

Trong bộ Chú-giải giảng giải 9 ân-Đức-Tăng được tóm lược sau đây:

3.3.1- Ân-Đức-Tăng Suppaṭipanno

Suppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.

(Cách đọc: Xúp-pá-tí păn-nô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô)

Suppaṭipanno: *Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc đã thực hành nghiêm chỉnh đúng theo lời giáo huấn của Đức-Phật.*

Chư Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn đã thực hành nghiêm chỉnh, đúng đắn hoàn toàn theo lời giáo huấn của Đức-Thế-Tôn, thực hành không tự làm khổ mình, không làm khổ người, không tự làm khổ mình lẫn người, thực hành đúng theo *pháp-hành giới, pháp-hành định, pháp-hành tuệ.*

- **Pháp-hành giới:** Chư Thánh thanh-văn có đức-tin vững chắc hoàn toàn trong sạch nơi Tam-bảo, tôn trọng thực

hành các điều-giới, các pháp-hành Tăng-sự mà Đức-Phật đã chế định ban hành, nên quý Ngài nghiêm chỉnh thực hành đúng đắn hoàn toàn theo lời giáo huấn của Đức-Phật.

Chư tỳ-khuru thực hành pháp-hành giới nghiêm chỉnh, thấy lỗi rất nhỏ, xem như lỗi lớn mà tránh xa, thà dám chịu hy sinh sinh-mạng, chứ không để phạm điều-giới.

Như tích vị tỳ-khuru trong bộ *Visuddhimagga: Thanh-Tịnh-Đạo*, được tóm lược như sau:

Một bọn cướp gặp vị tỳ-khuru ở ven rừng, chúng nghĩ rằng: “*Gặp Ngài là điều xui xẻo*”. Bọn chúng bắt vị tỳ-khuru ấy trói buộc bằng một sợi dây dài gốc còn dưới đất, rồi để Ngài Trưởng-lão nằm tại đó.

Chẳng may, một đám lửa rừng cháy lan đến, nếu Ngài Trưởng-lão vùng dậy để tránh ngọn lửa thì sẽ làm đứt sợi dây còn tươi. Như vậy, Ngài Trưởng-lão sẽ bị phạm điều-giới *pācittiya* mà Đức-Phật đã chế định ban hành đến chư tỳ-khuru.

Ngài Trưởng-lão nghĩ rằng: “*Sự chết là điều chắc chắn không thể tránh được, nếu ta thoát chết hôm nay thì ta phạm điều-giới, giới của ta không trong sạch. Thà hôm nay ta chịu chết để giữ gìn giới được trong sạch, chứ không để phạm điều-giới.*”

Do nhờ giới trong sạch, Ngài Trưởng-lão thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán. Khi ấy, ngọn lửa rừng lan đến thiêu cháy Ngài Trưởng-lão tịch diệt Niết-bàn tại nơi ấy.

Nếu trường hợp vị tỳ-khuru nào phạm giới nhẹ, thì nên tìm đến một vị tỳ-khuru khác xin sám hối *āpatti*. Đó là cách làm cho giới của mình trở lại trong sạch, làm nền

tầng để thực hành *pháp-hành thiên-định*, hoặc thực hành *pháp-hành thiên-tuệ*.

- **Pháp-hành định**: Đó là thực hành *pháp-hành thiên-định*, chư tỳ-khưu thanh-văn thực hành *pháp-hành thiên-định* dẫn đến chứng đắc 5 *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, 4 *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Khi nhập bậc thiền, hành-giả hưởng sự an-lạc trong bậc thiền ấy, hoặc để làm nền tảng cho *pháp-hành thiên-tuệ*.

- **Pháp-hành tuệ**: Đó là thực hành *pháp-hành thiên-tuệ*, chư tỳ-khưu thanh-văn thực hành *pháp-hành thiên-tuệ* dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, trở thành 4 *bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật*, gọi là chư *Thánh-Tăng*.

Nếu các hàng thanh-văn đệ-tử đang thực hành đúng theo lời giáo huấn của Đức-Phật, mà chưa chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chưa chứng đắc *Thánh-đạo*, *Thánh-quả* nào thì còn là hạng phạm thanh-văn, gọi là chư *phàm-Tăng*.

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Supatipanno Bhagavato sāvakaṃgho*.

3.3.2- Ân-Đức-Tăng Ujuppaṭipanno

Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṃgho.

(Cách đọc: *Ú-chúp pá-tí-păn-nô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô*)

Ujuppaṭipanno: Chư *Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn* là những bậc đã thực hành trung thực đúng theo *pháp-hành trung-đạo*, không quanh co làm lạc.

Chư *Thánh-Tăng* là bậc *Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn*, đã thực hành trung thực nghĩa là khi mình đã phạm lỗi thì không giấu lỗi của mình; không

hành lừa dối nghĩa là mình không có đức, không có tài, thì không làm ra vẻ như người có đức, có tài, v.v...

Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn không thực hành theo tâm tham đắm trong ngũ-dục, cũng không thực hành theo pháp-hành khổ hạnh, tự làm khổ mình, mà chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn đã thực hành theo pháp-hành trung-đạo đó là pháp-hành bát-chánh-đạo, dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

- Nếu đã chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả rồi, thì trở thành 4 bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, gọi là chư Thánh-Tăng.

- Nếu chưa chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả nào, thì vẫn còn là phàm thanh-văn, gọi là chư phàm-Tăng.

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

3.3.3- Ân-Đức-Tăng Nāyappaṭipanno

Nāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.

(Cách đọc: Nha-giáp-pá-tí-păn-nô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô)

Nāyappaṭipanno: Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc đã thực hành theo pháp-hành bát-chánh-đạo, chứng ngộ Niết-bàn, giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Chư Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn đã nhận thức rằng: “Tam-giới: dục-giới, sắc-giới, vô-sắc-giới như là ba hầm lửa ngàn ngạt cháy không ngừng thiêu đốt tất cả chúng-sinh.”

Trong tam-giới này không có một nơi nào thực sự được mát mẻ an-lạc. Tất cả chúng-sinh phải chịu cảnh nóng

này do 11 thứ lửa: *lửa tham-dục, lửa sân-hận, lửa si-mê, lửa sinh, lửa già, lửa chết, lửa sâu-não, lửa khốc-than, lửa khố-thân, lửa khố-tâm, lửa thống-khố cùng cực, cùng với 1.500 loại phiền-não*. Chỉ có **Niết-bàn** là pháp dập tắt được mọi thứ lửa, làm vắng lặng mọi phiền-não, giải thoát mọi cảnh khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Hành-giả thực hành pháp-hành *bát-chánh-đạo* hợp đủ 8 chánh (*chánh-kiến, chánh-tư-duy, chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng, chánh-tinh-tấn, chánh-niệm, chánh-định*), đó là pháp-hành dẫn đến *chứng ngộ Niết-bàn, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, diệt tận được mọi phiền-não, đồng thời dập tắt mọi thứ lửa*.

Cho nên, chư Thánh thanh-văn đã coi trọng phận sự chứng ngộ Niết-bàn lên ưu tiên hàng đầu. Dù lửa cháy trên đầu cũng xem thường, không quan tâm, vì quý Ngài nghĩ rằng: *“Lửa cháy trên đầu chỉ thiêu đốt một kiếp hiện-tại, còn các thứ lửa tham-dục, lửa sân-hận, lửa si-mê, ... không chỉ thiêu đốt, làm nóng nảy trong kiếp hiện-tại, mà còn thiêu đốt, làm nóng nảy nhiều kiếp trong vị-lai vô cùng, vô tận.”*

Vì vậy, chư Thánh-Tăng thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn đã đặt ưu tiên hàng đầu thực hành **pháp-hành bát-chánh-đạo** dẫn đến *chứng ngộ Niết-bàn*.

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Nāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

3.3.4- Ân-Đức-Tăng Sāmīcippaṭipanno

Sāmīcippaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.

(Cách đọc: *Xa-mi-chíp-pá-tí-păn-nô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô*)

Sāmīcippaṭipanno: *Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc đã thực hành pháp-hành*

giới, pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ đúng đắn, xứng đáng để cho chúng-sinh tôn kính lễ bái cúng-dường.

Chư Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thê-Tôn, đã thực hành *pháp-hành giới, pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ*, thực hành *pháp-hành bát-chánh-đạo*, dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận mọi phiền-não, mọi tham-ái, mọi ác-pháp, trở thành bậc Thánh A-ra-hán là bậc xứng đáng được chúng-sinh lễ bái cúng-dường.*

Những thí-chủ có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, cung-kính lễ bái cúng-dường bốn thứ vật dụng đến chư Thánh-Tăng, để mong được sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài.

Để đáp ứng lại lòng mong ước của thí-chủ cho được thành tựu như ý, chư Tăng phải là bậc Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn có giới-đức hoàn toàn trong sạch, có định-đức hoàn toàn, có tuệ-đức hoàn toàn, ...

* Như tích *Ngài Trưởng-lão Ayyamitta* ⁽¹⁾ hành đạo trong động Kassaka gần một xóm nhà. Hằng ngày, Ngài Trưởng-lão đi khát thực trong xóm nhà ấy, một gia đình nghèo khổ chỉ có hai mẹ con có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Hai mẹ con hằng ngày hộ độ để bát cúng-dường đến *Ngài Trưởng-lão Ayyamitta* và xem *Ngài Trưởng-lão* như là người thân trong gia đình.

Một hôm, người mẹ vào rừng, đi làm sớm, trước khi đi bà căn dặn con gái rằng:

- *Này con gái yêu quý! Gạo ngon, sữa bò, bơ, đường thốt nốt, ... mẹ để ở kia. Khi sư huynh con đến khát thực,*

¹ Bộ Chú-giải Dīghanikāya, Mahāvagga, kinh Mahāsatiṭṭhānasutta.

con hãy lấy những thứ đó nấu để bát cho sư huynh, phần còn lại, con ăn nhé!

Người con gái hỏi:

- Thưa mẹ! Còn mẹ ăn gì?

Bà mẹ trả lời:

- Con à! Mẹ đã ăn cơm nguội ngày hôm qua còn lại với nước canh chua rồi.

Người con gái hỏi tiếp:

- Thưa mẹ! Còn buổi trưa mẹ ăn gì?

Bà mẹ bảo đứa con gái:

- Nay con gái yêu quý! Buổi trưa, con nấu cháo hạt tằm trộn với rau, để mẹ về ăn!

Trong khi hai mẹ con bà thí-chủ đang nói chuyện với nhau, khi ấy, Ngài Trưởng-lão Ayyamitta đi khát thực đứng nghe được câu chuyện giữa hai mẹ con.

Ngài tự dạy mình rằng:

- Nay Ayyamitta! Người hãy lắng nghe đây! Sáng nay, bà thí-chủ ăn cơm nguội còn lại với nước canh chua. Trưa nay, bà ăn cháo hạt tằm với rau. Còn những thứ gạo ngon, sữa bò, bơ, đường thốt nốt, ... bà lại để dành nấu để bát cúng-dường cho người.

Làm như vậy, không phải bà mong được những thứ của cải gì nơi người, mà thật ra, bà mong thành tựu được quả báu an-lạc trong cõi người, quả báu an-lạc trong cõi trời và thành tựu được quả báu an-lạc Niết-bàn.

Những quả báu mà bà mong ước, người có thể đáp ứng được hay không?

Vì vậy, nếu người chưa diệt tận được phiền-não trầm luân thì người không xứng đáng thọ nhận vật thực của bà thí-chủ ấy!

Sau khi tự dạy mình xong, Ngài Trưởng-lão không đi khất thực, mà Ngài Trưởng-lão trở về động cát bát, ngồi phát nguyện rằng:

“Arahattam apāpunivā na nikkhamissāmi.”

“Chưa chứng đắc đến A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, ta sẽ không rời khỏi nơi này.”

Do nhờ giới-đức trong sạch làm nền tảng, Ngài Trưởng-lão thực hành *pháp-hành thiên-tuệ*, trong khoảng thời gian không lâu, Ngài Trưởng-lão đã *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được mọi phiền-não trầm-luân, mọi tham-ái, mọi ác-pháp không còn dư sót, trở thành bậc Thánh A-ra-hán cao thượng.*

Sau khi trở thành bậc *Thánh A-ra-hán* xong, thời gian vẫn còn sớm, nên Ngài Trưởng-lão đi vào trong xóm khất thực.

Đang chờ đợi Ngài Trưởng-lão đến, đưa em gái cung-kính để phân vật thực vào bát cúng-dường đến Ngài Trưởng-lão Ayyamitta.

Đưa em gái cảm nhận rằng: *“Hôm nay, sư huynh của ta có gương mặt trong sáng lạ thường, thật xứng đáng tôn kính lễ bái cúng-dường biết dường nào!”*

Buổi chiều, khi người mẹ vừa về đến nhà, cô gái liền chạy ra đón, và thưa với mẹ rằng:

- Thưa mẹ! Hôm nay sư huynh có gương mặt trong sáng lạ thường hơn mọi ngày. Thật là xứng đáng tôn kính lễ bái cúng-dường biết dường nào! Mẹ à.

Nghe đứa con gái yêu quý thưa như vậy, bà thí-chủ cảm thấy vô cùng sung sướng, hoan-hỷ nghĩ rằng:

“Hôm nay, Ngài Trưởng-lão, con trai cao quý của ta chắc đã hoàn thành xong phận sự của bậc xuất gia tỳ-khưu rồi thì phải!

Qua tích này hiểu được rằng: Thật ra, hàng phàm-nhân chắc chắn không thể nào biết được *tâm của bậc Thánh-nhân*, song về *sắc diện của bậc Thánh-nhân* được biểu hiện trên gương mặt trong sáng lạ thường, hành vi cử chỉ đi, đứng, nằm, ngồi, nói năng,...trang nghiêm phi thường.

Vì vậy, phàm-nhân có trí-tuệ nhận thức tinh tế cũng có thể biết được đó là những Bậc đáng được tôn kính.

Tương tự như trường hợp Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* khi còn là vị *đạo-sĩ Upatissa*, đệ-tử của vị Đạo sư Sañcaya.

Nhìn thấy Ngài *Trưởng-lão Assaji* đang đi vào kinh thành Rājagaha để khát thực, với dáng đi nghiêm trang, đôi mắt nhìn xuống, ... Vị đạo-sĩ Upatissa phát sinh đức-tin trong sạch nơi Ngài *Trưởng-lão Assaji*, nên thầm nghĩ rằng:

“Vị tỳ-khuru này chắc là bậc Thánh A-ra-hán, Bậc xứng đáng tôn kính trong đời này. Vậy, ta nên đến gần gũi thân cận với Ngài, rồi thỉnh Ngài thuyết pháp tế độ ta.”

Vị đạo-sĩ Upatissa đến hầu đánh lễ Ngài Trưởng-lão Assaji, phục vụ Ngài Trưởng-lão độ vật thực. Sau khi Ngài Trưởng-lão độ vật thực xong, vị đạo-sĩ Upatissa kính thỉnh Ngài Trưởng-lão thuyết pháp.

Ngài Trưởng-lão Assaji thuyết một bài kệ gồm có 4 câu, vị đạo-sĩ Upatissa vừa mới nghe 2 câu đầu, liền *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn*, trở thành bậc *Thánh Nhập-lưu*.

Như vậy, hạng thiện-trí phàm-nhân có trí-tuệ tinh tế, có nhận thức sâu sắc cũng có thể suy đoán biết được bậc Thánh-nhân thật xứng đáng tôn kính, qua phần giới-hạnh

được biểu hiện ra bên ngoài nơi thân và khẩu của bậc Thánh-nhân ấy.

Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng được tôn kính, để cho chúng-sinh nhân-loại, Chư-thiên, Phạm-thiên lễ bái cúng-dường.

Vì vậy, ân-Đức-Tăng này gọi là *Sāmīcippaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

* *Cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā, esa Bhagavato sāvakaṣaṃgho:*

Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn có 4 đôi thành 8 bậc Thánh (tính theo siêu-tam-giới-tâm).

Chư Thánh thanh-văn có 4 đôi:

- *Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả.*
- *Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả.*
- *Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả.*
- *A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả.*

Chư Thánh thanh-văn có 8 bậc Thánh:

- *Nhập-lưu Thánh-đạo (Sotāpattimagga).*
- *Nhất-lai Thánh-đạo (Sakadāgāṃmimagga).*
- *Bất-lai Thánh-đạo (Anāgāṃmimagga).*
- *A-ra-hán Thánh-đạo (Arahattamagga).*
- *Nhập-lưu Thánh-quả (Sotāpattiphala).*
- *Nhất-lai Thánh-quả (Sakadāgāṃmiphala).*
- *Bất-lai Thánh-quả (Anāgāṃmiphala).*
- *A-ra-hán Thánh-quả (Arahattaphala).*

4 bậc Thánh-nhân

- *Bậc Thánh Nhập-lưu (Sotāpanna).*
- *Bậc Thánh Nhất-lai (Sakadāgāṃī).*
- *Bậc Thánh Bất-lai (Anāgāṃī).*
- *Bậc Thánh A-ra-hán (Arahanta).*

3.3.5- Ân-Đức-Tăng Āhuneyyo

Āhuneyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho

(Cách đọc: *A-hú-nây-dô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô*)

Āhuneyyo: *Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng mà thí-chủ từ phương xa đem đến cúng-dường quý Ngài, để mong được quả báu lớn.*

Chư Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn, xứng đáng thọ nhận những vật dụng mà thí-chủ từ phương xa đem đến cúng-dường quý Ngài, để mong được những quả báu, sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an lạc lớn lao và lâu dài.

Tạo phước thiện trong Phật-giáo, ngoài Phật-giáo

Các hàng Thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật đã tạo mọi phước-thiện trong thời-kỳ Phật-giáo. Sau khi chết, đại-thiện-nghiệp ấy cho quả tái-sinh kiếp sau làm vị thiên-nam, vị thiên-nữ trong các cõi trời dục-giới. Những vị thiên-nam, vị thiên-nữ ấy có nhiều oai lực hơn các chư-thiên đã tạo phước-thiện ngoài Phật-giáo.

Như vị thiên-nam **Indaka** ⁽¹⁾ và vị thiên-nam **Añkura** trong cõi *Tam-thập-tam-thiên* được tóm lược như sau:

* Tiên-kiếp của vị thiên-nam *Indaka* sinh trong cõi người trong thời-kỳ Phật-giáo, đã từng tạo phước-thiện bô-thí cung-kính cúng-dường đến Ngài *Trưởng-lão Anuruddha* chỉ có **một muống com**, mà sau khi chết, đại-thiện-nghiệp bô-thí ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị thiên-nam *Indaka* trên cõi trời Tam-thập- tam-thiên.

¹ Bộ Dhammapadaṭṭhakathā, tích Devorohaṇavatthu.

* Tiên-kiếp của vị *thiên-nam Āṅkura* sinh trong cõi người trong thời-kỳ không có Phật-giáo, đã từng lập trại bố-thí suốt quãng đường dài 12 do-tuần, để tạo phước-thiện bố-thí đến cho những người nghèo khổ, người đi đường suốt thời gian 10 ngàn năm. Sau khi chết, đại-thiện-nghiệp bố-thí ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị *thiên-nam Āṅkura* trên cõi trời Tam-thập-tam-thiên.

Trong hạ thứ 7, Đức-Phật ngự lên cõi trời Tam-thập-tam-thiên thuyết Tạng Vi-diệu-pháp. Ban đầu, vị *thiên-nam Indaka* ngồi bên phải của Đức-Phật, còn vị *thiên-nam Āṅkura* ngồi bên trái của Đức-Phật. Mỗi khi có vị thiên-nam hoặc vị phạm-thiên có nhiều oai lực đến, vị *thiên-nam Āṅkura* phải lùi ra sau, nhường chỗ, cứ như vậy cách xa Đức-Phật 12 do-tuần ⁽¹⁾. Còn vị *thiên-nam Indaka* vẫn ngồi yên chỗ cũ của mình, do nhờ oai lực phước-thiện bố-thí cung-kính cúng-dường đến Ngài *Trưởng-lão Anuruddha* trong tiên-kiếp ở cõi người.

Cho nên, phước-thiện bố-thí cung-kính cúng-dường đến bậc Thánh A-ra-hán, dù ít dù nhiều cũng có nhiều oai lực hơn bố-thí đến người thường gấp bội không sao kể được.

* *Đức-vua-trời Sakka* ⁽²⁾ được tóm lược như sau:

Tiên-kiếp của *Đức-vua-trời Sakka* tạo mọi phước-thiện trong thời-kỳ không có Phật-giáo, sau khi chết, đại-thiện-nghiệp ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm *Đức-Vua-Trời Sakka* trên cõi trời Tam-thập-tam-thiên.

Trong thời-kỳ Đức-Phật Gotama xuất hiện trên thế gian, những thí-chủ tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến chư tỳ-khuru-Tăng, sau khi chết, đại-thiện-nghiệp ấy

¹ Mỗi do-tuần khoảng 20 cây số.

² Dhammapadattakathā, tích Mahākassapatherapīṇḍapāṭadinnavattu.

cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị thiên-nam trên cõi trời Tam-thập-tam-thiên, có hào quang sáng ngời, có nhiều oai lực làm cho Đức-Vua-Trời Sakka thấy mình thua kém, Đức-Vua-Trời Sakka cảm thấy tội phạm.

Một hôm, *Đức-vua-trời Sakka* dùng thiên nhãn thấy *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* nhập diệt-thọ-tưởng suốt 7 ngày, đến ngày thứ 7 mới xả. *Đức-vua-trời Sakka* biết *Ngài Đại-Trưởng-lão* có tâm-bi tế độ những người nghèo khổ, nên chờ ngày *Ngài xả diệt-thọ-tưởng*.

Đức-vua-trời Sakka truyền gọi *Hoàng-hậu Sujā*, cả hai cùng hiện xuống cõi người, hóa làm người già nghèo khổ, sống trong một cái chòi lá nhỏ bên ven đường mà *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* sẽ đi khát thực ngang qua.

Đồ ăn đã sửa soạn sẵn, *Đức-vua-trời Sakka* hóa làm một cụ già đáng thương, đứng chờ *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* đi khát thực tế độ người nghèo khổ.

Vừa thấy *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* từ xa đi đến, cụ già (*Đức-vua-trời Sakka*) bèn gọi *Hoàng-hậu Sujā* biến hóa thành một bà già rềnh:

- Bà ơi! *Ngài Đại-Trưởng-lão* đang đến trước cổng chòi mình, bà có gì đem ra làm phước để bát cúng-dường đến *Ngài Đại-Trưởng-lão* hay không?

Bà già (*Hoàng-hậu Sujā*) bèn tâu lại với ông cụ (*Đức-vua-trời Sakka*) rằng:

- Ông à! Ông kính thỉnh *Ngài Đại-Trưởng-lão* dừng lại tế độ chúng ta.

Ngài Đại-Trưởng-lão đứng lại, ông cụ già cung-kính nhận cái bát của *Ngài Đại-Trưởng-lão* đem vào chòi lá, đặt đồ ăn vào bát, rồi hai ông bà già đem ra cung-kính dâng cúng-dường đến *Ngài Đại-Trưởng-lão*. Khi vừa nhận cái bát, *Ngài Đại-Trưởng-lão* cảm nhận mùi hương của vật

thực tỏa ra thom ngát, Ngài Đại-Trưởng-lão suy xét biết rõ hai vợ chồng già này chính là *Đức-vua-trời Sakka* và *Hoàng-hậu Sujā*, Ngài Đại-Trưởng-lão liền quở trách *Đức-vua-trời Sakka* và *Hoàng-hậu Sujā* rằng:

- *Này Đức-vua-trời Sakka! Lão Tăng tế độ người nghèo khổ, tại sao Đức-vua-trời và Hoàng-hậu hóa làm người già giành của người nghèo như vậy?*

Đức-vua-trời Sakka bạch rằng:

- *Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, kính xin Ngài có tâm-bi tế độ chúng con. Tiền-kiếp của chúng con làm mọi phước-thiện trong thời-kỳ không có Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng xuất hiện trên thế gian. Chúng con cảm thấy tủi phận nghèo nàn, vì quả báu, oai lực không sánh được với chư vị thiên-nam, chư vị thiên-nữ, mà tiền-kiếp đã từng tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Đức-Phật, đến chư tỳ-khuru-Tăng.*

Đức-vua-trời Sakka vô cùng hoan-hỷ tự thốt lên rằng:

“Aho! Dānaṃ paramadānaṃ Kassape suppatitṭhitam.”

- *Ô! Được làm phước thiện bố thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa, thật là phước-thiện bố-thí vô cùng cao thượng!*

Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật là những bậc có 5 đức cao quý: *giới-đức, định-đức, tuệ-đức, giải-thoát-đức, giải-thoát-tri-kiến-đức* đầy đủ, xứng đáng thọ nhận những vật dụng mà thí-chủ có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, từ phương xa đem đến tạo phước-thiện bố-thí, cúng-dường dù ít dù nhiều đến chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, cũng được quả báu của phước-thiện ấy lớn lao vô lượng không sao kể xiết.

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Āhuneyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

3.3.6- Ân-Đức-Tăng Pāhuneyyo

Pāhuneyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho.

(Cách đọc: *Pa-hủ-nây-giô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô*)

Pāhuneyyo: *Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng mà thí-chủ dành cho những vị khách quý như quý Ngài.*

Khách quý có 2 hạng:

- *Khách quý hạng thường* đó là bà con thân quyến, bạn bè, những người ân nhân, ... của mình trong mỗi kiếp.

- *Khách quý hạng đặc biệt* đó là chư Thánh-Tăng, chư phàm-Tăng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác rất hiếm có trong thế gian, bởi vì *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* xuất hiện trên thế gian là một điều khó có, khi nào có *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* trên thế gian, khi ấy mới có chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phàm-Tăng thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật.

Thật vậy, có khi suốt 1 a-tăng-kỳ đại-kiếp trái đất trải qua 4 thời-kỳ thành-tru-hoại-không, mà không có một Đức-Phật nào xuất hiện trên thế gian, thì cũng không có chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phàm-Tăng trên thế gian.

Thí-chủ tạo phước-thiện bố-thí đến *khách hạng thường* sẽ được quả báu trong kiếp hiện-tại và trong kiếp vị-lai có giới hạn. Còn thí-chủ làm-phước bố-thí đến *khách hạng đặc biệt* là chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phàm-Tăng sẽ được quả báu lớn lao trong kiếp hiện-tại và trong vô lượng kiếp vị-lai, không có giới hạn.

Hơn nữa, phước-thiện ấy lại còn làm phước-duyên cho sự giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Đối với *hạng khách quý* là chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phàm-Tăng, người thí-chủ có đức-tin trong

sạch nơi Tam-bảo, nên tôn kính đón rước, lễ bái cúng-đường đến chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phạm-Tăng để được nhiều quả báu cao quý lớn lao vô lượng.

Trong bài kinh *Kulasutta* ⁽¹⁾ Đức-Phật dạy:

- *Này chư tỳ-khuru! Chư tỳ-khuru có giới-đức đến gia đình, thì những người trong gia đình sẽ được 5 quả báu lớn như sau:*

1- *Tỳ-khuru có giới-đức đến gia đình, những người trong gia đình nhìn thấy và phát sinh đại-thiện-tâm trong sạch. Những người trong gia đình ấy đã tạo phước-thiện, để được tái-sinh lên cõi trời dục-giới.*

2- *Khi họ đón tiếp cung-kính lễ bái tỳ-khuru ấy, thỉnh ngồi trên những chỗ cao quý. Những người trong gia đình ấy đã tạo phước thiện, để được tái-sinh vào trong gia đình thuộc dòng dõi cao quý.*

3- *Sau khi tỳ-khuru ấy ngồi chỗ cao quý, những người trong gia đình tiếp đãi mọi thứ vật dụng cần thiết như dâng cơm nước, thuốc trị bệnh,... với đại-thiện-tâm trong sạch, hoan-hỷ, không có tâm keo kiệt bôn xén, ... Những người trong gia đình ấy đã tạo phước-thiện, để được quả báu quyền cao chức trọng.*

4- *Khi họ làm phước bố-thí đến tỳ-khuru ấy tùy theo khả năng của mình. Những người trong gia đình ấy đã tạo phước-thiện, để có được nhiều của cải tài sản, giàu sang phú quý.*

5- *Khi họ lắng nghe vị tỳ-khuru thuyết giảng chánh-pháp, hoặc vấn đạo, ... Những người trong gia đình ấy đã tạo phước-thiện, để phát sinh trí-tuệ thấy rõ, biết rõ thật-tánh của các pháp, ...*

¹ *Anguttaranikāya*, kinh *Kulasutta*.

- *Này chư tỳ-khuru! Khi tỳ-khuru có giới-đức đến gia đình thì những người trong gia đình sẽ tạo được 5 phước-thiện, và được 5 quả-báu cao quý lớn lao như vậy.*

Khách quý hạng thường là bà con thân bằng quyến thuộc, bạn hữu, ... mỗi kiếp tử sinh luân-hồi đều có được, đều gặp được.

Còn khách quý hạng đặc biệt là chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư phạm-Tăng không phải kiếp nào cũng có thể gặp được, gần gũi, thân cận được.

Những chúng-sinh nào có đầy đủ phước-duyên mới có được cơ hội tốt, có duyên lành gặp được chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phạm-Tăng, là chư khách quý hạng đặc biệt cao thượng, những chúng-sinh ấy có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo đón tiếp, tôn kính, lễ bái cúng-dường dù ít dù nhiều, chắc chắn cũng sẽ tạo được nhiều phước-thiện lớn lao vô lượng, cũng có được quả báu lớn lao vô lượng, đáng hài lòng cả trong kiếp hiện-tại lẫn vô số kiếp vị-lai, và còn tạo được duyên lành để giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Vì vậy, ân-Đức-Tăng này gọi là *Pāhuneyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

3.3.7- Ân-Đức-Tăng Dakkhiṇeyyo

Dakkhiṇeyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho

(Cách đọc: Đắc-khí-nây-giô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô)

Dakkhiṇeyyo: *Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng mà thí-chủ có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, đem dâng cúng đến quý Ngài để mong được quả báu tốt lành cho mình và những người thân quyến.*

Chư Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn, xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng mà thí-chủ có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, tin nơi thiện-nghiệp và quả của thiện-nghiệp, bởi vì thí-chủ tin tưởng rằng:

“Khi tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phạm-Tăng, thì họ đã tạo được nhiều phước-thiện thanh cao, chắc chắn sẽ phát sinh những quả báu tốt lành, lớn lao vô lượng đến cho họ trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai.

Và họ còn có thể hồi hướng phần phước-thiện thanh cao ấy đến cho ông bà, cha mẹ, bà con quyến thuộc, những ân nhân của họ và tất cả chúng-sinh khác đã quá vãng.

Nếu những chúng-sinh nào hay biết mà phát sinh đại-thiện-tâm hoan-hỷ thốt lên lời “sādhu” thì những chúng-sinh ấy hưởng được phần phước-thiện thanh cao hoan-hỷ (pattānumodanā) ấy, sẽ cho quả báu an-lạc đến với họ.

Nếu chúng-sinh ấy đang sống trong cảnh khổ thì được thoát khỏi cảnh khổ ấy, liền tái-sinh trong cõi thiện-giới: cõi người hoặc cõi trời dục-giới, hưởng mọi sự an-lạc.

Và họ còn có thể kính dâng phần phước-thiện thanh cao ấy đến cho ông bà, cha mẹ, bà con thân quyến, bạn hữu, và tất cả chúng-sinh đang hiện hữu trong cõi người.

Nếu những người nào phát sinh đại-thiện-tâm hoan-hỷ thốt lên lời “sādhu” thì những người ấy hưởng được phần phước-thiện thanh cao hoan-hỷ (pattānumodanā) ấy, sẽ cho quả tốt, quả an-lạc trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai.”

Muốn thành tựu được những quả báu thật sự thì thí-chủ nên tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường hướng đến chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, chư tỳ-khuru phạm-Tăng, bởi vì chư Thánh-Tăng có ân-đức *Dakkhiṇeyyo*.

*** Như tích phước-thiện bố-thí cơm cháo**

Trong bộ *Vimānavatthu*, tích *Ācāmadāyikāvimāna*, được tóm lược như sau:

Một bà già nghèo khổ ăn mày, sống nhờ đàng sau hiên nhà người khác, người ta nhìn thấy bà đáng thương, nên thường cho nước cơm, cháo, miếng cơm cháy, ... để bà ăn sống qua ngày.

Một hôm, *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* vừa xa *diệt-thọ-tưởng*, rồi xem xét nên đi khát thực để tế độ người nào. *Ngài Đại-Trưởng-lão* nhìn thấy một bà già nghèo khổ, gần chết, nếu bà chết thì có thể đọa vào cõi địa-ngục.

Với tâm-bi tế độ bà tránh khỏi cõi địa-ngục, do nhờ phước-thiện bố-thí miếng cơm cháy, bà sẽ tái-sinh lên cõi trời dục-giới thứ 5 gọi là *Hóa-lạc-thiên*.

Xem xét thấy như vậy, buổi sáng hôm ấy, *Ngài Đại-Trưởng-lão* mặc y mang bát đi đến chỗ ở của bà. Trong khi đó, *Đức-vua-trời Sakka* biến hóa thành người già đem vật thực đến để cúng-dường, *Ngài Đại-Trưởng-lão* biết người già đó là *Đức-vua-trời Sakka*, nên bảo rằng:

- *Này Đức-vua-trời Sakka! Đức-vua không nên giành phước-thiện của người nghèo khổ.*

Ngài không chịu mở nắp bát, vẫn đứng yên trước bà già nghèo khổ kia. Bà nghĩ rằng:

“Ngài Đại-Trưởng-lão là bậc có giới-đức cao thượng được phần đông tôn kính, phận ta nghèo khổ không có gì quý giá để tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão.

Hằng ngày, ta chỉ có nước cơm và miếng cơm cháy không ngon lành gì cả. Và lại, còn đựng trong một đồ dùng không sạch sẽ, ta nào dám tạo phước-thiện bố-thí

cúng-dường để bát đến Ngài Đại-Trưởng-lão được.” Bà bạch rằng:

- Kính thỉnh Ngài Đại-Trưởng-lão đi nơi khác, con không có gì xứng đáng để cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão cả. Bạch Ngài.

Ngài Đại-Trưởng-lão vẫn đứng yên không đi nơi khác, những người khác đem vật thực đến để bát dâng cúng, Ngài Đại-Trưởng-lão vẫn không mở nắp bát để nhận.

Bà già nghĩ rằng: “Chắc chắn Ngài Đại-Trưởng-lão đứng đây để tế độ ta.”

Bà phát sinh đại-thiện-tâm có đức-tin trong sạch muốn tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão, nên bà đem miếng com cháy đến, Ngài Đại-Trưởng-lão liền mở nắp bát, bà thành kính cúng-dường, đặt miếng com cháy vào trong bát của Ngài Đại-Trưởng-lão một cách tôn kính.

Ngài Đại-Trưởng-lão tỏ vẻ muốn thọ thực để cho bà nhìn thấy, làm cho bà càng phát sinh đại-thiện-tâm trong sạch hoan-hỷ trong việc phước-thiện bố-thí của bà.

Mọi người hiểu được ý Ngài Đại-Trưởng-lão, nên sửa soạn trái chõng, rồi kính thỉnh Ngài Đại-Trưởng-lão.

Khi ấy, *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* ngồi thọ thực miếng com cháy ấy, uống nước xong, rồi Ngài Đại-Trưởng-lão thuyết pháp tế độ bà già nghèo khổ ăn mày.

Ngài Đại-Trưởng-lão cho bà biết rằng: Bà đã từng là thân mẫu của Ngài trong tiền-kiếp.

Nghe *Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa* cho bà biết như vậy, bà già nghèo khổ phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ có cơ hội tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến với Ngài Đại-Trưởng-lão với đức-tin trong sạch nơi Ngài Đại-Trưởng-lão.

Về sau, không lâu bà chết, phước-thiện bố-thí thanh cao ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị thiên-nam trong cõi *Hóa-lạc-Thiên* (cõi thứ 5 trong 6 cõi trời dục-giới) có nhiều oai lực, hưởng mọi sự an-lạc trong cõi trời ấy.

* **Tích Sāriputtattheramātupeta** ⁽¹⁾

Nga-quỷ từng là mẫu thân của *Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta* trong kiếp quá-khứ được tóm lược như sau:

Nữ nga-quỷ mà tiền-kiếp đã từng là mẫu thân của tiền-kiếp thứ 5 (kể từ kiếp hiện-tại) của *Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta*.

Tiền-kiếp của nữ nga-quỷ là vợ của ông Bà-la-môn giàu có nhiều của cải. Ông Bà-la-môn có đức-tin trong sạch, có tác-ý trong đại-thiện-tâm thường tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường vật thực, đồ uống, y phục, ... đến Sa-môn, Bà-la-môn; bố-thí, phân phát đến những người nghèo khổ, người qua đường, ...

Một hôm, ông Bà-la-môn có công việc phải đi nơi khác, ông dạy bảo vợ ở nhà thay ông gìn giữ phong tục truyền thống gia đình, lo công việc tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Sa-môn, Bà-la-môn và phân phát vật thực, đồ dùng đến những người nghèo khổ đói khát, ...

Người vợ ở nhà không làm theo lời dạy bảo của chồng. Hễ có ai đến nhà, bà ta buông lời mắng nhiếc như ăn phần, uống nước tiểu, liếm máu mủ, nước miếng, ...

Sau khi bà ta chết, ác-nghiệp ấy cho quả tái-sinh vào hàng nga-quỷ đói khát, ăn uống đồ dơ bẩn, ăn phần, uống nước tiểu, mủ, nước miếng, ... chịu bao nỗi khổ cực đói khát, lạnh lẽo do quả của ác-nghiệp của mình đã tạo trải qua thời gian lâu dài.

¹ Bộ Petavattu, tích Sāriputtattheramātupeta.

Kiếp này nữ nga-quỷ nhớ lại tiền-kiếp đã từng là mẫu thân của Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, muốn đến nương nhờ nơi Ngài Đại-Trưởng-lão, vị thiên-nam giữ cổng ngăn cản không cho nữ nga-quỷ vào. Nữ nga-quỷ thưa với vị thiên-nam rằng:

- Thưa vị thiên-nam, tiền-kiếp tôi đã từng là mẫu thân của Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, xin vị thiên-nam cho phép tôi được vào hầu Ngài Đại-Trưởng-lão.

Nữ nga-quỷ được phép vào, đứng khấp nép, Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta nhìn thấy nữ nga-quỷ, với tâm-bi, bèn hỏi:

- Này nữ nga-quỷ! Người có thân trần truồng, hình dáng đáng thương, óm yếu da bọc xương, đứng run rẩy. Người là ai, lão Tăng tế độ người thế nào?

Nghe Ngài Đại-Trưởng-lão hỏi, nữ nga-quỷ thưa rằng:

- Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, tiền-kiếp của con đã từng là mẫu thân của Ngài Đại-Trưởng-lão, do ác-nghiệp cho quả tái-sinh làm nga-quỷ chịu cảnh đói khát, đành phải ăn uống những đồ dơ như nước miếng, nước mũi, đờm người ta nhổ bỏ, uống nước vàng chảy ra từ xác chết, ăn uống đồ dơ của đàn bà, uống máu mủ của đàn ông bị chặt tay chân, uống máu mủ các loài động vật, sống không có nơi nương tựa, trong các nghĩa địa, bãi tha ma.

- Kính bạch Ngài, kính xin Ngài tạo phước-thiện bố-thí, rồi hồi hướng phần phước-thiện ấy đến cho con. Nhờ phước-thiện ấy, may ra con mới thoát khỏi cảnh khổ kiếp nga-quỷ như thế này.

Lắng nghe lời than vãn của nữ nga-quỷ đã từng là mẫu thân của Ngài trong tiền-kiếp, Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta phát sinh tâm-bi, tìm cách cứu khổ nữ nga-quỷ ấy.

Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* thuật lại chuyện này với Ngài *Đại-Trưởng-lão Mahāmoggallāna*, Ngài *Trưởng-lão Anuruddha* và Ngài *Trưởng-lão Mahākappina* giúp cứu nữ nga-quỷ thoát khỏi cảnh khổ.

Ngài *Đại-Trưởng-lão Mahāmoggallāna* đi khất thực vào cung điện gặp Đức-vua Bimbisāra. Đức-vua thỉnh cầu Ngài *Đại-Trưởng-lão* cần những thứ vật dụng nào để Đức-vua tạo phước-thiện dâng cúng.

Nhân dịp ấy, Ngài *Đại-Trưởng-lão Mahāmoggallāna* thưa cho Đức-vua biết chuyện nữ nga-quỷ đã từng là mẫu thân của Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta*, sống trong cảnh đói khổ không có nơi nương nhờ.

Nghe vậy, Đức-vua truyền lệnh xây cất 4 cái cốc ở cửa chư tỳ-khưu-Tăng. Khi xây cất xong, Đức-vua làm lễ dâng đặc biệt đến Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* 4 cái cốc ấy.

Một lần nữa, Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* làm lễ dâng 4 cốc ấy đến chư tỳ-khưu-Tăng từ bốn phương, có Đức-Phật chủ trì, rồi hồi hướng phần phước thiện này đến cho nữ nga-quỷ đã từng là mẫu thân của Ngài *Đại-Trưởng-lão* trong tiền-kiếp.

Nữ nga-quỷ ấy phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ phần phước-thiện bố-thí ấy, rồi nói lên lời hoan-hỷ “*Sādhu! Sādhu! Lành thay! Lành thay!*”. Ngay khi ấy liền thoát khỏi kiếp nga-quỷ, tái-sinh làm vị thiên-nữ có hào quang sáng ngời, có thân hình xinh đẹp, y phục lộng lẫy, có lâu đài nguy nga tráng lệ, có đầy đủ của cải của vị thiên-nữ, hưởng mọi sự an-lạc cao quý trong cõi trời.

Hôm sau, vị thiên-nữ ấy hiện xuống cõi người cùng lâu đài, đến đánh lễ Ngài *Trưởng-lão Mahāmoggallāna*.

Ngài Trưởng-lão Mahāoggallāna hỏi thiên-nữ rằng:

- *Này thiên nữ! Người có sắc đẹp tuyệt trần, nhiều oai lực đặc biệt, có hào quang sáng chói khắp mọi nơi như vầng trăng sáng, có lâu đài nguy nga tráng lệ.*

Do nhờ phước-thiện gì mà người có được những quả báu trong cõi trời, đáng hài lòng như vậy?

Vị thiên-nữ bạch với Ngài Trưởng-lão Mahāoggallāna rằng:

- *Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, trong tiền-kiếp con từng là mẫu thân của Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, do ác-nghiệp cho quả tái-sinh làm nữ nga-quỷ chịu cảnh khổ đói khát đành phải ăn uống đồ dơ như máu, mủ, ...*

Vừa qua, con đã đến hầu đánh lễ Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, cầu xin Ngài có tâm-bi tế độ cứu con thoát khổ. Ngài Đại-Trưởng-lão đã tạo phước-thiện bố-thí xong, rồi hồi hướng đến cho con. Con đã phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ phần phước-thiện ấy, nên con thoát khỏi kiếp nga-quỷ, được hóa-sinh làm thiên-nữ trên cõi trời, hưởng được tất cả mọi sự an-lạc như Ngài đã thấy.

- *Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, con hiện xuống đây để đánh lễ dưới chân Ngài và Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta là chư bậc Thánh thiện-trí, có tâm-bi, cứu khổ chúng-sinh trong đời.*

Những tích như trên có rất nhiều trong Kinh-Tạng và trong bộ Peṭavatthu, bộ Vimānavatthu.

Nếu chính mình chưa có cơ hội làm phước thiện, mà mình phát sinh đại-thiện-tâm hoan-hỷ phần phước-thiện của người khác, thì cũng được quả báu không kém, như tích *Vihāravimāna* được tóm lược như sau:

* **Tích Vihāravimāna** ⁽¹⁾

Một thuở nọ, Ngài *Trưởng-lão Anuruddha* ngự lên cung trời Tam-thập-tam-thiên nhìn thấy một thiên-nữ xinh đẹp có hào quang sáng ngời chiếu tỏa khắp mọi hướng, có một lâu đài nguy nga tráng lệ, ... nên Ngài Trưởng-lão hỏi vị thiên nữ rằng:

- *Này thiên-nữ! Ngươi đã từng tạo đại-thiện-nghiệp nào mà nay có được quả báu đáng hài lòng như vậy?*

Vị thiên nữ bạch với Ngài Trưởng-lão Anuruddha rằng:

- *Kính bạch Ngài Trưởng-lão, tiền-kiếp của con là người bạn thân của bà đại-thí-chủ Visākhā trong kinh-thành Sāvattthi. Bà Visākhā cho người xây cất ngôi chùa Pubbārama, sau đó, bà làm lễ kính dâng ngôi chùa ấy đến chư tỳ-khuru-Tăng có Đức-Phật chủ trì.*

Con đã tham dự buổi lễ đó, con phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ phước-thiện kính dâng ngôi chùa Pubbārama ấy.

- *Kính bạch Ngài Trưởng-lão, do nhờ đại-thiện-tâm trong sạch hoan-hỷ phần phước-thiện bố-thí cúng-dường kính dâng ngôi chùa Pubbārama ấy, mà sau khi con chết, đại-thiện-nghiệp ấy cho quả tái-sinh lên cõi trời Tam-thập-tam-thiên này, trở thành một thiên-nữ có những quả báu như vậy.*

Chư Thánh-Tăng là phước điền cao thượng của chúng-sinh. Quý Ngài xứng đáng thọ nhận những thứ vật dụng của thí-chủ có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, tin nơi thiện-nghiệp và quả của thiện-nghiệp.

Thí-chủ làm phước thiện bố-thí cúng-dường đến chư tỳ-khuru-Tăng, để tạo được phước-thiện thanh cao, mong

¹ Bộ Vimānavatthu, tích Vihāravimāna.

được quả báu tốt lành đến cho mình và những người thân quyến của mình.

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Dakkhiṇeyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

3.3.8- Ân-Đức-Tăng Añjalikaraṇīyo

Añjalikaraṇīyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho.

(Cách đọc: *Anh-chá-lí-cá-rá-ni-giô phá-gá-vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô*)

Añjalikaraṇīyo: Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là những bậc xứng đáng cho chúng-sinh chấp tay cung-kính lễ bái cúng-dường.

Chư Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn, xứng đáng cho chúng-sinh chấp tay cung-kính lễ bái cúng-dường, để cầu mong được sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai.

Chư Thánh-Tăng là những bậc có đầy đủ 5 đức cao thượng là giới-đức hoàn toàn trong sạch, định-đức vững vàng không lay chuyển, tuệ-đức thấu triệt các pháp, giải-thoát-đức chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, giải-thoát-tri-kiến-đức quán-triệt hoàn toàn, đã diệt tận được mọi phiền-nã, nên thân, khẩu, ý của quý Ngài hoàn toàn trong sạch thanh-tịnh, không còn bị ô nhiễm bởi phiền-nã. Cho nên, chư Thánh-Tăng xứng đáng cho tất cả chúng-sinh (*Nhân-loại, chư-thiên, chư phạm-thiên*) tôn kính, chấp tay lễ bái cúng-dường.

* **Đức-vua-trời Sakka** đánh lễ chư tỳ-khưu-Tăng trong kinh *Samghavandanāsutta* ⁽¹⁾, được tóm lược như sau:

¹ *Samyuttanikāya, Sagāthavagga, kinh Samghavandanāsutta.*

- *Này chư tỳ-khuru! Khi Đức-vua-trời Sakka cỡi Tam-thập-tam-thiên ngự xuống từ lâu đài Vejayanta, hướng tâm đánh lễ chư tỳ-khuru-Tăng.*

- *Này chư tỳ-khuru! Khi ấy, thiên-nam Mātali đánh xe của Đức-vua-trời Sakka tâu rằng:*

- *Muôn tâu Đức-Thiên-Vương, loài người sinh từ nơi ô trọc, có sắc thân ô trọc, thường đói khát nghèo hèn, đáng lẽ nên cung-kính Đức-Thiên-Vương. Vì sao Đức-Thiên-Vương lại đánh lễ chư tỳ-khuru-Tăng ấy.*

Vậy, kính xin Đức-Thiên-Vương giảng giải cho hạ thần hiểu rõ phạm-hạnh của chư tỳ-khuru-Tăng ấy như thế nào?

Đức-vua-trời Sakka giảng giải cho Mātali rằng:

- *Này Mātali! Trẫm thành kính đánh lễ chư tỳ-khuru-Tăng ấy, bởi vì, quý Ngài sống trong rừng, không có nhà, không cất giữ lúa gạo trong kho.*

Quý Ngài sống bằng hạnh đi khát thực, thọ dụng những vật thực đã chín và độ trước giờ Ngọ.

Quý Ngài là bậc thiện-trí, thuyết pháp chân thật đem lại sự lợi ích cho chúng-sinh, quý Ngài sống nơi thanh-tịnh với đời sống phạm hạnh cao thượng.

- *Này Mātali! Nhóm chư-thiên có oan trái với nhóm thiên Asura, và ngược lại nhóm thiên Asura cũng có oan trái với nhóm chư-thiên; nhân loại có oan trái lẫn nhau. Còn chư tỳ-khuru-Tăng sống không oan trái, không thù hận. Chư-thiên, nhân-loại còn chấp thủ, còn chư Thánh-Tăng không còn chấp thủ.*

- *Này Mātali! Vì vậy, Trẫm cung-kính đánh lễ chư tỳ-khuru-Tăng ấy.*

Khi nghe lời giảng giải của Đức-vua-trời Sakka như vậy, Mātali bèn tâu rằng:

- *Muôn tâu Đức-Thiên-Vương, Đức-Thiên-Vương cung-kính lễ bái đến chư tỳ-khuru-Tăng nào, thì kẻ hạ thân cũng cung-kính lễ bái đến chư tỳ-khuru-Tăng ấy.*

Đức-vua-trời Sakka cao cả nhất trong cõi Tam-thập-tam-thiên giảng dạy xong, cung-kính đánh lễ chư tỳ-khuru-Tăng, rồi lên xe ngựa đi.

Chư Thánh-Tăng là những bậc xứng đáng cho nhân-loại, chư-thiên, chư phạm-thiên cung-kính lễ bái cúng-dường, và chư phàm-Tăng cũng là những bậc đang thực hành pháp-hành giới, pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ, duy trì chánh-pháp của Đức-Phật cũng xứng đáng được cung-kính lễ bái cúng-dường.

Những chúng-sinh có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, thường lễ bái cúng-dường đến bậc có giới-đức thanh-tịnh sẽ được 4 pháp lành: *sống lâu, sắc đẹp, an-lạc, khỏe mạnh.*

Như trong tích *Āyuvaddhanakūmāravatthu* ⁽¹⁾, Đức-Phật thuyết dạy câu kệ rằng:

*“Abhivādānasīlissa, niccam vuddhāpacāyino.
Cattāro dhammā vaddhanti, āyu vaṇṇo sukham balaṃ.”*
*Đối với người thường lễ bái cúng-dường,
Tỏ lòng tôn kính đến bậc Trưởng-lão,
Người ấy thường tăng trưởng bốn quả báu,
Sống lâu, sắc đẹp, an-lạc, sức mạnh.*

Hoặc chúng-sinh có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, hết lòng thành kính lễ bái cúng-dường đến Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, thì sẽ được 5 quả báu tốt lành là:

- *Āyu: Sống lâu trường thọ.*
- *Vaṇṇa: Có sắc đẹp khả ái.*

¹ Dhammapadagāthā, tích *Āyuvaddhanakūmāravatthu*.

- *Sukha*: Thân tâm thường được an-lạc.
- *Bala*: Có sức mạnh thân tâm.
- *Paṭibhāna*: Có trí-tuệ sắc bén, nhanh trí.

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Añjalikaraṇīyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho*.

3.3.9- Ân-Đức-Tăng Anuttaraṃ Puññakkhettaṃ

Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassa Bhagavato sāvakaṣaṃgho.

(Cách đọc: *Á-nút-tá-răng pun-nhắc-khết-tăng lô-cát-xá phá-gá vóa-tô xa-vóa-cá-xăng-khô*)

Anuttaraṃ puññakkhettaṃ: Chư Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn là phước điền cao thượng của chúng-sinh không đâu sánh được.

Chư Thánh-Tăng là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Thế-Tôn, có đầy đủ 5 đức cao thượng là giới-đức (*sīlaguṇa*), định-đức (*samādhiguṇa*), tuệ-đức (*paññāguṇa*), giải-thoát-đức (*vimuttiguṇa*), giải-thoát-tri-kiến-đức (*vimuttiñānadassanaguṇa*) là phước điền cao thượng của chúng-sinh không nơi nào sánh được.

Thật vậy, khi gieo giống phước-thiện dù ít dù nhiều, cũng sẽ được quả báu vô lượng trong kiếp hiện-tại và cả nhiều kiếp vị-lai.

Một ví dụ để so sánh:

- Chư Thánh-Tăng, ví như thửa ruộng màu mỡ.
- Thí-chủ có chánh-kiến, ví như nông dân tài giỏi.
- Tác-ý thiện-tâm bố-thí, ví như hạt giống tốt.

Người nông dân tài giỏi biết rõ thời vụ mùa màng, gieo hạt giống tốt trên thửa ruộng màu mỡ, chắc chắn khi thu hoạch sẽ được nhiều gấp bội.

Cũng như vậy, thí-chủ có chánh-kiến-sở-nghiệp

kammasakatā sammādiṭṭhi: tri-tuệ chánh-kiến thấy đúng nghiệp là của riêng mình biết gieo giống hợp pháp phước-thiện dù ít dù nhiều nơi chư tỳ-khuru Thánh-Tăng, hoặc chư tỳ-khuru phạm-Tăng là phước điền cao thượng của chúng-sinh, không nơi nào sánh được, họ chắc chắn được phước-thiện nhiều vô lượng, sẽ được quả báu vô lượng ngay cả trong kiếp hiện-tại lẫn vô số kiếp vị-lai.

Hơn thế nữa, gieo được duyên lành nơi Tam-bảo, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn siêu-tam-giới, hầu mong giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* **Tích thiên-nữ Lajādevadhīā**⁽¹⁾

Tích thiên-nữ Lajādevadhīā được tóm lược như sau:

Trong thời-kỳ Đức-Phật Gotama đang hiện hữu trên thế gian, một cô bé nghèo được thuê giữ ruộng, cô mang theo một gói bắp rang để ăn trong ngày.

Sáng hôm ấy, Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa xả diệt-thọ-tướng xong, xem xét thấy nên tế độ cô bé nghèo, nên Ngài Đại-Trưởng-lão đã mặc y mang bát đi thẳng đến chỗ cô bé để khát thực.

Nhìn thấy Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa từ xa đến, cô bé vô cùng hoan-hỷ liền ra đón và đánh lễ Ngài Đại-Trưởng-lão xong, đem phần bắp rang để ăn trong ngày, cô xin tạo phước-thiện bố-thí để bát cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão.

Trên đường trở lại chỗ ở, cô đang phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ với phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão, cô bị một con rắn độc cắn chết. Do nhờ phước-thiện cúng-dường ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp làm thiên-nữ có tên là Lajādevadhīā

¹ Bộ Dhammapadaṭṭhakathā, tích Lajādevadhīā.

trên cõi trời Tam-thập-tam-thiên.

Sau đó, khi nhớ lại tiền-kiếp của mình, vị thiên-nữ *Lajādevadhītā* vô cùng biết ơn Ngài Đại-Trưởng-lão, cô hiện xuống chỗ ở của Ngài Đại-Trưởng-lão quét dọn, đem nước dùng, ... cho Ngài, nhưng Ngài Đại-Trưởng-lão không cho phép cô làm những công việc ấy, cô buồn tủi khóc.

Đức-Phật thấy vậy, liền hiện đến thuyết pháp tế độ thiên-nữ. Sau khi nghe Đức-Phật thuyết pháp, *thiên-nữ Lajādevadhītā* chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh Nhập-lưu*. Cô vô cùng hoan-hỷ đánh lễ Đức-Phật, rồi xin phép trở về cõi trời.

* Tích ông Punṇa

Tích *ông Punṇa* ⁽¹⁾ là người làm thuê của ông phú hộ Sumana, được tóm lược như sau:

Trong thời-kỳ Đức-Phật Gotama đang hiện hữu trên thế gian, có *gia đình ông Punṇa* nghèo khổ, làm ruộng thuê của ông phú hộ Sumana, mọi người trong gia đình đều có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Một buổi sáng ông đi cày ruộng, cũng vào buổi sáng hôm ấy, Ngài Đại-Trưởng-lão *Sāriputta* xả *diệt-thọ-tưởng* (sau 7 ngày đêm), đi khát thực để tế độ gia đình ông Punṇa, nên Ngài Đại-Trưởng-lão đi về hướng ông Punṇa đang cày ruộng.

Nhìn thấy Ngài Đại-Trưởng-lão *Sāriputta* từ xa đến, ông Punṇa liền bỏ cày, đến hầu đánh lễ Ngài Đại-Trưởng-lão, dâng cúng cây tăm xia răng và nước dùng, nước uống.

Ngài Đại-Trưởng-lão *Sāriputta* thọ nhận xong, đi

¹ Chú-giải Dhammapadaṭṭhakathā, trong tích Uttarā upāsikā.

theo đường hướng về nhà ông Punṇa, gặp vợ ông Punṇa đang đem cơm cho chồng. Bà đánh lễ Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta xong, bạch rằng:

- Kính bạch Ngài Trưởng-lão, kính xin Ngài có tâm-từ tế độ thọ nhận phần vật thực nghèo nàn này của gia đình chúng con.

Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta có tâm-từ tế độ thọ nhận tất cả phần vật thực. Bà phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ phát nguyện:

- Do nhờ phước-thiện bố-thí cúng-dường thanh cao này của chúng con, mong cho gia đình chúng con được một phần chánh-pháp mà Ngài Đại-Trưởng-lão đã chứng đắc.

Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta chúc lành rằng:

- Mong cho gia đình các con được như ý nguyện.

Bà vô cùng hoan-hỷ quay trở về nhà, nấu lại phần cơm khác đem cho chồng, rồi vội vàng mang cơm ra đồng ruộng, với đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Ngài Trưởng-lão Sāriputta, làm cho thân tâm của bà cảm thấy nhẹ nhàng, nhu nhuyễn không sao giấu được.

Còn phần ông Punṇa, trễ giờ ăn, đói bụng, thả bò đi ăn cỏ, ông lên bờ ngồi dưới bóng mát, chờ đợi vợ, tuy đói bụng, nhưng đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ niệm tưởng lại việc tạo phước-thiện bố-thí tắm xia răng và nước đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.

Nhìn từ xa, ông thấy vợ mình đang đi đến trễ hơn mọi ngày, nhưng bà có vẻ khác thường, chắc chắn bà có điều hoan-hỷ gì đó.

Thật vậy, vừa đến nơi, bà liền thưa với chồng rằng:

- Thưa anh kính yêu, hôm nay, xin anh phát sinh đại-thiện-tâm hoan-hỷ thật nhiều!

Sáng nay, em đem cơm cho anh, giữa đường gặp Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta đang đi khát thực, em phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ có đức-tin trong sạch, đem phần cơm của anh để bát cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.

Không chê vật thực nghèo khó của chúng ta, Ngài Đại-Trưởng-lão có tâm-từ tế độ thọ nhận tất cả phần vật thực của anh.

Vậy, xin anh nên phát sinh đại-thiện-tâm hoan-hỷ phần phước-thiện bố-thí cúng-dường thanh cao này.

Ông Punṇa vừa lắng nghe từng tiếng, từng câu làm cho ông phát sinh đại-thiện-tâm-hỷ-lạc đến cực độ, nên không thể theo dõi liên tục trọn vẹn lời nói của vợ ông.

Sự tỉnh lại, ông muốn biết chắc chắn chính mình nghe đúng sự thật là như vậy hay không, nên ông bảo với vợ rằng:

- Này em! Em hãy nói lại cho anh nghe một lần nữa!

Bà vợ thưa lại rõ ràng một lần nữa, lần này ông nghe rõ biết chắc chắn đúng sự thật như vậy rồi, ông phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ phước-thiện bố-thí của vợ, bà đã đem phần cơm của mình tạo phước-thiện cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.

Sau đó, ông nói cho vợ biết, cũng sáng nay, ông đã tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường cây tăm xỉa răng và nước dùng đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.

Nghe xong, bà cũng phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ việc phước-thiện bố-thí của chồng.

Hai vợ chồng cùng nhau phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ phước thiện cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão.

Dùng cơm xong, ông nằm niệm tưởng đến phước-

thiện bố-thí cúng-dường của mình, mới thiu thiu giấc ngủ, ông bừng tỉnh lại, ngồi nhìn thấy phần đất ruộng vừa cày buổi sáng nay, đã hóa thành **những thỏi vàng ròng**, làm cho ông hoa cả mắt, và vợ của ông cũng cảm thấy như ông vậy.

Ông lấy lại bình tĩnh đi xuống ruộng, lấy lên một thỏi, đúng thật là thỏi vàng ròng, ông đem đến khoe và nói với vợ rằng:

- *Này em! Vợ chồng chúng ta đã tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, phước-thiện bố-thí cúng-dường ấy liền cho quả báu đến vợ chồng chúng ta ngày hôm nay.*

Chúng ta không thể nào giấu một số vàng lớn như thế này được!

Ông Punṇa lấy một số thỏi vàng bỏ vào khay, đem trình lên Đức-vua và tâu rằng:

- *Muôn tâu Đức-vua, sáng nay tiện dân đi cày ruộng, tất cả đất cày đều hóa thành những thỏi vàng ròng.*

Kính xin Đức-vua truyền lệnh cho binh lính đem xe đến chở số vàng ấy về cất trong kho báu của Đức-vua.

Đức-vua truyền hỏi rằng:

- *Nhà người là ai?*

- *Muôn tâu Đức-vua, tiện dân là Punṇa, một nông dân nghèo khó làm thuê.*

- *Này Punṇa! Sáng nay, nhà người đã tạo phước-thiện gì đặc biệt?*

- *Muôn tâu Đức-vua, tiện dân tạo phước-thiện cúng-dường cây tăm xỉa răng và nước dùng, nước uống đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, còn phần vợ tiện dân tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường phân cơm của tiện dân đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.*

Đức-vua truyền rằng:

- *Này Puṇṇa! Vợ chồng người đã tạo phước-thiện bố thí cúng-dường đến Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, cho nên, quả báu phát sinh ngay trong ngày hôm nay.*

Vậy, người muốn Trẫm làm gì?

- *Muôn tâu Đức-vua, tiện dân kính xin Đức-vua truyền lệnh đem ngàn chiếc xe đến thừa ruộng kia, để khuân tất cả số vàng ấy về cung điện.*

Đức-vua truyền lệnh đem hàng ngàn chiếc xe đến chở vàng ròng, quân lính trong triều nghĩ và nói rằng: “*Vàng của Đức-vua*”, tức thì những thỏi vàng trở lại thành đất như cũ. Quân lính trong triều trở về tâu lên Đức-vua sự việc xảy ra như vậy.

Đức-vua sáng suốt bèn truyền rằng:

- *Các người nghĩ như thế nào, khi nhặt lấy những thỏi vàng ấy?*

- *Tâu Bệ hạ, chúng hạ thân nghĩ và nói rằng: “Vàng của Đức-vua.”*

Đức-vua truyền rằng:

- *Này các người! Số vàng ròng kia không phải của Trẫm. Các người hãy trở lại nghĩ và nói rằng: “Vàng của ông bà Puṇṇa” rồi khuân số vàng ấy về đây.*

Quân lính vâng lệnh Đức-vua trở lại nơi ấy. Thật vậy, lần này quân lính khuân toàn bộ số vàng ấy đem về, chất giữa sân rộng thành một đồng vàng cao 80 hắc tay.

Ông Puṇṇa trở thành đại phú hộ

Đức-vua cho truyền dân chúng trong thành hội họp tại sân rộng, bèn truyền hỏi rằng:

- *Này toàn thể dân chúng! Trong kinh-thành này, người nào có số vàng lớn như thế này không?*

Toàn thể dân chúng trong thành tâu:

- *Tâu Hoàng-Thượng, trong kinh-thành không có người nào có số vàng lớn như thế này cả.*

Đức-vua truyền hỏi tiếp.

Vậy, Trẫm nên tấn phong ông Punṇa như thế nào mới xứng đáng?

- *Tâu Hoàng-Thượng, xin Hoàng-Thượng tấn phong ông Punṇa địa vị đại phú hộ.*

Đức-vua phán rằng:

- *Này Punṇa, từ nay ngươi là **Đại phú hộ**, có tên **Bahudhanaseṭṭhi**: đại phú hộ nhiều của cải.*

Sau khi trở thành *đại phú hộ Punṇa*, gia đình ông càng có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, làm phước-thiện bố-thí cúng-dường đến chư tỳ-khưu-Tăng có Đức-Phật chủ trì suốt 7 ngày.

Đến ngày thứ 7 Đức-Phật thuyết pháp tế độ gia đình ông bà Punṇa và đưa con gái tên *Uttarā* đều chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc *Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn*, cả 3 đều trở thành bậc **Thánh Nhập-lưu**.

Vợ chồng ông Punṇa tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta* sau khi xả *diệt-thọ-tướng*, do năng lực phước-thiện bố-thí cúng-dường trong sạch và hội đủ nhân duyên ấy, liền cho quá báu trong ngày hôm ấy, đã thành tựu *đại phú hộ nhiều của cải trong cõi người (manussasampatti)* và đặc biệt thành tựu *Niết-bàn (Nibbānasampatti)* là chứng đắc *Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn*, toàn gia đình trở thành *bậc Thánh Nhập-lưu* nữa.

Những trường hợp trên, có không ít trong Phật-giáo.

Chư Thánh-Tăng là phước điền cao thượng của tất cả

chúng-sinh: *Nhân-loại, chư-thiên, phạm-thiên, ...* tạo phước thiện bố-thí cúng-dường đến chư Thánh-Tăng với thiện-tâm trong sạch, sẽ được *thành tựu quả báu cõi người, thành tựu quả báu cõi trời (devasampatti)* và đặc biệt thành tựu quả báu *chứng ngộ Niết-bàn*.

Quả báu phước-thiện bố-thí đến tỳ-khuru-Tăng

Thí-chủ phát sinh đại-thiện-tâm trong sạch có đức-tin nơi Tam-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, dù tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến *chư phạm-Tăng* vẫn được thành tựu quả báu không kém.

Thật vậy, Đức-Phật dạy Ngài Trưởng-lão Ānanda rằng:

- *Này Ānanda! Trong thời vị-lai, sẽ có hạng người có tên “bhikkhu: Tỳ-khuru”, chỉ còn mảnh y quấn cổ (hoặc cột ở cổ tay), là người phạm-giới, hành ác-pháp. Song những thí-chủ có đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, có tác-ý trong đại-thiện-tâm trong sạch tạo phước-thiện bố-thí hướng tâm đến cúng-dường chư tỳ-khuru-Tăng, dù có số tỳ-khuru phạm-giới ấy.*

- *Này Ānanda! Người thí-chủ tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến chư tỳ-khuru-Tăng trong thời vị-lai ấy, Như-Lai dạy rằng:*

Thí-chủ vẫn có phước-thiện vô-lượng và quả báu vô-lượng không sao kể xiết được.

Như-Lai không hề dạy trực tiếp hoặc gián tiếp rằng:

Thí-chủ tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến cả nhân thọ thí, sẽ có phước-thiện nhiều hơn và có quả báu nhiều hơn tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến chư tỳ-khuru-Tăng thọ thí⁽¹⁾.

Cho nên, ân-Đức-Tăng này gọi là *Anuttaram puññak-khettaṃ lokassa Bhagavato sāvakaṃgho*.

¹ Majjhimanikāya, Uparipañña, kinh Dakkhinavibhaṅgasutta.

Thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng* này, trước tiên hành-giả cần phải học hỏi, hiểu biết rõ ý nghĩa và chi-pháp đầy đủ *9 ân-Đức-Tăng*. Mỗi khi niệm đến ân-Đức-Tăng nào, nên hiểu biết rõ ý nghĩa và chi-pháp của ân-Đức-Tăng ấy.

Sau đó, để đại-thiện-tâm dễ phát sinh, hành-giả nên ngồi nghiêm trang trước tượng Đức-Phật hoặc trước cội cây Đại-Bồ-đề, hoặc một nơi thanh vắng, để thực hành *đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng* này.

Phương pháp thực hành có nhiều cách:

1- Cách phổ thông: Niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng theo bài kinh Dhajjagutta như sau:

“Suppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Nāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Sāmicippaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, yadidaṃ cattāri purisayugāni attha-purisapuggalā esa Bhagavato sāvakaṣaṃgho, Āhuneyyo, Pāhunēyyo, Dakkhineyyo, Añjalikaraṇīyo, Anuttaram puññakkhettaṃ lokassa.”

Hành-giả thực hành niệm đến *ân-Đức-Tăng* nào, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của *ân-Đức-Tăng* ấy, định-tâm theo dõi mỗi *ân-Đức-Tăng* như vậy hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Đức-Tăng-Bảo.

2- Cách tách câu: 9 ân-Đức-Tăng tách từng câu như sau:

1- *Suppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*

2- *Ujuppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*

3- *Nāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*

- 4- *Sāmicippaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*
- 5- *Āhuneyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*
- 6- *Pāhunēyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*
- 7- *Dakkhineyyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*
- 8- *Añjalīkaraṇīyo Bhagavato sāvakaṣaṃgho.*
- 9- *Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassa Bhagavato sāvakaṣaṃgho ...*

Hành-giả thực hành niệm mỗi câu *ân-Đức-Tăng* nào, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của mỗi câu *ân-Đức-Tăng* ấy, định-tâm theo dõi mỗi câu *ân-Đức-Tăng* như vậy hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành niệm-niệm 9 *ân-Đức-Tăng*, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Hành-giả cũng có thể chọn 1 hoặc 2 - 3, ... câu *ân-Đức-Tăng* nào trong 9 câu *Ân-Đức-Tăng* làm đối-tượng, để thực hành niệm-niệm câu *ân-Đức-Tăng* ấy. Ví dụ:

* Niệm-niệm *ân-Đức-Tăng* thứ nhất: “*Suppaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, ...*”

* Niệm-niệm *ân-Đức-Tăng* thứ ba: *Ñāyappaṭipanno Bhagavato sāvakaṣaṃgho, ...*” hằng trăm lần, hằng ngàn lần, trong suốt thời gian thực hành niệm-niệm *Ân-Đức-Tăng* ấy, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Hành-giả thực hành niệm đến *ân-Đức-Tăng* nào, nên hiểu rõ ý nghĩa và chi-pháp của *ân-Đức-Tăng* ấy, định-tâm theo dõi mỗi *ân-Đức-Tăng* như vậy hằng trăm lần, hằng ngàn lần, ... trong suốt thời gian thực hành niệm-niệm 9 *ân-Đức-Tăng*, để làm tăng trưởng đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo.

Đề-mục *niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng* là một đề-mục thiên-định để làm cho phát sinh đức-tin nơi *Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo*, mà đức-

tin là nền tảng cho mọi thiện-pháp từ *đục-giới thiện-pháp*, *sắc-giới thiện-pháp*, *vô-giới thiện-pháp* cho đến *siêu-tam-giới thiện-pháp*.

Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng là đề-mục thiền-định vô cùng vi-tế, vô cùng sâu sắc, rộng lớn mênh mông bao la, vô lượng vô biên, nên hành-giả không thể định-tâm một nơi nào nhất định. Cho nên, đề-mục *niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng* này chỉ có khả năng chứng đạt đến ***cận-định*** (*upacārasamādhi*) mà thôi, không có khả năng chứng đạt đến *an-định* (*appanāsamādhi*), nên không thể chứng đắc bậc thiền sắc-giới nào.

Vì vậy, *tâm cận-định* này vẫn còn là *đục-giới đại-thiện-tâm*, có *đục-giới thiện-nghiệp*, có tầm quan trọng đặc biệt đối với hành-giả là người đã gieo duyên lành, nhân tốt sâu sắc trong giáo pháp của Đức-Phật.

Tuy nhiên, *tâm cận-định* này còn có thể làm nền tảng, làm đối-tượng để thực hành ***pháp-hành thiền-tuệ*** dẫn đến sự nhàm chán trong ngũ-uẩn, diệt tận tham-ái, phiền-não, chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc *Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *Niết-bàn* được.

Như Đức-Phật dạy:

- *Này chư tỳ-khuru! Có một pháp-hành mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần-thục, chắc chắn dẫn đến phát sinh sự nhàm chán trong ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp, để diệt tận tham-ái, sân-hận, si-mê, để làm vắng lặng mọi phiền-não, để phát sinh trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn.*

Pháp-hành ấy là pháp gì?

Pháp-hành ấy là Saṃghānussati: Pháp-hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng.

- *Này chư tỳ-khuru! Pháp-hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng mà hành-giả đã tiến hành, đã hành thuần-thục, chắc chắn dẫn đến phát sinh sự nhàm chán trong ngũ-uẩn, sắc-pháp, danh-pháp, để diệt tận tham-ái, sân-hận, si-mê, để làm vắng lặng mọi phiền-não, để phát sinh trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn.”* ⁽¹⁾

Qua lời giáo huấn trên của Đức-Phật, thì *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng* thuộc về pháp-hành thiên-định mà có khả năng chuyển sang làm nền tảng, làm đối-tượng thiền-tuệ của *pháp-hành thiền-tuệ* nữa.

Thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng

Thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng có 2 giai đoạn:

- **Giai đoạn đầu:** Đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng thuộc về *pháp-hành thiên-định*, hành-giả thực hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamāधि*) (*Phương-pháp* đã được trình bày ở phần trước).

- **Giai đoạn sau:** Sau khi thực hành *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng* đã đạt đến **cận-định** rồi, nếu muốn tiếp tục chuyển sang thực hành *pháp-hành thiền-tuệ* thì hành-giả cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp tam-giới** làm đối-tượng hoặc **thân, thọ, tâm, pháp** thuộc về *chân-nghĩa-pháp* là đối-tượng của *pháp-hành tứ-niệm-xứ* (*thân niệm-xứ, thọ niệm-xứ, tâm niệm-xứ, pháp niệm-xứ*).

¹ *Anguttaranikāya, phần Ekadhammapāli.*

Pháp-hành thiên-tuệ

Cận-định của đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng làm nền tảng, làm đối-tượng-thiên-tuệ, để thực hành pháp-hành thiên-tuệ như thế nào?

Sau khi hành-giả đã thực hành đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng, đã đạt đến **cận-định** trong đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng, nếu hành-giả có ý nguyện muốn tiếp tục chuyển sang thực hành pháp-hành thiên-tuệ thì cần phải có **sắc-pháp, danh-pháp tam-giới** làm đối-tượng hoặc **thân, thọ, tâm, pháp** thuộc về chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma), là đối-tượng của pháp-hành tứ-niệm-xứ (**thân** niệm-xứ, **thọ** niệm-xứ, **tâm** niệm-xứ, **pháp** niệm-xứ).

Cận-định là nhất-tâm tâm-sở đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ thuộc về chân-nghĩa-pháp.

Thật-tánh niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng như thế nào?

Đúng theo thật-tánh của chân-nghĩa-pháp thì không có hành-giả nào thực hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng, mà **sự thật** chỉ có **niệm tâm-sở** đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm làm phạm sự thực hành niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng, đạt đến **tâm cận-định** trong đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng mà thôi.

* Phân tích đối-tượng tứ-niệm-xứ và đối-tượng thiên-tuệ

Tâm cận-định này trong phân **tâm niệm-xứ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, và **tâm cận-định** là dục-giới đại-thiện-tâm phân tích theo **danh-pháp tam-giới, sắc-pháp** như sau:

- **Dục-giới đại-thiện-tâm** thuộc về **danh-pháp tam-giới**, và dục-giới đại-thiện-tâm này phát sinh do nương nhờ hadayavatthurūpa: **sắc-pháp** là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về **sắc-pháp**.

Như vậy, **danh-pháp tam-giới** và **sắc-pháp** liên quan với nhau làm **đối-tượng thiên-tuệ**.

*** Phân tích theo ngũ-uẩn**

Tâm cận-định này là **dục-giới đại-thiện-tâm** có 38 **tâm-sở** đồng sinh với tâm này, phân tích theo **ngũ-uẩn** như sau:

- **Dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về thức-uẩn.
- **Thọ tâm-sở** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về tho-uẩn.
- **Tưởng tâm-sở** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về tướng-uẩn.
- **Các tâm-sở còn lại** đồng sinh với **dục-giới đại-thiện-tâm** này thuộc về hành-uẩn.
- **Hadayavatthurūpa**: **Sắc-pháp** là nơi sinh của ý-thức-tâm thuộc về sắc-uẩn.

Ngũ-uẩn này trong phần **pháp niệm-xứ** của **pháp-hành tứ-niệm-xứ** thuộc về **danh-pháp tam-giới, sắc-pháp**.

(Phần thực hành pháp-hành thiên-tuệ, phương pháp thực hành pháp-hành thiên-tuệ trong đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng tương tự như thực hành pháp-hành thiên-tuệ trong đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật đã được trình bày ở phần trước.)

Quả-báu đặc biệt thực hành đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng

Do năng lực của **dục-giới thiện-nghiệp** đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng cho quả-báu hầu hết cũng giống như đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật đã được trình bày ở phần trước.

(Xong đề-mục thiên-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng.)

3.4- *Sīlānussati*: Đề-Mục Thiền-Định Niệm-Niệm Giới Trong Sạch Của Mình

Sīlānussati là đề-mục thiền-định niệm-niệm giới trong sạch của mình. Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định *đề-mục thiền-định sīlānussati: đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình* (giới không bị đứt, không bị thủng, không bị đóm, không bị đứt lan), giữ gìn giới hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn, có niệm tâm-sở đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm có tác-y-giới trong sạch ấy của mình* làm đối-tượng.

Giới không trong sạch và giới trong sạch

Giới của mình không được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn do 4 nguyên nhân:

- Giới bị đứt (*khaṇḍasīla*).
- Giới bị thủng (*chiddasīla*).
- Giới bị đóm (*sabalasīla*).
- Giới bị đứt lan (*kammāsasīla*).

Giới của mình được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn do 4 nguyên nhân:

- Giới không bị đứt (*akhaṇḍasīla*).
- Giới không bị thủng (*achiddasīla*).
- Giới không bị đóm (*asabalasīla*).
- Giới không bị đứt lan (*akammāsasīla*).

1- Thế nào gọi là giới bị đứt (*khaṇḍasīla*) và giới không bị đứt (*akhaṇḍasīla*)?

Nếu hành-giả phạm điều-giới đầu và điều-giới cuối thì gọi là giới bị đứt (*khaṇḍasīla*). Ví như tấm vải dài có phân đầu và phân cuối bị đứt rời ra.

Và nếu hành-giả giữ gìn điều-giới đầu và điều-giới cuối

được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn thì gọi là *giới không bị đứt* (*akhaṇḍasīla*).

Ví dụ: Ngũ-giới có 5 điều-giới.

- Trong ngũ-giới, nếu hành-giả phạm *điều-giới thứ nhất* và *điều-giới thứ năm* thì gọi là *ngũ-giới bị đứt*.

- Và nếu hành-giả giữ gìn *điều-giới thứ nhất* và *điều-giới thứ năm* được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn thì gọi là *ngũ-giới không bị đứt*.

2- *Thế nào gọi là giới bị thủng* (*chiddasīla*) và *giới không bị thủng* (*achiddasīla*)?

- Trong ngũ-giới, ngoại trừ điều-giới đầu (1) và điều-giới cuối (5) ra, nếu hành-giả phạm 1 trong những điều-giới còn lại ở khoảng giữa (2,3,4) thì gọi là *giới bị thủng* (*chiddasīla*). Ví như tâm vãi bị thủng lỗ ở giữa.

- Và nếu hành-giả giữ gìn những điều-giới ở khoảng giữa (2,3,4) được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn thì gọi là *giới không bị thủng* (*achiddasīla*).

3- *Thế nào gọi là giới bị đóm* (*sabalasīla*) và *giới không bị đóm* (*asabalasīla*)?

- Trong ngũ-giới, ngoại trừ điều-giới đầu (1) và điều-giới cuối (5) ra, nếu hành-giả phạm các điều-giới cách khoảng nhau (2 - 4) thì gọi là *giới bị đóm* (*sabalasīla*). Ví như con bò bị đóm từng chấm, từng chấm.

- Và nếu hành-giả giữ gìn những điều-giới cách khoảng nhau (2 - 4) được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn thì gọi là *giới không bị đóm* (*asabalasīla*).

4- *Thế nào gọi là giới bị đứt lan* (*kammāsasīla*) và *giới không bị đứt lan* (*akammāsasīla*)?

- Trong ngũ-giới, ngoại trừ điều-giới đầu (1) và điều-giới cuối (5) ra, nếu hành-giả phạm những điều-giới liền

theo với nhau ở khoảng giữa (2,3) hoặc (3,4) hoặc (2,3,4) thì gọi là *giới bị đứt lan (kammāsasīla)*. Ví như con bò có từng vết vá.

- Và nếu hành-giả giữ gìn những điều-giới ở khoảng giữa (2,3,4) được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn thì gọi là *giới không bị đứt lan (akammāsasīla)*.

(Để hiểu biết rõ giới trong sạch và giới không trong sạch, hành-giả nên xem “Nền-Tảng-Phật-Giáo” quyển III, “Pháp-Hành-Giới” cùng soạn giả, phần “Phân tích 4 tính chất của giới.”)

Phương pháp thực hành đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiên-định với *đề-mục niệm-niệm giới (sīlānussati)* trong sạch của mình. Trước tiên, hành-giả cần phải thực hành 5 điều căn bản như sau:

1- Hành-giả cần phải thực hành, giữ gìn giới của mình cho hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn là giới không bị đứt, giới không bị thủng, giới không bị đốm, giới không bị đứt lan.

2- Hành-giả giữ gìn giới của mình với dục-giới đại-thiện-tâm hoàn toàn trong sạch, không bị nô lệ bởi tham-ái, không mong cầu quả báu nào trong thế gian.

3- Hành-giả thực hành pháp-hành giới là giữ gìn thân và khẩu ở trong các điều-giới của mình một cách nghiêm khắc, cho nên, tự mình không chê trách và chur bậc thiện-trí cũng không chê trách về giới của mình được.

4- Hành-giả thực hành pháp-hành giới là giữ gìn thân và khẩu của mình không phạm điều-giới, giữ gìn các điều-giới hoàn toàn trong sạch, tuy những kẻ thù không hài lòng nhưng chur bậc thiện-trí đều tán dương ca tụng.

5- Hành-giả nên hiểu biết rõ rằng: Giới trong sạch này làm nền tảng, làm nhân-duyên hỗ trợ cho pháp-hành thiên-định đạt đến cận-định (*upacārasamādhī*), an-định (*appanāsamādhī*); giới trong sạch làm nền tảng, làm nhân-duyên hỗ trợ cho pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.

Sau khi đã thực hành 5 điều căn bản, hành-giả là bậc xuất gia hoặc hàng tại gia cận-sự-nam, cận-sự-nữ nên tìm đến một nơi thanh vắng, để thực hành *đề-mục niệm-niệm giới của mình hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn, với parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu bằng dục-giới đại-thiện-tâm niệm rằng:*

“Aho vata me sīlāni akhaṇḍāni acchiddāni asabalāni akammāsāni bhujissāni viññuppasatthāni aparāmatṭhāni samādhisaṃvattanikānī’ti.”⁽¹⁾

- Tốt lành thay! Giới này của ta không bị đứt, không bị thủng, không bị đóm, không bị đứt lan, hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn, thật đáng hài lòng hoan-hỷ!

- Tốt lành thay! Giới này của ta là hoàn toàn trong sạch, thoát khỏi sự nô lệ của tham-ái, chư bậc thiện-trí đều tán dương, khen ngợi.

- Tốt lành thay! Giới này của ta là hoàn toàn trong sạch, không bị ô nhiễm bởi mọi phiền-não nhất là tham-ái, ngã-mạn, tà-kiến không nương nhờ được, nên không có một ai có thể chê trách về giới của ta được.

- Tốt lành thay! Giới này của ta là hoàn toàn trong sạch làm nền tảng, làm nhân-duyên hỗ trợ cho pháp-hành thiên-định, để đạt đến **cận-định, an-định**, hoặc làm nền

¹ Bộ Visuddhimagga, Phần 4- Sīlānussatikathā.

tảng, làm nhân-duyên hỗ trợ cho pháp-hành thiền-tuệ, để chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn ...”

Đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình này là đối-tượng vô cùng sâu sắc rộng lớn. Vì vậy, định-tâm không thể an-định nơi một đối-tượng nào nhất định được, cho nên, *đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình* này chỉ có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamāधि*) mà thôi, không thể đạt đến **an-định** (*appanāsamāधि*), nên không thể chứng đắc bậc thiền sắc-giới nào.

Tâm cận-định trong *đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình* này vẫn còn *dục-giới đại-thiện-tâm*, có *dục-giới thiện-nghiệp*, có tầm quan trọng đặc biệt đối với hành-giả là người biết hổ-thẹn tội-lỗi, biết ghê-sợ tội-lỗi, có đại-thiện-tâm kính trọng các điều-giới, thường thấy tai hại trong lỗi dù nhỏ.

Giới trong sạch này làm nền tảng cho mọi thiện-pháp phát sinh từ *dục-giới thiện-pháp*, *sắc-giới thiện-pháp*, *vô sắc-giới thiện-pháp* cho đến *siêu-tam-giới thiện-pháp*.

(Xong đề-mục niệm-niệm giới trong sạch của mình.)

3.5- Cāgānussati: Đề-Mục Thiền-Định Niệm-Niệm Sự Bỏ-Thí Của Mình

Cāgānussati là *đề-mục thiền-định niệm-niệm sự bỏ-thí của mình*. Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định *đề-mục thiền-định cāgānussati: đề-mục niệm-niệm sự bỏ-thí của mình*, không bị ô nhiễm bởi mọi *phiền-não nhất là tham-ái, ngã-mạn, tà-kiến*, có *niệm tâm-sở* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* có *tác-ý bỏ-thí ấy* làm đối-tượng.

Hành-giả đã từng tạo phước-thiện bố-thí ấy hợp đủ 3 tính chất như sau:

1- **Dhammiyaladdhavatthu**: Vật bố-thí được phát sinh một cách hợp pháp.

2- **Cetanādānasampadā**: Tác-ý (cetanā) có đầy đủ trong 3 thời-kỳ:

- *Pubbacetanā*: Tác-ý tâm-sở đồng sinh với đại-thiện-tâm hoan-hỷ trước khi tạo phước-thiện bố-thí.

- *Muñcacetanā*: Tác-ý tâm-sở đồng sinh với đại-thiện-tâm hoan-hỷ đang khi tạo phước-thiện bố-thí.

- *Aparacetanā*: Tác-ý tâm-sở đồng sinh với đại-thiện-tâm hoan-hỷ sau khi đã tạo phước-thiện bố-thí xong rồi.

3- **Muttacāgī**: Phước-thiện bố-thí thoát khỏi tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải tài sản của mình, không bị ô nhiễm bởi tâm tham-ái (taṇhā), tâm ngã-mạn (māna), tâm tà-kiến (diṭṭhi).

(Để hiểu biết rõ phước-thiện bố-thí, hành-giả nên xem quyển “Tìm hiểu phước-thiện bố-thí” cùng soạn giả.)

Hành-giả có phước-thiện bố-thí hợp đủ 3 đức tính như vậy, có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục niệm-niệm bố-thí của mình*, nên tìm nơi thanh vắng, ngồi suy xét rằng:

- Nếu người có tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải của mình thì không muốn đem của cải ra tạo phước-thiện bố-thí đến cho những người khác, để tạo phước-thiện bố-thí thuộc về của riêng mình.

Họ lại đem của cải ra để tiêu xài phung phí do năng lực của **tâm tham-ái** muốn an-lạc, **tâm ngã-mạn** muốn hơn mọi người, **tâm tà-kiến** chấp thủ, nên thật sự không đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai, chỉ đem lại sự khổ mà thôi.

Còn ta đã chế ngự được tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải, ta vô cùng hoan-hỷ đem của cải tài sản ra tạo phước-thiện bố-thí đến người khác, chúng-sinh khác, ta đã tạo được phước-thiện bố-thí thuộc về của riêng mình một cách trong sạch, chắc chắn sẽ đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai.”

Sau khi suy xét như vậy, hành-giả phát sinh đại-thiện-tâm vô cùng hoan-hỷ trong phước-thiện bố-thí của mình, nên thực hành niệm phước-thiện bố-thí ấy, gọi là **cāgānussati**: *đề-mục niệm-niệm sự bố-thí của mình, với parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm hoan-hỷ niệm rằng:*

“Lābhā vata me! Suladdham vata me!

Yo’ham maccheramalapariyuṭṭhitāya pajāya vigatamaccherena cetasā viharāmi, muttacāgo payatapāṇī vossaggarato yācayogo dānasamvibhāgarato ’ti”⁽¹⁾.

- Tốt lành thay! Ta được lợi. Tốt lành thay! Ta được sinh làm người trong thời đại Phật-giáo.

- Có số người bị ô nhiễm do tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải tài sản của họ. Còn ta đã chế ngự được tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải tài sản, đã thoát khỏi tâm bủn xỉn, keo kiệt ấy, ta có đôi bàn tay sạch sẽ đem của cải tài sản tạo phước-thiện bố-thí mà không hề tiếc rẻ, đã hài lòng hoan-hỷ tạo phước-thiện bố-thí đến các người khác, đem của cải tài sản phân phát đến người khác.

“Suladdham vata me: Tốt lành thay! Ta được sinh làm người trong thời đại Phật-giáo.”

Thật vậy, Đức-Phật dạy rằng:

¹ Bộ Visuddhimagga, Phần 5- Cāgānussatikāthā.

“Manussattabhāvo dullabho ...”

(Được sinh làm kiếp người là một điều khó, ...)

Vậy, ta đã sinh làm kiếp người trong thời đại giáo pháp của Đức-Phật hiện còn đang duy trì trên thế gian, đó là cơ hội tốt hy hữu biết đường nào!

Suy xét như thế nào mà chế ngự được tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải tài sản của mình?

Bậc thiện-trí có trí-tuệ sáng suốt suy xét rằng:

** Đức-Phật dạy: “Kamassako’ mhi” ta có nghiệp là của riêng ta, nghĩa là ta đã tạo thiện-nghiệp nào hoặc bất-thiện-nghiệp (ác-nghiệp) nào, thì nghiệp ấy chỉ là của riêng ta mà thôi. Ta là người thừa hưởng quả của nghiệp ấy trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai.*

Như vậy, chỉ có mọi thiện-nghiệp và mọi ác-nghiệp là của riêng ta mà thôi, ngoài ra, tất cả của cải tài sản trong đời này đều có tính chất của chung cả.

- Nếu người nào có đại-thiện-nghiệp bố-thí nào có cơ hội cho quả thì người ấy có được nhiều của cải tài sản, hưởng sự an-lạc, và duy trì phần của cải tài sản ấy trong thời gian lâu dài hoặc ngăn ngừa tùy thuộc vào quả của đại-thiện-nghiệp bố-thí ấy, cho đến lúc mãn quả của đại-thiện-nghiệp ấy.

- Nếu người nào có ác-nghiệp nào có cơ hội cho quả thì người ấy phải chịu quả khổ trong thời gian lâu hoặc mau tùy thuộc vào quả của ác-nghiệp ấy, cho đến lúc mãn quả của ác-nghiệp ấy.

Bậc thiện-trí tin nơi nghiệp và quả của nghiệp, nên chế ngự được tâm bủn xỉn, keo kiệt trong của cải tài sản của mình, bậc thiện-trí biết sử dụng của cải tài sản có tính chất tạm thời thuộc về của chung mà bậc thiện-trí

đang sở hữu, đem của cải tài sản ấy ra tạo phước-thiện bố-thí đến người khác, tạo đại-thiện-nghiệp bố-thí, để trở thành của riêng của bậc thiện-trí có tính chất lâu dài trong kiếp hiện-tại và vô số kiếp vị-lai của mình.

Hành-giả thực hành đề-mục niệm-niệm sự bố-thí của mình với dục-giới đại-thiện-tâm có đối-tượng là tác-y bố-thí (*cetanādāna*) vô cùng sâu sắc rộng lớn. Vì vậy, định-tâm không thể an-định một đối-tượng nào nhất định được, cho nên, đề-mục niệm-niệm sự bố-thí của mình này chỉ có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamāधि*) mà thôi, không thể đạt đến **an-định** (*appanāsamāधि*), nên không thể chứng đắc bậc thiên sắc-giới nào.

Tâm cận-định trong đề-mục niệm-niệm sự bố-thí của mình này vẫn còn là dục-giới đại-thiện-tâm, có dục-giới thiện-nghiệp bố-thí đặc biệt cho quả báu có nhiều của cải, giàu sang phú quý đối với hành-giả. Cho nên, hành-giả có nhiều thuận lợi thực hành mọi thiện-pháp, nhất là các pháp-hạnh ba-la-mật.

(Xong đề-mục niệm-niệm sự bố-thí của mình.)

3.6- Devatānussati: Đề-Mục Thiên-Định Niệm-Niệm Các Pháp Chư-Thiên Hiện Hữu Nơi Mình

Devatānussati là đề-mục thiên-định niệm-niệm các pháp của chư-thiên hiện hữu nơi mình.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định đề-mục thiên-định *devatānussati*: đề-mục niệm-niệm các pháp của chư-thiên hiện hữu nơi mình, có niệm tâm-sở đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm có các pháp của chư-thiên hiện hữu nơi mình ấy làm đối-tượng.

Hành-giả là người có 5 pháp là:

- **Saddhā**: Đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp.
- **Sīla**: Giới của mình trong sạch và trọn vẹn.
- **Suta**: Đa-văn túc-trí, học nhiều hiểu rộng trong giáo pháp của Đức-Phật.
- **Cāga**: Phước-thiện bố-thí với đại-thiện-tâm trong sạch.
- **Paññā**: Trí-tuệ sáng suốt hiểu biết giáo-pháp của Đức-Phật.

Đó là 5 pháp của chư-thiên hiện hữu nơi mình.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiên-định với đề mục niệm-niệm các pháp của chư-thiên hiện hữu nơi mình, với dục-giới đại-thiện-tâm parikammabhāvanā rằng:

“Santi devā catumahārājikā, santi devā tavatimsā, yamā, tusitā, nimmānaratino, paranimmitavasavattino, santi devā brahmakāyikā, santi devā tatuttari, yathārūpāya saddhāya samannāgatā tā devatā ito cutā tattha upapannā, mayhampi tathārūpā saddhā saṃvijjati, yathārūpena sīlena, yathārūpena sutena, yathārūpena cāgena, yathārūpāya paññāya samannāgatā tā devatā ito cutā tattha upapannā, mayhampi tathārūpā paññā saṃvijjati”⁽¹⁾.

- Chư-thiên trú tại các cõi trời dục-giới: cõi trời Tứ-Đại-Thiên-vương-thiên, cõi trời Tam-thập-tam-thiên, cõi trời Dạ-ma-thiên, cõi trời Đâu-suất-đà-thiên, cõi trời Hóa-lạc-thiên, cõi trời Tha-hóa-tự-tại-thiên.

Và chư Phạm-thiên đã sinh tại tầng trời sắc-giới phạm-thiên tầng thứ nhất do đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm, cho đến tầng trời sắc-giới phạm-thiên tầng thứ 16 tột đỉnh do đệ-tứ-thiên sắc-giới quả-tâm.

¹ Bộ Visuddhimagga, Phần 6- Devatānussatikathā.

- Chư-thiên ở cõi trời dục-giới, chư Phạm-thiên ở tầng trời sắc-giới phạm-thiên đều có đầy đủ **saddhā: đức-tin trong sạch**, sau khi chết, dục-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị thiên-nam hoặc vị thiên-nữ trên cõi trời dục-giới, hoặc sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên như thế nào.

Nay chính ta cũng có **saddhā: đức-tin trong sạch** cũng như thế ấy.

- Chư-thiên ở cõi trời dục-giới, chư Phạm-thiên ở tầng trời sắc-giới phạm-thiên đều có đầy đủ **sīla: giới trong sạch**, ...

- Chư-thiên ở cõi trời dục-giới, chư Phạm-thiên ở tầng trời sắc-giới phạm-thiên đều có đầy đủ **suta: đa văn túc trí trong sạch**, ...

- Chư-thiên ở cõi trời dục-giới, chư Phạm-thiên ở tầng trời sắc-giới phạm-thiên đều có đầy đủ **cāga: phước-thiện bố-thí trong sạch**, ...

- Chư-thiên ở cõi trời dục-giới, chư Phạm-thiên ở tầng trời sắc-giới phạm-thiên đều có đầy đủ **paññā: trí-tuệ sáng suốt hiểu biết các pháp**, sau khi chết, dục-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị thiên-nam hoặc vị thiên-nữ trên cõi trời dục-giới, hoặc sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên như thế nào.

Nay chính ta cũng có **paññā, trí-tuệ sáng suốt hiểu biết các pháp** cũng như thế ấy.”

Hành-giả thực hành **đề-mục niệm-niệm 5 pháp chư-thiên: saddhā, sīla, suta, cāga, paññā** hiện hữu nơi mình với dục-giới đại-thiện-tâm có đối-tượng là 5 pháp chư-

*thiền vô cùng sâu sắc rộng lớn. Vì vậy, định-tâm không thể an-định nơi một đối-tượng nào nhất định được, cho nên, đề-mục niệm-niệm các pháp chư-thiên hiện hữu nơi mình này chỉ có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamādhi*) mà thôi, không thể đạt đến *an-định*, nên không thể chứng đắc bậc thiền sắc-giới nào.*

***Tâm cận-định** trong đề-mục niệm-niệm 5 pháp chư-thiên hiện hữu nơi mình này vẫn còn là dục-giới đại-thiện-tâm, có dục-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trên cõi trời dục-giới.*

(Xong đề-mục niệm-niệm các pháp chư-thiên ...)

3.7- **Upasamānussati: Đề-Mục Thiền-Định Niệm-Niệm Thật-Tánh Tịch-Tịnh Niết-Bàn**

***Upasamānussati** là đề-mục thiền-định niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn.*

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định đề-mục *upasamānussati*: đề-mục niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn, có niệm tâm-sở đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm có thật-tánh Niết-bàn là đối-tượng bên ngoài.

Upasama nghĩa là tịch-tịnh đó là Niết-bàn là pháp tịch-tịnh khỏi mọi phiền-nã và ngũ-uẩn.

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành pháp-hành thiền-định với đề mục *upasamānussati* niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn.

Trong kinh *Dhammacakkappavattanasutta*: Kinh Chuyển-Pháp-Luân, Đức-Phật thuyết dạy tứ Thánh-đế, phần 'Diệt khổ Thánh-đế' đó là Niết-bàn rằng:

“Idaṃ kho pana bhikkhave! dukkhanirodhaṃ ariya-saccaṃ. Yo tassā yeva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo.” ⁽¹⁾

- *Này chư tỳ-khuru! Diệt khổ Thánh-đề là chân-lý mà bậc Thánh-nhân đã chứng ngộ, đó là Niết-bàn là pháp-diệt tận mọi tham-ái không còn dư sót bằng 4 Thánh-đạo-tuệ, xả ly, từ bỏ sự chấp-thủ trong ngũ-uẩn, giải thoát khổ, không còn luyến ái, không còn dính mắc nữa.”*

Niết-bàn thuộc về pháp vô-vi

Đức-Phật dạy rằng:

“Yāvataṃ bhikkhave dhammā saṅkhatā vā asaṅkhatā vā virāgo tesam dhammānaṃ aggamakkhāyati, yadidaṃ madanimmadano pipāsavinayo ālayasamugghāto vaṭṭu-pacchedo taṇhakkhāyo virāgo nirodho nibbānan’ti.” ⁽²⁾

- *Này chư tỳ-khuru! Những thật-tánh pháp nào là các pháp bị cấu tạo do 4 nhân duyên ⁽³⁾ gọi là pháp-hữu-vi, và pháp nào không bị cấu tạo do 4 nhân duyên gọi là pháp-vô-vi; trong các pháp-hữu-vi và các pháp-vô-vi ấy, Như-Lai gọi Niết-bàn, pháp-vô-vi, pháp ly dục là pháp cao thượng nhất.*

Pháp-ly-dục (virāgo) ấy là pháp diệt các tâm say mê, pháp diệt tâm khao khát trong ngũ-dục, là pháp diệt bỏ tâm luyến ái trong ngũ-dục, là pháp cắt đứt tử sinh luân-hồi trong tam-giới, là pháp diệt tận tham-ái, là pháp-ly-dục, là pháp diệt dục, là pháp Niết-bàn.”

Hành-giả thực hành đề-mục upasamānussati niệm-niệm thật-tánh tịch-tĩnh Niết-bàn, nên tìm hiểu rõ 29 đức tính đặc biệt của Niết-Bàn như sau:

¹ Bộ Samyuttanikāya, Mahāvagga, kinh Dhammacakkappavattanasutta.

² Bộ Visuddhimagga, phần 7- Upasamānussatikāthā.

³ 4 nhân duyên là nghiệp, tâm, thời tiết, vật thực.

- 1- *Madanimmadano*: Niết-bàn là pháp diệt các tâm say mê.
- 2- *Pipāsavinayo*: Niết-bàn là pháp hủy diệt tâm khao khát trong ngũ-dục.
- 3- *Ālayasamuggāto*: Niết-bàn là pháp diệt bỏ tâm luyến ái trong ngũ-dục.
- 4- *Vattupacchedo*: Niết-bàn là pháp cắt đứt tử sinh luân-hồi trong tam-giới.
- 5- *Taṇhakkhayo*: Niết-bàn là pháp diệt tận tham-ái.
- 6- *Virāgo*: Niết-bàn là pháp ly dục.
- 7- *Nirodho*: Niết-bàn là pháp diệt dục.
- 8- *Dhuvam*: Niết-bàn là pháp vĩnh cửu.
- 9- *Ajaram*: Niết-bàn là pháp bất lão.
- 10- *Nippapañcam*: Niết-bàn là pháp không trì hoãn tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.
- 11- *Saccam*: Niết-bàn là pháp chân thật.
- 12- *Pāram*: Niết-bàn là pháp bên kia bờ tử sinh luân-hồi tam-giới.
- 13- *Sududdasam*: Niết-bàn là pháp mà người thiếu trí khó chứng ngộ được.
- 14- *Sivam*: Niết-bàn là pháp yên ổn, mát mẻ.
- 15- *Amataṃ*: Niết-bàn là pháp bất tử.
- 16- *Khemam*: Niết-bàn là pháp an tịnh tuyệt đối.
- 17- *Abbhutaṃ*: Niết-bàn là pháp thật phi thường.
- 18- *Anītikam*: Niết-bàn là pháp vô hại.
- 19- *Tāṇam*: Niết-bàn là pháp hộ trì chúng-sinh không rơi vào cảnh khổ tử sinh luân-hồi.
- 20- *Leṇam*: Niết-bàn là pháp ẩn nấu an toàn tuyệt đối.
- 21- *Dīpaṃ*: Niết-bàn là hòn đảo an toàn trong biển khổ luân-hồi trong tam-giới.
- 22- *Visuddhi*: Niết-bàn là pháp thanh-tịnh khỏi mọi phiền-não.

- 23- *Varam*: Niết-bàn là pháp mà chư bậc thiện-trí mong mới.
- 24- *Nipunam*: Niết-bàn là pháp vô cùng vi-tế.
- 25- *Asaṅkhātam*: Niết-bàn là pháp không bị cấu tạo do 4 nhân duyên: nghiệp, tâm, thời tiết, vật thực.
- 26- *Mokkham*: Niết-bàn là pháp thoát khỏi mọi phiền-nã.
- 27- *Setṭham*: Niết-bàn là pháp cao thượng.
- 28- *Anuttaro*: Niết-bàn là pháp vô thượng không gì sánh được.
- 29- *Lokassando*: Niết-bàn là pháp tận cùng của tam-giới.

* Đức tính đặc biệt của Niết-bàn có các pháp khác:

- 1- *Asesavirāganirodho*: Niết-bàn là pháp diệt tham-ái không còn dư sót.
- 2- *Asesabhavanirodho*: Niết-bàn là pháp diệt kiếp tái-sinh không còn dư sót.
- 3- *Cāgo*: Niết-bàn là pháp diệt bỏ mọi tham-ái.
- 4- *Paṭinissaggo*: Niết-bàn là pháp thoát khỏi mọi kiếp.
- 5- *Mutto*: Niết-bàn là pháp giải thoát khỏi mọi phiền-nã.
- 6- *Anālayo*: Niết-bàn là pháp không còn luyến ái.
- 7- *Rāgakkhayo*: Niết-bàn là pháp diệt tâm tham dục.
- 8- *Dosakkhayo*: Niết-bàn là pháp diệt tâm sân.
- 9- *Mohakkhayo*: Niết-bàn là pháp diệt tâm si.
- 10- *Taṇhakkhayo*: Niết-bàn là pháp diệt tham-ái.
- 11- *Anuppādo*: Niết-bàn là pháp diệt ngũ-uẩn.
- 12- *Apavattam*: Niết-bàn là pháp diệt sắc-pháp, danh-pháp.
- 13- *Animittam*: Niết-bàn là pháp không có hiện tượng của các pháp-hữu-vi.
- 14- *Appaṇihitam*: Niết-bàn là pháp không còn tham-ái.
- 15- *Suññatam*: Niết-bàn là pháp không phải ta và của ta.
- 16- *Appaṭisandhi*: Niết-bàn là pháp không tái-sinh.
- 17- *Anuppatti*: Niết-bàn là pháp không còn sinh.
- 18- *Anāyūhanam*: Niết-bàn là pháp không có gắng sức.

- 19- *Ajātaṃ*: Niết-bàn là pháp không sinh.
 20- *Ajaraṃ*: Niết-bàn là pháp không già.
 21- *Abyādhi*: Niết-bàn là pháp không bệnh.
 22- *Agati*: Niết-bàn là pháp không có nơi đến.
 23- *Amataṃ*: Niết-bàn là pháp bất tử.
 24- *Asokaṃ*: Niết-bàn là pháp không sầu não.
 25- *Aparidevaṃ*: Niết-bàn là pháp không than khóc.
 26- *Anupāyāso*: Niết-bàn là pháp không khổ tâm.
 27- *Asaṅkiliṭṭhaṃ*: Niết-bàn là pháp không ô nhiễm.
 28- *Asaṅkhātaṃ*: Niết-bàn là pháp không do nhân
 duyên cấu tạo.
 29- *Nivānaṃ*: Niết-bàn là pháp thoát khỏi mọi pháp
 ràng buộc.
 30- *Santi*: Niết-bàn là pháp vắng lặng mọi sự khổ.

Sau khi hiểu rõ các đức tính đặc biệt của Niết-bàn như vậy, hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định upasamānussati niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn*, nên tìm một nơi thanh vắng, để thực hành *đề-mục niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn* với *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm niệm-niệm thật-tánh Niết-bàn* rằng:

“*Yāvatā bhikkhave dhammā saṅkhatā vā asaṅkhatā vā virāgo tesam dhammānaṃ aggamakkhāyati, yadidaṃ madanimmadano pipāsavinayo ālayasamugghāto vaṭṭu-pacchedo taṇhakkhayo virāgo nirodho nibbānan*”⁽¹⁾.

- *Này chư tỳ-khưu!* Những *thật-tánh pháp* nào là các pháp bị cấu tạo do 4 nhân duyên⁽²⁾ gọi là pháp-hữu-vi, và pháp nào không bị cấu tạo do 4 nhân duyên gọi là pháp-vô-vi. Trong các pháp-hữu-vi và các pháp-vô-vi ấy, *Như-Lai* gọi Niết-bàn, pháp-vô-vi, pháp ly dục là pháp cao thượng nhất.

¹ Bộ Visuddhimagga, phần 7- Upasamānussatikathā.

² 4 nhân duyên là nghiệp, tâm, thời tiết, vật thực.

Pháp ly dục (virāgo) ấy là pháp diệt các tâm say mê, pháp diệt tâm khao khát trong ngũ-dục, là pháp diệt bỏ tâm luyến ái trong ngũ-dục, là pháp cắt đứt tử sinh luân-hồi trong tam-giới, là pháp diệt tận tham-ái, là pháp ly dục, là pháp diệt dục, là pháp Niết-bàn.

Hành-giả thực hành *đề-mục upasamānussati niệm-niệm thật-tánh tịch-tĩnh Niết-bàn*, khi niệm đến ân-đức Niết-bàn nào nên hiểu rõ đến ân-đức Niết-bàn ấy.

Thật ra, hành-giả là *bậc Thánh-nhân* mới có thể hiểu rõ sâu sắc đến các ân-đức Niết-bàn được, bởi vì đã từng chứng ngộ Niết-bàn; còn hành-giả là *hạng phàm-nhân* cũng có thể hiểu được các ân-đức Niết-bàn nhờ *trí-tuệ học do nghe nhiều hiểu rộng (sutamayapaññā)*, nên cũng phát sinh đức-tin trong sạch nơi các ân-đức Niết-bàn ấy.

Đức-Phật dạy:

“*Nibbānaṃ paramaṃ sukhaṃ ...*”⁽¹⁾

- *Niết-bàn là pháp an-lạc tuyệt đối ...*

Niết-bàn là pháp an-lạc tuyệt-đối như thế nào?

Niết-bàn là pháp an-lạc tuyệt-đối, bởi vì Niết-bàn là pháp-vô-vi (asaṅkhatadhamma), nên tất cả pháp-hữu-vi đều không hiện hữu (sabbasaṅkhatavivittatā), hoàn toàn không có khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới (sakala-vaṭṭadukkhābhāvato).

Cho nên, *Niết-bàn là pháp an-lạc tuyệt-đối.*

“*Natthi santiparaṃ sukhaṃ.*”

- *Pháp-an-lạc cao thượng hơn Niết-bàn không có.*

“*Nibbānaṃ paramaṃ vadanti Buddhā.*”

- *Chư Phật-Chánh-Đẳng-Giác thuyết dạy rằng: Niết-bàn là pháp cao thượng bậc nhất.*

¹ Bộ M.M.Kinh Māgaṇḍiyasuttavaṇṇanā, Dhammapadagāthā thứ 203-204.

Đề-mục thiền-định upasamānussati niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn.

Danh từ **upasama** nghĩa là *tịch-tịnh* đó là *Niết-bàn* là pháp tịch-tịnh khỏi mọi phiền-não và ngũ-uẩn. Vì vậy, *Niết-bàn* có **santisukha** là pháp-an-lạc không liên quan đến sự thọ hưởng các đối-tượng nào trong tam-giới cả.

Thọ-lạc (*sukhavedanā*) đồng sinh với tam-giới-tâm thọ hưởng những đối-tượng sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp trong tam-giới gọi là **vedayitasukha**. Còn đối-tượng *Niết-bàn* thuộc về siêu-tam-giới-pháp, không có đối-tượng sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp trong tam-giới, nên gọi là **santisukha**.

Hành-giả là bậc *Thánh-nhân* đã chứng ngộ *Niết-bàn* biết rõ **santisukha**, còn hành-giả là hạng phàm-nhân không thể biết được **santisukha**.

Đề-mục thiền-định upasamānussati niệm-niệm thực-tánh tịch-tịnh Niết-bàn này là đối-tượng vô cùng vi-tế, sâu sắc. Vì vậy, định-tâm không thể an-định nơi một đối-tượng nhất định được, cho nên, *đề-mục niệm-niệm thực-tánh tịch-tịnh Niết-bàn* này chỉ có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamādhi*) mà thôi, không thể đạt đến **an-định** (*appanāsamādhi*), nên không thể chứng đắc bậc thiền sắc-giới nào.

Tâm cận-định trong *đề-mục thiền-định upasamānussati niệm-niệm thật-tánh tịch-tịnh Niết-bàn* này vẫn còn là *dục-giới đại-thiền-tâm*, có *dục-giới đại-thiền-nghiệp*, có tâm quan trọng đặc biệt đối với hành-giả là người đã gieo duyên lành, nhân tốt sâu sắc trong giáo-pháp của Đức-Phật.

(Xong *đề-mục thiền-định upasamānussati*.)

3.8- Maraṇānussati: Đề-Mục Niệm-Niệm Sự Chết

Maraṇānussati: Đề-mục thiên-định niệm-niệm sự chết, sự chết chắc chắn sẽ xảy đến với hành-giả, không thể tránh được.

Đề-mục thiên-định *maraṇānussati* có chi-pháp là niệm tâm-sở (*saticetasika*) đồng sinh với đại-thiện-tâm có đối-tượng *jīvitindriyupacchedamarāṇa*, sự chết do bị cắt đứt sắc-mạng-chủ.

Maraṇa: Sự chết có 4 loại:

1- *Samucchedamarāṇa:* Sự tịch diệt Niết-bàn của chư bậc Thánh A-ra-hán, chấm dứt khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

2- *Khaṇikamarāṇa:* Sát-na-diệt (*bhaṅgakkhaṇa*) của mỗi pháp-hữu-vi sắc-pháp, danh-pháp (sát-na-sinh, sát-na-trụ, sát-na-diệt).

3- *Sammutimarāṇa:* Sự chết do người chế-định như cây chết khô, xe ô tô chết máy giữa đường, v.v ...

4- *Jīvitindriyupacchedamarāṇa:* Sự chết của mỗi kiếp chúng-sinh do sắc-mạng-chủ, danh-mạng-chủ bị cắt đứt.

Trong 4 loại *maraṇa* này, chỉ có *jīvitindriyupacchedamarāṇa* được sử dụng làm đối-tượng đề-mục *maraṇānussati* mà thôi.

Còn *samucchedamarāṇa* chỉ dành riêng cho chư bậc Thánh A-ra-hán mà thôi, không phải chung cho tất cả chúng-sinh.

Khaṇikamarāṇa là sát-na-diệt của mỗi danh-pháp, sắc-pháp quá vi-tế, hành-giả không có khả năng biết được.

Sammutimarāṇa là sự chết không thể làm cho hành-giả phát sinh động tâm.

Vì vậy, 3 loại maraṇa này không thể làm đối-tượng *đề-mục thiền-định maraṇānussati* được.

Jīvitindriyupacchedamarāṇa là maraṇa liên quan đến tất cả mọi người, maraṇa này có 2 loại:

- *Kālamaraṇa*: Chết đúng thời.
- *Akālamaraṇa*: Chết không đúng thời.

* **Kālamaraṇa**: Chết đúng thời có 3 trường hợp:

- *Āyukkhayamarāṇa*: Chết vì hết tuổi thọ.
- *Kammakkhayamarāṇa*: Chết vì mãn nghiệp-hỗ-trợ.
- *Ubhayakkhayamarāṇa*: Chết vì hết tuổi thọ và mãn nghiệp-hỗ-trợ.

* **Akālamaraṇa**: Chết không đúng thời có 1 trường hợp:

- *Upacchedakamarāṇa*: Chết vì nghiệp khác cắt đứt sinh-mạng, như trường hợp chết vì bị tai nạn, v.v...

Chư Phật Chánh-Đẳng-Giác và chư Phật Độc-Giác đều tịch diệt Niết-bàn đúng thời, còn lại tất cả mọi người chết có 4 trường hợp, ví như chiếc đèn dầu bị tắt có 4 trường hợp là:

- 1- Ngọn đèn bị tắt vì hết tim.
- 2- Ngọn đèn bị tắt vì cạn dầu.
- 3- Ngọn đèn bị tắt vì hết tim và cạn dầu.
- 4- Ngọn đèn bị tắt vì gió thổi tắt hoặc đèn bị bể.

Mỗi người chết 1 trong 4 trường hợp như sau:

- Có người chết vì hết tuổi thọ, nhưng chưa mãn nghiệp-hỗ-trợ, ví như ngọn đèn bị tắt vì hết tim, nhưng dầu chưa cạn.

- Có người chết vì mãn nghiệp-hỗ-trợ, nhưng tuổi thọ chưa hết, ví như ngọn đèn bị tắt vì cạn dầu, nhưng tim chưa hết.

- Có người chết vì hết tuổi thọ và mãn nghiệp-hỗ-trợ, ví như ngọn đèn bị tắt vì hết tim và cạn dầu.

- Có người chết vì nghiệp khác cắt đứt sinh-mạng, như chết vì bị tai nạn, nhưng tuổi thọ chưa hết và chưa mãn nghiệp-hỗ-trợ, ví như ngọn đèn bị gió thổi tắt, hoặc bị bể, nhưng tim chưa hết và dầu chưa cạn.

Sau khi học hiểu về sự chết, hành-giả có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục thiên-định maraṇānussati* niệm-niệm sự chết, hành-giả nên hướng tâm đến người đã chết nằm trước mặt, hoặc ở một nơi thanh vắng niệm tưởng đến người đã chết là người đã từng là Đức-vua, đã từng là người có chức trọng quyền cao, hoặc đã từng là đại phú hộ, v.v ... với *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm niệm-niệm thàm trong tâm rằng:

“*Maraṇaṃ me bhavissati, jīvitindriyaṃ upacchijjissati.*”

- Sự chết sẽ xảy đến với ta, sắc-mạng-chủ, danh-mạng-chủ sẽ bị tách rời nhau.

Hoặc **“*Maraṇaṃ me dhavaṃ, jīvitaṃ me adhavaṃ.*”**

- Sự chết đối với ta là điều chắc chắn, còn sinh-mạng của ta là điều không chắc chắn.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định maraṇānussati* niệm-niệm sự chết không phải niệm khơi khơi, hời hợt, mà cần phải có *yonisomanasikāra*: trí-tuệ hiểu biết trong tâm đúng theo sự thật về sự chết như vậy, để phát sinh động tâm (*saṃvega*), mà không dám dễ dãi (thất-niệm), sao lãng mọi thiện-pháp.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định maraṇānussati* niệm-niệm sự chết, nếu không có *yonisomanasikāra* thì sẽ phát sinh những điều bất lợi như sau:

- Nếu tưởng nhớ đến sự chết của người thân yêu thì

phát sinh tâm thương tiếc sâu nã.

- *Nếu tưởng nhớ đến sự chết của kẻ thù thì phát sinh tâm vui mừng hoan-hỷ.*

- *Nếu tưởng nhớ đến sự chết của người không thương không ghét thì phát sinh tâm-xả thân nhiên.*

- *Nếu nghĩ đến sự chết của mình thì phát sinh tâm sợ hãi, không dám thực hành đề-mục thiền-định maraṇā-nussati niệm-niệm sự chết nữa.*

Đó là những điều bất lợi, bởi vì không có *yoniso-manasikāra*.

Vì vậy, hành-giả thực hành đề-mục thiền-định *marāṇā-nussati niệm-niệm sự chết*, cần phải có *yoniso-manasikāra*: trí-tuệ hiểu biết trong tâm đúng theo sự thật về sự chết, chỉ niệm-niệm sự chết mà thôi, không liên quan đến sự chết của người nào cả, để phát sinh động tâm (*saṃvega*).

Hành-giả thực hành niệm-niệm rằng: **“*Sự chết đối với ta là điều chắc chắn, còn sinh-mạng của ta là điều không chắc chắn.*”** Sự chết sẽ xảy đến với ta, ta không thể nào trốn tránh khỏi sự chết được.

Thật vậy, sự chết không chỉ có xảy đến một mình ta, mà còn tất cả chúng-sinh khác cũng đều có sự chết là cuối cùng của mỗi kiếp, không thể nào trốn tránh khỏi sự chết được.

Tất cả chúng-sinh đều có sự chết là điều chắc chắn, tất cả chúng-sinh đã từng chết trải qua vô số kiếp trong thời quá-khứ, đang chết trong thời hiện-tại, và sẽ chết trong thời vị-lai. Chính ta cũng vậy, ta cũng đã từng chết trải qua vô số kiếp trong thời quá-khứ, rồi ta cũng sẽ chết trong thời vị-lai, đó là điều chắc chắn, không thể nào trốn tránh khỏi sự chết được, bởi vì khi mỗi kiếp đã sinh ra, rồi đến sự chết là cuối cùng của mỗi kiếp.

Năm điều không biết

Đối với các hạng phàm-nhân bình thường có 5 điều không thể biết là:

1- *Jīvita*: Sinh-mạng sẽ chết lúc tuổi ấu niên, hoặc trung niên, hoặc lão niên, điều này không thể biết được.

2- *Byādhi*: Sẽ chết do bệnh gì hoặc nguyên nhân gì, điều này cũng không thể biết được.

3- *Kāla*: Sẽ chết vào lúc ban ngày hoặc lúc ban đêm, điều này cũng không thể biết được.

4- *Dehanikkhepana*: Sẽ chết tại trong nhà hoặc ngoài nhà, điều này cũng không thể biết được.

5- *Gati*: Sau khi chết rồi, nghiệp nào cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi nào, điều này cũng không thể biết được.

Đó là 5 điều mà các hạng phàm-nhân bình thường không biết được.

Sinh-mạng con người là điều không chắc chắn. Thật vậy, có người sống với nhau vào buổi sáng, đến buổi chiều, nghe tin người ấy đã chết; hoặc có người sống với nhau vào buổi chiều, đến buổi sáng hôm sau, nghe tin người ấy đã chết.

Kiếp hiện-tại, sinh-mạng con người nương nhờ vào hơi thở vào, hơi thở ra. Nếu có hơi thở ra mà không có hơi thở vào thì kiếp hiện-tại người ấy đã chết rồi, nghiệp liền cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp.

Kiếp kế-tiếp của người nào như thế nào là hoàn toàn tùy thuộc vào *thiện-nghiệp* hoặc *ác-nghiệp* của người ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp, không hề liên quan đến một ai khác cả.

Kiếp sinh tử và kiếp tử sinh của mỗi chúng-sinh là như thế nào?

Kiếp sinh tử: Tất cả chúng-sinh đã ***sinh*** ra rồi ắt phải

có **tử**, đó là sự thật hiển nhiên mà không một ai tránh khỏi được.

Đối với Đức-Phật và chư Thánh A-ra-hán khi **tử** (*chết*) gọi là **tịch diệt Niết-bàn**, đồng thời giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Ngoài Đức-Phật và chư Thánh A-ra-hán ra, còn lại các chúng-sinh phàm nhân khác, sau khi **tử** (*chết*), nghiệp nào (*thiện-nghiệp hoặc ác-nghiệp*) của riêng chúng-sinh ấy có cơ hội cho quả **tái-sinh kiếp kế-tiếp**, thuộc loài chúng-sinh nào, trong cõi nào hoàn toàn tùy thuộc vào *quả của nghiệp ấy*.

Kiếp tử sinh: Nghĩa là *kiếp tử - kiếp sinh*.

* **Kiếp tử** đó là **tử-tâm** (*cuticitta*) là *quả-tâm* cuối cùng của *kiếp hiện-tại* này **diệt**, gọi là **chết**.

* **Kiếp sinh** đó là **tái-sinh-tâm** (*paṭisandhicitta*) là *quả-tâm* bắt đầu của *kiếp mới sinh ra*.

Nếu cứ tiếp tục diễn tiến không ngừng như vậy thì gọi là **kiếp tử sinh luân-hồi** ⁽¹⁾ trong ba giới bốn loài, hoàn toàn tùy thuộc vào **nghiệp và quả của nghiệp** riêng của mỗi chúng-sinh, không hề liên quan đến một ai cả.

Để tìm hiểu sự thật về **tử** và **sinh** như thế nào, hành-giả nên tìm hiểu trong **cận-tử lộ-trình-tâm** (*marañā-sannavāthiccitta*) là *lộ-trình-tâm* giây phút lâm chung, các *tâm sinh rồi diệt liên tục nhau từ kiếp hiện-tại này sang kiếp kế-tiếp* kia cùng trong *cận-tử lộ-trình-tâm*.

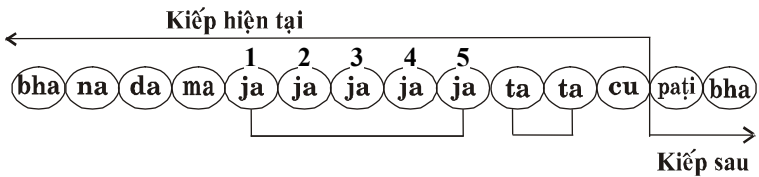
Ví dụ: **Ý-môn cận-tử lộ-trình-tâm** (*manodvāramaraṇā-sannavāthiccitta*) là *lộ-trình-tâm* giây phút lâm chung phát sinh trong ý-môn, sinh rồi diệt theo tuần tự liên tục từ

¹ Để hiểu rõ “tử sinh luân-hồi” nên tìm hiểu quyển “Vòng Tử Sinh Luân-Hồi”, cùng soạn giả.

cuticitta (tử-tâm) quả-tâm cuối cùng của kiếp hiện-tại này **diệt** 1 sát-na-tâm sang **paṭisandhicitta** (tái-sinh-tâm) quả-tâm bắt đầu của kiếp mới **sinh** 1 sát-na-tâm trong ý-môn cận-tử lộ-trình-tâm như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, manodvāravajjanacitta, javanacitta, tadārammaṇacitta, cuticitta, paṭisandhicitta, bhavaṅgacitta, ...*” chấm dứt ý-môn cận-tử-lộ-trình-tâm.

Đồ biểu ý-môn cận-tử lộ-trình-tâm
(Manodvāramaraṇāsannavīthicitta)



Giải thích:

1- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm là quả-tâm có đối-tượng cũ kiếp quá-khứ, theo hộ trì, giữ gìn kiếp hiện-tại này, sinh rồi diệt (viết tắt bha), làm duyên cho tâm tiếp theo.

2- *Bhavaṅgacalana*: Hộ-kiếp-tâm rung động do 1 trong 3 đối-tượng mới là *kamma* hoặc *kammanimitta* hoặc *gatinimitta*, nhưng vẫn còn giữ đối-tượng cũ kiếp quá-khứ, phát sinh 1 sát-na-tâm rồi diệt, (viết tắt na), làm duyên cho tâm tiếp theo.

3- *Bhavaṅgupaccheda*: Hộ-kiếp-tâm có đối-tượng cũ kiếp quá-khứ bị diệt, bởi vì 1 trong 3 đối-tượng mới là *kamma* hoặc *kammanimitta* hoặc *gatinimitta* phát sinh 1 sát-na-tâm rồi diệt (viết tắt da), làm duyên cho tâm tiếp theo.

4- *Manodvāravajjanacitta*: Ý-môn hướng-tâm tiếp nhận 1 trong 3 đối-tượng mới là *kamma*: thiện-nghiệp

hoặc ác-nghiệp, hoặc *kammanimitta*: hiện tượng của thiện-nghiệp hoặc ác-nghiệp, hoặc *gatinimitta*: cõi ác-giới hoặc cõi thiện-giới phát sinh 1 sát-na-tâm rồi diệt, (viết tắt ma), làm duyên cho tâm tiếp theo.

5- *Javanacitta*: Tác-hành-tâm là tâm làm phạm sự tạo nghiệp (thiện-nghiệp hoặc ác-nghiệp) có 1 trong 3 đối-tượng giống như ý-môn hướng-tâm trước, phát sinh chỉ có 5 sát-na-tâm yếu ớt rồi diệt (viết tắt ja), làm duyên cho tâm tiếp theo.

6- *Tadārammaṇacitta*: Tiếp-đối-tượng-tâm là tâm tiếp đối-tượng thừa của tác-hành-tâm, phát sinh 2 sát-na tâm rồi diệt (viết tắt ta), làm duyên cho tâm tiếp theo.

7- *Cuticitta*: Tử-tâm là quả-tâm cuối cùng của kiếp hiện-tại có đối-tượng cũ quá-khứ, làm phạm sự chuyển kiếp (**chết**), chấm dứt kiếp hiện-tại, phát sinh 1 sát-na tâm rồi diệt, (viết tắt cu) làm duyên cho tâm tiếp theo.

8- *Paṭisandhicitta*: Tái-sinh-tâm là quả-tâm làm phạm sự tái-sinh bắt đầu của kiếp kế-tiếp, có 1 trong 3 đối-tượng là *kamma* hoặc *kammanimitta* hoặc *gatinimitta* giống như ý-môn hướng-tâm, phát sinh 1 sát-na-tâm rồi diệt (viết tắt pa), làm duyên cho tâm tiếp theo.

9- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm là quả-tâm có đối-tượng giống như tái-sinh-tâm (kiếp hiện-tại), theo hộ trì, giữ gìn kiếp hiện-tại này, sinh rồi diệt, ... (viết tắt bha), chấm dứt ý-môn cận-tử lộ-trình-tâm.

Theo *maraṅāsannavīthicitta*: Cận-tử lộ-trình-tâm, thì *cuticitta*: tử-tâm đó là quả-tâm cuối cùng của kiếp hiện-tại **diệt**, liền tiếp theo sau *paṭisandhicitta*: tái-sinh-tâm đó là quả-tâm bắt đầu của kiếp kế-tiếp (kiếp sau) **sinh** chỉ có cách nhau 1 sát-na-tâm sinh rồi diệt mà thôi, không có thời gian khoảng cách chờ đợi.

Như vậy, **cuticitta**: *tử-tâm* đó là *quả-tâm* cuối cùng kiếp hiện-tại làm phận sự chuyển kiếp **tử** (*chết*) diệt, liền tiếp theo sau **paṭisandhicitta**: *tái-sinh-tâm* đó là **quả-tâm nào** bắt đầu làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp chỉ có 1 sát-na-tâm sinh rồi diệt, liền tiếp theo sau chính **quả-tâm ấy** trở thành **bhavaṅgacitta**: *hộ-kiếp-tâm* làm phận sự hộ kiếp, bảo hộ giữ gìn kiếp chúng-sinh ấy cho đến khi mãn kiếp, rồi cũng chính **quả-tâm ấy** trở thành **cuticitta**: *tử-tâm* làm phận sự chuyển kiếp **tử** (*chết*) kết thúc kiếp hiện-tại của mỗi chúng-sinh.

Nếu hành-giả hiểu biết rõ về *kiếp hiện-tại tử* và *kiếp kế-tiếp sinh* chỉ có cách nhau 1 *sát-na-tâm* sinh rồi diệt mà thôi, thì hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định niệm-niệm sự chết* (*maraṇānussati*) sẽ không sợ chết, mà lại phát sinh động-tâm (*saṃvega*), nên không dám dễ dãi quên mình sao lãng trong mọi thiện-pháp, cố gắng tinh-tấn trong mọi thiện-pháp theo khả năng của mình.

Đề-mục thiên-định maraṇānussati niệm-niệm sự chết này là đối-tượng vô cùng vi-tế, rộng lớn. Vì vậy, định-tâm không thể an-định nơi một đối-tượng nhất định được, cho nên, *đề-mục thiên-định maraṇānussati niệm-niệm sự chết* này chỉ có khả năng đạt đến **cận-định** (*upacārasamādhī*) mà thôi, không thể đạt đến *an-định* (*appanāsamādhī*), nên không thể chứng đắc bậc thiên sắc-giới nào.

Tâm cận-định trong *đề-mục thiên-định maraṇānussati niệm-niệm sự chết* này vẫn còn là dục-giới đại-thiện-tâm, có dục-giới thiện-nghiệp, có tầm quan trọng đặc biệt đối với hành-giả là người không dám dễ dãi, có trí-tuệ biết mình, cố gắng tinh-tấn trong mọi thiện pháp.

(Xong *đề-mục thiên-định maraṇānussati niệm-niệm sự chết*.)

3.9- Kāyagatāsati: Đề-Mục Thiền-Định Niệm 32 Thể Trọc Trong Thân

Kāyagatāsati: Kāya + gatā + sati

Kāya: Thân nghĩa là gì?

Kāya: Thân nghĩa là nơi tổng hợp 32 thể trọc (trọc).

Kāyagatāsati là niệm theo 32 thể trọc trong thân.

Kāyagatāsati là đề-mục thiền-định niệm theo 32 thể trọc trong thân. Đề-mục kāyagatāsati này còn có tên gọi là dvattimsakāyakammaṭṭhāna: đề-mục thiền-định niệm 32 thể trọc trong thân, hoặc koṭṭhāsakammaṭṭhāna: đề-mục thiền-định niệm 32 phần thể trọc.

Đề-mục thiền-định kāyagatāsati có chi-pháp là satīcetasika: niệm tâm-sở đồng sinh với 8 dục-giới đại-thiện-tâm có đối-tượng là 32 thể trọc.

Đề-mục thiền-định kāyagatāsati này đặc biệt được chú Thánh-nhân tiền bối tán dương ca tụng, bởi vì đề-mục này có khả năng dẫn đến chứng đắc bậc thiền sắc-giới và chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành vô số bậc Thánh-nhân.

32 thể trọc (trọc) là:

1- Kesā: Tóc mọc trên da đầu.

2- Lomā: Lông mọc trên da thân.

3- Nakhā: Móng mọc 10 đầu ngón tay, 10 ngón chân.

4- Dantā: Răng mọc 2 hàm răng trên và dưới.

5- Taco: Da bao bọc toàn thân.

6- Mamsaṃ: Thịt dính với xương.

7- Nahāru: Gân có toàn thân.

8- Aṭṭhi: Xương các bộ phận.

9- Aṭṭhimiñjaṃ: Tủy trong ống xương.

10- Vakkamaṃ: Thận.

- 11- *Hadayaṃ*: Trái tim.
- 12- *Yakanaṃ*: Gan.
- 13- *Kilomakaṃ*: Màng phổi.
- 14- *Pihakaṃ*: Bao tử.
- 15- *Papphāsaṃ*: Buồng phổi.
- 16- *Antaṃ*: Ruột già.
- 17- *Antagunaṃ*: Ruột non.
- 18- *Udariyaṃ*: Vật thực mới.
- 19- *Karīsaṃ*: Phấn.
- 20- *Mattaluṅgaṃ*: Óc (não).
- 21- *Pittaṃ*: Mật.
- 22- *Semhaṃ*: Đàm.
- 23- *Pubbo*: Mủ.
- 24- *Lohitaṃ*: Máu.
- 25- *Sedo*: Mồ hôi.
- 26- *Medo*: Mỡ đặc.
- 27- *Assu*: Nước mắt.
- 28- *Vasā*: Mỡ lỏng.
- 29- *Khelo*: Nước miếng (bọt).
- 30- *Singhāṇikā*: Nước mũi.
- 31- *Lasikā*: Nước nhớt trong các khớp xương.
- 32- *Muttaṃ*: Nước tiểu.

32 thể trọc này gồm có 2 loại dhātu:

- ***Pathavīdhātu***: Địa-đại có 20 thể trọc, kể từ *kesā* cho đến *mattaluṅgaṃ*.

- ***Āpodhātu***: Thủy-đại có 12 thể trọc, kể từ *pittaṃ* cho đến *muttaṃ*.

Phương pháp thực hành đề-mục Kāyagatāsati

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati*, trước hết, hành-giả cần phải thực-hành 2 phận sự đầu tiên là:

- *Uggahakosalla*: Tinh thông trong 7 điều học.
- *Manasikāra*kosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực hành.

*** Uggahakosalla: Tinh thông trong 7 điều học**

- *Vacasā*: Suy xét bằng lời.
- *Manasā*: Suy xét bằng tâm.
- *Vaññato*: Suy xét màu sắc (màu đen, trắng, đỏ).
- *Santhānato*: Suy xét hình dáng.
- *Disāto*: Suy xét nơi sinh (phần trên, giữa, dưới).
- *Okāsato*: Suy xét chỗ ở trong thân.
- *Paricchato*: Suy xét bằng cách quy định giới hạn.

*** Manasikārakosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực hành**

- 1- *Anupubbato*: Suy xét theo tuần tự mỗi thể trợ.
- 2- *Nātisīghato*: Suy xét không nhanh quá.
- 3- *Nātisaṇikato*: Suy xét không chậm quá.
- 4- *Vikkhepappaṭibāhanato*: Định-tâm suy xét mỗi thể trợ theo tuần tự, không để phóng-tâm đến đối-tượng khác.
- 5- *Paññattisamatikkamato*: Suy xét thoát khỏi pháp-chế-định.
- 6- *Anupubbamuñcanato*: Suy xét bỏ thể trợ không hiện rõ màu sắc, hình dáng, nơi sinh, nơi chốn.
- 7- *Appanāto*: Suy xét một thể trợ duy nhất dẫn đến chứng đắc bậc thiền sắc-giới.
- 8- *Adhicittasutta*: Suy xét theo bài kinh *Adhicittasutta*.
- 9- *Sītibhāvasutta*: Suy xét theo bài kinh *Sītibhāvasutta*.
- 10- *Bojjhaṅgakosallasutta*: Suy xét theo bài kinh *Bojjhaṅgakosallasutta*.

1- Giảng giải phạm sự Uggahakosalla

Giảng giải phạm sự *uggahakosalla*: Tinh thông trong 7 điều học đề-mục thiền-định *kāyagatāsati* niệm 32 thể trợ.

1- *Vacasā*: Suy xét bằng lời.

2- *Manasā*: Suy xét bằng tâm.

Trong 7 điều học tinh thông này, điều thứ nhất *vacasā* và điều thứ nhì *manasā* là 2 điều chính, 5 điều còn lại là điều phụ hỗ trợ cho điều *manasā*.

Cho nên, trước tiên hành-giả nên học 32 thể trợ theo lời dạy của Đức-Phật như sau:

“*Atthi imasmim kāye,*

Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam; hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsaṃ; antaṃ, antagaṇaṃ udariraṃ, karīsaṃ, mataluṅgaṃ ⁽¹⁾; *pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo; assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttaṃ.* ⁽²⁾”

Ý nghĩa

“Trong thân này của ta có:

Tóc, lông, móng, răng, da; thịt, gân, xương, tủy, thận; tim, gan, màng phổi, bao tử, buồng phổi; ruột già, ruột non, vật thực mới, phần, óc; mật, đờm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ đặc; nước mắt, mỡ lông, nước miếng, nước mũi, nước nhót, nước tiểu.”

Đề-mục thiên-định *Kāyagatāsati*: Niệm 32 thể trợ này được phân chia ra làm 6 đoạn như sau:

1- *Tacapañcaka* có 5 thể trợ là *kesā, lomā, nakhā, dantā, taco*.

2- *Vakkapañcaka* có 5 thể trợ là *maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam*.

¹ *Mataluṅgaṃ* không có riêng, vì được ghép chung với *aṭṭhimiñjaṃ*. Về sau tách *mataluṅgaṃ* ra đặt sau *karīsaṃ* cho đủ 32 thể trợ.

² Bộ Dī, Mahāvagga-pāli, Mahāsatipatthānasutta, Paṭikūlamanasikārapabba.

3- *Papphāsapañcaka* có 5 thể trợ là *hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam*.

4- *Mattaluṅgapañcaka* có 5 thể trợ là *antaṃ, anta-guṇam, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgam*.

5- *Medachakka* có 6 thể trợ là *pittaṃ, semham, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo*.

6- *Muttachakka* có 6 thể trợ là *assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttam*.

Phương pháp thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati*: Niệm 32 thể trợ này, hành-giả cần phải thực hành niệm bằng lời (*vacasā*) mỗi phần đúng theo phương-pháp một cách thành thạo theo tuần tự, để được thuận lợi cho việc thực hành niệm bằng tâm (*manasā*).

32 thể trợ được phân chia ra làm 6 đoạn, phương pháp thực hành mỗi đoạn có 3 cách, mỗi cách 5 ngày.

- Theo chiều thuận (*anuloma*) suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (*paṭiloma*) suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (*anuloma - paṭiloma*) suốt 5 ngày. Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

1- **Tacapañcaka** có 5 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (*anuloma*): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (*paṭiloma*): *Taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (*anuloma - paṭiloma*): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco - taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

2- **Vakkapañcaka** có 5 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (*anuloma*): *Mamsam, nahāru, atthi, atthimiñjam, vakkam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Vakkam, aṭṭhimiñjam, aṭṭhi, nahāru, maṃsam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Mamsam, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjam, vakkam - vakkam, aṭṭhimiñjam, aṭṭhi, nahāru, maṃsam*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

- **Gom 2 đoạn** (1+2) gồm có 10 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsam, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjam, vakkam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Vakkam, aṭṭhimiñjam, aṭṭhi, nahāru, maṃsam; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsam, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjam, vakkam - vakkam, aṭṭhimiñjam, aṭṭhi, nahāru, maṃsam; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

3- Papphāsapañcaka có 5 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Papphāsam, pīhakam, kilomakam, yakanam, hadayaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam - papphāsam, pīhakam, kilomakam, yakanam, hadayaṃ*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

* **Gom 3 đoạn** (1+2+3) gồm 15 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam; hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Papphāsam, pīhakam, kilomakam, yakanam, hadayaṃ; vakkam, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam; hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam - papphāsam, pīhakam, kilomakam, yakanam, hadayaṃ; vakkam, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

4- Mattaluṅgapañcaka có 5 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Antam, antaṅgaṃ, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antaṅgaṃ, antam*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Antam, antaṅgaṃ, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ - mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antaṅgaṃ, antam*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

* **Gom 4 đoạn** (1+2+3+4) gồm có 20 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkam; hadayaṃ, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam; antam, antaṅgaṃ, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antaguṇaṃ, antaṃ; papphāsaṃ, pīhakaṃ, kilomakaṃ, yakanāṃ, hadayaṃ; vakkāṃ, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkāṃ; hadayaṃ, yakanāṃ, kilomakaṃ, pīhakaṃ, papphāsaṃ; antaṃ, antaguṇaṃ udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ - mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antaguṇaṃ, antaṃ; papphāsaṃ, pīhakaṃ, kilomakaṃ, yakanāṃ, hadayaṃ; vakkāṃ, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

5- **Medachakka** có 6 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Medo, sedo, lohitaṃ, pubbo, semhaṃ, pittaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo - medo, sedo, lohitaṃ, pubbo, semhaṃ, pittaṃ*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

* **Gom 5 đoạn** (1+2+3+4+5) gồm có 26 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkāṃ; hadayaṃ, yakanāṃ, kilomakaṃ, pīhakaṃ, papphāsaṃ; antaṃ, antaguṇaṃ, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ; pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Medo, sedo, lohitaṃ, pubbo, semhaṃ, pittaṃ; mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antagaṇaṃ, antaṃ; papphāsaṃ, pīhakaṃ, kilomakaṃ, yakanāṃ, hadayaṃ; vakkāṃ, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkāṃ; hadayaṃ, yakanāṃ, kilomakaṃ, pīhakaṃ, papphāsaṃ; antaṃ, antagaṇaṃ, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ; pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo – medo, sedo, lohitaṃ, pubbo, semhaṃ, pittaṃ; mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antagaṇaṃ, antaṃ; papphāsaṃ, pīhakaṃ, kilomakaṃ, yakanāṃ, hadayaṃ; vakkāṃ, aṭṭhimiñjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

6- Muttachakka có 6 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttaṃ*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Muttaṃ, lasikā, singhāṇikā, khelo, vasā, assu*, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttaṃ - muttaṃ, lasikā, singhāṇikā, khelo, vasā, assu*, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

* **Gom 6 đoạn** (1+2+3+4+5+6) gồm có 32 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (anuloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkāṃ; hadayaṃ, yakanāṃ, kilomakaṃ, pīhakaṃ, papphāsaṃ; antaṃ, antagaṇaṃ, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ;*

pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo; assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttaṃ, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (paṭiloma): *Muttaṃ, lasikā, singhāṇikā, khelo, vasā, assu; medo, sedo, lohitaṃ, pubbo, semhaṃ, pittaṃ; mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antagaṇaṃ, antaṃ; papphāsaṃ, pīhakaṃ, kilomakaṃ, yakaṇaṃ, hadayaṃ; vakkāṃ, aṭṭhimiṅjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā, suốt 5 ngày.*

- Theo chiều thuận - nghịch (anuloma - paṭiloma): *Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiṅjaṃ, vakkāṃ; hadayaṃ, yakaṇaṃ, kilomakaṃ, pīhakaṃ, papphāsaṃ; antaṃ, antagaṇaṃ, udariraṃ, karīsaṃ, mattaluṅgaṃ; pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo; assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttaṃ, – muttaṃ, lasikā, singhāṇikā, khelo, vasā, assu; medo, sedo, lohitaṃ, pubbo, semhaṃ, pittaṃ; mattaluṅgaṃ, karīsaṃ, udariraṃ, antagaṇaṃ, antaṃ; papphāsaṃ, pīhakaṃ, kilomakaṃ, yakaṇaṃ, hadayaṃ; vakkāṃ, aṭṭhimiṅjaṃ, aṭṭhi, nahāru, maṃsaṃ; taco, dantā, nakhā, lomā, kesā, suốt 5 ngày.*

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày.

Như vậy, *đề-mục thiên-định kāyagatāsati (niệm 32 thể trợ)* được chia ra làm 6 đoạn riêng và 5 đoạn ghép chung đoạn trước và đoạn sau, gom lại thành 11 đoạn, hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati* niệm mỗi đoạn 15 ngày, nên gồm có tất cả 165 ngày hoặc 5 tháng và 15 ngày.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati: Niệm 32 thể trợ theo parikammabhāvanā: tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm niệm 32 thể trợ* bằng ngôn ngữ Pāli (*vacasā*) 6 đoạn, mỗi đoạn đúng theo 3

cách: *theo chiều thuận, theo chiều nghịch, theo chiều thuận - nghịch*, suốt 5 tháng và 15 ngày ⁽¹⁾.

Trong 32 thể trợ ấy, nếu có thể trợ nào phát sinh hiện rõ trong tâm thì khi ấy, hành-giả không còn *tướng sattasaññā ghi nhớ chúng-sinh*, nghĩa là hành-giả không còn nhớ mình là người (đàn ông hoặc đàn bà), mà chỉ có biết thể trợ ấy mà thôi.

Như vậy, hành-giả đã thực hành đúng theo phương pháp của đề-mục thiền-định *kāyagatāsati* (niệm 32 thể trợ) này.

Khi hành-giả thực hành đề-mục thiền-định *kāyagatāsati* (niệm 32 thể trợ) theo *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm niệm 32 thể trợ bằng ngôn ngữ Pāli (*vacasā*) như vậy, suốt 5 tháng và 15 ngày, mà không có thể trợ nào phát sinh hiện rõ trong tâm, vẫn còn *sattasaññā ghi nhớ chúng-sinh hiện hữu như bình thường*, là do không hiểu ý nghĩa sâu sắc của những danh từ Pāli ấy.

Chuyển đổi ngôn ngữ Pāli sang nghĩa tiếng Việt

Nếu hành-giả cảm nhận niệm 32 thể trợ bằng ngôn ngữ Pāli không thích hợp, thì hành-giả có thể niệm 32 thể trợ bằng ngôn ngữ nghĩa tiếng Việt của mình cũng được, bởi vì phương pháp thực hành đề-mục thiền-định *kāyagatāsati*: Niệm 32 thể trợ này cốt yếu cho **một thể trợ nào** phát sinh hiện rõ trong tâm, để diệt tướng *sattasaññā ghi nhớ chúng-sinh*.

Hành-giả thực hành đề-mục thiền-định *kāyagatāsati*: Niệm 32 thể trợ này cốt yếu diệt **subhasaññā** tưởng-đảo-điên cho rằng thân này là xinh đẹp, nhưng sự thật thân này là đầy ô trợ.

¹ Trình bày theo Bộ *Sammohavinodanī atthakathāpāli*, phần *Satipatthānavibhaṅga*.

Phương pháp thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatā-sati*: Niệm 32 thể trợ bằng ngôn ngữ Pāli như thế nào, khi chuyển sang thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatā-sati*: Niệm 32 thể trợ bằng ngôn ngữ nghĩa tiếng Việt cũng như thế ấy, mọi cách thức hoàn toàn không thay đổi. Ví dụ:

* **Tacapañcaka** có 5 thể trợ theo 3 cách thức:

- Theo chiều thuận (*anuloma*): Tóc, lông, móng, răng, da, suốt 5 ngày.

- Theo chiều nghịch (*paṭiloma*): Da, răng, móng, lông, tóc, suốt 5 ngày.

- Theo chiều thuận - nghịch (*anuloma - paṭiloma*): Tóc, lông, móng, răng, da - da, răng, móng, lông, tóc, suốt 5 ngày.

Theo 3 cách thức gồm có 15 ngày, v.v...

Các đoạn còn lại cũng chuyển đổi sang ngôn ngữ nghĩa tiếng Việt giống như vậy.

Quy định thời gian 5 tháng và 15 ngày

Có 3 hạng hành-giả thực hành *đề-mục kāyagatā-sati*: Niệm 32 thể trợ.

1- **Tikkhapuggala**: Hành-giả là hạng người có đủ tam nhân (*tihetukapuggala*) có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy, có ba-la-mật đầy đủ trọn vẹn, có đủ 5 pháp-chủ có năng lực bậc cao: tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ, khi nghe vị Thiên-sur chỉ dạy đoạn thứ nhất rằng: “*Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco, ...*” theo cách thức *anuloma*, *paṭiloma*, *anuloma-paṭiloma*, hành-giả ấy thực hành theo liền thấy rõ, biết rõ thật-tánh của thân là sắc-pháp, dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán.

Như vậy, hành-giả thuộc về hạng người tikkhapuggala trở thành *bậc Thánh A-ra-hán trước thời gian quy định 5 tháng 15 ngày*.

2- *Majjhimapuggala*: Hành-giả là hạng người có đủ tam-nhân (tihatukapuggala) có trí-tuệ bậc trung, có ba-la-mật đầy đủ trọn vẹn, có đủ 5 pháp-chủ có năng lực bậc trung: tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ, khi nghe vị Thiên sư chỉ dạy 32 thể trợ được chia ra làm 6 đoạn riêng và 5 đoạn ghép chung đoạn trước và đoạn sau, gom lại thành 11 đoạn.

Thực hành niệm mỗi đoạn theo 3 cách thức gồm có 15 ngày nhân với 11 đoạn gồm có tất cả 165 ngày hoặc 5 tháng và 15 ngày, hành-giả có khả năng chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán*.

Như vậy, hành-giả thuộc về hạng người majjhimapuggala trở thành *bậc Thánh A-ra-hán theo thời gian quy định 5 tháng 15 ngày*.

3- *Mandapuggala*: Hành-giả là hạng người có đủ tam nhân (tihatukapuggala) có trí-tuệ bậc thường, có ba-la-mật đầy đủ trọn vẹn, có 5 pháp-chủ có năng lực bậc thường: tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ, khi nghe vị Thiên Sư chỉ dạy 32 thể trợ được chia ra làm 6 đoạn riêng và 5 đoạn ghép chung đoạn trước và đoạn sau, gom lại thành 11 đoạn.

Dù thực hành niệm mỗi đoạn theo 3 cách thức gồm có 15 ngày nhân với 11 đoạn gồm có tất cả 165 ngày hoặc 5 tháng và 15 ngày, hành-giả vẫn chưa có khả năng chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, nên hành-giả cần phải thực hành niệm mỗi đoạn như trước, như vậy, lại trải qua 5 tháng và 15 ngày nữa, một hoặc hai lần như vậy mới có khả năng dẫn

đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh-nhân*.

Như vậy, hành-giả thuộc về hạng người *mandapuggala* trở thành *bậc Thánh-nhân* quá thời gian quy định 5 tháng 15 ngày.

Phương pháp thực hành đề-mục *kāyagatāsati*

* **Đối với hành-giả** thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati* (niệm 32 thể trọc), khi bắt đầu niệm bằng lời mỗi đoạn rằng: “*Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco*” hoặc “*tóc, lông, móng, răng, da*”, hành-giả chỉ niệm bằng lời đến tính chất của mỗi thể trọc mà thôi, không nên hướng tâm đến *vaṇṇanimitta*: màu sắc hoặc *paṭikūlanimitta*: tính chất đáng ghê tởm hoặc *dhātunimitta*: tự tánh của mỗi thể trọc.

* **Đối với vị Thiên-sur** dạy *đề-mục thiên-định kāyagatāsati* (niệm 32 thể trọc), không nên hướng dẫn hành-giả hướng tâm đến *vaṇṇanimitta* (màu sắc) hoặc *paṭikūlanimitta* (tính chất đáng ghê tởm) hoặc *dhātunimitta* (tự tánh của mỗi thể trọc), mà chỉ nên hướng dẫn hành-giả niệm bằng lời mỗi đoạn rằng: “*Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco*” hoặc “*tóc, lông, móng, răng, da*”, niệm đến tính chất của mỗi thể trọc mà thôi.

Nếu vị Thiên-sur dạy *đề-mục thiên-định kāyagatāsati* (niệm 32 thể trọc), và chỉ dẫn hành-giả thực hành hướng tâm đến *vaṇṇanimitta* (màu sắc của mỗi thể trọc) thì khi hành-giả thực hành *niệm 32 thể trọc* bằng lời mỗi đoạn đồng thời hướng tâm đến *vaṇṇanimitta* (màu sắc của mỗi thể trọc) nhưng *vaṇṇanimitta* không phát sinh, mà *paṭikūlanimitta* hoặc *dhātunimitta* phát sinh thì hành-giả hiểu lầm rằng: “*Ta thực hành không đúng như vị Thiên-sur đã dạy.*”

Bởi vậy cho nên, vị Thiền sư chỉ nên hướng dẫn hành-giả niệm bằng lời mỗi đoạn rằng: “*Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco, ...*” hoặc “*tóc, lông, móng, răng, da, ...*” niệm đến tính chất của mỗi thể trọc mà thôi. Còn 3 loại *nimitta*: *vaṇṇanimitta*, *paṭikūlanimitta*, *dhātunimitta*, loại *nimitta* nào phát sinh tùy theo năng lực của pháp-hành thiền-định mà hành-giả đã từng thực hành trong tiền-kiếp, do năng lực của 5 pháp-chủ và các pháp-hạnh ba-la-mật của hành-giả.

* Khi hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati*: *Niệm 32 thể trọc*, niệm bằng lời đến tính chất của mỗi thể trọc như vậy, nếu *vaṇṇanimitta*: *màu sắc của thể trọc nào phát sinh*, bởi vì tiền-kiếp của hành-giả đã từng thực hành *đề-mục thiền-định vaṇṇakasiṇa*, nên *vaṇṇanimitta*: *màu trắng hoặc màu đỏ* phát sinh, thì *vaṇṇakammatthāna* là *đề-mục* thích hợp đối với hành-giả.

Vậy, hành-giả nên tiếp tục thực hành *đề-mục thiền-định vaṇṇakammatthāna* ấy dẫn đến chứng đắc 5 *bậc thiền sắc-giới*.

* Khi hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati (niệm 32 thể trọc)*, niệm bằng lời đến tính chất của mỗi thể trọc như vậy, nếu *paṭikūlanimitta*: *tính chất đáng ghê tởm của thể trọc nào phát sinh*, bởi vì tiền-kiếp của hành-giả đã từng thực hành *đề-mục thiền-định paṭikūlamanasikāra*, nên *paṭikūlanimitta* phát sinh, thì *paṭikūlakammatthāna* là *đề-mục thiền-định* thích hợp đối với hành-giả.

Vậy, hành-giả nên tiếp tục thực hành *đề-mục paṭikūlakammatthāna* ấy dẫn đến chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới*.

* Khi hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati (niệm 32 thể trọc)*, niệm bằng lời đến tính chất của mỗi thể trọc như vậy, nếu *dhātunimitta*: *tự tánh của thể trọc địa-đại (pathavī) hoặc thủy-đại (āpo)* nào phát sinh,

bởi vì tiền-kiếp của hành-giả đã từng thực hành *đề-mục thiên-định phân tích tứ-đại (catudhātuvavatthāna)* nên *dhātunimitta (tự tánh của thể trọc)* ấy phát sinh, thì *dhātukammaṭṭhāna* là đề-mục thích hợp đối với hành-giả.

Vậy, hành-giả nên tiếp tục thực hành *đề-mục thiên-định dhātukammaṭṭhāna* ấy đạt đến *cận-định*, chưa chứng đắc bậc thiên sắc-giới nào, bởi vì *đề-mục dhātukammaṭṭhāna* này chỉ có khả năng đạt đến *cận-định (upacārasamādhi)* mà thôi.

Đề-mục kāyagatāsati có ba loại nimitta

Đề-mục thiên-định kāyagatāsati (niệm 32 thể trọc) có thể có 3 loại nimitta là *vaṇṇanimitta, paṭikūlanimitta, dhātunimitta*. Trong 3 loại nimitta này có 2 loại nimitta là *vaṇṇanimitta* và *paṭikūlanimitta* dễ nhận biết, dễ phân biệt, bởi vì 2 loại nimitta này còn là đối-tượng *ché-định-pháp (paññattidhamma)*.

Riêng *dhātunimitta, dhātu* đó là 20 *thể trọc thuộc pathavīdhātu (địa-đại)*, và 12 *thể trọc thuộc āpodhātu (thủy-đại)* thuộc đối-tượng *chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)* rất vi-tế, nên hành-giả khó nhận biết, khó phân biệt được.

Để nhận biết, phân biệt *dhātunimitta, tự tánh của 20 thể trọc pathavīdhātu*, và 12 *thể trọc āpodhātu*, trong khi hành-giả đang thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati: Niệm 32 thể trọc*, đang niệm bằng lời mỗi đoạn như:

“*Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco, ...* hoặc “*tóc, lông, móng, răng, da, ...*”, khi loại *dhātunimitta* phát sinh, thì ***atthapaññatti*** (*hình dáng của thể trọc*) *tóc, lông, móng, răng, da, ... thuộc pathavīdhātu (địa-đại)* không hiện rõ, và tướng *sattasaññā (ghi nhớ chúng-sinh)*, *ta, người, đàn ông, đàn bà, ... không còn nữa, chỉ có thật-tánh của thể trọc pathavīdhātu (địa-đại)* hiện rõ mà thôi.

Khi ấy, hành-giả có trí-tuệ sáng suốt thấy rõ, biết rõ *thật-tánh dhātunimitta*, *tự tánh của thể trọc pathavīdhātu* (địa-đại) rằng: “**Kesā**: Tóc không phải là sợi tóc dài, ngắn mọc trên da đầu nữa, v.v... **kesā**: Tóc không phải ta, không phải của ta. *Thật-tánh của kesā*: Tóc chỉ là địa-đại mà thôi.

Cũng tương tự như vậy, *lomā*: Lông không phải là sợi lông dài, ngắn mọc toàn thân nữa, v.v... *lomā*: Lông không phải ta, không phải của ta. *Thật-tánh của lomā*: Lông chỉ là địa-đại (*pathavīdhātu*) mà thôi...

Hành-giả có trí-tuệ sáng suốt thấy rõ, biết rõ *thật-tánh dhātunimitta*, *tự tánh của thể trọc pathavīdhātu* có 20 loại thể trọc kể từ *kesā*, *lomā*, *lakhā*, *dantā*, *taco*, ... cho đến *mattaluṅgam*; và *tự tánh của thể trọc āpodhātu* có 12 loại thể trọc kể từ *pittam*, *semham*, *pubbo*, ... cho đến *muttam*.

Thật-tánh của 32 thể trọc này đều chỉ là *địa-đại* (*pathavīdhātu*) và *thủy-đại* (*āpodhātu*) mà thôi.

Thực hành pháp-hành thiền-tuệ

Sau khi hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định kāya-gatāsati*: *Niệm 32 thể trọc*, có khả năng chứng đắc đến *appanāsamādhī*: *an-định trong bậc thiền sắc-giới* hoặc đạt đến *upacārasamādhī*: *cận-định trong dục-giới đại-thiện-tâm*.

Hành-giả sử dụng *appanāsamādhī*: *an-định trong bậc thiền sắc-giới* hoặc *upacārasamādhī*: *cận-định trong dục-giới đại-thiện-tâm* làm nền tảng và sử dụng *sắc-giới thiện-tâm* hoặc *dục-giới đại-thiện-tâm* (có *cận-định ấy*) thuộc **danh-pháp** và *bậc thiền sắc-giới-tâm* hoặc *tâm cận-định thuộc dục-giới đại-thiện-tâm* nương nhờ nơi *hadayavathurūpa*: *sắc-pháp là nơi sinh của ý-thức-tâm* thuộc về **sắc-pháp** làm đối-tượng thiền-tuệ, để thực hành *pháp-hành thiền-tuệ*, dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Nhập-lưu Thánh-đạo*, *Nhập-lưu*

Thánh-quả, hoặc *Nhất-lai Thánh-đạo*, *Nhất-lai Thánh-quả*, hoặc *Bất-lai Thánh-đạo*, *Bất-lai Thánh-quả*, hoặc *A-ra-hán Thánh-đạo*, *A-ra-hán Thánh-quả*.

Hành-giả chứng đắc *Thánh-đạo*, *Thánh-quả* bậc nào hoàn toàn tùy thuộc vào các *pháp-hạnh ba-la-mật*, và 5 *pháp-chủ*: *tín pháp-chủ*, *tấn pháp-chủ*, *niệm pháp-chủ*, *định pháp-chủ*, *tuệ pháp-chủ* của hành-giả ấy.

Giảng giải tiếp theo 5 điều Uggahakosalla

Phận sự *uggahakosalla*: *Tinh thông* trong 7 điều học đã giảng giải 2 điều *vacasā*: *suy xét bằng lời* và *manasā*: *suy xét bằng tâm* xong, tiếp theo giảng giải 5 điều còn lại là:

- 3- *Vaṇṇato*: *Suy xét màu sắc (màu đen, trắng, đỏ).*
- 4- *Santhānato*: *Suy xét hình dáng.*
- 5- *Disāto*: *Suy xét nơi sinh (phần trên, giữa, dưới).*
- 6- *Okāsato*: *Suy xét chỗ ở trong thân.*
- 7- *Paricchedato*: *Suy xét bằng cách quy định giới hạn.*

Trong phận sự *uggahakosalla* có 7 điều học *tinh thông*, điều thứ nhất *vacasā*: *suy xét bằng lời* và điều thứ nhì *manasā*: *suy xét bằng tâm*, 2 điều này đóng vai trò chính yếu trong khi đang thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati*, *niệm 32 thể trọc*. Và 5 điều học *tinh thông* còn lại là những điều phụ, hỗ trợ cho điều *manasā*: *suy xét bằng tâm*, *niệm đọc bằng lời đến tính chất của mỗi thể trọc ấy*.

Thật vậy, khi đang thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati*, *niệm 32 thể trọc*, hành-giả thực hành *suy xét bằng tâm*, *niệm đọc bằng lời đến tính chất của mỗi thể trọc* nào, khi ấy, đồng thời biết rõ 5 điều học *tinh thông* còn lại của *thể trọc* ấy như sau:

- 3- *Vaṇṇato*: *Suy xét màu sắc của thể trọc ấy trong thân.*
- 4- *Santhānato*: *Suy xét hình dáng của thể trọc ấy trong thân.*

- 5- *Disāto*: Suy xét nơi sinh của thể trọc ấy trong thân.
 6- *Okāsato*: Suy xét chỗ ở của thể trọc ấy trong thân.
 7- *Paricchedato*: Suy xét bằng cách quy định giới hạn của thể trọc ấy trong thân.

Ví dụ: **Kesā**: Tóc

* *Vañṇato* (Màu sắc của tóc): Tóc có màu đen, hoặc màu trắng, hoặc màu vàng, ...

* *Sanṭhānato* (Hình dáng của tóc): Tóc có hình dáng là sợi nhỏ dài, ngắn.

* *Disāto* (Nơi sinh của tóc): Tóc mọc trên da đầu phần trên của thân.

* *Okāsato* (Chỗ ở của tóc): Tóc nằm bao bọc trên da đầu, bao từ vành trán vòng quanh 2 mép tai ra sau ót.

* *Paricchedato* (Giới hạn của tóc): Gốc tóc mọc sâu vào da đầu, ngọn tóc nằm bên ngoài thân. Mỗi sợi tóc đều mọc riêng rẽ với nhau, v.v...

Trong thân gồm có 32 thể trọc đó là *kesā*, *lomā*, *nakhā*, *dantā*, *taco*, ... cho đến *muttaṃ*. Suy xét đúng theo sự thật thì 32 thể trọc này là *paṭikūlanimitta* có tính chất thật đáng ghê tởm.

Lợi ích của sự thực hành đề-mục Kāyagatāsati

Theo bình thường các hạng *phàm-nhân* còn có *tà-kiến* trong *ngũ-uẩn* (*sakkāyadiṭṭhi*) mỗi khi gặp nhau, thấy sai, hiểu lầm rằng: “*Ta, người, đàn ông, đàn bà, đẹp, không đẹp, v.v...*” nên phát sinh *tâm tham, tâm sân, tâm si, tâm tà-kiến, tâm ngã-mạn, v.v...* là những phiền-não làm cho tâm ô nhiễm.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định kāyagatāsati, niệm 32 thể trọc* bằng lời với trí-tuệ sáng suốt thấy rõ, biết rõ tinh chất của thể trọc, khi ấy *tướng sattasaññā ghi nhớ chúng-sinh, ta, người, đàn ông, đàn bà không*

hiện hữu, mà chỉ biết *thể trọc* ấy hiện hữu mà thôi, nên phát sinh *vaṇṇanimitta*: màu sắc của thể trọc, hoặc *paṭikūlanimitta*: tính chất đáng ghê tởm của thể trọc, hoặc *dhātunimitta*: tự tánh của thể trọc địa-đại, thủy-đại, làm cho *đại-thiền-tâm* trở nên trong sạch, tâm không bị ô nhiễm bởi *phiền-não tham, sân, si, ...*

Đó là nguyên nhân quan trọng hỗ trợ dẫn đến *chứng đắc bậc thiền sắc-giới*, *chứng đắc Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh-nhân*.

Nếu hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati, niệm 32 thể trọc* bằng lời mỗi đoạn đúng theo 3 cách: *theo chiều thuận*, *theo chiều nghịch*, *theo chiều thuận - nghịch*, suốt 5 tháng và 15 ngày, mà chưa phát sinh *vaṇṇanimitta*: màu sắc của thể trọc, hoặc *paṭikūlanimitta*: tính chất đáng ghê tởm của thể trọc, hoặc *dhātunimitta*: tự tánh của thể trọc địa-đại, thủy-đại, thì hành-giả chớ nên thoái chí nản lòng, nên cố gắng tinh-tấn tiếp tục thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati, niệm 32 thể trọc* thường thường, bởi vì chư thiền-sư Trưởng-lão tiền bối (porāṇattherā) khuyên dạy các hàng hậu sinh nên thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati, niệm 32 thể trọc* này chắc chắn sẽ đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài trong kiếp hiện-tại và những kiếp vị-lai, sẽ chứng ngộ chân-lý *tứ Thánh-đế*, sẽ chứng đắc *Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, sẽ trở thành *bậc Thánh-nhân* trong *Phật-giáo*.

Trong Chú-giải dạy rằng: “*Hành-giả thực hành đề-mục thiền-định kāyagatā-sati, niệm 32 thể trọc* này, thực hành theo **uggahakosalla, tinh thông 7 điều học**, đã trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* rất đông.”

Hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatā-sati, niệm 32 thể trọc* này, dù đã hành đúng theo phạm sự thứ

nhất *uggahakosalla*, trong 7 điều học tinh thông mà vẫn chưa chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chưa chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả nào, thì hành-giả nên tiếp tục hành theo phận sự thứ nhì *manasikāra-kosalla*, tinh thông trong 10 điều suy xét thực hành.

2- Manasikāra-kosalla: Tinh thông trong 10 điều suy xét thực hành

1- *Anupubbato*: Suy xét theo tuần tự mỗi thể trợ.

Sau khi đã thực hành 7 điều học tinh thông *uggahakosalla* xong rồi, hành-giả không cần niệm bằng lời (*vacasā*) 32 thể trợ ấy nữa, mà nên suy xét 32 thể trợ ấy theo tuần tự mỗi thể trợ bằng tâm (*manasā*) với 5 điều:

- * *Vaṇṇato*: Suy xét màu sắc (màu đen, trắng, đỏ).
- * *Sanṭhānato*: Suy xét hình dáng.
- * *Disāto*: Suy xét nơi sinh (phần trên, giữa, dưới).
- * *Okāsato*: Suy xét chỗ ở trong thân.
- * *Paricchedato*: Suy xét bằng cách quy định giới hạn.

2- *Nātisīghato*: Suy xét không nhanh quá.

Khi đang suy xét 32 thể trợ ấy theo tuần tự mỗi thể trợ bằng tâm, hành-giả không nên suy xét nhanh quá, nếu suy xét nhanh quá thì *vaṇṇato*, *sanṭhānato*, *disāto*, *okāsato*, *paricchedato* của thể trợ ấy sẽ không hiện rõ.

3- *Nātisaṇikato*: Suy xét không chậm quá.

Khi đang suy xét 32 thể trợ ấy theo tuần tự mỗi thể trợ bằng tâm, hành-giả không nên suy xét chậm quá, nếu suy xét chậm quá thì *vaṇṇato*, *sanṭhānato*, *disāto*, *okāsato*, *paricchedato* của thể trợ ấy sẽ thấy xinh đẹp, làm cho đề-mục thiền-định không tiến triển, không dẫn đến chứng đắc bậc thiền sắc-giới và Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.

4- *Vikkhepappatibāhanato*: Định-tâm suy xét mỗi thể trợ theo tuần tự, không để phóng-tâm đến đối-tượng khác.

Hành-giả thực hành đề-mục *kāyagatāsati*, niệm 32 thể trợ theo tuần tự với định-tâm suy xét mỗi thể trợ một cách rất thận trọng, không để phóng-tâm đến đối-tượng khác.

5- *Paṇṇattisamatikkamato*: Suy xét thoát khỏi pháp-chế-định.

Hành-giả thực hành đề-mục thiền-định *kāyagatāsati*, niệm 32 thể trợ theo tuần tự với định-tâm suy xét *nāmapaññatti*: danh từ chế-định và *saṅghānapaññatti*: hình dáng chế-định, cốt yếu cho *paṭikūlanimitta* phát sinh. Khi *paṭikūlanimitta* đã phát sinh lên rồi, hành-giả không cần suy xét đến *nāmapaññatti*: danh từ chế-định rằng: *kesā*, *lomā*, *nakhā*, *dantā*, *taco*, ... và *saṅghānapaññatti*: hình dáng chế-định hình dáng của mỗi thể trợ ấy nữa.

Hành-giả nên suy xét thoát ra khỏi các chế-định-pháp (*paññattidhamma*).

6- *Anupubbamuñcanato*: Suy xét bỏ thể trợ không hiện rõ màu sắc, hình dáng, nơi sinh, chỗ ở, giới hạn.

Khi suy xét theo chiều thuận từ *kesā*, *lomā*, *nakhā*, *dantā*, *taco*, ... cho đến *muttam*; theo chiều nghịch từ *muttam*, *lasikā*, *singhāṇikā*, *khelo*, *vasā*, *assu*, ... cho đến không *esā*, hành-giả có trí-tuệ sáng suốt quan sát, nếu thấy **thể trợ nào** hoặc **đoạn nào** không hiện rõ *vaṇṇato*, *saṅghānato*, *disāto*, *okāsato*, *paricchato* của thể trợ ấy thì bỏ thể trợ ấy hoặc đoạn ấy, tiếp tục suy xét đến thể trợ khác hoặc đoạn khác hiện rõ.

Trong các thể trợ hiện rõ hoặc các đoạn hiện rõ, hành-giả suy xét thấy thể trợ hoặc đoạn hiện rõ hơn, bỏ thể trợ hoặc đoạn hiện không rõ. Và tiếp tục như vậy, cho đến khi chỉ còn lại 2 thể trợ hiện rõ nhất mà thôi.

Hành-giả suy xét thấy trong 2 *thể trọc* ấy, **thể trọc nào** hiện rõ nhiều nhất, suy xét **thể trọc ấy**, bỏ *thể trọc* hiện rõ ít ấy, bởi vì, sự suy xét thể trọc này khi đến cuối cùng chỉ còn duy nhất **một thể trọc hiện rõ nhiều nhất** mà thôi, không phải cả 32 thể trọc.

7- *Appanāto*: Suy xét một thể trọc duy nhất dẫn đến chứng đắc bậc thiền sắc-giới.

Khi hành-giả suy xét 32 thể trọc, bỏ những thể trọc hiện rõ ít dần dần theo tuần tự cho đến khi cuối cùng chỉ còn duy nhất **một thể trọc hiện rõ nhiều nhất** ấy mà thôi. Tiếp theo hành-giả suy xét **thể trọc** ấy làm đối-tượng thiền định, dẫn đến **chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm** mà không cần suy xét các thể trọc khác nữa.

Sự lợi ích niệm bằng lời 32 thể trọc

Ban đầu thực hành *đề-mục kāyagatāsati*, niệm 32 thể trọc bằng lời trong 6 đoạn, hành-giả có thể nhận được 1 trong 2 sự lợi ích là:

- Trong khi hành-giả đang niệm 32 thể trọc bằng lời trong 6 đoạn, mỗi đoạn theo chiều thuận (*anuloma*), theo chiều nghịch (*paṭiloma*), theo chiều thuận - nghịch (*anuloma - paṭiloma*), **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm** có khả năng phát sinh.

- Nếu đệ-nhất-thiền sắc-giới chưa phát sinh thì hành-giả suy xét thấy trong 32 thể trọc, thể trọc nào hiện rõ nhiều, bỏ những thể trọc hiện rõ ít dần dần theo tuần tự cho đến khi cuối cùng chỉ còn duy nhất **một thể trọc hiện rõ nhiều nhất** mà thôi. Tiếp theo hành-giả suy xét **thể trọc** ấy làm đối-tượng thiền định, dẫn đến **chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm**.

8- *Adhicittasutta*: Suy xét theo bài kinh *Adhicittasutta*.

Thực hành theo bài *kinh Adhicittasutta*, hành-giả cần phải xem xét trong 3 loại nimitta là:

- *Samādhinimitta*: Trạng-thái định-tâm.
- *Paggahanimitta*: Trạng-thái tinh-tần.
- *Upekkhānimitta*: Trạng-thái xả.

Nếu xem xét thấy trạng-thái nào *nhiều quá hoặc ít quá* thì hành-giả cần phải *giảm bớt hoặc tăng thêm*, để cho 3 trạng-thái ấy đồng đều nhau, làm cho *định-tâm* vững chắc trong đối-tượng thiền định ấy.

Trong 3 trạng-thái (nimitta) này:

- Nếu *samādhinimitta*: Trạng-thái định-tâm có nhiều quá thì dễ phát sinh *kosajja*: tâm lười biếng.

- Nếu *paggahanimitta*: Trạng-thái tinh-tần có nhiều quá thì dễ phát sinh *uddhacca*: phóng-tâm.

- Nếu *upekkhānimitta*: Trạng-thái xả có nhiều quá thì không thể chứng đắc bậc thiền sắc-giới, Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được.

Vì vậy, hành-giả không nên quan tâm đặc biệt đến nimitta: Trạng-thái nào nhiều quá, mà sự thật nên quan tâm làm cho cả 3 nimitta: trạng-thái đồng đều nhau, để cho pháp-hành thiền-định được tiến triển, dẫn đến chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

9- *Sītibhāvasutta*: Suy xét theo bài *kinh Sītibhāvasutta*

Thực hành theo bài *kinh Sītibhāvasutta*, hành-giả cần phải thực hành theo 6 pháp, để làm cho chứng ngộ Niết-bàn gọi là *Sītibhāva*: *tĩnh tĩnh lặng*. 6 pháp là:

- *Chế ngự tâm trong lúc nên chế ngự* nghĩa là khi có tinh-tần nhiều quá thì nên chế ngự giảm bớt lại.

- *Nâng đỡ tâm trong lúc nên nâng đỡ* nghĩa là khi tâm buồn-chán, buồn-ngủ, thoái chí nản lòng thì nên nâng đỡ trở nên tinh-tần tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định.

- *Khuyến khích tâm trong lúc nên khuyến khích* nghĩa là khi tâm không hoan-hỷ trong pháp-hành thiên-định thì nên khuyến khích tâm có đức-tin trong pháp-hành.

- *Tâm đang tiến triển tốt trong pháp-hành*, không phóng-tâm, không buồn-chán - buồn-ngủ, không thoái chí nản lòng, nên giữ tâm quân bình.

- *Tâm hướng đến chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả.*

- *Tâm hướng đến chứng ngộ Niết-bàn.*

10- *Bojjhaṅgakoṣallaṣutta: Suy xét theo bài kinh Bojjhaṅgakoṣallaṣutta.*

Thực hành theo bài kinh *Bojjhaṅgakoṣallaṣutta*, hành-giả suy xét thấy khi nào *tâm buồn-chán - buồn-ngủ, thoái chí nản lòng, không có sự tinh-tấn*, khi ấy, hành-giả nên hành *dharmavicayasambojjhaṅga, vīriyasambojjhaṅga, pītisambojjhaṅga*, cả 3 pháp *sambojjhaṅga* này cần được tăng thêm năng lực.

Và suy xét thấy khi nào có *sự tinh-tấn nhiều, nên phát sinh phóng-tâm*, khi ấy, hành-giả nên hành *passasādhisambojjhaṅga, samādhisambojjhaṅga, upekkhāsambojjhaṅga*, cả 3 pháp *sambojjhaṅga* này cần được tăng thêm năng lực.

Tính chất đặc biệt của đề-mục Kāyagatāsati

Trong 40 đề-mục thiên-định, *đề-mục kāyagatāsati: Niệm 32 thể trọc trong thân* được chia ra làm 6 đoạn riêng và 5 đoạn chung gom đoạn trước và đoạn sau, gồm có 11 đoạn cả thầy, hành-giả thực hành niệm bằng lời *mỗi đoạn theo chiều thuận, theo chiều nghịch, theo chiều thuận - nghịch*, gồm có 15 ngày, nhân với 11 đoạn thành 165 ngày hoặc 5 tháng và 15 ngày. Cho nên, *đề-mục Kāyagatāsati: Niệm 32 thể trọc* này là khó học và

phương pháp hành khó hơn các đề-mục thiên-định khác. Song hành-giả thực hành *đề-mục kāyagatāsati: Niệm 32 thể trọc* này, có được quả báu thật đáng hài lòng hoan-hỷ.

Thật vậy, trong bộ Chú-giải Sammohavinodanī aṭṭhakathā tán dương ca tụng về *đề-mục kāyagatāsati* rằng:

“Imaṃ kammaṭṭhānaṃ bhāvetvā Arahattaṃ pattānaṃ bhikkhūnaṃ vā bhikkhunīnaṃ vā upāsakānaṃ vā upāsikānaṃ vā gaṇanaparicchedo nāma natthi.”

“Yo hi imaṃ patipattiṃ paṭipajjati so bhikkhu nāma hoti, paṭipannako hi devo vā manusso vā bhikkhū’ti saṅkhayaṃ gacchatiyeva.” ⁽¹⁾

- *Chư tỳ-khuru, chư tỳ-khuru ni, các cận-sự-nam, các cận-sự-nữ đã thực hành đề-mục thiên-định kāyagatāsati này dẫn đến trở thành bậc Thánh A-ra-hán nhiều không sao kể được.*

Hành-giả nào thực hành đề-mục thiên-định kāyagatāsati này, hành-giả ấy được gọi là “tỳ-khuru” thật sự, dù hành-giả là chư-thiên hoặc nhân-loại cũng được kể là tỳ-khuru cả thảy.

Tính chất đặc biệt của nhóm Tacapañcaka

Nhóm Tacapañcaka đặc biệt làm *đề-mục thiên-định* trong nghi lễ cạo tóc để xuất gia sa-di.

* *Tích Ngài Trưởng-lão Sīvali* ⁽²⁾ được tóm lược như sau:

Trước khi *hoàng-tử Sīvali* ra đời, Ngài đã ở trong lòng *công-chúa Suppavāsā* dòng vua Koliya suốt thời gian 7 năm tròn và 7 ngày ⁽³⁾. Gần tới ngày sinh, công-

¹ Sammohavinodanī aṭṭhakathā, Satipaṭṭhānavibhaṅga, Suttantabhājanīya.

² Tóm lược tích Sīvalittheravatthu, trong Aṅg. aṭṭhakathā, Ekakanipātaṭṭhakathā.

³ Dhammapadaṭṭhakathā, tích Khadiravaniyarevatattheravatthu, công-tử Sīvali ở trong lòng công-chúa Supavāsā suốt thời gian 7 năm 7 tháng 7 ngày.

chúa chịu bao nỗi đau đớn tưởng chừng không qua khỏi, nên công-chúa thưa với phu-quân rằng:

- *Kính thưa phu-quân, trước khi chết, thiếp muốn tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Đức-Phật.*

Kính xin phu-quân đến hầu Đức-Phật rồi bạch rằng: “Kính bạch Đức-Thế-Tôn, Suppavāsā công-chúa dòng Koliya kính thỉnh Ngài ngự đến cung điện để tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường.”

Đức-Thế-Tôn truyền dạy như thế nào, xin phu-quân ghi nhớ, rồi truyền lại cho thiếp rõ.”

Nghe lời thỉnh cầu của công-chúa Suppavāsā, vị phu-quân đến hầu Đức-Phật, rồi bạch theo lời công-chúa.

Đức-Thế-Tôn truyền dạy rằng:

“Suppavāsā Koliyadhītā, sukhinī arogā, arogam puttam vijāyatu.”

- *Mong cho công-chúa Suppavāsā của Đức-vua Koliya được an lành, sinh công-tử ra được an toàn.*

Khi Đức-Phật truyền dạy vừa dứt lời, tại cung điện công-chúa Suppavāsā sinh công-tử một cách dễ dàng như nước chảy ra khỏi bình, giữa số đông người trong hoàng tộc hớn hở vui mừng.

Hoàng-tử phu-quân của công-chúa Suppavāsā về đến cung điện, thấy mọi người trong hoàng tộc hân hoan vui mừng báo tin lành công-tử đã sinh ra đời được an toàn.

Khi ấy phu quân của công-chúa Suppavāsā thăm nghĩ rằng:

“Lời truyền dạy của Đức-Phật thật là huyền diệu!”

Vị phu-quân đến thăm công-chúa, thuật lại lời dạy của Đức-Phật cho công-chúa nghe.

Công-chúa thưa rằng:

- Kính thưa phu-quân, thiếp muốn tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến chư Trưởng-lão tỳ-khuru-Tăng có Đức-Phật chủ trì suốt 7 ngày.

Đức-Phật ngự đến cung điện cùng với chư Trưởng-lão tỳ-khuru-Tăng thọ thực suốt 7 ngày.

Đến ngày thứ 7, Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta hỏi công-tử Sīvali rằng:

- Nay công-tử! Con đã chịu đựng nỗi khổ ở trong lòng mẫu thân lâu như vậy, nay con muốn xuất gia để giải thoát khổ hay không?

Công-tử Sīvali bạch rằng:

- Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, con muốn xuất gia, nếu con được mẫu thân và phụ thân cho phép.

Thấy công-tử bạch chuyện với Ngài Đại-Trưởng-lão, công-chúa Suppavāsā muốn biết, nên đến bạch hỏi Ngài.

- Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, công-tử của con bạch điều gì với Ngài vậy?

- Nay công-chúa! Công-tử của bà bạch về nỗi khổ nằm trong lòng mẫu thân suốt thời gian lâu dài như vậy, nên bạch rằng: “Con muốn xuất gia, nếu mẫu thân và phụ thân cho phép.”

Nghe Ngài Đại-Trưởng-lão nói như vậy, công-chúa Suppavāsā vô cùng hoan-hỷ đồng ý cho phép công-tử đi xuất gia, bà bạch rằng:

- Kính bạch Ngài Đại-Trưởng-lão, kính xin Ngài từ bi tế độ công-tử của con được xuất gia.

Công-tử Sīvali xuất gia

Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta dẫn công-tử trở về chùa. Khi làm lễ cạo tóc, Ngài Đại-Trưởng-lão truyền dạy công-tử Sīvali thực hành đề-mục *tacapañcaka-*

kammaṭṭhāna: *đề-mục thiền-định nhóm tacapañcaka* đó là “*kesā, lomā, nakkhā, dantā, taco, ... - taco, dantā, nakkhā, lomā, kesā, ...*” theo chiều thuận, theo chiều nghịch, theo chiều thuận - nghịch.

Công-tử Sīvali thực hành *đề-mục thiền-định nhóm tacapañcaka* ấy, trong khi đang làm *lẽ cạo tóc* như sau:

- Khi những sợi tóc đầu tiên rơi xuống, công-tử Sīvali chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc *Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh Nhập-lưu*.

- Tiếp theo những sợi tóc thứ hai rơi xuống, công-tử chứng đắc *Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh Nhất-lai*.

- Tiếp theo những sợi tóc thứ ba rơi xuống, công-tử chứng đắc *Bát-lai Thánh-đạo, Bát-lai Thánh-quả, Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh Bát-lai*.

- Tiếp theo những sợi tóc cuối cùng rơi xuống, công-tử chứng đắc *A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn* trở thành *bậc Thánh A-ra-hán*, cùng một lúc với *lẽ cạo tóc* không sau không trước.

Khi ấy, công-tử Sīvali trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* kể từ khi tái-sinh đầu thai vào bụng công-chúa Suppavāsā suốt 7 năm 7 ngày cộng với 7 ngày sinh ra đời, tổng cộng 7 năm 14 ngày (hoặc 7 năm 7 tháng 14 ngày).

* *Tích Ngài Trưởng-lão Dabbatthera* ⁽¹⁾ được tóm lược như sau:

Ngài Trưởng-lão Dabbatthera thật là đặc biệt, khi Ngài tái-sinh đầu thai trong lòng mẹ thuộc hoàng tộc Malla, tại kinh thành Anupiya, nước Malla.

¹ Tóm lược tích Dabbattheravattthu, trong *Ang. aṭṭhakathā, Ekakanipātṭhakathā*.

Khi thai nhi gần đến ngày sinh thì mẹ của Ngài chết, bà con dòng họ đem thi hài ra nghĩa địa, đưa lên giàn hỏa, châm lửa thiêu cháy, lửa bị tắt, cái bụng của thi thể bị nứt làm đôi, Ngài rơi ra bên ngoài, bà con ẵm Ngài trao cho bà nội đem về nuôi dưỡng, đặt tên Ngài là ***Dabbakumāra: Công-tử Dabba.***

Khi Công-tử Dabba lên 7 tuổi, khi ấy Đức-Phật ngự đến nước Malla, cùng với số đông chư Trưởng-lão tỳ-khuru-Tăng, trú tại vườn xoài gần kinh-thành Anupiya.

Nhìn thấy Đức-Phật, *công-tử Dabba* liền phát sinh đức-tin trong sạch muốn xuất gia, nên trở về gặp bà nội thưa rằng:

- *Kính thưa bà nội, cháu muốn xuất gia trong giáo pháp của Đức-Phật. Xin bà nội cho phép cháu xuất gia.*

Nghe cháu xin như vậy, bà nội vô cùng hoan-hỷ bảo:

- *Này cháu yêu quý! Bà đồng ý cho cháu xuất gia.*

Bà dẫn *công-tử Dabba* đến hầu đánh lễ Đức-Phật rồi bạch rằng:

- *Kính bạch Đức-Thế-Tôn, kính xin Ngài có tâm đại bi tế độ cháu của con, cho phép nó xuất gia nơi Ngài.*

Chấp thuận cho *công-tử Dabba* xuất gia, Đức-Phật truyền bảo vị tỳ-khuru làm ***lễ cạo tóc*** cho công-tử Dabba.

Vâng lời dạy của Đức-Phật, vị tỳ-khuru truyền dạy *công-tử Dabba* đề-mục ***tacapañcakakammaññhāna: đề-mục thiên-định nhóm Tacapañcaka*** đó là “***kesā, lomā, nakkhā, dantā, taco - taco, dantā, nakkhā, lomā, kesā, ...***” theo chiều thuận, theo chiều nghịch, theo chiều thuận - nghịch.

Công-tử Dabba thực hành ***đề-mục thiên-định nhóm tacapañcaka*** ấy, trong khi đang làm ***lễ cạo tóc***, công-tử Dabba chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế chứng đắc theo tuần tự từ Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả,

Niết Bàn, Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, Niết-bàn cho đến chứng đắc A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết Bàn, diệt tận mọi tham-ái mọi phiền-não không còn dư sót trở thành *bậc Thánh A-ra-hán cùng 1 một lúc với lễ cạo tóc không trước không sau* lúc lên 7 tuổi.

* *Tích Saṃkiccāsāmaṇeravatthu* ⁽¹⁾ được tóm lược như sau:

Saṃkiccāsāmaṇera: Sa-di Saṃkicca lên 7 tuổi là đệ-tử của Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta.

Ngài tái-sinh đầu thai vào lòng mẹ (con của gia đình khá giả) trong kinh-thành Sāvattthī. Khi thai nhi đang nằm trong bụng mẹ gần ngày sinh, thì mẹ của Ngài bị lâm bệnh chết. Bà con đem thi thể ra nghĩa địa, đưa lên giàn hỏa, châm lửa thiêu các phần khác đều cháy, chỉ còn phần bụng có thai nhi nằm thì lửa bị tắt không cháy mà thôi.

Nhóm thợ thiêu dùng câu móc đem thi thể bỏ vào đồng lửa than hồng, rồi trở về nhà. Thai nhi như thỏi vàng (suvaṇṇabimbasadiso) nằm trên đồng lửa ấy, sinh-mạng an toàn như nằm trong bọc hoa sen.

Thật vậy, kiếp chót của chúng-sinh chưa trở thành bậc Thánh A-ra-hán, dù núi sineru đè cũng không thể chết được.

Sáng ngày hôm sau, bà con đến chỗ giàn hỏa, lửa đều dập tắt, nhìn thấy đứa bé an toàn nằm trong đồng tro tàn.

Thật là phi thường chưa từng có! Đứa bé nằm trên đồng lửa mà không bị chết thiêu! Bà con vào ẵm đứa bé trở về nuôi dưỡng, đặt tên là *Saṃkiccakumāra*: Công-tử Saṃkicca.

¹ Bộ Dhammapadaṭṭhakathā, Tích Saṃkiccāsāmaṇravatthu.

Khi *công-tử Saṃkicca* lên 7 tuổi biết đời sống khôn khổ của mình đã thoát chết như vậy, nên nghĩ rằng:

“Ahaṃ kira evarūpā bhayā mutto, kim me gharāvāsena pabbajissāmi.”

- *Ta đã thoát nạn chết như vậy, ích lợi gì đời sống của người tại gia, tốt nhất ta sẽ xuất gia.*

Sau khi nghĩ như vậy, *công-tử Saṃkicca* vào thưa những người bà con, xin đi xuất gia.

Tất cả bà con đều đồng nói lời *“Sādhu!”* Lành thay!

Những người bà con dẫn *công-tử Saṃkicca* đến đánh lễ Ngài *Đại-Trưởng-lão Sāriputta*, xin Ngài có tâm-từ tế độ cho phép *công-tử Saṃkicca* xuất gia với Ngài.

Ngài *Đại-Trưởng-lão* truyền dạy *công-tử Saṃkicca* đề-mục *tacapañcakakammaṭṭhāna*: đề-mục thiên-định nhóm *Tacapañcaka* đó là *“kesā, lomā, nakkhā, dantā, taco - taco, dantā, nakkhā, lomā, kesā, ...”* theo chiều thuận, theo chiều nghịch, theo chiều thuận - nghịch.

Công-tử Saṃkicca thực hành đề-mục thiên-định nhóm *Tacapañcaka* ấy, trong khi đang làm *lễ cạo tóc* cho đến khi cạo tóc xong, *công-tử Saṃkicca* chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* cùng với *tứ-tuệ-phân-tích (paṭisambhidā)* cùng một lúc, không trước không sau.

Công-tử Saṃkicca trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* lúc Ngài lên 7 tuổi.

Cho nên, nhóm *tacapañcaka* này là đề-mục thiên-định căn bản gốc theo tuyên thống trong nghi *lễ cạo tóc* để xuất gia sa-di từ thời-kỳ Đức-Phật cho đến nay.

Đề-mục Kāyagatāsati trong Phật-giáo

Trong bộ Visuddhimagga dạy rằng: “Đề-mục thiền-định: Niệm 32 thể trọc này chỉ có trong Phật-giáo mà thôi, hoàn toàn không có ngoài Phật-giáo.

Đức-Phật chỉ dạy phương pháp thực hành đề-mục thiền-định kāyagatāsati (niệm 32 thể trọc) này, ngoài Đức-Phật ra, không có vị đạo-sư nào có khả năng chỉ dạy phương pháp thực hành đề-mục thiền-định kāyagatāsati này được.”

Trong Chi-bộ-kinh, Đức-Phật dạy rằng:

“- *Ekadhammo bhikkhave, bhāvito bahulīkato paññāpaṭilābhāya saṃvattati, paññāvuddhiyā saṃvattati, paññāvepullāya saṃvattati, mahāpaññāya saṃvattati, puthupaññatāya saṃvattati, vipulapaññatāya saṃvattati, gambhīrapaññatāya saṃvattati, asāmantapaññatāya saṃvattati, bhūripaññatāya saṃvattati, paññābhāhullāya saṃvattati, sīghapaññatāya saṃvattati, lahupaññatāya saṃvattati, hāsapaññatāya saṃvattati, javanapaññatāya saṃvattati, tikkhapaññatāya saṃvattati, nibbedhika-paññatāya saṃvattati.*

Katamo ekadhammo? Kāyagatā sati.

- *Ayaṃ kho bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato paññāpaṭilābhāya saṃvattati, paññāvuddhiyā saṃvattati, paññāvepullāya saṃvattati, mahāpaññāya saṃvattati, puthupaññatāya saṃvattati, vipulapaññatāya saṃvattati, gambhīrapaññatāya saṃvattati, asāmantapaññatāya saṃvattati, bhūripaññatāya saṃvattati, paññābhāhullāya saṃvattati, sīghapaññatāya saṃvattati, lahupaññatāya saṃvattati, hāsapaññatāya saṃvattati, javanapaññatāya saṃvattati, tikkhapaññatāya saṃvattati, nibbedhika-paññatāya saṃvattati.*”⁽¹⁾

¹ *Āṅuttaranikāya, Ekakanipāta, Kāyagatāsativagga.*

- *Này chư tỳ-khuru! Có một pháp-hành mà hành-giả đã thực hành rồi, đã thường thực hành trở nên thuần-thục, để đạt được các loại trí-tuệ, để phát triển trí-tuệ, để tăng trưởng trí-tuệ, để có đại trí-tuệ, để có trí-tuệ vĩ đại, để có trí-tuệ rộng lớn, để có trí-tuệ sâu sắc, để có trí-tuệ vô song, để có trí-tuệ rộng lớn bao la, để có trí-tuệ nhiều, để có trí-tuệ nhanh nhạy, để có trí-tuệ mau lẹ, để có trí-tuệ hân hoan, để có trí-tuệ tiến triển, để có trí-tuệ sắc bén, để có trí-tuệ thấu suốt.*

Một pháp ấy là pháp gì? Một pháp ấy là “kāyagatāsati”.

- *Này chư tỳ-khuru! Pháp-hành kāyagatāsati này mà hành-giả đã thực hành rồi, đã thực hành nhiều rồi, để đạt được các loại trí-tuệ, để phát triển trí-tuệ, để tăng trưởng trí-tuệ, để có đại trí-tuệ, để có trí-tuệ vĩ đại, để có trí-tuệ rộng lớn, để có trí-tuệ sâu sắc, để có trí-tuệ vô song, để có trí-tuệ rộng lớn bao la, để có trí-tuệ nhiều, để có trí-tuệ nhanh nhạy, để có trí-tuệ mau lẹ, để có trí-tuệ hân hoan, để có trí-tuệ tiến triển, để có trí-tuệ sắc bén, để có trí-tuệ thấu suốt.*

(Xong đề-mục thiền-định Kāyagatāsati.)

3.10- Ānāpānassati: Đề-Mục Thiền-Định Niệm Hơi Thở Vào, Hơi Thở Ra

Ānāpānassati nghĩa là gì?

Ānāpānassati: Āna + apāna + sati

- *Āna*: Hơi thở vào.

- *Apāna*: Hơi thở ra.

- *Sati*: Niệm.

Ānāpānassati là đề-mục niệm hơi thở vào - hơi thở ra có niệm tâm-sở (*saticetasika*) đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm có đối-tượng hơi thở vào - hơi thở ra.

Đề-mục ānāpānassati: Niệm hơi thở vào - hơi thở ra là đề-mục thiền-định mà hành-giả thực hành có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

* Trong Chú-giải Suttantapīṭakapāḷi giải thích rằng:

Āna: Hơi thở vào.

Apāna hoặc pāna: Hơi thở ra.

Đó là cách giải thích theo *pavattikkamanaya: Cách phát sinh theo thứ tự trước sau của hơi thở.*

Theo bình thường, mọi người *thở vào trước, rồi thở ra sau*, nên khi hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định Ānāpānassati (niệm hơi thở vào - hơi thở ra)* theo cách bình thường ấy.

* Trong Chú-giải Vinayapīṭakapāḷi giải thích rằng:

Āna: Hơi thở ra.

Apāna hoặc pāna: Hơi thở vào.

Đó là cách giải thích theo *uppattikkamanaya: Cách phát sinh theo thứ tự hơi thở ra, rồi hơi thở vào của đứa trẻ sơ sinh đầu tiên ra khỏi lòng mẹ.* Đó là theo cách tự nhiên như vậy.

Thai nhi khi đang ở trong bụng mẹ, không có hơi thở của chính mình, được tăng trưởng do nương nhờ hơi thở của mẹ, đến khi trẻ sơ sinh đầu tiên ra khỏi lòng mẹ, theo tự nhiên *thở ra trước, rồi thở vào sau.*

Danh từ “*ānāpāna*” này còn gọi là *assāsapassāsa*.

- *Assāsa: Hơi thở vào.*

- *Passāsa: Hơi thở ra.*

Assāsapassāsa: Hơi thở vào - hơi thở ra.

Phương pháp thực hành đề-mục Ānāpānassati

Hành-giả có ý nguyện muốn thực hành *đề-mục thiền-định ānāpānassati: Niệm hơi thở vào - hơi thở ra.* Trước tiên

hành-giả cần phải tìm đến vị Thiên-sư là người tinh thông về *pháp-học Phật-giáo* và *pháp-hành Phật-giáo*, nhất là có đầy đủ kinh nghiệm về pháp-hành thiền-định đề-mục thiền-định *ānāpānassati*: *Niệm hơi thở vào - hơi thở ra*.

Hành-giả xin được thọ giáo với vị Thiên-sư ấy, để học hỏi hiểu biết rõ 5 *pháp cơ bản* ⁽¹⁾ của *đề-mục thiền-định ānāpānassati* như sau:

1- *Uggaha*: *Học hiểu biết rõ ý nghĩa của đề-mục thiền-định ānāpānassati*.

2- *Paripucchā*: *Học hỏi nghiên cứu rõ ràng phương pháp thực hành*.

3- *Upaṭṭhāna*: *Ghi nhớ 3 nimitta: đối-tượng của đề-mục thiền-định ānāpānassati*.

4- *Appanā*: *Ghi nhớ 5 bậc thiền của đề-mục thiền-định ānāpānassati*.

5- *Lakkhaṇa*: *Ghi nhớ trạng-thái thật-tánh của pháp-hành thiền-định ānāpānassati*.

Phần pháp-học của đề-mục thiền-định Ānāpānassati

Để thực hành *đề-mục thiền-định ānāpānassati*: *Niệm hơi thở vào, hơi thở ra*, hành-giả cần phải học hỏi rành rẽ:

- 5 cách hành trong kinh, phần *ānāpānassati*.
- 4 cách hành thuộc về pháp-hành thiền-định.
- 4 cách hành thuộc về pháp-hành thiền-tuệ.

Trong kinh *Mahāsatiipaṭṭhānasutta*: Kinh Đại-niệm-xứ, Đức-Phật thuyết dạy phần thân niệm-xứ, đối-tượng *Ānāpānapabba* có đoạn rằng:

“Idha bhikkhave, bhikkhu araṇṇagato vā rukkhamūlagato vā suññāgāragato vā nisīdati pallaṅkam

¹ Bộ Visuddhimagga, phần Ānāpānassatikathā.

ābhujitvā ujum kāyaṃ paṇidhāya parimukhaṃ satim upaṭṭhāpetvā.

- 1- *So sato va assasati, sato va passasati:*
- 2- *Dīghaṃ vā assanto dīghaṃ assasāmī'ti pajānati,
Dīghaṃ vā passanto dīghaṃ passasāmī'ti pajānati.*
- 3- *Rassaṃ vā assanto rassaṃ rassasāmī'ti pajānati,
Rassaṃ vā passanto rassaṃ passasāmī'ti pajānati.*
- 4- *Sabbakāyapaṭisaṃvedī assasissāmī'ti sikkhati,
Sabbakāyapaṭisaṃvedī passasissāmī'ti sikkhati,*
- 5- *Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ assasissāmī'ti
sikkhati,
Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ passasissāmī'ti
sikkhati.”*⁽¹⁾

- *Này chư tỳ-khuru! Trong Phật-giáo này, tỳ-khuru đến khu rừng vắng, hoặc đến gốc cây, hoặc đến nơi thanh vắng, ngồi xếp bằng đặt thân hình ngay thẳng, có tâm niệm thẳng đều-mục thiên-định hơi thở vào, hơi thở ra.*

1- *Tỳ-khuru hành-giả ấy chỉ có tâm niệm hơi thở vào mà thôi; chỉ có tâm niệm hơi thở ra mà thôi.*

2- *Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở vào dài, ta thở vào dài.”*

Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở ra dài, ta thở ra dài.”

3- *Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở vào ngắn, ta thở vào ngắn.”*

Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở ra ngắn, ta thở ra ngắn.”

4- *Hành-giả nên thực tập rằng: “Biết rõ đầu, giữa, cuối toàn hơi thở vào, ta sẽ thở vào.”*

¹ Bộ Dīghanikāya, Mahāvagga, kinh Mahāsatipṭṭhānasutta.

Hành-giả nên thực tập rằng: “Biết rõ đầu, giữa, cuối toàn hơi thở ra, ta sẽ thở ra.”

5- Hành-giả nên thực tập rằng: “Làm hơi thở vào, ra thô trở nên thanh-tịnh vi-tế, ta sẽ thở vào.”

Hành-giả nên thực tập rằng: “Làm hơi thở vào, ra thô trở nên thanh-tịnh vi-tế, ta sẽ thở ra.”

Đoạn kinh trên, Đức-Phật dạy 5 pháp căn bản của đề-mục thiền-định *ānāpānassati*.

Pháp thứ nhất là pháp căn bản của *pháp-hành thiền-định đề-mục ānāpānassati*: Niệm hơi thở vào - hơi thở ra.

Pháp thứ 2 cho đến pháp thứ 5 là cách thực tập để tiến triển dần đến chứng đắc bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Hơi thở vào - hơi thở ra phát sinh do tâm. Tâm có khả năng phát sinh *hơi thở vào - hơi thở ra* bình thường gồm có 75 tâm, đó là 12 *bất-thiện-tâm*, 8 *vô-nhân-tâm* (trừ 10 *thức-tâm*), 8 *đại-thiện-tâm*, 8 *đại-quả-tâm*, 8 *đại-duy-tác-tâm*, 15 *sắc-giới-tâm*, 8 *vô-sắc-giới-tâm* (trừ 4 *vô-sắc-giới-quả-tâm*), 8 *siêu-tam-giới-tâm*, và đặc biệt trừ *quả-tâm* khi làm *phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp* của tất cả *chúng-sinh*, khi làm *phận sự cuti*, và *tịch diệt Niết-bàn của bậc Thánh A-ra-hán*.

Pháp thứ nhất: Hành-giả có *niệm tâm-sở (saticetasika)* ghi nhớ khi ***hơi thở vào - hơi thở ra*** tiếp xúc tại ***đầu lỗ mũi***, hoặc ***vành môi trên*** (tùy theo hành-giả nhận biết rõ hơi thở vào, hơi thở ra tại nơi nào).

Hành-giả có *niệm tâm-sở* luôn luôn ghi nhớ, biết rõ đối-tượng *hơi thở vào* và *hơi thở ra* tiếp xúc tại đầu lỗ mũi, hoặc vành môi trên, để cho tâm không biết đến những đối-tượng khác, mà chỉ biết đến đối-tượng *hơi thở vào* và *hơi thở ra* của mình mà thôi.

Đó là cách thực tập *định-tâm (samādhi)* trong đối-tượng *hơi thở vào và hơi thở ra*, bởi vì bình thường tâm nhận biết nhiều đối-tượng khác nhau, nên tâm không có định trong một đối-tượng nào cả.

Tính chất đặc biệt của *đề-mục ānāpānassati: Niệm hơi thở vào - hơi thở ra* là một *đề-mục thiền-định* luôn luôn sẵn có trong mình, không phải vất vả tạo ra đề-mục mới, hoặc tìm kiếm đề-mục bên ngoài như một số đề-mục thiền-định khác.

Trong bộ Visuddhimagga dạy cách thực hành *đề-mục thiền-định Ānāpānassati* rằng:

“*Gaṇanā anubandhanā, phusanā, thāpanā, sallakkhanā. Vivatṭanā pārisuddhi, tesaṅca paṭipassanā.*”⁽¹⁾

- *Cách thực hành gaṇanā, anubandhanā, phusanā, thāpanā, sallakkhanā, vivatṭanā, pārisuddhi, tesaṅca paṭipassanā.*

Giải giải:

* **4 cách thực hành** thuộc về pháp-hành thiền-định:

1- *Gaṇanā: Cách hành niệm đếm hơi thở vào, hơi thở ra theo 6 nhóm.*

2- *Anubandhanā: Cách hành niệm đếm hơi thở vào, hơi thở ra liên tục tuần tự từng nhóm.*

3- *Phusanā: Cách hành biết hơi thở vào, hơi thở ra tiếp xúc đầu lỗ mũi.*

4- *Thāpanā: Cách hành đặt định-tâm vững chắc trong bậc thiền sắc-giới của đề-mục Ānāpānassati.*

* **Bốn cách thực hành** thuộc về pháp-hành thiền-tuệ:

¹ Bộ Visuddhimagga, Anussatikammaṭṭhānaniddeśa, Ānāpānassatikathā.

1- *Sallakkhaṇā*: *Trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ, biết rõ 3 trạng-thái chung.*

2- *Vivattaṇā*: *Trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới chứng đắc Thánh-đạo.*

3- *Pārisuddhi*: *Trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới chứng đắc Thánh-quả.*

4- *Tesaṅca paṭipassanā*: *Trí-tuệ quán-triệt Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-nã đã bị diệt tận, và chưa bị diệt tận.*

Bốn cách thực hành thuộc về pháp-hành thiền-định

1- *Gaṇanānaya*: *Cách hành đếm hơi thở vào, hơi thở ra theo 6 nhóm: Từ nhóm pañcaka cho đến nhóm dasaka.*

- Hành-giả bắt đầu thực hành niệm nhóm thứ nhất: *Hơi thở vào, hơi thở ra đếm 1, 2 cho đến 5.*

- Tiếp theo niệm nhóm thứ nhì: *Hơi thở vào, hơi thở ra đếm 1, 2 cho đến 6.* Và tiếp tục như vậy theo tuần tự đến:

Niệm nhóm thứ sáu: Hơi thở vào, hơi thở ra đếm 1, 2 cho đến 10.

Hành-giả thực hành đếm *hơi thở vào, hơi thở ra* không nên đếm dưới số 5 và cũng không nên đếm quá số 10. Bởi vì nếu hành-giả đếm dưới số 5 thì cảm nhận như chặt vật khó chịu, và nếu hành-giả đếm quá số 10 thì cảm nhận như buông lỏng. Cho nên hành-giả chỉ nên niệm đếm trong khoảng từ 5 cho đến 10 mà thôi.

Gaṇanānaya có 2 loại:

1.1- *Dhaññamāmakagaṇanānaya*: *Cách hành niệm đếm chậm chậm hơi thở vào, hơi thở ra, ví như người đong lúa đếm chậm chậm từng ô (lon) lúa, nghĩa là hành-giả chỉ niệm đếm chậm chậm **hơi thở vào, hơi thở***

ra, để tâm nhận biết rõ ràng mà thôi, không đếm hơi thở mà tâm không nhận biết rõ ràng. Cho nên, hành-giả nên thở vào, thở ra chậm chậm, để cho tâm nhận biết kịp hơi thở và đếm đúng theo cách hành từng mỗi nhóm.

Cách hành tiếp theo là:

1.2- *Gopālakagaṇanānaya*: Cách hành niệm đếm nhanh hơi thở vào, hơi thở ra, ví như người giữ bò đếm nhanh đàn bò chen lấn nhau ra nhanh khỏi cổng chuồng, nghĩa là sau khi hành-giả đã thực hành theo cách hành *Dhaññamāmakagaṇanānaya* đếm rành rẽ từng mỗi hơi thở vào, hơi thở ra, và tâm niệm nhận biết rõ ràng từng hơi thở vào, hơi thở ra theo từng mỗi nhóm, nên tâm không còn bỏ quên hơi thở nào nữa.

Vì vậy, hơi thở vào, hơi thở ra nhanh, tâm niệm nhận biết cũng nhanh theo hơi thở vào, hơi thở ra, và niệm đếm đúng theo từng hơi thở.

2- *Anubandhanānaya*: Cách hành niệm ghi nhớ hơi thở vào, hơi thở ra liên tục trong từng mỗi nhóm hơi thở.

3- *Phusanānaya*: Cách hành biết tiếp xúc hơi thở vào, hơi thở ra tại đầu lỗ mũi theo cách hành *gaṇanānaya* và cách hành *anubandhanānaya*.

(Đây không phải là cách hành riêng biệt, mà là cách hành theo 2 cách hành trước.)

4- *Thapanānaya*: Cách hành đặt định-tâm vững chắc trong đối-tượng *paṭibhāganimitta*, thay thế tâm niệm đếm hơi thở vào, hơi thở ra theo cách hành *anubandhanānaya* và cách hành *phusanānaya*, để chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm của đề-mục thiền-định *ānāpānassati*.

(Đây không phải là cách hành riêng biệt, mà là cách hành theo 2 cách hành trước.)

Phương pháp thực hành đề-mục *ānāpānassati*

Muốn thực hành *đề-mục thiền-định ānāpānassati*: *Niệm hơi thở vào - hơi thở ra*, hành-giả tìm đến nơi thanh vắng thích hợp cho pháp-hành thiền-định, ngồi xếp bằng ngay thẳng ⁽¹⁾, chú tâm niệm *hơi thở vào, hơi thở ra tại đầu lỗ mũi* (hoặc tại vành môi trên), nơi tâm nhận biết hơi thở vào, hơi thở ra rõ ràng nhất.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định ānāpānassati*: *Niệm hơi thở vào - hơi thở ra* theo 5 pháp căn bản trong bài kinh *Mahāsatiṭṭhānasutta*.

Pháp căn bản thứ nhất, Đức-Phật dạy rằng:

1- So sato va assasati, sato va passasati:

- *Tỳ-khuru hành-giả ấy chỉ có tâm niệm hơi thở vào mà thôi, chỉ có tâm niệm hơi thở ra mà thôi.*

Thực hành *đề-mục thiền-định ānāpānassati*: *Niệm hơi thở vào - hơi thở ra*, hành-giả thực hành theo tuần tự 4 cách hành thuộc về pháp-hành thiền-định:

1- Cách thực hành thứ nhất: *Gaṇanāyaya*: *Cách hành niệm đếm hơi thở, niệm đếm từ nhóm thứ nhất pañcaka: nhóm 5, hành-giả thở vào, thở ra niệm đếm 1, tiếp tục thở vào, thở ra niệm đếm 2, 3 cho đến 5.*

Tiếp theo nhóm chakka (nhóm 6), nhóm sattaka (nhóm 7), nhóm aṭṭhaka (nhóm 8), nhóm navaka (nhóm 9), dasaka (nhóm 10), như sau:

1.1- Cách thực hành *Dhaññamāpakagaṇanāya*

Hành-giả thực hành theo cách hành *dhaññamāpaka-gaṇanāya*: *Cách hành niệm đếm chậm chậm hơi thở vào, hơi thở ra từng nhóm, có 6 nhóm: bắt đầu hơi thở*

¹ Nữ hành-giả không nên ngồi bắt chéo 2 chân, nên ngồi để 2 chân sang một bên.

vào, hơi thở ra, ví như người đong lúa đếm chậm chậm từng ô (lon) lúa như sau:

1- Nhóm pañcaka (nhóm 5)

- Hơi thở vào niệm đếm 1, hơi thở ra niệm đếm 1;
- Hơi thở vào niệm đếm 2, hơi thở ra niệm đếm 2;
- Hơi thở vào niệm đếm 3, hơi thở ra niệm đếm 3;
- Hơi thở vào niệm đếm 4, hơi thở ra niệm đếm 4;
- Hơi thở vào niệm đếm 5, hơi thở ra niệm đếm 5.

2- Nhóm chakka (nhóm 6)

- Hơi thở vào niệm đếm 1, hơi thở ra niệm đếm 1;
- Hơi thở vào niệm đếm 2, hơi thở ra niệm đếm 2;
- Hơi thở vào niệm đếm 3, hơi thở ra niệm đếm 3;
- Hơi thở vào niệm đếm 4, hơi thở ra niệm đếm 4;
- Hơi thở vào niệm đếm 5, hơi thở ra niệm đếm 5;
- Hơi thở vào niệm đếm 6, hơi thở ra niệm đếm 6.

3- Nhóm sattaka (nhóm 7)

- Hơi thở vào niệm đếm 1, hơi thở ra niệm đếm 1;
- Hơi thở vào niệm đếm 2, hơi thở ra niệm đếm 2;
- Hơi thở vào niệm đếm 3, hơi thở ra niệm đếm 3;
- Hơi thở vào niệm đếm 4, hơi thở ra niệm đếm 4;
- Hơi thở vào niệm đếm 5, hơi thở ra niệm đếm 5;
- Hơi thở vào niệm đếm 6, hơi thở ra niệm đếm 6;
- Hơi thở vào niệm đếm 7, hơi thở ra niệm đếm 7.

4- Nhóm aṭṭhaka (nhóm 8)

- Hơi thở vào niệm đếm 1, hơi thở ra niệm đếm 1;
- Hơi thở vào niệm đếm 2, hơi thở ra niệm đếm 2;
- Hơi thở vào niệm đếm 3, hơi thở ra niệm đếm 3;
- Hơi thở vào niệm đếm 4, hơi thở ra niệm đếm 4;
- Hơi thở vào niệm đếm 5, hơi thở ra niệm đếm 5;
- Hơi thở vào niệm đếm 6, hơi thở ra niệm đếm 6;
- Hơi thở vào niệm đếm 7, hơi thở ra niệm đếm 7;

- Hơi thở vào niệm đếm 8, hơi thở ra niệm đếm 8.

5- Nhóm navaka (nhóm 9)

- Hơi thở vào niệm đếm 1, hơi thở ra niệm đếm 1;

- Hơi thở vào niệm đếm 2, hơi thở ra niệm đếm 2;

- Hơi thở vào niệm đếm 3, hơi thở ra niệm đếm 3;

- Hơi thở vào niệm đếm 4, hơi thở ra niệm đếm 4;

- Hơi thở vào niệm đếm 5, hơi thở ra niệm đếm 5;

- Hơi thở vào niệm đếm 6, hơi thở ra niệm đếm 6;

- Hơi thở vào niệm đếm 7, hơi thở ra niệm đếm 7;

- Hơi thở vào niệm đếm 8, hơi thở ra niệm đếm 8;

- Hơi thở vào niệm đếm 9, hơi thở ra niệm đếm 9.

6- Nhóm dasaka (nhóm 10)

- Hơi thở vào niệm đếm 1, hơi thở ra niệm đếm 1;

- Hơi thở vào niệm đếm 2, hơi thở ra niệm đếm 2;

- Hơi thở vào niệm đếm 3, hơi thở ra niệm đếm 3;

- Hơi thở vào niệm đếm 4, hơi thở ra niệm đếm 4;

- Hơi thở vào niệm đếm 5, hơi thở ra niệm đếm 5;

- Hơi thở vào niệm đếm 6, hơi thở ra niệm đếm 6;

- Hơi thở vào niệm đếm 7, hơi thở ra niệm đếm 7;

- Hơi thở vào niệm đếm 8, hơi thở ra niệm đếm 8;

- Hơi thở vào niệm đếm 9, hơi thở ra niệm đếm 9;

- Hơi thở vào niệm đếm 10, hơi thở ra niệm đếm 10.

Hành-giả thực hành niệm hơi thở vào, hơi thở ra đếm từ nhóm 5 cho đến nhóm 10, rồi tiếp tục bắt đầu lại từ nhóm 5 cho đến nhóm 10 như vậy, trong suốt thời gian thực hành đề-mục thiên-định *ānāpānassati*: niệm hơi thở vào - hơi thở ra này.

Hành-giả đang thực hành niệm trong tâm hơi thở vào, hơi thở ra theo cách hành *dhaññamāmakagananānaya* niệm đếm chậm chậm hơi thở vào, hơi thở ra, ví như người đong lúa đếm chậm chậm từng ô (lon) lúa, nghĩa

là hành-giả chỉ niệm đếm chậm chậm *hơi thở vào, hơi thở ra* mà tâm nhận biết rõ ràng mà thôi, không đếm hơi thở mà tâm không nhận biết rõ ràng.

Cho nên, phương pháp niệm đếm số như đã trình bày trong 6 nhóm dùng làm mẫu mực của đề-mục thiền-định *ānāpānassati*: niệm hơi thở vào hơi thở ra.

1.2- Cách thực hành *Gopālakagaṇanānaya*

Hành-giả sau khi đã thực hành theo cách hành *dhaññamāmakagaṇanānaya* rành rẽ, thuần-thục, niệm đếm *hơi thở vào, hơi thở ra*, từng mỗi nhóm không còn sai nữa, có định-tâm vững vàng trong đối-tượng hơi thở vào, hơi thở ra nhanh hơn, định-tâm niệm nhận biết cũng nhanh theo đối-tượng *hơi thở vào, hơi thở ra* ấy. Đó là sự tiến triển đến cách hành *Gopālakagaṇanānaya*.

Cách thực hành *gopālakagaṇanānaya* niệm đếm *hơi thở vào, hơi thở ra* hầu hết giống cách hành *dhaññamāmakagaṇanānaya*, nhưng hành-giả niệm đếm *hơi thở vào, hơi thở ra nhanh hơn*, định-tâm niệm nhận biết nhanh trong từng mỗi nhóm *hơi thở vào, hơi thở ra* một cách thuần-thục, không lộn, không sai, có định-tâm vững vàng, rõ ràng trong đối-tượng *hơi thở vào, hơi thở ra* ấy.

2-3- *Anubandhanānaya* và *Phusanānaya*

- ***Anubandhanānaya***: Cách hành niệm ghi nhớ *hơi thở vào, hơi thở ra liên tục trong từng mỗi nhóm hơi thở*.

- ***Phusanānaya***: Cách hành biết tiếp xúc *hơi thở vào, hơi thở ra tại đầu lỗ mũi theo cách hành *gaṇanānaya* và cách hành *anubandhanānaya**.

(Đây không phải là cách hành riêng biệt, mà là cách hành theo 2 cách hành trước.)

Thực hành theo cách hành *anubandhanānaya* và cách

hành phusanānaya này, hành-giả thực hành theo pháp thứ 2 đến pháp thứ 5 là những pháp căn bản trong bài kinh.

Pháp căn bản thứ 2 và 3, Đức-Phật dạy rằng:

2- *Dīghaṃ vā assanto dīghaṃ assasāmī'ti pajānati,*
Dīghaṃ vā passanto dīghaṃ passasāmī'ti pajānati.

- Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở vào dài, ta thở vào dài.”

- Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở ra dài, ta thở ra dài.”

3- *Rassaṃ vā assanto rassaṃ rassasāmī'ti pajānati,*
Rassaṃ vā passanto rassaṃ passasāmī'ti pajānati.

- Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở vào ngắn, ta thở vào ngắn.”

- Hành-giả nên biết rõ rằng: “Khi đang thở ra ngắn, ta thở ra ngắn.”

Bình thường, mọi người có hơi thở khác nhau, số người có *hơi thở vào, hơi thở ra dài* như hơi thở vào, hơi thở ra dài của loài rắn, bò, voi, ... Số người có *hơi thở vào, hơi thở ra ngắn* như hơi thở vào, hơi thở ra ngắn của loài chó, mèo, chim, ...

Dù trong một người, cũng có khi hơi thở vào, hơi thở ra ngắn, khi hơi thở vào, hơi thở ra dài, tùy theo lúc. Cho nên, khi hơi thở vào, hơi thở ra dài thì hành-giả nên biết hơi thở vào, hơi thở ra dài; khi hơi thở vào, hơi thở ra ngắn thì hành-giả nên biết hơi thở vào, hơi thở ra ngắn.

Pháp căn bản thứ 4, Đức-Phật dạy rằng:

4- *Sabbakāyapaṭisaṃvedī assasissāmī'ti sikkhati,*
Sabbakāyapaṭisaṃvedī passasissāmī'ti sikkhati.

* Hành-giả nên thực tập rằng: “Biết rõ toàn hơi thở đầu, giữa, cuối, rồi ta sẽ thở vào.”

* *Hành-giả nên thực tập rằng: “Biết rõ toàn hơi thở đầu, giữa, cuối, rồi ta sẽ thở ra.”*

Sau khi niệm *hơi thở vào, hơi thở ra dài, hơi thở vào, hơi thở ra ngắn*, định-tâm nhận biết rõ ràng mỗi hơi thở vào, hơi thở ra dài, mỗi hơi thở vào, hơi thở ra ngắn tiến triển tốt, từ đó hành-giả nên thực hành đến pháp căn bản thứ tư rằng:

“Biết rõ toàn hơi thở đầu, giữa, cuối, rồi ta sẽ thở vào.”

“Biết rõ toàn hơi thở đầu, giữa, cuối, rồi ta sẽ thở ra.”

Hành-giả nhận biết toàn hơi thở nghĩa là:

- *Khi hơi thở vào: Biết rõ đầu hơi thở tại đầu lỗ mũi, giữa hơi thở tại ngực, cuối hơi thở tại lỗ rún.*

- *Khi hơi thở ra: Biết rõ đầu hơi thở tại lỗ rún, giữa hơi thở tại ngực, cuối hơi thở tại đầu lỗ mũi.*

Dù định-tâm nhận biết *đầu hơi thở, giữa hơi thở, cuối hơi thở* như vậy, hành-giả cũng chỉ đặt **niệm tâm-sở** tại *đầu lỗ mũi* là nơi tiếp xúc của hơi thở vào, hơi thở ra mà thôi, định-tâm không nên đổi theo hơi thở vào, hơi thở ra.

Trong khi hành-giả đang tinh-tấn thực hành liên tục theo *pháp căn bản thứ 2-3-4, hơi thở vào, hơi thở ra từ thô trở nên vi-tế dần dần, bởi vì định-tâm càng vi-tế thì hơi thở vào, hơi thở ra cũng càng vi-tế theo định-tâm ấy, cho nên tiến triển đến pháp căn bản thứ 5 theo trong kinh.*

Pháp căn bản thứ 5, Đức-Phật dạy rằng:

5- *Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ assasissāmi'ti sikkhati,*

Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ passasissāmi'ti

Sikkhati.

- *Hành-giả nên thực tập rằng: “Làm hơi thở vào, hơi thở ra thô trở nên thanh-tịnh vi-tế, rồi ta sẽ thở vào.”*

- *Hành-giả nên thực tập rằng: “Làm hơi thở vào, hơi thở ra thô trở nên thanh-tịnh vi-tế, rồi ta sẽ thở ra.”*

Nếu khi *hơi thở vào, hơi thở ra* trở nên càng vi-tế thì đối với số hành-giả có *niệm tâm-sở, định-tâm, trí-tuệ* nhiều năng lực có thể *nhận biết hơi thở vào, hơi thở ra vi-tế ấy được*, nhưng đối với hành-giả có *niệm tâm-sở, định-tâm, trí-tuệ* không có đủ năng lực, thì không thể *nhận biết hơi thở vào, hơi thở ra vi-tế ấy*, thậm chí không còn biết hơi thở, tưởng chừng hành-giả không có hơi thở nữa.

Nếu không có khả năng nhận biết hơi thở vào, hơi thở ra vi-tế ấy thì hành-giả không nên lo ngại, chỉ cần đặt *niệm tâm-sở* tại nơi đầu lỗ mũi, không lâu, *định-tâm* sẽ nhận biết hơi thở vào, hơi thở ra ấy trở lại như trước.

Sở dĩ *hơi thở vào, hơi thở ra* càng trở nên vi-tế là vì *định-tâm* của hành-giả càng vi-tế, nhưng *niệm tâm-sở, định-tâm, trí-tuệ* của hành-giả không có đủ năng lực, nên không thể *nhận biết hơi thở vào, hơi thở ra vi-tế ấy*.

Thật ra, *hơi thở vào, hơi thở ra phát sinh do tâm* gọi là *cittajarūpa*. Người không có *hơi thở vào, hơi thở ra* chỉ có **8 hạng chúng-sinh** mà thôi, đó là:

- 1- Thai nhi nằm trong bụng mẹ.
- 2- Người lặn xuống nước.
- 3- Người chết ngất xỉu.
- 4- Người chết.
- 5- Hành-giả nhập đệ-ngũ-thiền.
- 6- Phạm-thiên ở cõi trời sắc-giới.
- 7- Phạm-thiên ở cõi trời vô sắc-giới.
- 8- Bậc Thánh A-ra-hán nhập diệt-thọ-tướng.

Ngoài 8 hạng chúng-sinh ấy ra, còn lại tất cả chúng-sinh đều có *hơi thở vào, hơi thở ra* bình thường.

Hành-giả không thuộc về 1 trong 8 hạng chúng-sinh

ấy, chắc chắn có *hơi thở vào, hơi thở ra*, cho nên hành-giả chỉ cần đặt *niệm tâm-sở tại đầu lỗ mũi* mà thôi, định-tâm sẽ nhận biết *hơi thở vào, hơi thở ra* ấy trở lại như trước.

Tính chất đặc biệt của Anubandhanāyaya

Hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định ānāpānassati*: *Niệm hơi thở vào - hơi thở ra* bắt đầu từ *cách hành ganānāyaya* tiến triển đúng đắn dẫn đến *cách hành anubandhanāyaya* và *cách hành phusanāyaya* làm lắng dịu sự nóng nảy trong thân, do định-tâm có khả năng làm cho *hơi thở vào, hơi thở ra loại thô dần dần trở nên vi-tế* theo tuần tự, làm cho thân và tâm có trạng-thái an-tịnh làm nhân dẫn đến cách hành thứ 4 là:

4- **Ṭhapanāyaya**: *Cách hành đặt định-tâm vững chắc trong đối-tượng paṭibhāganimitta, thay thế tâm niệm đếm hơi thở vào, hơi thở ra theo cách hành anubandhanāyaya và cách hành phusanāyaya, để chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm của đề-mục thiền-định ānāpānassati.*

(*Đây không phải là cách hành riêng biệt, mà là cách hành theo 2 cách hành trước.*)

Anubandhanāyaya đến cách hành ṭhapanāyaya

Đề-mục thiền-định ānāpānassati: *Niệm hơi thở vào - hơi thở ra* có đủ **3 loại nimitta**, **3 loại bhāvanā**, **3 loại samādhi** liên quan với nhau, có khả năng dẫn đến chứng đắc theo tuần tự 5 *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Ba loại nimitta, 3 loại bhāvanā, 3 loại samādhi của đề-mục ānāpānassati

Đề-mục thiền-định ānāpānassati có **3 loại nimitta** mà *mỗi loại nimitta* có nhiều loại phát sinh tùy theo hành-giả, hoàn toàn khác với **3 loại nimitta** của *đề-mục thiền-*

định hình tròn kasiṇa, cho nên hành-giả không chỉ cần phải học hỏi, ghi nhớ rõ các loại *nimitta* ấy, mà còn phải gắn gũi thân cận với vị **Thiền sư đầy kinh nghiệm** về đề-mục thiền-định *ānāpānassati* này, để trình pháp-hành của mình, mới tránh được điều hoài-nghi trong pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định *ānāpānassati* này.

Ba loại nimitta

1- **Parikammanimitta**: Đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu là hơi thở vào - hơi thở ra làm đối-tượng của *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định.

2- **Uggahanimitta**: Đối-tượng của đề-mục thiền-định *ānāpānassati*: Niệm hơi thở vào - hơi thở ra hiện rõ trong tâm có nhiều loại như là **dây nước, làn khói, bột bông vải, vòng hoa, ... chuyển động**.

3- **Paṭibhāganimitta**: Đối-tượng của đề-mục thiền-định *ānāpānassati*, hơi thở vào - hơi thở ra hiện rõ trong tâm có nhiều loại như là **mặt trăng, mặt trời, vòng ngọc maṇi, vòng ngọc muddā, ... hoàn toàn trong sáng bất động**.

Ba loại bhāvanā, ba loại samādhi

1- **Parikammabhāvanā**: Tâm-hành ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định.

Hành-giả bắt đầu thực hành pháp-hành thiền-định với các *dục-giới lộ-trình-tâm* có *tác-hành-tâm* (*javanacitta*) *dục-giới đại-thiện-tâm* có *đối-tượng parikammanimitta*: đề-mục thiền-định ban đầu, hơi thở vào, hơi thở ra, hành-giả niệm đếm hơi thở vào - hơi thở ra theo cách hành *gaṇanānaya* mỗi nhóm, kể từ nhóm 5 *pañcaka* cho đến nhóm 10 *dasaka*, rồi trở lại niệm đếm từ nhóm 5 *pañcaka* cho đến nhóm 10 *dasaka* như vậy, trong suốt thời gian thực hành đề-mục thiền-định *ānāpānassati*.

Hành-giả thực hành niệm đếm *hơi thở vào, hơi thở ra* theo *cách hành gaṇanānaya* mỗi nhóm, tiến triển theo tuần tự đến *cách hành anubandhanānaya* và *cách hành phusanānaya* đúng theo **5 pháp-căn-bản** trong kinh mà Đức-Phật đã thuyết giảng, cho đến khi tiến triển diễn biến tốt đến **đối-tượng uggahanimitta** của *đề-mục thiền-định ānāpānassati* (*dây nước, làn khói, bột bông vải, vòng hoa, ... chuyển động*) phát sinh rõ ở trong tâm.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **parikammasamādhī**: **sơ định** ban đầu trong *đề-mục-thiền-định ānāpānassati* ấy còn cách xa bậc *thiền sắc-giới*.

2- *Upacārabhāvanā*: Tâm-hành cận bậc thiền.

Sau khi có *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định ānāpānassati* như là *dây nước, làn khói, bột bông vải, vòng hoa, ... chuyển động* phát sinh rõ ở trong tâm, hành-giả tiếp tục thực hành theo *cách hành anubandhanānaya* và *cách hành phusanānaya* với các *dục-giới ý môn lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm dục-giới đại-thiện-tâm* phát sinh liên tục có *đối-tượng uggahanimitta* của *đề-mục thiền-định ānāpānassati* (*dây nước, làn khói, bột bông vải, vòng hoa, ... chuyển động*), tiến triển tốt diễn biến đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định ānāpānassati* (*mặt trăng, mặt trời, vòng ngọc maṇi, vòng ngọc muddā, ... hoàn toàn trong sáng bất động*).

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là **upacārasamādhī**: **cận-định** trong *đề-mục thiền-định* ấy, đạt đến gần bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm (mahaggatajjhāna)*.

3- *Appanābhāvanā*: Tâm-hành chứng đắc bậc thiền.

Sau khi *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định ānāpānassati* như là **mặt trăng, mặt trời, vòng ngọc maṇi, vòng ngọc muddā, ... hoàn toàn trong**

sáng bất động đã hiện rõ trong tâm (thay thế tâm niệm đếm hơi thở vào, hơi thở ra theo cách hành anubandhanāyaya và cách hành phusanāyaya), hành-giả tiếp tục thực hành theo cách hành anubandhanāyaya và cách hành phusanāyaya tiến triển đến cách hành **thapanāyaya** với sắc-giới lộ-trình-thiền-tâm, trong tác-hành-tâm (javanacitta) có sắc-giới-thiền-tâm phát sinh có đối-tượng **paṭibhāganimitta** của đề-mục thiền-định **ānāpānassati** (mặt trăng, mặt trời, vòng ngọc maṇi, vòng ngọc muddā, ... hoàn toàn trong sáng bất động), chứng đắc **đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm**.

Định-tâm đồng sinh với đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm ấy gọi là **appanāsamādhī**: an-định trong đề-mục thiền-định ấy, chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiền-tâm (paṭhamajjhānakusalacitta).

Để chứng đắc từ đệ-nhị-thiền sắc-giới thiền-tâm cho đến đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiền-tâm của đề-mục thiền-định **ānāpānassati** này, phương pháp thực hành hầu hết giống như **đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa** đã trình bày ở phần trước.

Tóm lại hành-giả thực hành **đề-mục thiền-định ānāpānassati**: Niệm hơi thở vào, hơi thở ra, hành-giả thực hành theo tuần tự 4 cách hành (naya):

1- Cách thực hành **gaṇanāyaya** niệm đếm hơi thở vào, hơi thở ra từng nhóm, có 6 nhóm: bắt đầu đếm từ nhóm pañcaka cho đến nhóm dasaka.

2- Tiếp theo cách thực hành **anubandhanāyaya**, niệm hơi thở vào, hơi thở ra liên tục trong từng mỗi nhóm hơi thở vào, hơi thở ra.

3- Tiếp theo cách thực hành **phusanāyaya**, biết tiếp xúc hơi thở tại đầu lỗ mũi theo cách hành **gaṇanāyaya**

và cách hành anubandhanānaya.

4- Tiếp theo cách thực hành thapanānaya, đặt tâm vững chắc trong đối-tượng paṭibhāganimitta thay thế niệm hơi thở vào, hơi thở ra theo cách hành anubandhanānaya và cách hành phusanānaya, dẫn đến chứng đắc theo tuần tự 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

Bốn cách thực hành thuộc về pháp-hành thiền-tuệ

1- Sallakkhaṇā: Trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ, biết rõ 3 trạng-thái-chung.

2- Vivattaṇā: Trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới chứng đắc Thánh-đạo.

3- Pārisuddhi: Trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới chứng đắc Thánh-quả.

4- Tesaṇca paṭipassanā: Trí-tuệ quán-triệt Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn, phiền-não đã bị diệt tận, và chưa bị diệt tận.

Sau khi đã chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm của đề-mục thiền-định ānāpānassati, hoặc chứng đắc bậc thiền sắc-giới nào, hành-giả có ý nguyện muốn tiếp tục thực hành pháp-hành tứ-niệm-xứ hoặc pháp-hành thiền-tuệ.

Trước tiên, hành-giả nhập bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy, rồi xả bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy; sau đó, hành-giả sử dụng bậc thiền sắc-giới thiện-tâm của đề-mục thiền-định ānāpānassati ấy làm nền tảng, làm đối-tượng của pháp-hành tứ-niệm-xứ là **thân, thọ, tâm, pháp**, hoặc làm đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ là **danh-pháp tam-giới, sắc-pháp** như sau:

- 5 **chi-thiền** của bậc thiền sắc-giới thiện-tâm có 2 loại **thọ**: **thọ lạc (sukha), thọ xử (upekkhā)**, thuộc về phần **niệm thọ** của pháp-hành tứ-niệm-xứ, hoặc **thọ tâm-sở** thuộc

về **danh-pháp tam-giới** là *đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ*.

- **5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm** thuộc về phần **niệm tâm** của *pháp-hành tứ-niệm-xứ*, hoặc 5 **sắc-giới thiện-tâm** thuộc về **danh-pháp tam-giới** và 5 **sắc-giới thiện-tâm** nương nhờ nơi *hadayavatthurūpa* (sắc-pháp là nơi sinh của ý-thức-tâm) thuộc về **sắc-pháp**, là *đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ*.

- **Hơi thở vào, hơi thở ra** là *vāyophoṭṭhabbārammaṇa*: *đối-tượng xúc là phong-đại* thuộc về *āyatana* trong phần **niệm pháp** của *pháp-hành tứ-niệm-xứ*, hoặc **hơi thở vào, hơi thở ra** là *vāyophoṭṭhabbārammaṇa* (*đối-tượng xúc là phong-đại*) thuộc về **sắc-pháp** là *đối-tượng của pháp-hành thiền-tuệ*.

16 loại trí-tuệ của pháp-hành thiền-tuệ

Hành-giả thực hành *pháp-hành tứ-niệm-xứ* có *niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp*, hoặc thực hành *pháp-hành thiền-tuệ* có *đối-tượng thiền-tuệ* là **sắc-pháp, danh-pháp tam-giới, trí-tuệ thiền-tuệ** phát sinh tuần tự trải qua 16 loại *trí-tuệ-thiền-tuệ* ⁽¹⁾ theo 4 cách hành trong *đề-mục thiền-định ānāpānassati* thuộc về *pháp-hành thiền-tuệ* như sau:

1- Sallakkhaṇā: *Trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ, biết rõ 3 trạng-thái chung*:

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-tuệ* có *trí-tuệ-thiền-tuệ* tuần tự phát sinh như sau:

- *Trí-tuệ thứ nhất* gọi là *nāmarūpaparicchedañāna* phát sinh *thấy rõ, biết rõ phân biệt rõ thật-tánh của mỗi*

¹ Nên tìm hiểu rõ trong quyển X: *Pháp-Hành Thiền-Tuệ của bộ Nền-Tảng-Phật-Giáo*, cùng soạn giả.

sắc-pháp, mỗi danh-pháp tam-giới, ... đến:

- *Trí-tuệ-thiền-tuệ thứ 4* gọi là *udayabbayānupassanāñāṇa* phát sinh thấy rõ, biết rõ **sự sinh, sự diệt** của mỗi sắc-pháp, mỗi danh-pháp tam-giới, nên *trí-tuệ-thiền-tuệ* này thấy rõ, biết rõ 3 trạng-thái-chung (trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã) của mỗi sắc-pháp, mỗi danh-pháp tam-giới hiện-tại.

Trí-tuệ-thiền-tuệ tam-giới phát sinh theo tuần tự đến *trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới* là:

2- Vivattaṇā: *Trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới thứ 14* gọi là **Maggāñāṇa:** *Thánh-đạo-tuệ* trong *Thánh-đạo-lộ-trình-tâm (Maggavīthiccitta)*.

Thánh-đạo-tuệ có 4 bậc:

- *Nhập-lưu Thánh-đạo-tuệ (Sotāpattimaggañāṇa)*.
- *Nhất-lai Thánh-đạo-tuệ (Sakadāgāmicimaggāñāṇa)*.
- *Bất-lai Thánh-đạo-tuệ (Anāgāmicimaggāñāṇa)*.
- *A-ra-hán Thánh-đạo-tuệ (Arahattamaggāñāṇa)*.

Trong *Thánh-đạo-lộ-trình-tâm*, khi *trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới thứ 14 Thánh-đạo-tuệ* trong *Thánh-đạo-tâm* diệt liền tiếp theo sau *trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới thứ 15* phát sinh.

3- Pārisuddhi: *Trí-tuệ-thiền-tuệ siêu-tam-giới thứ 15* gọi là **Phalañāṇa:** *Thánh-quả-tuệ* trong cùng *Thánh-đạo-lộ-trình-tâm*.

Thánh-quả-tuệ có 4 bậc:

- *Nhập-lưu Thánh-quả-tuệ (Sotāpattiphalañāṇa)*.
- *Nhất-lai Thánh-quả-tuệ (Sakadāgāmiciphalañāṇa)*.
- *Bất-lai Thánh-quả-tuệ (Anāgāmiciphalañāṇa)*.
- *A-ra-hán Thánh-quả-tuệ (Arahattaphalañāṇa)*.

Khi *Thánh-đạo-lộ-trình-tâm* chấm dứt, theo định luật tự nhiên liền theo sau *tri-tuệ thứ 16* gọi là *paccavekkhaṇaṇāṇa* phát sinh trong *lộ-trình-tâm paccavekkhaṇavīthiccita*.

4- *Tesaṅca paṭipassanā*: *Tri-tuệ thứ 16* gọi là *paccavekkhaṇaṇāṇa* trong *lộ-trình-tâm paccavekkhaṇavīthiccita*, làm phận sự quán-triệt *Thánh-đạo*, *Thánh-quả* nào đã chứng đắc, *Niết-bàn* nào đã chứng ngộ, *phiền-não* nào đã bị diệt tận rồi, và *phiền não* nào chưa bị diệt tận.

Đó là 4 cách hành trong *đề-mục thiền-định ānāpānasati*, thuộc về *pháp-hành thiền-tuệ*.

Quả báu của đề-mục thiền-định *Ānāpānassati*

Đề-mục thiền-định ānāpānassati: *Niệm hơi thở vào - hơi thở ra* không chỉ dẫn đến chứng đắc 5 bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*, mà còn có thể làm nền tảng, làm đối-tượng dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, chứng đắc 4 *Thánh-đạo*, 4 *Thánh-quả*, *Niết-bàn*, diệt tận mọi *phiền-não*, mọi *tham-ái*, trở thành bậc *Thánh A-ra-hán*, sẽ tịch diệt *Niết-bàn*, chấm dứt tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

- Đối với bậc *Thánh A-ra-hán* ấy có khả năng đặc biệt biết được tuổi thọ của mình còn sống được bao lâu nữa, đến khi nào sẽ tịch diệt *Niết-bàn*.

- Đối với hạng *phàm-nhân* chứng đắc các bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm* với *đề-mục thiền-định ānāpānassati* này, có khả năng đặc biệt biết được thời gian chết, rồi *sắc-giới thiện-nghiệp* ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trên tầng trời *sắc-giới Phạm-thiên* ấy.

(Xong *đề-mục niệm hơi thở vào - hơi thở ra*.)

4- Đề-Mục Thiên-Định Vô-Lượng-Tâm (Appamaññā)

- 1- Đề-mục niệm rải tâm-từ (mettā) đến chúng-sinh vô-lượng.
- 2- Đề-mục niệm rải tâm-bi (karuṇā) đến chúng-sinh vô-lượng.
- 3- Đề-mục niệm rải tâm-hỷ (muditā) đến chúng-sinh vô-lượng.
- 4- Đề-mục niệm rải tâm-xả (upekkhā) đến chúng-sinh vô-lượng.

Đó là 4 đề-mục vô-lượng-tâm (appamaññā) trong pháp-hành thiên-định.

Định nghĩa: **Appamaññā**

Appamāṇesu sattesu bhavāti: Appamaññā.

Thiện-tâm phát triển đến chúng-sinh vô-lượng, không có giới hạn, gọi là appamaññā.

Hành-giả thực hành đề-mục thiên-định tứ vô-lượng-tâm:

- Đề-mục niệm rải **tâm-từ** đến chúng-sinh vô-lượng.
- Đề-mục niệm rải **tâm-bi** đến chúng-sinh vô-lượng.
- Đề-mục niệm rải **tâm-hỷ** đến chúng-sinh vô-lượng.
- Đề-mục niệm rải **tâm-xả** đến chúng-sinh vô-lượng.

Khi bắt đầu thực hành **đề-mục tứ vô-lượng-tâm**, hành-giả chỉ có thể chọn 1 trong 3 đề-mục vô-lượng-tâm là đề-mục niệm rải **tâm-từ** đến chúng-sinh vô-lượng hoặc đề-mục niệm rải **tâm-bi** đến chúng-sinh vô-lượng hoặc đề-mục niệm rải **tâm-hỷ** đến chúng-sinh vô-lượng, dẫn đến chúng đắc từ đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm xong, rồi tiếp theo thực hành đề-mục niệm rải **tâm-xả** đến chúng-sinh vô-lượng, để chúng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Nếu khi hành-giả thực hành niệm rải **tâm-từ**, hoặc niệm rải **tâm-bi**, hoặc niệm rải **tâm-hỷ**, hoặc niệm rải

tâm-xả đến chúng-sinh có giới hạn, đến nơi chốn có giới hạn thì không gọi là thực hành **đề-mục thiên-định tứ vô-lượng-tâm**, không thể chứng đắc các **bậc thiên sắc-giới thiện-tâm** mà chỉ gọi là **niệm rải tâm-từ, niệm rải tâm-bi, niệm rải tâm-hỷ, niệm rải tâm-xả** bình thường mà thôi.

Mặc dù hành-giả **niệm rải tâm-từ, niệm rải tâm-bi, niệm rải tâm-hỷ, niệm rải tâm-xả** như vậy cũng có được quả báu lớn lao trong kiếp hiện-tại, hành-giả thân tâm thường được an-lạc, được các chúng-sinh yêu mến.

Sau khi hành-giả chết, **dục-giới đại-thiện-nghiệp** ấy sẽ cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi thiện-dục-giới là cõi người hoặc 6 cõi trời dục-giới, hưởng mọi sự an-lạc cao quý.

Appamaññā: **Đề-mục thiên-định tứ vô-lượng-tâm** có tên gọi là **Brahmavihāra**, bởi vì hành-giả nào đang thực hành đề-mục vô-lượng-tâm nào, hành-giả ấy có thiện-tâm như vị phạm-thiên. Định nghĩa:

“Brahmānaṃ vihāro ’ti Brahmavihāro.”

- Thực hành **đề-mục vô-lượng-tâm** nào, hành-giả có **thiện-tâm** như vị phạm-thiên. Vì vậy, **đề-mục vô-lượng-tâm** ấy gọi là **brahmavihāra**.

Ý nghĩa khác như:

Brahmavihāra: Sự thực hành của bậc cao thượng.

“Brahmānaṃ (seṭṭhānaṃ) vihāro (seṭṭhabhūto) ’ti Brahmavihāro.”

- **Đời sống cao thượng** với **vô-lượng-tâm** của **bậc cao thượng** gọi là **brahmavihāra**.

Giảng giải 4 đề-mục thiên-định vô-lượng-tâm (Appamaññā)

4.1- Đề-mục thiên-định niệm rải tâm-từ (Mettā)

Đề-mục thiên-định niệm rải tâm-từ là đề-mục thiên-định chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc từ **đệ-nhất-thiên**

sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm mà thôi, bởi vì đệ-mục thiền-định niệm rải tâm-từ cần có chi-thiền lạc (*sukha*), nên không thể chứng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Mettā: Tâm-từ thương yêu chúng-sinh.

Định nghĩa: “*Mejjati sinehatī’ti mettā.*”

Đại-thiện-tâm nào thương yêu chúng-sinh, mong ước điều an lành đến tất cả chúng-sinh, thiện-tâm ấy gọi là **mettā: tâm-từ**, có chi-pháp là **adosacetasika**: vô-sân tâm-sở đồng sinh với đại-thiện-tâm có đối-tượng là **piyamanāpasattapaññatti**: chúng-sinh đáng yêu, đáng kính.

Piyamanāpapuggala: Người đáng yêu, đáng kính có 2 nhóm người:

1- Nhóm người đáng yêu, đáng kính bình thường.

2- Nhóm người đáng yêu, đáng kính làm đối-tượng của pháp-hành thiền-định đệ-mục niệm rải tâm-từ.

Ban đầu hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đến đối-tượng nhóm người đáng yêu, đáng kính bình thường, khi tiến triển đến tâm-hành **cận-định** (*upacārabhāvanā*), rồi hành-giả tiếp tục thực hành niệm rải tâm-từ đến đối-tượng tất cả chúng-sinh không thương không ghét gồm cả những kẻ thù cũng được ghép chung vào nhóm người đáng yêu, đáng kính bình thường ấy, tâm sân không phát sinh mà chỉ có tâm-từ vô sân (*adosacetasika*) phát sinh mà thôi.

- Nếu trường hợp vô-sân tâm-sở (*adosacetasika*) đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm trong khi lễ bái Tam-bảo, tụng kinh, nghe pháp, làm các phước-thiện, v.v... không có đối-tượng *piyamanāpasattapaññatti* (chúng-sinh đáng yêu, đáng kính) thì không gọi là tâm-từ (*mettā*).

Tâm-từ (Mettā): Thương yêu, quý mến mọi người, mong ước những điều an lành đến mọi người, có 2 loại tâm-từ:

1- **Mettā adosa**: *Tâm-từ vô-sân* là thương yêu, quý mến, mong ước những điều an lành với *đại-thiện-tâm* trong sạch không chấp thủ rằng: “Người này là cha tôi, mẹ tôi, thầy, cô giáo, anh chị em, vợ, chồng, con cái, bà con thân quyến, bạn hữu, người thân của tôi, v.v... nào cả.”

Dù người ấy đi nơi khác, hoặc chết, người có tâm-từ vô sân cũng không phát sinh tâm thương tiếc, buồn khổ.

Đó là **tâm-từ thật** có chi-pháp là vô-sân tâm-sở (*adosacetasika*).

2- **Tanhāpema**: Yêu thương với tâm tham-ái là yêu thương, quý mến đến mọi người với *tâm tham-ái chấp* thủ rằng: “Người này là cha tôi, mẹ tôi, thầy, cô giáo, anh chị em, vợ, chồng, con cái, bà con thân quyến, bạn hữu, người thân của tôi, v.v...”

Khi người thân ấy đi nơi khác, hoặc chết, người có *tham-ái yêu thương* phát sinh tâm thương tiếc, buồn khổ, khóc than thảm thiết.

Đó là **tâm-từ giả**, có chi-pháp là tham tâm-sở (*lobha-cetasika*).

Tanhāpema: Yêu thương với tâm tham-ái dù là *tâm-từ giả* vẫn có năng lực bảo vệ sinh-mạng khỏi mọi điều nguy hiểm.

Trong bộ Visuddhimagga, một con bò mẹ đang cho bê con bú sữa với tâm-từ yêu thương con của mình, ở trong rừng sâu. Một người thợ săn dùng giáo phóng mạnh đến con bò mẹ ấy, lưỡi giáo không bay đến con bò mẹ, mà găm xuống đất, do năng lực tâm-từ của con bò mẹ yêu thương con của mình.

- Hành-giả có ý nguyện muốn giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài, nếu có *tanhāpema* thì sẽ bị trở ngại trong việc thực hành pháp-hành thiên-tuệ,

không dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế*, không chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn*, không thể giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Như trường hợp Ngài *Trưởng-lão Channa* có *tanhāpema*, yêu thương tha thiết nơi Đức-Phật. Khi Đức-Phật còn hiện hữu trên thế gian, Ngài *Trưởng-lão Channa* thực hành pháp-hành thiên-tuệ không chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả nào, nhưng sau khi Đức-Phật tịch diệt Niết-bàn rồi, Ngài *Trưởng-lão* không còn có *tanhāpema* nơi Đức-Phật nữa, nên thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán*.

Sau đó, Ngài *Trưởng-lão Channa* tịch diệt Niết-bàn, chấm dứt khỏi tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Như vậy, người có *tanhāpema* làm cản trở chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.

Thận trọng đến 6 hạng người

Hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định niệm rải tâm-từ*, cần phải thận trọng trong 6 hạng người:

A- Không nên niệm rải tâm-từ trước tiên đến 4 hạng người:

1- *Appiyapuggala*: Hạng người không thương yêu.

2- *Atipiyapuggala*: Hạng người thương yêu nhiều.

3- *Majjhatappuggala*: Hạng người không thương không ghét.

4- *Verīpuggala*: Hạng người là kẻ thù của mình.

Đó là 4 hạng người mà hành-giả không nên thực hành *niệm rải tâm-từ trước tiên*, bởi vì tâm-từ khó phát sinh, chỉ làm cho tâm hành-giả cảm thấy không hài lòng, thậm chí còn làm cho *tâm sân* dễ phát sinh mà thôi.

- Nếu niệm rải tâm-từ đến appiyapuggala trước tiên thì hành-giả cảm thấy không hài lòng, bởi vì hạng người ấy là người không thương yêu.

- Nếu niệm rải tâm-từ đến atipiyapuggala trước tiên, khi người ấy đang bị đau khổ thì hành-giả phát sinh khổ tâm lo âu, bởi vì hạng người ấy là người thương yêu quý mến nhiều.

- Nếu niệm rải tâm-từ đến majjhatappuggala trước tiên thì hành-giả cảm thấy không hài lòng, bởi vì hạng người ấy là người không thương không ghét.

- Nếu niệm rải tâm-từ đến verīpuggala trước tiên thì hành-giả dễ phát sinh tâm sân, bởi vì hạng người ấy là kẻ thù của mình.

B- Không nên niệm rải tâm-từ đến 1 hạng người

5- *Liṅgavisabhāgapuggala*: Hạng người khác phái với hành-giả.

- Nếu hành-giả là người nam thì không nên niệm rải tâm-từ đến người nữ nào; hoặc nếu hành-giả là người nữ thì không nên niệm rải tâm-từ đến người nam nào, bởi vì đối với người khác phái thì tâm-từ không sinh mà tâm tham phát sinh.

C- Không nên niệm rải tâm-từ đến người đã chết

6- *Kālaṅkatapuggala*: Hạng người đã chết rồi.

- Nếu hành-giả niệm rải tâm-từ đến hạng người đã chết thì tâm-từ không phát sinh, cận-định và an-định cũng không thể phát sinh được, bởi vì người đã chết rồi.

Hạng người cần phải niệm rải tâm-từ trước tiên

Muốn thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ (*mettā*), để mong chúng đắc từ-đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả cần phải

niệm rải tâm-từ cho chính mình trước tiên, bởi vì tâm-từ thương yêu người khác dù nhiều bao nhiêu đi nữa, chắc chắn cũng không bằng tâm-từ thương yêu mình.

Thật vậy, Đức-Phật dạy rằng:

“*Natthi attasamaṃ pemaṃ.*”⁽¹⁾

- Không có tâm-từ thương yêu ai bằng thương yêu chính mình.

Niệm rải tâm-từ cho mình

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ cho chính mình trước tiên với 4 pháp như sau:

1- *Ahaṃ avero homi*: Mong cho tôi không có oan trái với tất cả chúng-sinh.

2- *Ahaṃ abyāpajjo homi*: Mong cho tôi không có khổ tâm sâu nặng.

3- *Ahaṃ anīgho homi*: Mong cho tôi không có khổ thân.

4- *Ahaṃ sukhī attānaṃ pariharāmi*: Mong cho tôi giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

Sau khi tâm-từ phát sinh, tiến triển có nhiều năng lực đối với chính mình, rồi hành-giả nên suy xét rằng:

“*Tâm-từ mong ước những điều an lành đối với chính mình như thế nào, tâm-từ đối với tất cả chúng-sinh khác dù lớn dù nhỏ cũng như thế ấy.*”

Đó là tâm-từ cơ bản làm nền tảng hỗ trợ cho tâm-từ dễ dàng phát sinh lên đối với các chúng-sinh khác.

Đức-Phật dạy rằng:

“*Sabbā disā anuparigamma cetasā,*

Nevajjhagā piyataramattanā kvaci.

Evaṃ piyo puthu attā pasesaṃ,

Tasmā na hiṃse paramattakāmo.”⁽¹⁾

¹ Sam. Bộ Sagāthāvaggapāli, phần Devatāsamyutta.

*Bậc thiện-trí xem xét,
Tất cả mọi phương hướng,
Không thấy một ai cả,
Yêu người hơn yêu mình,
Bất cứ trường hợp nào,
Chính mình yêu quý nhất,
Chúng-sinh khác cũng vậy,
Cho nên, tự yêu mình,
Chớ nên gây đau khổ,
Chúng-sinh lớn nhỏ khác.*

Cách niệm rải tâm-từ đến người khác

- Nếu hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ đến một người (số ít) với 4 pháp như sau:

- 1- *So avero hotu: Mong cho người ấy không có oan trái với tất cả chúng-sinh.*
- 2- *So abyāpajjo hotu: Mong cho người ấy không có khổ tâm sầu não.*
- 3- *So anīgho hotu: Mong cho người ấy không có khổ thân.*
- 4- *So sukhī attānaṃ pariharatu: Mong cho người ấy giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.*

- Nếu hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ đến 2 người trở lên (số nhiều) với 4 pháp như sau:

- 1- *Te averā hontu: Mong cho những người ấy không có oan trái với tất cả chúng-sinh.*
- 2- *Te abyāpajjā hontu: Mong cho những người ấy không có khổ tâm sầu não.*
- 3- *Te anīghā hontu: Mong cho những người ấy không có khổ thân.*

¹ Sam. Bộ Sagāthāvaggapāli, Kosalasamyutta, Mallikāsutta.

4- *Te sukhī attānaṃ pariharantu: Mong cho những người ấy giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.*

Niệm rải tâm-từ đến 4 hạng người theo tuần tự

Sau khi thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ cho chính mình, tâm-từ phát triển tốt, có nhiều năng lực vững vàng, hành-giả có thể tiếp tục thực hành niệm rải tâm-từ đến 4 hạng người theo tuần tự như sau:

- *Piyapuggala: Hạng người thương yêu.*
- *Atipiyapuggala: Hạng người thương yêu nhiều.*
- *Majjhappuggala: Hạng người không thương không ghét.*
- *Verīpuggala: Hạng người là kẻ thù của mình.*

1- Piyapuggala: Hạng người thương yêu

Hạng người thương yêu đó là những người bạn thân, những người thương yêu nhau, những người bạn cùng làm chung công việc với nhau, những người cùng sống chung với nhau (cùng giới tính với hành-giả), ...

Đó là những hạng người mà hành-giả nên thực hành niệm rải tâm-từ trước tiên.

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đến một người hoặc nhiều người với 4 pháp như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-từ phát triển có nhiều năng lực.

Tiếp theo, hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đến một người hoặc nhiều người *đã từng là những người bạn thân, đã từng là những người thương yêu nhau, đã từng là những người bạn cùng làm chung công việc với nhau, đã từng là những người cùng sống chung với nhau (cùng giới tính với hành-giả), ...* với 4 pháp như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-từ phát triển có nhiều năng lực.

2- Atīpiyapuggala: Hạng người thương yêu nhiều

Hạng người thương yêu nhiều đó là cha mẹ, thầy cô giáo, anh chị em, bà con thân quyến, bạn hữu thân thiết, ... đó là những người thương yêu, kính yêu nhiều mà hành-giả nên thực hành niệm rải tâm-từ tiếp theo sau hạng người thương yêu.

Phương pháp thực hành niệm rải tâm-từ đến một người hoặc nhiều người với 4 pháp như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-từ phát triển có nhiều năng lực.

3- Majjhataṭṭapuggala: Hạng người không thương không ghét

Hạng người không thương, không ghét đó là những người quen biết bình thường không ân không oán với nhau, mà hành-giả nên thực hành niệm rải tâm-từ tiếp theo sau hạng người thương yêu nhiều.

Phương pháp thực hành niệm rải tâm-từ đến một người hoặc nhiều người với 4 pháp như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-từ phát triển có nhiều năng lực.

4- Verīpuggala: Hạng người là kẻ thù của mình

Hạng người là kẻ thù của mình đó là người đã từng làm khổ mình, gây tai hại đến cho mình hoặc đến gia đình bà con thân quyến của mình, đến những người thân yêu, kính mến nhất của mình.

Nay hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ, để mong chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, nên cần phải niệm rải tâm-từ đến *hạng người là kẻ thù của mình* cuối cùng, sau *hạng người không thương, không ghét*.

Nếu khi hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đến *hạng người là kẻ thù của mình*, tâm-từ không phát sinh, mà

tâm sân phát sinh thì hành-giả nên suy xét đến lời giáo huấn trong *tích Kāḷayakkhinīvatthu* ⁽¹⁾ Đức-Phật dạy:

*“Na hi verena verāni, sammattī’ dha kudācanam.
Averena ca sammanti, esa dhammo sanantano.”*

- Sự thật trong đời này,
Chẳng bao giờ oan trái,
Đập tắt bằng oan trái,
Oan trái dập tắt được,
Bằng sự không oan trái,
Đó thật sự là pháp,
Bậc trí từ ngàn xưa.

- Suy xét rằng: “Sau khi chúng-sinh chết, rồi bị sa vào trong cõi địa-ngục không phải do kẻ thù, mà sự thật là do tâm-sân của chúng-sinh ấy. Ta vẫn còn phát sinh sân-tâm thù ghét đối với kẻ thù, sau khi ta chết, nếu ác-nghiệp sân-tâm có cơ hội cho quả thì khó tránh khỏi tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi địa-ngục.”

Suy xét như vậy, nên hành-giả phát sinh đại-thiên-tâm biết hổ-thẹn tội-lỗi, biết ghê-sợ tội-lỗi, hoặc suy ngẫm lời giáo huấn của Đức-Phật về 5 điều tai hại của sân-tâm không nhân-nại và 5 quả báu lợi ích của pháp nhân-nại vô-sân như sau:

- Nay chư tỳ-khuru! 5 điều tai hại đối với người không có pháp nhân-nại:

- 1- Là người không được phần đông yêu mến.
- 2- Là người gây oan trái với người khác.
- 3- Là người tạo nên nhiều tội ác.
- 4- Là người mê muội lúc lâm chung.
- 5- Sau khi chết, ác-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi ác-giới: địa-ngục, a-su-ra, nga-quỷ, súc sinh.

¹ Bộ Dhammapadaṭṭhakathā, tích Kāḷayakkhinīvatthu, câu kệ thứ 5.

- *Này chư tỳ-khuru! 5 quả báu lợi ích đối với người có pháp nhãn-nại vô-sân:*

- 1- Là người được phần đông yêu mến.
- 2- Là người không gây oan trái với người khác.
- 3- Là người tạo nên nhiều phước-thiện.
- 4- Là người không mê muội, có đại-thiện-tâm tỉnh táo lúc lâm chung.
- 5- Sau khi chết, đại-thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi thiện giới: cõi người, cõi trời dục-giới.

- Suy xét một cách khác theo Samyuttanikāyapāli, bộ Nidānavagga, phần Anamataggasamyutta.

Đức-Phật dạy rằng:

“Na so bhikkhave, satto sulabharūpo yo na mātā bhūtapubbo, ... yo na pitā bhūtapubbo, ... yo na bhātā bhūtapubbo, ... yo na bhaginī bhūtapubbā, ... yo na putto bhūtapubbo, ... yo na dhītā bhūtapubbo, ...”

- *Này chư tỳ-khuru! Người nào không từng là mẹ; ... người nào không từng là cha; ... người nào không từng là anh; ... người nào không từng là chị; ... người nào không từng là con trai; ... người nào không từng là con gái của mình; ... Chúng-sinh ấy như vậy không dễ có được, bởi vì kiếp tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài, từ vô thủy trải qua vô số kiếp cho đến kiếp hiện-tại này.*

Như vậy, hạng người gọi là kẻ thù của mình cũng có thể vốn là người thân, thậm chí là mẹ, cha, ... ân nhân của ta trong những tiền-kiếp.

Vậy, ta không nên chấp lỗi, thù hận người ấy nữa.

Sau khi suy xét đúng đắn như vậy, hành-giả phát sinh đại-thiện-tâm thực hành niệm rải tâm-từ đến hạng người gọi là kẻ thù ấy một cách tự nhiên, tâm-từ phát triển tốt, có nhiều năng lực.

Tuy hành-giả đã cố gắng suy xét bằng nhiều cách như vậy, để thực hành niệm rải tâm-từ đến hạng người gọi là kẻ thù của mình, nhưng *tâm-từ* không phát sinh, mà chỉ có *tâm sân* phát sinh mà thôi.

Nếu như vậy thì hành-giả nên tạm ngưng thực hành niệm rải tâm-từ đến hạng người gọi là kẻ thù của mình, nên bắt đầu thực hành niệm rải tâm-từ lại theo tuần tự đến *hạng người thương yêu, đến hạng người thương yêu nhiều, đến hạng người không thương không ghét*, để cho tâm-từ phát triển tốt, có nhiều năng lực, rồi mới tiếp theo thực hành niệm rải tâm-từ đến hạng người gọi là *kẻ thù của mình*, một cách tự nhiên, để cho tâm-từ phát triển tốt, có nhiều năng lực.

Sīmāsambheda: Xóa ranh giới tâm-từ

Sở dĩ hành-giả cần phải cố gắng bằng mọi cách để thực hành niệm rải tâm-từ đến *hạng người gọi là kẻ thù của mình*, là vì hành-giả muốn cho tâm-từ của mình đạt đến *sīmāsambheda: xóa bỏ ranh giới tâm-từ*, để cho tâm-từ đồng đều nhau, không nhiều không ít đối với 4 hạng người, tâm-từ trở nên *samacittatā: tâm-từ đồng đều* dẫn đến chứng đắc **4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm**.

Trạng-thái của tâm-từ Sīmāsambheda

Ví dụ: Hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đang ngồi chung với 3 *hạng người: Piyapuggala (hạng người thương yêu), majjhappuggala (hạng người không thương không ghét), verīpuggala (hạng người gọi là kẻ thù của mình)*. Khi ấy, bọn cướp đến bắt buộc hành-giả phải chỉ cho chúng bắt 1 trong 3 hạng người ấy, để chúng giết chết, lấy máu tế thần lửa.

Gặp trường hợp như vậy, nếu hành-giả còn có tâm thiên vị chỉ cho bọn cướp bắt *verīpuggala* hoặc *majjhatta-*

puggala hoặc *piyapuggala* thì tâm-từ của hành-giả chưa đạt đến ***sīmāsambheda: xóa bỏ ranh giới tâm-từ***, thậm chí hành-giả chịu hy sinh sinh-mạng của mình cho bọn cướp bắt giết chết, lấy máu té thân lửa, để cho 3 hạng người kia được an toàn sinh-mạng.

Như vậy, tâm-từ của hành-giả cũng chưa đạt đến ***sīmāsambheda: xóa bỏ ranh giới tâm-từ***, bởi vì tâm-từ của hành-giả vẫn còn phân biệt ranh giới.

Nếu khi hành-giả có tâm-từ đồng đều với 3 hạng người kia và cả chính mình nữa thì *tâm-từ* của hành-giả mới đạt đến ***sīmasāmbheda: xóa bỏ ranh giới tâm-từ***.

Trong bộ *Visuddhimagga: Thanh-tịnh-đạo* trình bày 3 bài kệ rằng:

“Attani hitamajjhatte, ahite ca catubbidhe.

Yadā passati nānattaṃ, hitacittova pāṇinaṃ ...”⁽¹⁾

- Khi nào hành-giả còn thấy khác biệt 4 hạng người là chính mình, người thương yêu, người không thương không ghét, và kẻ thù.

Hành-giả nói rằng: chỉ có đại-thiện-tâm mong ước sự lợi ích, sự tiến hóa, đến tất cả chúng-sinh mà thôi. Khi ấy, chưa dám nói rằng: hành-giả có tâm-từ phát sinh theo ý của mình và thuận-thục niệm rải tâm-từ đến 4 hạng người.

- Khi nào tâm-từ trong 4 hạng người của vị tỳ-khuru hành-giả đồng đều nhau, không còn có ranh giới của tâm-từ, vị tỳ-khuru hành-giả niệm rải tâm-từ đến tất cả chúng-sinh vô-lượng trong toàn cõi-giới chúng-sinh, gồm cả chư-thiên, phạm-thiên cả thấy, không còn có ranh giới tâm-từ nữa. Khi ấy, vị tỳ-khuru hành-giả là người đặc biệt cao thượng hơn vị tỳ-khuru ở trên chưa xóa được ranh giới của tâm-từ.

¹ Bộ *Visuddhimagga*, phần *Mettābhāvanākathā*.

- Khi nào tâm-từ phát sinh rộng rãi đến *piyapuggala*, *majjhattapuggala* đồng đều với chính mình, khi ấy tâm-từ của hành-giả có đối-tượng trung-dung, xóa được ranh giới tâm-từ trong *verīpuggala*, bởi vì đại-thiện-tâm của hành-giả đặt trung-dung trong hạng người là kẻ thù của mình, nên *verīpuggala* không còn nữa.

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đến hạng người nào, hạng người ấy hiện rõ trực tiếp đến đại-thiện-tâm của hành-giả, làm cho tâm-từ phát sinh trong đối-tượng hạng người ấy.

Vì vậy, phương pháp thực hành niệm rải tâm-từ không chỉ niệm rải tâm-từ bằng tâm, mà còn phải định-tâm niệm tưởng biết rõ đối-tượng, rồi hành-giả niệm rải tâm-từ đến hạng người ấy.

Cho nên, hành-giả là người có đầy đủ 5 *pháp-chủ*: *tín pháp-chủ*, *tán pháp-chủ*, *niệm pháp-chủ*, *định pháp-chủ*, *tuệ pháp-chủ* có nhiều năng lực, mới dễ dàng thực-hành đề-mục niệm rải tâm-từ này được.

Để cho tâm-từ phát sinh và tiến triển tốt, hành-giả cần phải theo phương-pháp thực hành *niệm rải tâm-từ cho chính mình trước tiên* làm nền tảng, rồi tiếp theo thực-hành niệm rải tâm-từ theo tuần tự 3 hạng người: *Piyapuggala*, *majjhattapuggala*, *verīpuggala* cho đến khi đạt đến *sīmāsambheda*: xóa bỏ ranh giới tâm-từ, khi tâm-từ đồng đều đối với 4 hạng người (chính mình và 3 hạng người theo tuần tự).

Niệm rải tâm-từ theo Paṭisambhidāmagga

Hành-giả tiếp tục thực hành niệm rải tâm-từ với 4 *pháp-từ đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng*, theo phương pháp trong bộ *Paṭisambhidāmagga*.

Bốn pháp rải tâm-từ

- 1- *Sabbe sattā averā hontu: Mong cho tất cả chúng-sinh không có oan trái lẫn nhau.*
- 2- *Sabbe sattā abyāpajjā hontu: Mong cho tất cả chúng-sinh không có khổ tâm sầu não.*
- 3- *Sabbe sattā anīghā hontu: Mong cho tất cả chúng-sinh không có khổ thân.*
- 4- *Sabbe sattā sukhī attānaṃ pariharantu: Mong cho tất cả chúng-sinh giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.*

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ với 4 pháp-từ đến 12 loại chúng-sinh.

12 loại chúng-sinh

12 loại chúng-sinh được chia ra làm 2 nhóm:

A- Anodhisapuggala: Hạng chúng-sinh chung không có chỉ định, có 5 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-từ đến 5 loại chúng-sinh không chỉ định:

- 1- *Sabbe sattā: Tất cả chúng-sinh.*
- 2- *Sabbe paṇā: Tất cả chúng-sinh có sinh-mạng.*
- 3- *Sabbe bhūtā: Tất cả chúng-sinh hiện hữu.*
- 4- *Sabbe puggalā: Tất cả hạng chúng-sinh.*
- 5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā: Tất cả chúng-sinh có ngũ-uẩn.*

5 loại chúng-sinh này có danh từ riêng gọi khác nhau, nhưng ý nghĩa chung giống nhau, bởi vì tất cả đều là chúng-sinh như nhau cả.

B- Odhisapuggala: Hạng chúng-sinh riêng có chỉ định, có 7 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-từ đến 7 loại chúng-sinh có chỉ định:

- 1- *Sabbā itthiyo: Tất cả người nữ.*

- 2- *Sabbe purisā*: Tất cả người nam.
- 3- *Sabbe ariyā*: Tất cả bậc Thánh-nhân.
- 4- *Sabbe anariyā*: Tất cả hạng phàm-nhân.
- 5- *Sabbe devā*: Tất cả chư-thiên.
- 6- *Sabbe manussā*: Tất cả nhân-loại.
- 7- *Sabbe vinipātikā*: Tất cả nhóm ngạ-quỷ, a-su-ra.

10 phương hướng

Niệm rải tâm-từ đến chúng-sinh trong 10 hướng:

- 1- *Puratthimāya disāya*: Hướng Đông.
- 2- *Puratthimāya anudisāya*: Hướng Đông Nam.
- 3- *Dakkhināya disāya*: Hướng Nam.
- 4- *Dakkhināya anudisāya*: Hướng Tây Nam.
- 5- *Pacchimāya disāya*: Hướng Tây.
- 6- *Pacchimāya anudisāya*: Hướng Tây Bắc.
- 7- *Uttarāya disāya*: Hướng Bắc.
- 8- *Uttarāya anudisāya*: Hướng Đông Bắc.
- 9- *Heṭṭhimāya disāya*: Hướng dưới.
- 10- *Uparimāya disāya*: Hướng trên.

Phương-pháp thực hành niệm rải tâm-từ đến 12 loại chúng-sinh

5 loại chúng-sinh (Anodhisapuggala)

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ theo tuần tự đến mỗi loại chúng-sinh không chỉ định như sau:

1- *Sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

2- *Sabbe paṇā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

3- *Sabbe bhūtā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

4- *Sabbe puggalā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

7 loại chúng-sinh (Odhisapuggala)

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ theo tuần tự đến mỗi loại chúng-sinh có chỉ định như sau:

1- *Sabbā itthiyo averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

2- *Sabbe purisā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

3- *Sabbe ariyā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

4- *Sabbe anariyā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

5- *Sabbe devā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

6- *Sabbe manussā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

7- *Sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

10 phương hướng

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đến mỗi loại chúng-sinh trong mỗi phương hướng như sau:

1.1- *Puratthimāya disāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

1.2-12- *Puratthimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe*

bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.

2.1- *Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Nam, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

2.2-12- *Puratthimāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

3.1- *Dakkhināya disāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Nam, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

3.2-12- *Dakkhināya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

4.1- *Dakkhināya anudisāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Nam, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

4.2-12- *Dakkhināya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāva-pariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

5.1- *Pacchimāya disāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ parihantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

5.2-12- *Pacchimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāva-pariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

6.1- *Pacchimāya anudisāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Bắc, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

6.2-12- *Pacchimāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvaparīyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

7.1- *Uttarāya disāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Bắc, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

7.2-12- *Uttarāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

8.1- *Uttarāya anudisāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Bắc, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

8.2-12- *Uttarāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

9.1- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng dưới, không có oan trái lẫn nhau, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

9.2-12- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe*

anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.

10.1- *Uparimāya disāya, sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng trên, không có oan trái lẫn nhau, không có khô tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc.

10.2-12- *Uparimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.*

Hành-giả niệm rải tâm-từ với 4 pháp-từ đến 12 chúng-sinh từ *sabbe sattā*, v.v... cho đến *sabbe vinipātikā* trong 10 phương hướng từ hướng *Puratthimāya disāya*: hướng Đông, v.v... cho đến hướng *Uparimāya disāya*: hướng trên.

Như vậy, niệm rải tâm-từ với 4 pháp-từ đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng tổng cộng như sau:

* *Puggalavārapharaṇāmettā* có $4 \times 12 = 48$ phương pháp niệm rải tâm-từ với 4 pháp-từ đến 12 loại chúng-sinh.

* *Disāpharaṇāmettā* có $10 \times 48 = 480$ phương-pháp niệm rải tâm-từ với 4 pháp-từ đến 48 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng.

Tổng cộng 2 phương-pháp niệm rải tâm-từ $48 + 480 = 528$ *pharaṇāmettā* phương pháp niệm rải tâm-từ.

Đề-mục niệm rải tâm-từ là đề-mục thiên-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm: từ đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiên

sắc-giới thiện-tâm (trừ đê-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm), cho nên đê-mục niệm rải tâm-từ có 3 loại nimitta, 3 loại bhāvanā, 3 loại samādhī.

Ba loại nimitta

- Khi hành-giả ban đầu thực hành niệm rải tâm-từ cho *atta*: chính mình làm nền tảng, tiếp theo niệm rải tâm-từ theo tuần tự đến *piyapuggala*: hạng người thương yêu, *majjhappuggala*: hạng người không thương không ghét, *verīpuggala*: hạng người là kẻ thù của mình gồm có 4 hạng người gọi là *đối-tượng parikammanimitta*.

- Khi tâm-từ của hành-giả phát triển tốt, có năng lực, trong 4 hạng người: *atta*, *piyapuggala*, *majjhappuggala*, *verīpuggala*, nhưng chưa đạt đến *sīmāsambheda*: xóa bỏ ranh giới tâm-từ, gọi là *đối-tượng uggahanimitta*.

- Khi hành-giả thực hành niệm rải tâm-từ đến 4 hạng người: *atta*, *piyapuggala*, *majjhappuggala*, *verīpuggala*, đã đạt đến *sīmāsambheda*: xóa bỏ ranh giới tâm-từ, nên tâm-từ đồng đều đối với chính mình và 3 hạng người, gọi là *đối-tượng paṭibhāganimitta*.

Trong 3 loại *đối-tượng nimitta* ấy, *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *đối-tượng nimitta* gián tiếp, bởi vì *đê-mục niệm rải tâm-từ* này là *đê-mục thiền-định* mà hành-giả thực hành chỉ *niệm biết bằng tâm* mà thôi, không thể dùng mắt để nhìn, hoặc dùng thân tiếp xúc, nên *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* thuộc *đối-tượng nimitta* gián tiếp.

Ba loại bhāvanā, ba loại samādhī

- Khi hành-giả ban đầu thực hành *đê-mục niệm rải tâm-từ* cho chính mình (*atta*) với *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm rải tâm-từ rằng:

“*Ahaṃ avero homi, abyāpajjo homi, anīgho homi, sukhī attānaṃ pariharāmi.*”

- Niệm rải tâm-từ theo tuần tự đến hạng người *piyapuggala*, hạng người *majjhattapuggala*, hạng người *verīpuggala* rằng:

“*Sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu, v.v...*”

Như vậy, gọi là ***parikammabhāvanā***: tâm-hành ban đầu, và ***định-tâm*** đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là ***parikammasamādhī***.

- Khi hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-từ* với *dục-giới đại-thiện-tâm* có *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, chưa đạt đến *sīmāsambheda*: xóa bỏ ranh giới tâm-từ, vẫn còn *dục-giới đại-thiện-tâm*, nên gọi là ***upacārabhāvanā***: tâm-hành cận đến bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, và ***định-tâm*** đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là ***upacārasamādhī***.

- Khi hành-giả thực hành *niệm rải tâm-từ* có *đối-tượng paṭibhāganimitta* đã đạt đến *sīmāsambheda*: xóa bỏ ranh giới tâm-từ, chứng đắc bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, nên gọi là ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm và ***định-tâm*** đồng sinh với *đệ-nhất-thiên-sắc-giới thiện-tâm* ấy gọi là ***appanāsamādhī***.

* Phương pháp thực hành để chứng đắc từ *đệ-nhị-thiên sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* hầu hết giống như đề-mục thiền-định hình tròn đất ***pathavīkaṣiṇa*** đã trình bày phần trước.

Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-từ

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ, nên biết 8 điều về *đề-mục niệm rải tâm-từ*:

1- *Lakkhaṇa*: Tâm-từ có trạng-thái biểu hiện bằng hành động, lời nói, ý nghĩ đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc đến tất cả chúng-sinh.

2- *Rasa*: Tâm-từ có phận sự làm cho chúng-sinh được sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc.

3- *Paccupaṭṭhāna*: Sự hiện hữu của tâm-từ làm tiêu diệt tâm sân-hận.

4- *Paḍaṭṭhāna*: Chỉ thấy những điều tốt, điều thiện của chúng-sinh mà thôi, không quan tâm đến điều xấu của chúng-sinh là nguyên nhân gần của tâm-từ.

5- *Sampatti*: Sự thành tựu của tâm-từ là sự lắng dịu tâm thù-hận.

6- *Vippatti*: Sự thất bại của tâm-từ là sự phát sinh tâm tham-ái say mê.

7- *Āsannapaccatthika*: Thù nghịch gần của tâm-từ là tham-dục.

8- *Dūrapaccatthika*: Thù nghịch xa của tâm-từ là tâm sân hận.

Quả-báu của đề-mục niệm rải tâm-từ

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ, có được 11 quả-báu:

1- *Sukhaṃ supati*: Ngủ được an-lạc.

2- *Sukhaṃ paṭibujjhati*: Thức dậy được an-lạc.

3- *Na pāpaṃ supinaṃ passati*: Không thấy ác mộng.

4- *Manussānaṃ piyo hoti*: Được mọi người thương yêu.

5- *Amanussānaṃ piyo hotu*: Được các hàng phi nhân thương yêu.

6- *Devatā rakkhati*: Được chư-thiên hộ trì.

7- *Nassa aggi vā viṣaṃ vā satthaṃ vā kamati*: Lửa hoặc chất độc hoặc các loại khí giới không thể làm hại được.

8- *Tuvaṭṭaṃ cittaṃ samādhīyati*: Tâm dễ dàng an-định.

9- *Mukhavaṇṇo vipassīdati*: Gương mặt tươi sáng.

10- *Asammulho kālaṃ karoti*: Lúc lâm chung không mê muội, đại-thiện-tâm tinh táo sáng suốt.

11- *Uttarimappativijjhanto brahmalokupago hoti*: Đề-mục niệm rải tâm-từ có khả năng dẫn đến chứng đắc từ đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm (trừ đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm), nếu chưa trở thành bậc Thánh A-ra-hán thì sau khi hành-giả chết, sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên, tùy theo sắc-giới quả-tâm của bậc thiên sở đắc của hành-giả.

(Xong đề-mục niệm rải tâm-từ.)

4.2- Đề-Mục Thiên-Định Niệm Rải Tâm-Bi (Karunā)

Đề-mục niệm rải tâm-bi là đề-mục thiên-định chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc từ đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm mà thôi, bởi vì đề-mục thiên-định niệm rải tâm-bi cần có chi-thiền lạc (*sukha*), nên không có thể chứng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Karunā: Tâm-bi thương xót chúng-sinh.

Định nghĩa: “*Paradukkhe sati sādḥūnaṃ hadaya-kampanaṃ karotī’ti karunā*.”

Khi thấy chúng-sinh khác đang bị đau khổ, đại-thiện-tâm nào của bậc thiện-trí cảm thấy thương xót chúng-sinh, đại-thiện-tâm ấy gọi là **karunā (tâm-bi)**.

“*Kiṇāti vā paradukkhaṃ hiṃsati vināsetī’ti karunā*.”

Đại-thiện-tâm nào muốn cứu giúp chúng-sinh khác thoát khỏi cảnh khổ, đại-thiện-tâm ấy gọi là **karunā**:

tâm-bi, có chi-pháp là *karuṇācetasika*: bi tâm-sở đồng sinh với đại-thiện-tâm có đối-tượng *dukkhitasatta-paññatti* (chúng-sinh đang khổ).

Karuṇā: Tâm-bi có 2 loại:

1- Tâm-bi thật vô lượng.

2- Tâm-bi giả.

Tâm-bi vô-lượng thật như thế nào?

Tâm-bi vô-lượng thật là tâm-bi thương xót chúng-sinh đang bị đau khổ do bệnh hoạn ốm đau, bị tai nạn, v.v... trong hiện-tại, hoặc chúng-sinh sẽ gặp cảnh đau khổ trong tương lai.

Hành-giả có *tâm-bi* đồng sinh với *đại-thiện-tâm* trong sạch thương xót, dù có thể cứu giúp chúng-sinh ấy thoát khỏi cảnh khổ, dù không thể cứu giúp chúng-sinh ấy thoát khỏi cảnh khổ, cũng không hề phát sinh tâm lo âu sầu não, không làm cho tâm của mình bị ô nhiễm bởi phiền-não nào cả.

Khi ấy, chỉ có *tâm-bi* đồng sinh với *đại-thiện-tâm* trong sạch đối với chúng-sinh đang bị khổ mà thôi.

Đó là trạng-thái của *tâm-bi vô-lượng thật* (*karuṇā appamaññā*).

Tâm-bi giả như thế nào?

Tâm-bi giả là tâm-bi thương xót chúng-sinh đang bị đau khổ do bệnh hoạn ốm đau, bị tai nạn, v.v... trong hiện-tại, hoặc chúng-sinh sẽ gặp cảnh đau khổ trong tương lai.

Hành-giả có *tâm-bi* thương xót, cứu giúp chúng-sinh ấy thoát khỏi cảnh khổ, nếu không thể cứu giúp chúng-sinh ấy thoát khỏi cảnh khổ thì phát sinh tâm lo lắng, nóng nảy, sầu não, làm cho tâm bị ô nhiễm bởi phiền-não.

Đó là trạng-thái của *tâm-bi giả*.

Hành-giả thực hành đề-mục *niệm rỗi tâm-bi vô-lượng* có đối-tượng *dukkhitapuggala* (người đang bị đau khổ), có 2 nhóm:

1- Người ấy đang bị đau khổ do gặp phải 1 trong 5 điều thiệt hại (*byasana*):

- *Nātibyasana*: Sự thiệt hại thân quyền như cha, mẹ chết, vợ, chồng chết, con cái chết, v.v...
- *Bhogabyasana*: Sự thiệt hại của cải tài sản do bị tiêu hủy, mất mát, mất danh lợi, v.v...
- *Rogabyasana*: Sự thiệt hại vì mắc bệnh nan y, gặp phải tai nạn, ...
- *Sīlabyasana*: Sự thiệt hại vì phá giới, đứt giới, ...
- *Diṭṭhibyasana*: Sự thiệt hại do tà-kiến thấy sai, chấp làm, làm mất chánh kiến, ...

2- Người ấy sẽ bị đau khổ do gặp phải 1 trong 5 điều thiệt hại (*byasana*) trong thời vị-lai, hoặc bị khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài, chắc chắn phải chịu khổ sinh, lão, bệnh, tử mà không thể tránh khỏi được.

Hành-giả thực hành đề-mục *niệm rỗi tâm-bi*, nếu không gặp đối-tượng *dukkhitapuggala*, người bị đau khổ nhóm thứ nhất thì thực hành *niệm rỗi tâm-bi* đến đối-tượng *dukkhitapuggala*, người bị đau khổ nhóm thứ nhì cũng được.

Hành-giả nên nghĩ rằng: “Hiện-tại, tuy người ấy đang hưởng mọi sự an-lạc do nhờ của cải tài sản, quyền cao chức trọng trong đời, nhưng chắc chắn sẽ gặp phải 1 trong 5 điều thiệt hại trong thời vị-lai, hoặc sẽ phải chịu cảnh khổ sinh, lão, bệnh, tử trong kiếp hiện-tại và kiếp vị-lai không sao tránh khỏi được.”

Phương pháp thực hành niệm rỗi tâm-bi

Hành-giả thực hành đề-mục thiên-định niệm rỗi tâm-bi đến 4 hạng người theo tuần tự như sau:

- 1- *Thực hành niệm rải tâm-bi cho chính mình.*
- 2- *Dukkhitapuggala nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người majjhatappuggala.*
- 3- *Dukkhitapuggala nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người piyapuggala.*
- 4- *Dukkhitapuggala nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người verīpuggala.*

Hành-giả không nên niệm rải tâm-bi đến người khác phái với mình và người chết.

Hành-giả ban đầu thực hành *đề-mục niệm rải tâm-bi cho chính mình trước tiên*, bởi vì mình hiện-tại là người đang bị khổ thân, khổ già, khổ bệnh và cuối cùng khổ chết không sao tránh khỏi được, và chắc chắn cũng sẽ gặp phải điều thiệt hại, cho nên, chính mình là người đáng thương xót, mong thoát khỏi khổ.

Sau khi hành-giả thực hành *niệm rải tâm-bi cho chính mình (atta)*, tâm-bi phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

Khi ấy, tiếp theo hành-giả nên thực hành *đề-mục niệm rải tâm-bi đến hạng người majjhatappuggala: người không thương không ghét, tâm-bi thật dễ dàng phát sinh*, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Nếu hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-bi đến hạng người piyapuggala: người đáng thương yêu* trước thì *tâm-bi thật* không phát sinh, *tâm-bi giả* phát sinh, bởi vì tâm nóng nảy lo lắng mong sao cho người đáng thương yêu ấy mau chóng khỏi đau khổ.

- Nếu hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-bi đến hạng người verīpuggala: người là kẻ thù của mình* trước thì *tâm-bi* sẽ không phát sinh, mà phát sinh *tham-tâm đồng sinh* với hỷ hải lòng thấy kẻ thù của mình đang khổ.

Vì vậy, hành-giả nên thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi theo tuần tự 3 hạng người: *Majjhattapuggala* (người không thương không ghét) trước, tiếp theo *piyapuggala* (người đáng thương yêu), cuối cùng *verīpuggala* (người là kẻ thù của mình), cho đến khi đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-bi).

Khi hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi đến hạng người *verīpuggala* nhóm thứ nhất đang bị đau khổ thì không để cho *tham-tâm* đồng sinh với *hỷ* hài lòng phát sinh, và hạng người *verīpuggala* nhóm thứ nhì sẽ bị đau khổ thì không để cho *tâm-sân* phát sinh.

Phương pháp thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi phần lớn cũng tương tự như phương pháp thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ đã trình bày, chỉ có khác nhau về đối-tượng và các phần nhỏ khác mà thôi.

Hạng người cần phải niệm rải tâm-bi trước tiên

Muốn thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi (*karuṇā*), để mong chúng đắc từ-đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả cần phải niệm rải tâm-bi cho **chính mình trước tiên** (*atta*), bởi vì tâm-bi thương xót người khác dù nhiều bao nhiêu đi nữa, chắc chắn cũng không bằng tâm-bi thương xót chính mình.

Niệm rải tâm-bi cho mình

Hành-giả thực hành thiên-định đề-mục niệm rải tâm-bi cho chính mình trước tiên như sau:

“Ahaṃ dukkhā muccāmi.”

Mong cho tôi thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

Sau khi tâm-bi phát sinh, rồi tiến triển có năng lực nhiều, hành-giả nên suy xét rằng: *“Tâm-bi mong muốn giải thoát khỏi khổ đối với ta như thế nào thì tâm-bi*

mong muốn giải thoát khỏi khổ đối với tất cả chúng-sinh khác dù lớn dù nhỏ cũng như thế ấy.”

Đó là tâm-bi cơ bản làm nền tảng hỗ trợ cho tâm-bi có thể phát sinh lên đối với các chúng-sinh khác.

Cách niệm rải tâm-bi đến người khác

- Nếu hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi đến một người (số ít) thì như sau:

So dukkhā muccatu.

Mong cho người ấy thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

Nếu hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi đến 2 người trở lên (số nhiều) thì niệm như sau:

Te dukkhā muccantu.

Mong cho những người ấy thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

Niệm rải tâm-bi đến 3 hạng người theo tuần tự

Sau khi thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi cho chính mình (*atta*), tâm-bi phát triển tốt, có năng lực vững vàng, hành-giả tiếp tục thực hành niệm rải tâm-bi đến 3 hạng người theo tuần tự như sau:

- *Dukkhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *majjhatappuggala*.
- *Dukkhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *piyapuggala*.
- *Dukkhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *verīpuggala*.

1- *Majjhatappuggala*: Hạng người không thương không ghét.

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-bi đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người không thương không ghét, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-bi phát triển có nhiều năng lực.

2- *Piyapuggala*: Hạng người đáng thương xót

Tiếp theo, hành-giả thực hành *niệm rải tâm-bi* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người đáng thương xót, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-bi phát triển có nhiều năng lực.

3- *Verīpuggala*: Hạng người là kẻ thù

Tiếp theo cuối cùng, hành-giả thực hành *niệm rải tâm-bi* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người là kẻ thù, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-bi phát triển có nhiều năng lực, để đạt đến *sīmā-sambheda*: xóa ranh giới tâm-bi, như đã trình bày trong đề-mục niệm rải tâm-từ.

Hành-giả thực hành *niệm rải tâm-bi* đến hạng người nào, hạng người ấy hiện rõ trực tiếp đến *đại-thiện-tâm* của hành-giả, làm cho *tâm-bi* phát sinh trong đối-tượng hạng người ấy. Vì vậy, phương pháp thực hành *niệm rải tâm-bi* không chỉ niệm rải tâm-bi bằng tâm, mà còn phải định-tâm niệm tưởng biết rõ đối-tượng, rồi hành-giả niệm rải tâm-bi đến hạng người ấy.

Cho nên, hành-giả là người có đầy đủ 5 *pháp-chủ* (*tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ*) có nhiều năng lực, mới dễ dàng thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi này được.

Để cho *tâm-bi* phát sinh và tiến triển tốt, hành-giả cần phải theo phương pháp thực hành *niệm rải tâm-bi* cho chính mình trước tiên (*atta*) làm nền tảng, rồi tiếp theo thực hành niệm rải tâm-bi theo tuần tự 3 hạng người: *Majjhataṭṭapuggala, piyapuggala, verīpuggala* cho đến khi đạt đến *sīmā-sambheda*: xóa bỏ ranh giới tâm-bi, khi tâm-bi đồng đều đối với 4 hạng người (chính mình và 3 hạng người theo tuần tự).

Niệm rải tâm-bi theo Paṭisambhidāmagga

Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành niệm rải tâm-bi với **1 pháp-bi đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng**, theo phương pháp trong bộ Paṭisambhidāmagga.

1 pháp niệm rải tâm-bi

Sabbe sattā dukkhā muccantu

Mong cho tất cả chúng-sinh thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi với 1 pháp-bi đến 12 loại chúng-sinh.

12 loại chúng-sinh

12 loại chúng-sinh được chia ra làm 2 nhóm:

A- Anodhisapuggala: Hạng chúng-sinh chung không có chỉ định, có 5 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-bi đến 5 loại chúng-sinh không chỉ định:

1- *Sabbe sattā:* Tất cả chúng-sinh.

2- *Sabbe paṇā:* Tất cả chúng-sinh có sinh-mạng.

3- *Sabbe bhūtā:* Tất cả chúng-sinh hiện hữu.

4- *Sabbe puggalā:* Tất cả hạng chúng-sinh.

5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā:* Tất cả chúng-sinh có ngũ-uẩn.

5 loại chúng-sinh này có danh từ riêng gọi khác nhau, nhưng ý nghĩa chung giống nhau, bởi vì tất cả đều là chúng-sinh như nhau cả.

B- Odhisapuggala: Hạng chúng-sinh riêng có chỉ định, có 7 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-bi đến 7 loại chúng-sinh có chỉ định:

1- *Sabbā itthiyo:* Tất cả người nữ.

2- *Sabbe purisā:* Tất cả người nam.

3- *Sabbe ariyā:* Tất cả bậc Thánh-nhân.

- 4- *Sabbe anariyā: Tất cả hạng phàm-nhân.*
- 5- *Sabbe devā: Tất cả chư-thiên.*
- 6- *Sabbe manussā: Tất cả nhân-loại.*
- 7- *Sabbe vinipātikā: Tất cả nhóm nga-quỷ, a-su-ra.*

10 phương hướng

Niệm rải tâm-bi đến chúng-sinh trong 10 phương:

- 1- *Puratthimāya disāya: Hướng Đông.*
- 2- *Puratthimāya anudisāya: Hướng Đông Nam.*
- 3- *Dakkhināya disāya: Hướng Nam.*
- 4- *Dakkhināya anudisāya: Hướng Tây Nam.*
- 5- *Pacchimāya disāya: Hướng Tây.*
- 6- *Pacchimāya anudisāya: Hướng Tây Bắc.*
- 7- *Uttarāya disāya: Hướng Bắc.*
- 8- *Uttarāya anudisāya: Hướng Đông Bắc.*
- 9- *Heṭṭhimāya disāya: Hướng dưới.*
- 10- *Uparimāya disāya: Hướng trên.*

Phương pháp thực hành niệm rải tâm-bi đến 12 loại chúng-sinh

5 loại chúng-sinh (Anodhisapuggala)

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-bi theo tuần tự đến mỗi loại chúng-sinh như sau:

- 1- *Sabbe sattā dukkhā muccantu.*
- 2- *Sabbe paṇā dukkhā muccantu.*
- 3- *Sabbe bhūtā dukkhā muccantu.*
- 4- *Sabbe puggalā dukkhā muccantu.*
- 5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā dukkhā muccantu.*

7 loại chúng-sinh (Odhisapuggala)

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-bi theo tuần tự đến mỗi loại chúng-sinh như sau:

- 1- *Sabbā itthiyo dukkhā muccantu.*
- 2- *Sabbe purisā dukkhā muccantu.*

- 3- *Sabbe ariyā dukkhā muccantu.*
 4- *Sabbe anariyā dukkhā muccantu.*
 5- *Sabbe devā dukkhā muccantu.*
 6- *Sabbe manussā dukkhā muccantu.*
 7- *Sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

10 phương hướng

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-bi đến mỗi loại chúng-sinh trong mỗi phương hướng như sau:

1.1- *Puratthimāya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

1.2-12- *Puratthimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

2.1- *Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Nam, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

2.2-12- *Puratthimāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

3.1- *Dakkhināya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Nam, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

3.2-12- *Dakkhināya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā,*

... *sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

4.1- *Dakkhināya anudisāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Nam, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

4.2-12- *Dakkhināya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

5.1- *Pacchimāya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

5.2-12- *Pacchimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

6.1- *Pacchimāya anudisāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Bắc, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

6.2-12- *Pacchināya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

7.1- *Uttarāya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Bắc, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

7.2-12- *Uttarāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

8.1- *Uttarāya anudisāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Bắc, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

8.2-12- *Uttarāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

9.1- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng dưới, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

9.2-12- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

10.1- *Uparimāya disāya, sabbe sattā dukkhā muccantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng trên, thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

10.2-12- *Uparimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā dukkhā muccantu.*

Hành-giả niệm rải tâm-bi với 1 pháp-bi đến 12 chúng-sinh từ *sabbe sattā*, v.v... cho đến *sabbe vinipātikā* trong 10 phương hướng từ hướng *Puratthimāya disāya* (hướng Đông), v.v... cho đến hướng *Uparimāya disāya* (hướng trên).

Như vậy, niệm rải tâm-bi với 1 pháp-bi đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng tổng cộng như sau:

* *Puggalavārapharaṇākaruṇā* có 12 phương pháp niệm rải tâm-bi với 1 pháp-bi đến 12 loại chúng-sinh.

* *Disāpharaṇākaruṇā* có $10 \times 12 = 120$ phương pháp niệm rải tâm-bi với 1 pháp-bi đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng.

Tổng cộng 2 phương-pháp niệm rải tâm-bi $12 + 120 = 132$ pharaṇākaruṇā phương pháp niệm rải tâm-bi.

Đề-mục niệm rải tâm-bi là đề-mục thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm từ đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm (trừ đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm), cho nên đề-mục niệm rải tâm-bi có 3 loại nimitta, 3 loại bhāvanā, 3 loại samādhi.

Ba loại nimitta

- Khi hành-giả ban đầu thực hành niệm rải tâm-bi cho *atta*: chính mình làm nền tảng, tiếp theo niệm rải tâm-bi theo tuần tự đến *majjhappuggala* (hạng người không thương không ghét), *piyappuggala* (hạng người thương yêu), *verippuggala* (hạng người là kẻ thù của mình) gồm có 4 hạng người gọi là đối-tượng **parikammanimitta**.

- Khi tâm-bi của hành-giả phát triển tốt, có năng lực trong 4 hạng người: *atta*, *majjhappuggala*, *piyappuggala*, *verippuggala*, nhưng chưa đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-bi), gọi là đối-tượng **uggahanimitta**.

- Khi hành-giả thực hành *niệm rảnh tâm-bi* đến 4 hạng người: *atta, majjhappuggala, piyapuggala, verīpuggala*, đã đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-bi), nên *tâm-bi* đồng đều đối với chính mình và 3 hạng người, gọi là *đối-tượng paṭibhāganimitta*.

Trong 3 loại *đối-tượng nimitta* ấy, *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* là *đối-tượng nimitta* gián tiếp, bởi vì *đề-mục niệm rảnh tâm-bi* này là *đề-mục* thiền-định mà hành-giả thực hành chỉ *niệm biết bằng tâm* mà thôi, không thể dùng mắt để nhìn, hoặc dùng thân tiếp xúc, nên *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* thuộc *đối-tượng nimitta* gián tiếp.

Ba loại bhāvanā, ba loại samādhi

- Khi hành-giả ban đầu thực hành *đề-mục niệm rảnh tâm-bi* cho chính mình (*atta*) với *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm rảnh tâm-bi rằng:

“*Ahaṃ dukkhā muccāmi.*”

- Niệm rảnh tâm-bi theo tuần tự đến *hạng người majjhappuggala, hạng người piyapuggala, hạng người verīpuggala* rằng:

“*Sabbe sattā dukkhā muccantu, v.v...*”

Như vậy, gọi là *parikammabhāvanā*: *Tâm-hành ban đầu*, và *định-tâm* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là *parikammāsamādhi*.

- Khi hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rảnh tâm-bi* với *dục-giới đại-thiện-tâm* có *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, chưa đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-bi), vẫn còn *dục-giới đại-thiện-tâm*, nên gọi là *upacārabhāvanā*: *tâm-hành cận đến bậc thiện sắc-giới*, và *định-tâm* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là *upacārasamādhi*.

- Khi hành-giả thực hành *niệm rải tâm-bi* có *đối-tượng paṭibhāganimitta* đã đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-bi), chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, nên gọi là **appanābhāvanā**: tâm-hành chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm và **định-tâm** đồng sinh với đệ-nhất-thiền-sắc-giới thiện-tâm ấy gọi là **appanāsamādhī**.

* Phương pháp thực hành để chứng đắc từ đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm hầu hết giống như đề-mục thiền-định hình tròn đất **pathavīkaṣiṇa** đã trình bày phần trước.

Nên biết 8 điều về đề-mục thiền-định niệm rải tâm-bi

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi, nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-bi:

1- *Lakkhaṇa*: Tâm-bi có trạng-thái biểu hiện bằng thân hành động, lời nói, ý nghĩ cứu giúp chúng-sinh thoát khỏi khổ thân, khổ tâm.

2- *Rasa*: Tâm-bi có phận sự cứu giúp chúng-sinh thoát khỏi cảnh khổ.

3- *Paccupaṭṭhāna*: Sự hiện hữu của tâm-bi không làm khổ chúng-sinh.

4- *Paḍaṭṭhāna*: Xét thấy chúng-sinh đang rơi vào trong cảnh khổ không nơi nương tựa.

5- *Sampatti*: Sự thành tựu của tâm-bi là sự lắng dịu được tâm sân làm khổ chúng-sinh.

6- *Vippatti*: Sự thất bại của tâm-bi là sự phát sinh tâm sầu não.

7- *Āsannapaccatthika*: Thù nghịch gần của tâm-bi liên hệ đến gia đình.

8- *Dūrapaccatthika*: Thù nghịch xa của tâm-bi là làm khổ chúng-sinh.

Quả-báu của đề-mục niệm rải tâm-bi

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-bi có 11 quả-báu tương tự như 11 quả báu của đề-mục niệm rải tâm-từ.

(Xong đề-mục niệm rải tâm-bi.)

4.3- Đề-Mục Thiền-Định Niệm Rải Tâm-Hỷ (Muditā)

Đề-mục niệm rải tâm-hỷ là đề-mục thiền-định chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc từ *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà thôi, bởi vì *đề-mục thiền-định niệm rải tâm-hỷ* cần có *chi-thiền lạc (sukha)*, nên không thể chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* được.

Muditā: Tâm-hỷ vui mừng sự an-lạc của chúng-sinh.

Định nghĩa:

“*Tam samaṅgino modanti etāyā’ti muditā.*”

Bậc *thiện-trí phát sinh đại-thiện-tâm hoan-hỷ* vui mừng sự an-lạc sung túc của chúng-sinh, gọi là ***muditā: tâm-hỷ***, có *chi-pháp* là ***muditācetasika***: *hỷ tâm-sở* đồng sinh với *đại-thiện-tâm* có *đối-tượng* ***sukhitasattapaññatti***: *chúng-sinh an-lạc*.

Muditā: Tâm-hỷ có 2 loại:

1- *Tâm-hỷ thật vô lượng*.

2- *Tâm-hỷ giả*.

Tâm-hỷ thật vô-lượng như thế nào?

Tâm-hỷ thật vô-lượng là *đại-thiện-tâm hoan-hỷ* vui mừng đối với chúng-sinh đang hưởng mọi sự an-lạc sung túc, hoặc chúng-sinh sẽ được mọi sự an-lạc sung túc trong thời vị-lai, hành-giả phát sinh *đại-thiện-tâm* không chấp nhất, không khoe khoang, chỉ có *đại-thiện-tâm đồng sinh* với *hỷ* trong sáng mà thôi.

Đó là trạng-thái của *tâm-hỷ thật vô-lượng (muditā appamaññā)*.

Tâm-hỷ giả như thế nào?

Tâm-hỷ giả là đại-thiện-tâm vui mừng hoan-hỷ đối với chúng-sinh đang hưởng mọi sự an-lạc sung túc, hoặc chúng-sinh sẽ được mọi sự an-lạc trong thời vị-lai, có tham-tâm hoan-hỷ chấp nhất, muốn được hãnh diện đối với mọi người.

Tâm-hỷ giả phát sinh do thấy, biết tin cha mẹ, anh em được chức trọng quyền cao, được giàu sang phú quý, hoặc con trai, con gái học hành giỏi, thi đậu bằng cấp cao, v.v... chấp nhất, khoe khoang rằng: “*Người ấy là cha của tôi, mẹ của tôi, con của tôi, ...*”

Đó là trạng-thái của *tâm-hỷ giả*.

Hành-giả thực hành đề-mục *niệm rải tâm-hỷ thật vô-lượng* có đối-tượng *sukhitapuggala*: người đang hưởng sự an-lạc có 2 nhóm:

1- *Người đang hưởng mọi sự an-lạc, hoặc sẽ được mọi an-lạc trong thời vị-lai.*

2- *Người đã từng hưởng mọi sự an-lạc trong quá-khứ. Trong hiện-tại, nếu người ấy đang gặp phải sự thiệt hại thì hành-giả nên nghĩ về quá-khứ của người ấy.*

Hành-giả thực hành đề-mục *niệm rải tâm-hỷ*, nếu không gặp đối-tượng *sukhitapuggala*, người đang hưởng mọi sự an-lạc nhóm thứ nhất thì thực hành *niệm rải tâm-hỷ* đến đối-tượng *sukhitapuggala*, người đã từng hưởng mọi sự an-lạc nhóm thứ nhì cũng được.

Hành-giả nên suy xét rằng: “*Hiện-tại, tuy người ấy đang gặp phải sự thiệt hại, nhưng trong quá-khứ, người ấy đã từng là người có chức trọng quyền cao, giàu sang phú quý, đã từng hưởng mọi sự an-lạc trong đời.*”

Phương pháp thực hành niệm rải tâm-hỷ

Hành-giả thực hành đề-mục thiền-định niệm rải tâm-hỷ đến các hạng người theo tuần tự như sau:

- 1- *Thực hành niệm rải tâm-hỷ đến chính mình.*
- 2- *Sukhitapuggala nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người atipiyapuggala.*
- 3- *Sukhitapuggala nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người piyapuggala.*
- 4- *Sukhitapuggala nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người majjhatappuggala.*
- 5- *Sukhitapuggala nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người verīpuggala.*

Hành-giả không nên niệm rải tâm-hỷ đến người khác phái với mình và người chết.

Hành-giả ban đầu thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ cho chính mình trước tiên, bởi vì mình hiện-tại là người đang hưởng sự an-lạc.

Sau khi thực hành niệm rải tâm-hỷ cho chính mình (*atta*), tâm-hỷ phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Tiếp theo hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ đến hạng người *atipiyapuggala*: người thương yêu nhiều, tâm-hỷ thật dễ dàng phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Tiếp theo, hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ đến hạng người *piyapuggala*: người thương yêu, tâm-hỷ thật phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Tiếp theo, hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ đến hạng người *majjhatappuggala*: người không thương không ghét, tâm-hỷ thật phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Tiếp theo cuối cùng, hành-giả thực hành đề-mục niệm

rải tâm-hỷ đến hạng người *verīpuggala*: người là kẻ thù của mình, để cho tâm-hỷ thật phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

Vì vậy, hành-giả cần phải thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ theo tuần tự 4 hạng người: *atta*, *atīpiyapuggala*, *piyapuggala*, *majjhappuggala*, và cuối cùng đến hạng người *verīpuggala*: người là kẻ thù của mình, để đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ), giống như đã trình bày trong đề-mục niệm rải tâm-từ.

Khi hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ đến hạng người *verīpuggala* đang hưởng sự an-lạc nhóm thứ nhất, không để cho tâm-sân phát sinh, và hạng người *verīpuggala* đã từng hưởng sự an-lạc nhóm thứ nhì, không để cho tâm ganh tỵ phát sinh.

Phương pháp thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ phần lớn cũng tương tự như phương pháp thực hành đề-mục niệm rải tâm-từ đã trình bày, chỉ có khác về đối-tượng và các phần nhỏ mà thôi.

Hạng người cần phải niệm rải tâm-hỷ trước tiên

Muốn thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ (*muditā*), để mong chứng đắc từ đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả cần phải niệm rải tâm-hỷ cho **chính mình trước tiên** (*atta*), bởi vì tâm-hỷ vui mừng người khác dù nhiều bao nhiêu đi nữa, chắc chắn cũng không bằng tâm-hỷ vui mừng chính mình.

Niệm rải tâm-hỷ cho mình

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ cho chính mình trước tiên như sau:

“Ahaṃ yathā laddhasampattito mā vigacchāmi.”

Mong cho tôi đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

Sau khi tâm-hỷ phát sinh, rồi tiến triển có nhiều năng lực, hành-giả suy xét rằng: *“Tâm-hỷ mong muốn đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được, đối với ta như thế nào, thì tâm-hỷ mong muốn đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đối với tất cả chúng-sinh khác dù lớn dù nhỏ cũng như thế ấy.”*

Đó là tâm-hỷ cơ bản của mình làm nền tảng hỗ trợ cho tâm-hỷ phát sinh lên đối với các chúng-sinh khác.

Cách niệm rải tâm-hỷ đến người khác

- Nếu hành-giả thực hành đề-mục thiên-định niệm rải tâm-hỷ đến *một người (số ít)* thì như sau:

“Yathā laddhasampattito mā vigacchatu.”

Mong cho người ấy đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

- Nếu hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ đến *2 người trở lên (số nhiều)* thì như sau:

“Yathā laddhasampattito mā vigacchantu.”

Mong cho những người ấy đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

Niệm rải tâm-hỷ đến 4 hạng người theo tuần tự

Sau khi thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ cho *atta*: chính mình, tâm-hỷ phát triển tốt, có năng lực vững vàng, hành-giả có thể tiếp tục thực hành niệm rải tâm-hỷ đến 4 hạng người theo tuần tự như sau:

- *Sukhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *atipiyapuggala*.

- *Sukhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *piyapuggala*.

- *Sukhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *majjhappuggala*.

- *Sukhitapuggala* nhóm thứ nhất và nhóm thứ nhì thuộc hạng người *verīpuggala*.

1- *Atīpiyapuggala*: Hạng người thương yêu nhiều

Hành-giả thực hành *niệm rải tâm-hỷ* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người thương yêu nhiều như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-hỷ phát triển có nhiều năng lực.

2- *Piyapuggala*: Hạng người thương yêu

Tiếp theo hành-giả thực hành *niệm rải tâm-hỷ* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người thương yêu như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-hỷ phát triển có nhiều năng lực.

3- *Majjhatappuggala*: Hạng người không thương, không ghét

Tiếp theo, hành-giả thực hành *niệm rải tâm-hỷ* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người không thương, không ghét như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-hỷ phát triển có nhiều năng lực.

4- *Verīpuggala*: Hạng người là kẻ thù

Cuối cùng tiếp theo, hành-giả thực hành *niệm rải tâm-hỷ* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người là kẻ thù như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-hỷ phát triển có nhiều năng lực.

Hành-giả thực hành *niệm rải tâm-hỷ* đến hạng người nào, hạng người ấy hiện rõ trực tiếp đến thiện-tâm của hành-giả, làm cho tâm-hỷ phát sinh trong đối-tượng hạng người ấy. Vì vậy, phương-pháp thực hành *niệm rải tâm-hỷ* không chỉ niệm rải tâm-hỷ bằng tâm, mà còn phải định-tâm niệm tưởng biết rõ đối-tượng, rồi hành-giả *niệm rải tâm-hỷ* đến hạng người ấy.

Cho nên, hành-giả là người có đầy đủ 5 pháp-chủ: *tín pháp-chủ, tấn pháp-chủ, niệm pháp-chủ, định pháp-chủ, tuệ pháp-chủ* có nhiều năng lực, mới dễ dàng thực hành đề-mục niệm rải tâm-hỷ này được.

Để cho tâm-hỷ phát sinh và tiến triển tốt, hành-giả cần phải theo phương pháp thực hành *niệm rải tâm-hỷ cho chính mình trước tiên (atta)* làm nền tảng, rồi tiếp theo thực hành *niệm rải tâm-hỷ* theo tuần tự tới 4 hạng người: *Ati piyapuggala: hạng người thương yêu nhiều; piya-puggala: hạng người thương yêu; majjhatappuggala: hạng người không thương, không ghét; verīpuggala: hạng người là kẻ thù cho đến khi đạt đến sīmāsambheda: xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ.*

Như vậy tâm-hỷ đồng đều đối với 5 hạng người (chính mình và 4 hạng người theo tuần tự).

Niệm rải tâm-hỷ theo paṭisambhidāmagga

Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-hỷ* với **1 pháp-hỷ đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng**, theo phương pháp trong bộ *Paṭisambhidāmagga*.

1 pháp niệm rải tâm-hỷ

“*Yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*”

Mong cho tất cả chúng-sinh đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-hỷ với 1 pháp-hỷ đến 12 loại chúng-sinh.

12 loại chúng-sinh

12 loại chúng-sinh được chia ra làm 2 nhóm:

A- **Anodhisapuggala**: Hạng chúng-sinh chung không có chỉ định, có 5 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-hỷ đến 5 loại chúng-sinh:

- 1- *Sabbe sattā*: Tất cả chúng-sinh.
- 2- *Sabbe paṇā*: Tất cả chúng-sinh có sinh-mạng.
- 3- *Sabbe bhūtā*: Tất cả chúng-sinh hiện hữu.
- 4- *Sabbe puṅgalā*: Tất cả hạng chúng-sinh.
- 5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā*: Tất cả chúng-sinh có ngũ-uẩn.

5 loại chúng-sinh này có danh từ riêng gọi khác nhau, song ý nghĩa chung giống nhau, bởi vì tất cả đều là chúng-sinh như nhau cả.

B- *Odhisapuggala*: Hạng chúng-sinh riêng có chỉ định, có 7 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-hỷ đến 7 loại chúng-sinh:

- 1- *Sabbā itthiyo*: Tất cả người nữ.
- 2- *Sabbe purisā*: Tất cả người nam.
- 3- *Sabbe ariyā*: Tất cả bậc Thánh-nhân.
- 4- *Sabbe anariyā*: Tất cả hạng phàm-nhân.
- 5- *Sabbe devā*: Tất cả chư-thiên.
- 6- *Sabbe manussā*: Tất cả nhân-loại.
- 7- *Sabbe vinipātikā*: Tất cả nhóm ngạ-quỷ, a-su-ra.

10 phương hướng

Niệm rải tâm-hỷ đến chúng-sinh trong 10 phương:

- 1- *Puratthimāya disāya*: Hướng Đông.
- 2- *Puratthimāya anudisāya*: Hướng Đông Nam.
- 3- *Dakkhināya disāya*: Hướng Nam.
- 4- *Dakkhināya anudisāya*: Hướng Tây Nam.
- 5- *Pacchimāya disāya*: Hướng Tây.
- 6- *Pacchimāya anudisāya*: Hướng Tây Bắc.
- 7- *Uttarāya disāya*: Hướng Bắc.
- 8- *Uttarāya anudisāya*: Hướng Đông Bắc.
- 9- *Heṭṭhimāya disāya*: Hướng dưới.
- 10- *Uparimāya disāya*: Hướng trên.

Phương pháp thực hành niệm rải tâm-hỷ đến 12 loại chúng-sinh

5 loại chúng-sinh (Anodhisapuggala)

Hành-giả thực hành đề-mục thiền-định niệm rải tâm-hỷ theo tuần tự đến mỗi loại chúng-sinh như sau:

- 1- *Sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 2- *Sabbe paṇā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 3- *Sabbe bhūtā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 4- *Sabbe puggalā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

7 loại chúng-sinh (Odhisapuggala)

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-hỷ đến mỗi loại chúng-sinh như sau:

- 1- *Sabbā itthiyo yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 2- *Sabbe purisā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 3- *Sabbe ariyā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 4- *Sabbe anariyā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 5- *Sabbe devā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 6- *Sabbe manussā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*
- 7- *Sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

10 phương hướng

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-hỷ đến mỗi loại chúng-sinh ở trong mỗi phương hướng như sau:

- 1.1- *Puratthimāya disāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

1.2-12- Puratthimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

2.1- Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā yathā laddha-sampattito mā vigacchantu.

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Nam, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

2.2-12- Puratthimāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

3.1- Dakkhināya disāya, sabbe sattā yathā laddha-sampattito mā vigacchantu.

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Nam, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

3.2-12- Dakkhināya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

4.1- Dakkhināya anudisāya, sabbe sattā yathā laddhasam-pattito mā vigacchantu.

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Nam, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

4.2-12- Dakkhināya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā,

... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

5.1- Pacchimāya disāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Bắc, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

5.2-12- Pacchimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

6.1- Pacchimāya anudisāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Bắc, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

6.2-12- Pacchimāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbepuggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

7.1- Uttarāya disāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Bắc, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

7.2-12- Uttarāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.

8.1- *Uttarāya anudisāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Bắc, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

8.2-12- *Uttarāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

9.1- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng dưới, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

9.2-12- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

10.1- *Uparimāya disāya, sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

Mong cho tất cả chúng-sinh trong hướng trên, đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

10.2-12- *Uparimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā yathā laddhasampattito mā vigacchantu.*

Như vậy, niệm rải tâm-hỷ với 1 pháp-hỷ đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng tổng cộng như sau:

* *Puggalavārapharaṇāmudītā có 12 phương pháp niệm rải tâm-hỷ với 1 pháp đến 12 loại chúng-sinh.*

* *Disāpharaṇāmoditā* có $10 \times 12 = 120$ phương pháp niệm rải tâm-hỷ với 1 pháp đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng.

Tổng cộng 2 phương-pháp niệm rải tâm-hỷ $12 + 120 = 132$ *pharaṇāmoditā* phương pháp niệm rải tâm-hỷ.

Đề-mục niệm rải tâm-hỷ là đề-mục thiền-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm: từ *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* (trừ *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*), cho nên đề-mục niệm rải tâm-hỷ có 3 loại *nimitta*, 3 loại *bhāvanā*, 3 loại *samādhī*.

Ba loại *nimitta*

- Khi hành-giả ban đầu thực hành niệm rải tâm-hỷ cho *atta*: chính mình làm nền tảng, tiếp theo niệm rải tâm-hỷ theo tuần tự đến *atīpiyapuggala*: hạng người thương yêu nhiều, *piyapuggala*: hạng người thương yêu, *majjhatappuggala*: hạng người không thương không ghét, *verīpuggala*: hạng người là kẻ thù của mình gồm có 4 hạng người gọi là đối-tượng ***parikammanimitta***.

- Khi tâm-hỷ của hành-giả phát triển tốt trong 5 hạng người: *atta*, *atīpiyapuggala*, *piyapuggala*, *majjhatappuggala*, *verīpuggala*, nhưng chưa đạt đến *sīmā-sambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ), gọi là đối-tượng ***uggahanimitta***.

- Khi hành-giả thực hành niệm rải tâm-hỷ đến 5 hạng người: *atta*, *atīpiyapuggala*, *piyapuggala*, *majjhatappuggala*, *verīpuggala*, đã đạt đến *sīmā-sambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ), nên tâm-hỷ đồng đều giữa mình với 4 hạng người, gọi là đối-tượng ***paṭibhāganimitta***.

Trong 3 loại đối-tượng *nimitta* ấy, đối-tượng *uggahanimitta* và đối-tượng *paṭibhāganimitta* là đối-tượng

nimitta gián tiếp, bởi vì *đề-mục niệm rải tâm-hỷ* này là đề-mục thiền-định mà hành-giả thực hành chỉ *niệm biết bằng tâm* mà thôi, không thể dùng mắt để nhìn, hoặc dùng thân tiếp xúc, nên *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* thuộc *đối-tượng nimitta gián tiếp*.

Ba loại bhāvanā, ba loại samādhi

- Khi hành-giả ban đầu thực hành *đề-mục niệm rải tâm-hỷ cho chính mình (atta)* với *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm rải tâm-hỷ rằng:

“*Ahaṃ yathā laddhasampattito mā vigacchāmi.*”

- Niệm rải tâm-hỷ theo tuần tự đến *hạng người atipiyapuggala, hạng người piyapuggala, hạng người majjhata puggala, hạng người verīpuggala* rằng:

“*Sabbe sattā yathā laddhasampattito mā vigacchantu, v.v...*”

Như vậy, gọi là *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu*, và *định-tâm* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là *parikammamādhi*.

- Khi hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-hỷ* với *dục-giới đại-thiện-tâm* có *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, chưa đạt đến *sīmāsambheda* (*xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ*), vẫn còn *dục-giới đại-thiện-tâm*, nên gọi là *upacārabhāvanā*: *tâm-hành cận đến bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, và *định-tâm* đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là *upacārasamādhi*.

- Khi hành-giả thực hành *niệm rải tâm-hỷ* có *đối-tượng paṭibhāganimitta* đã đạt đến *sīmāsambheda* (*xóa bỏ ranh giới tâm-hỷ*), chứng đắc *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, nên gọi là *appanābhāvanā*: *tâm-hành chứng đắc đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* và *định-tâm* đồng sinh với *đệ-nhất-thiền-sắc-giới thiện-tâm* ấy gọi là *appanāsamādhi*.

* Phương pháp thực hành để chứng đắc từ *đê-nhĩ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đê-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* hầu hết giống như *đê-mục thiền-định hình tròn đất pathavīkaṣiṇa* đã trình bày phần trước.

Nên biết 8 điều về đê-mục niệm rải tâm-hỷ

Hành-giả thực hành *đê-mục niệm rải tâm-hỷ*, nên biết 8 điều về *đê-mục niệm rải tâm-hỷ*:

1- *Lakkhaṇa*: *Tâm-hỷ có trạng-thái vui mừng hoan-hỷ trong mọi sự an-lạc, chức trọng quyền cao, giàu sang phú quý, ... của người khác.*

2- *Rasa*: *Tâm-hỷ có phận sự không ganh ghét với mọi sự an-lạc, chức trọng quyền cao, giàu sang phú quý của người khác.*

3- *Paccupaṭṭhāna*: *Sự hiện hữu của tâm-hỷ làm tiêu diệt tâm ganh ghét.*

4- *Paḍaṭṭhāna*: *Thấy mọi sự tiến hóa, sự an-lạc của người khác là nguyên nhân gần của tâm-hỷ.*

5- *Sampatti*: *Sự thành tựu của tâm-hỷ là sự lắng dịu tâm ganh ghét.*

6- *Vippatti*: *Sự thất bại của tâm-hỷ là sự phát sinh tâm tham hãnh diện, khoe khoang.*

7- *Āsannapaccatthika*: *Thù nghịch gần của tâm-hỷ là tâm hoan-hỷ liên quan đến gia đình.*

8- *Dūrappaccatthika*: *Thù nghịch xa của tâm-hỷ là tâm không hài lòng thấy mọi sự tiến hóa, mọi sự an-lạc của người khác.*

Quả báu của đê-mục niệm rải tâm-hỷ

Hành-giả thực hành *đê-mục niệm rải tâm-hỷ* có 11 quả báu tương tự như 11 quả báu của *đê-mục niệm rải tâm-từ*.

(Xong *đê-mục niệm rải tâm-hỷ*.)

4.4- Đề-Mục Thiên-Định Niệm Rải Tâm-Xả (Upekkhā)

Đề-mục niệm rải tâm-xả là đề-mục thiên-định có khả năng đặc biệt chỉ dẫn đến chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* bậc cao nhất mà thôi, bởi vì *đề-mục niệm rải tâm-xả* này cần có 2 *chi-thiền* là *upekkhā* và *ekaggatā*, nên không thể chứng đắc 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm bậc thấp được.

Như vậy, *đề-mục niệm rải tâm-xả* là đề-mục thiên-định mà hành-giả không thể thực hành ban đầu, mà chỉ có thể thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* này sau khi đã chứng đắc *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* với 1 trong 3 đề-mục thiên-định là *niệm rải tâm-từ*, hoặc *niệm rải tâm-bi*, hoặc *niệm rải tâm-hỷ* mà thôi, bởi vì *đề-mục niệm rải tâm-xả* cùng có đối-tượng chúng-sinh giống như 3 *đề-mục niệm rải tâm-từ, bi, hỷ* (chắc chắn không phải từ các đề-mục thiên-định khác).

Upekkhā: Tâm-xả trung-dung giữa tâm-từ, tâm-bi, tâm-hỷ đối với tất cả chúng-sinh.

Định nghĩa:

“Averā hontū’ti ādibyāpārappahānena majjhata-bhāvūpagamanena ca upekkhatī’ti upekkhā.”

Thiện-tâm nào đặt trung-dung giữa tâm-từ, tâm-bi, tâm-hỷ đối với tất cả chúng-sinh, không quan tâm đến niệm rải tâm-từ với “averā hontu, ...”, niệm rải tâm-bi với “dukkhā muccantu”, niệm rải tâm-hỷ với “yathā laddhasampattito mā vigacchantu”, mà chỉ có trạng-thái trung-dung đối với tất cả chúng-sinh. Thiện-tâm ấy gọi là upekkhā: tâm-xả, có chi-pháp là tattaramajjhatacetasika: trung-dung tâm-sở đồng sinh với thiện-tâm có đối-tượng là majjhatacetasika: chúng-sinh trung-dung không thương không ghét.

Majjhappuggala là đối-tượng của *upekkhā tâm-xả*, có 2 nhóm:

1- Nhóm người bình thường là những người không thương không ghét, nên có tâm trung-dung.

2- Nhóm người làm đối-tượng thiền-định của đề-mục niệm rải tâm-xả đó là hạng người *piyapuggala* và hạng người *verīpuggala* mà hành-giả vẫn có tâm trung-dung đối với 2 hạng người ấy.

Trạng-thái trung-dung có 2 loại:

1- Trạng-thái trung-dung do năng lực của *tattara-majjhataṭācetasika*: trung-dung tâm-sở đồng sinh với thiện-tâm không liên quan với tâm-từ (*mettā*), tâm-bi (*karuṇā*), tâm-hỷ (*muditā*), có đối-tượng *majjhattasatta-paññatti*: chúng-sinh trung-dung không thương không ghét.

Đó là trạng-thái của **tâm-xả thật**.

2- Trạng-thái trung-dung do năng lực của *si tâm-sở* (*mohacetasika*), như khi gặp vật quý giá mà không biết vật quý giá, gặp bậc đáng tôn kính mà không biết bậc đáng tôn kính.

Ví dụ: Tam-bảo là nơi đáng tôn kính, mà không biết tôn kính Tam-bảo, do năng lực của **tâm si-mê**, nên có trạng-thái trung-dung không biết Tam-bảo cao thượng.

Đó là trạng-thái của **tâm-xả giả**, còn gọi là *añña upekkhā: si-mê tâm-xả*.

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-xả thật đến tất cả chúng-sinh thuộc **đối-tượng majjhappuggala**: hạng người không thương không ghét.

Tính chất đặc biệt của đề-mục niệm rải tâm-xả

Đề-mục niệm rải tâm-xả là đề-mục thiền-định có những tính chất đặc biệt như sau:

* *Đề-mục niệm rải tâm-xả* có khả năng đặc biệt chỉ dẫn đến chứng đắc được *đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* bậc cao nhất mà thôi, không thể chứng đắc được 4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc thấp.

Cho nên, *đề-mục niệm rải tâm-xả* này hạn chế hành-giả và còn hạn chế *đề-mục thiên-định*.

Hạn chế hành-giả và đề-mục thiên-định như thế nào?

Hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* này phải là hành-giả đã chứng đắc đầy đủ 4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc thấp là *đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-nhị-thiên sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-tam-thiên sắc-giới thiện-tâm*, *đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* với 1 trong 3 đề-mục thiên-định là ***niệm rải tâm-từ***, hoặc ***niệm rải tâm-bi***, hoặc ***niệm rải tâm-hỷ*** mà thôi, chắc chắn không phải là các đề-mục thiên-định khác như 10 *đề-mục thiên-định hình tròn kasiṇa*, *đề-mục thiên-định ānāpānassati*.

Tại sao đề-mục niệm rải tâm-xả bị hạn chế hành-giả và còn bị hạn chế đề-mục thiên-định nữa?

Hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả*, chắc chắn phải là hành-giả đã chứng đắc *đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* với 1 trong 3 đề-mục thiên-định là *niệm rải tâm-từ* hoặc *niệm rải tâm-bi* hoặc *niệm rải tâm-hỷ* mà thôi, mới có thể tiếp tục thực hành ***đề-mục niệm rải tâm-xả***, để chứng đắc *đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm*, bởi vì *đề-mục niệm rải tâm-xả* cũng có một loại đối-tượng *chúng-sinh (sattapaññatti)* giống như 3 đề-mục *niệm rải tâm-từ*, *niệm rải tâm-bi*, *niệm rải tâm-hỷ*.

Thật vậy, ***đề-mục niệm rải tâm-xả*** có đối-tượng *majjhattsattapaññatti*, *đề-mục niệm rải tâm-từ* có đối-tượng *piyamanāpasattapaññatti*, *đề-mục niệm rải tâm-bi* có đối-tượng *dukkhitasattapaññatti*, *đề-mục niệm rải tâm-*

hỷ có đối-tượng *sukhitasattapaññatti*. Đề-mục thiền-định từ vô-lượng-tâm này đều có đối-tượng chúng-sinh chế-định.

Nếu hành-giả đã chứng đắc đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm với 10 đề-mục thiền-định hình tròn *kasina* có đối-tượng *kasinapaññatti*, hoặc đề-mục thiền-định *ānāpānassati*, có đối-tượng *ānāpānapaññatti* thì không thể tiếp tục thực hành **đề-mục niệm rải tâm-xả**, để chứng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới được, bởi vì đối-tượng *kasinapaññatti*, đối-tượng *ānāpānapaññatti* của đệ-tứ-thiền sắc-giới hoàn toàn khác với đối-tượng **majjhattsattapaññatti** của đề-mục niệm rải tâm-xả.

Vì vậy, đề-mục niệm rải tâm-xả bị hạn chế hành-giả và bị hạn chế đối-tượng thiền-định.

Phận sự trước khi thực hành niệm rải tâm-xả

Trước khi thực hành **đề-mục niệm rải tâm-xả** này, hành-giả cần phải tập luyện 5 pháp-thuần-thục (*vasībhāva*) trong đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm trước, rồi suy xét thấy **tính chất thô** đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm của đề-mục niệm rải tâm-từ, hoặc niệm rải tâm-bi, hoặc niệm rải tâm-hỷ, và suy xét thấy **tính chất vi-tế** đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm của đề-mục niệm rải tâm-xả rằng:

“Đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm của đề-mục niệm rải tâm-từ, hoặc niệm rải tâm-bi, hoặc niệm rải tâm-hỷ, có chi-thiền **sukha thô**, và có sự thương yêu đến tất cả chúng-sinh, gần với phiền-não.

Đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm của **đề-mục niệm rải tâm-xả** có chi-thiền **upekkhā rất vi-tế**, có tâm trung-đưng đối với tất cả chúng-sinh, không thương không ghét trong tất cả chúng-sinh, nên xa với phiền-não.”

Sau khi hành-giả suy xét thấy điều bất lợi của đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm của **đề-mục niệm rải tâm-từ**,

hoặc *niệm rải tâm-bi*, hoặc *niệm rải tâm-hỷ*, và suy xét thấy điều thuận lợi của *đề-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm của đề-mục niệm rải tâm-xả*.

Tiếp theo, hành-giả suy xét về *tử sinh luân-hồi* của chúng-sinh do nghiệp của mỗi chúng-sinh rằng:

“*Mỗi chúng-sinh được sinh ra trong đời này như thế nào là hoàn toàn do quả của nghiệp mà họ đã tạo trong kiếp quá-khứ, và sẽ tái-sinh kiếp sau thuộc hạng chúng-sinh nào trong 4 loài, cõi nào trong tam-giới cũng chỉ tùy thuộc vào quả của nghiệp mà họ đã tạo trong kiếp hiện-tại hoặc kiếp quá-khứ của họ mà thôi.*

Chính ta cũng như vậy, ta được sinh ra trong đời này là do quả đại-thiện-nghiệp của ta, và sẽ tái-sinh kiếp sau như thế nào cũng chỉ do quả của nghiệp của ta mà thôi.

Như vậy, ta mong cho họ thân tâm thường được an-lạc, hoặc mong cho họ thoát khỏi khổ tâm khổ thân, đó là điều không thể được, bởi vì, tất cả chúng-sinh đều có nghiệp là của riêng họ, và họ thừa hưởng quả của nghiệp của họ.”

Phương pháp thực hành niệm rải tâm-xả

Hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* đến các hạng người theo tuần tự như sau:

- 1- *Thực hành niệm rải tâm-xả cho chính mình.*
- 2- *Hạng người majjhappuggala.*
- 3- *Hạng người piyapuggala.*
- 4- *Hạng người atipiyapuggala.*
- 5- *Hạng người verīpuggala.*

Hành-giả ban đầu thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả cho chính mình trước tiên*, bởi vì ta có nghiệp là của riêng ta.

Sau khi thực hành *niệm rải tâm-xả cho chính mình (atta)*, *tâm-xả* phát sinh, rồi tiến triển tốt, có năng lực.

- Khi ấy, tiếp theo hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* đến *hạng người majjhappuggala*: người không thương không ghét, *tâm-xả* phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* đến *hạng người piyapuggala*: người thương yêu, *tâm-xả* phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* đến *hạng người atipiyapuggala*: người thương yêu nhiều, *tâm-xả* phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

- Tiếp theo cuối cùng, hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* đến *hạng người verīpuggala*: người là kẻ thù của mình, để cho *tâm-xả* phát sinh, rồi tiến triển tốt, có nhiều năng lực.

Đề *tâm-xả* phát sinh, hành-giả nên thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* theo tuần tự 5 hạng người: *atta*, *majjhappuggala*, *piyapuggala*, *atipiyapuggala*, và cuối cùng đến *hạng người verīpuggala*: người là kẻ thù của ta, cho đến khi đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới *tâm-xả*), như đã trình bày trong *đề-mục niệm rải tâm-từ*.

Khi hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* đến *hạng người verīpuggala*, không để cho *tâm sân* và *tâm ganh ghét* phát sinh.

Phương pháp thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* phần lớn cũng tương tự như phương-pháp thực hành *đề-mục niệm rải tâm-từ* đã trình bày phần trước, chỉ có khác biệt về đối-tượng và phần nhỏ mà thôi.

Cách thực hành niệm rải tâm-xả

Muốn thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* (*upekkhā*) để mong chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả cần phải *niệm rải tâm-xả* cho **chính mình**

trước tiên, bởi vì *tâm-xả* phát sinh với mình làm nền tảng, rồi *niệm rải tâm-xả đến người khác*.

Niệm rải tâm-xả cho mình

Hành-giả thực hành đề-mục thiền-định niệm rải tâm-xả cho chính mình trước tiên như sau:

“Ahaṃ kammaṣako.”

“Tôi có nghiệp là của riêng tôi.”

Sau khi *tâm-xả thật* phát sinh lên với hành-giả, rồi tiến triển có năng lực, hành-giả suy xét rằng: *“Tâm-xả đối với ta như thế nào, thì tâm-xả đối với tất cả chúng-sinh khác dù lớn dù nhỏ cũng như thế ấy.”*

Đó là *tâm-xả cơ bản* làm nền tảng hỗ trợ cho *tâm-xả* phát sinh lên đối với các chúng-sinh khác.

Cách niệm rải tâm-xả đến người khác

- Nếu hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả đến một người (số ít)* thì như sau:

So kammaṣako.

Người ấy có nghiệp là của riêng họ.

- Nếu hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả đến 2 người trở lên (số nhiều)* thì như sau:

Te kammaṣakā.

Những người ấy có nghiệp là của riêng họ.

Niệm rải tâm-xả đến 4 hạng người theo tuần tự

Sau khi thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả cho chính mình (atta)*, *tâm-xả* phát triển tốt, có năng lực vững vàng, hành-giả có thể tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-xả đến 4 hạng người theo tuần tự* như sau:

- *Hạng người majjhataṭṭapuggala: Người không thương không ghét.*

- Hạng người *piyapuggala*: Người thương yêu.
- Hạng người *atipiyapuggala*: Người thương yêu nhiều.
- Hạng người *verīpuggala*: Người là kẻ thù của mình.

1- *Majjhatappuggala*: Hạng người không thương ghét.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-xả* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người không thương, không ghét (*majjhatappuggala*) như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-xả phát triển có nhiều năng lực.

2- *Piyapuggala*: Hạng người thương yêu.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-xả* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người thương yêu (*piyapuggala*) như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-xả phát triển có nhiều năng lực.

3- *Atipiyapuggala*: Hạng người thương yêu nhiều.

- Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-xả* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người thương yêu nhiều (*atipiyapuggala*) như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-xả phát triển có nhiều năng lực.

4- *Verīpuggala*: Hạng người là kẻ thù.

- Cuối cùng tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-xả* đến một người hoặc nhiều người thuộc hạng người là kẻ thù như vậy, được lặp đi lặp lại nhiều lần trở nên thuần-thục, tâm-xả phát triển có nhiều năng lực.

Hành-giả thực hành *niệm rải tâm-xả* đến hạng người nào, hạng người ấy hiện rõ trực tiếp đến đại-thiện-tâm của hành-giả, làm cho tâm-xả phát sinh trong đối-tượng hạng người ấy. Vì vậy, phương pháp thực hành *niệm rải*

tâm-xả không chỉ niệm rải tâm-xả bằng tâm, mà còn phải định-tâm niệm tưởng biết rõ đối-tượng, rồi hành-giả niệm rải tâm-xả đến hạng người ấy.

Cho nên, hành-giả là người có đầy đủ 5 *pháp-chủ*: *tín pháp-chủ*, *tán pháp-chủ*, *niệm pháp-chủ*, *định pháp-chủ*, *tuệ pháp-chủ* có nhiều năng lực, mới dễ dàng thực hành đề-mục niệm rải tâm-xả này được.

Để cho *tâm-xả* phát sinh và tiến triển tốt, hành-giả cần phải theo phương pháp thực hành *niệm rải tâm-xả cho chính mình trước tiên (atta)* làm nền tảng, rồi tiếp theo thực hành niệm rải tâm-xả theo tuần tự đến 4 hạng người: *majjhataṭṭapuggala*, *piyapuggala*, *atipiyapuggala*, *verīpuggala* (hạng người là kẻ thù) cho đến khi đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-xả).

Niệm rải tâm-xả theo *paṭisambhidāmagga*

Khi có *tâm-xả* đồng đều đối với 5 hạng người (chính mình và 4 hạng người theo tuần tự). Tiếp theo, hành-giả tiếp tục thực hành niệm rải tâm-xả với **1 pháp-xả đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng**, theo phương pháp trong bộ *Paṭisambhidāmagga*.

1 pháp niệm rải tâm-xả

Kammaṣṣakā.

Nghiệp là của riêng họ.

Hành-giả thực hành *niệm rải tâm-xả* với 1 pháp-xả đến 12 loại chúng-sinh.

12 loại chúng-sinh

12 loại chúng-sinh được chia ra làm 2 nhóm:

A- *Anodhisapuggala*: Hạng chúng-sinh chung không có chỉ định, có 5 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-xả đến 5 loại chúng-sinh:

- 1- *Sabbe sattā*: Tất cả chúng-sinh.
- 2- *Sabbe paṇā*: Tất cả chúng-sinh có sinh-mạng.
- 3- *Sabbe bhūtā*: Tất cả chúng-sinh hiện hữu.
- 4- *Sabbe puggalā*: Tất cả hạng chúng-sinh.
- 5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā*: Tất cả chúng-sinh có ngũ-uẩn.

5 loại chúng-sinh này có danh từ riêng gọi khác nhau, song ý nghĩa chung giống nhau, bởi vì tất cả đều là chúng-sinh như nhau cả.

B- *Odhisapuggala*: Hạng chúng-sinh riêng có chỉ định, có 7 loại chúng-sinh.

Niệm rải tâm-xả đến 7 loại chúng-sinh:

- 1- *Sabbā itthiyo*: Tất cả người nữ.
- 2- *Sabbe purisā*: Tất cả người nam.
- 3- *Sabbe ariyā*: Tất cả bậc Thánh-nhân.
- 4- *Sabbe anariyā*: Tất cả hạng phàm-nhân.
- 5- *Sabbe devā*: Tất cả chư-thiên.
- 6- *Sabbe manussā*: Tất cả nhân loại.
- 7- *Sabbe vinipātikā*: Tất cả nhóm nga-quỷ, a-su-ra.

10 phương hướng

Niệm rải tâm-xả đến chúng-sinh trong 10 phương:

- 1- *Puratthimāya disāya*: Hướng Đông.
- 2- *Puratthimāya anudisāya*: Hướng Đông Nam.
- 3- *Dakkhināya disāya*: Hướng Nam.
- 4- *Dakkhināya anudisāya*: Hướng Tây Nam.
- 5- *Pacchimāya disāya*: Hướng Tây.
- 6- *Pacchimāya anudisāya*: Hướng Tây Bắc.
- 7- *Uttarāya disāya*: Hướng Bắc.
- 8- *Uttarāya anudisāya*: Hướng Đông Bắc.
- 9- *Heṭṭhimāya disāya*: Hướng dưới.
- 10- *Uparimāya disāya*: Hướng trên.

Phương pháp thực hành niệm rải tâm-xả đến 12 loại chúng-sinh

5 loại chúng-sinh (Anodhisapuggala)

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-xả đến mỗi loại chúng-sinh như sau:

- 1- *Sabbe sattā kammassakā.*
- 2- *Sabbe paṇā kammassakā.*
- 3- *Sabbe bhūtā kammassakā.*
- 4- *Sabbe puggalā kammassakā.*
- 5- *Sabbe attabhāvapariyāpannā kammassakā.*

7 loại chúng-sinh (Odhisapuggala)

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-xả đến mỗi loại chúng-sinh như sau:

- 1- *Sabbā itthiyo kammassakā.*
- 2- *Sabbe purisā kammassakā.*
- 3- *Sabbe ariyā kammassakā.*
- 4- *Sabbe anariyā kammassakā.*
- 5- *Sabbe devā kammassakā.*
- 6- *Sabbe manussā kammassakā.*
- 7- *Sabbe vinipātikā kammassakā.*

10 phương hướng

Hành-giả thực hành niệm rải tâm-xả đến mỗi loại chúng-sinh ở trong mỗi phương hướng như sau:

1.1- *Puratthimāya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Đông, có nghiệp là của riêng họ.

1.2-12- *Puratthimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

2.1- *Puratthimāya anudisāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Nam, có nghiệp là của riêng họ.

2.2-12- *Puratthimāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

3.1- *Dakkhināya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Nam, có nghiệp là của riêng họ.

3.2-12- *Dakkhināya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

4.1- *Dakkhināya anudisāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Nam, có nghiệp là của riêng họ.

4.2-12- *Dakkhināya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

5.1- *Pacchimāya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Tây, có nghiệp là của riêng họ.

5.2-12- *Pacchimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā,*

... *sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

6.1- *Pacchimāya anudisāya, sabbe sattā kammassakā*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Tây Bắc, có nghiệp là của riêng họ.

6.2-12- *Pacchimāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāva-pariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

7.1- *Uttarāya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Bắc, có nghiệp là của riêng họ.

7.2-12- *Uttarāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

8.1- *Uttarāya anudisāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng Đông Bắc, có nghiệp là của riêng họ.

8.2-12- *Uttarāya anudisāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

9.1- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng dưới, có nghiệp là của riêng họ.

9.2-12- *Heṭṭhimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

10.1- *Uparimāya disāya, sabbe sattā kammassakā.*

Tất cả chúng-sinh trong hướng trên, có nghiệp là của riêng họ.

10.2-12- *Uparimāya disāya, sabbe paṇā, ... sabbe bhūtā, ... sabbe puggalā, ... sabbe attabhāvapariyāpannā, ... sabbā itthiyo, ... sabbe purisā, ... sabbe ariyā, ... sabbe anariyā, ... sabbe devā, ... sabbe manussā, ... sabbe vinipātikā kammassakā.*

Như vậy, niệm rải tâm-xả với 1 pháp-xả đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng tổng cộng như sau:

* *Puggalavāraṇā upekkhā có 12 phương-pháp niệm rải tâm-xả với 1 pháp đến 12 loại chúng-sinh.*

* *Disāpharaṇā upekkhā có $10 \times 12 = 120$ phương-pháp niệm rải tâm-xả với 1 pháp đến 12 loại chúng-sinh trong 10 phương hướng.*

Tổng cộng 2 phương pháp niệm rải tâm-xả $12 + 120 = 132$ pharaṇā upekkhā phương pháp niệm rải tâm-xả.

Đề-mục niệm rải tâm-xả là đề-mục thiền-định có khả năng đặc biệt chỉ dẫn đến chúng đắc đệ-ngũ-thiền sắc-giới mà thôi, cho nên đề-mục niệm rải tâm-xả có 3 loại nimitta, 3 loại bhāvanā, 3 loại samādhi.

Ba loại nimitta

- Khi hành-giả ban đầu thực hành niệm rải tâm-xả cho *atta*: chính mình làm nền tảng, tiếp theo niệm rải tâm-xả theo tuần tự đến *majjhattapuggala*: hạng người không

thương không ghét, piyapuggala: hạng người thương yêu, atipiyapuggala: hạng người thương yêu nhiều, cho đến cuối cùng hạng người verīpuggala: hạng người là kẻ thù của mình gồm có 5 hạng người gọi là đối-tượng parikammanimitta.

- Khi *tâm-xả* của hành-giả phát triển tốt, có năng lực, trong 5 hạng người: *atta, majjhappuggala, piyapuggala, atipiyapuggala, verīpuggala*, nhưng chưa đạt đến *sīmāsambheda*: xóa bỏ ranh giới *tâm-xả*, gọi là đối-tượng *uggahanimitta*.

- Khi hành-giả thực hành *niệm rảnh tâm-xả* đến 5 hạng người: *atta, majjhappuggala, piyapuggala, atipiyapuggala, verīpuggala*, đã đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới *tâm-xả*), nên *tâm-xả* đồng đều giữa mình với 4 hạng người, gọi là đối-tượng *paṭibhāganimitta*.

Trong 3 loại đối-tượng *nimitta* ấy, *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* là đối-tượng *nimitta* gián tiếp, bởi vì *đề-mục niệm rảnh tâm-xả* này là *đề-mục thiền-định* mà hành-giả thực hành chỉ *niệm biết bằng tâm* mà thôi, không thể dùng mắt để nhìn, hoặc dùng thân tiếp xúc, nên *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta* thuộc đối-tượng *nimitta* gián tiếp.

Ba loại *bhāvanā*, ba loại *samādhi*

- Khi hành-giả ban đầu thực hành *đề-mục niệm rảnh tâm-xả* cho chính mình với *dục-giới đại-thiện-tâm* niệm rảnh *tâm-xả* rằng:

Ahaṃ kammaṣako.

- Niệm rảnh *tâm-xả* theo tuần tự đến hạng người *majjhappuggala, hạng người piyapuggala, hạng người atipiyapuggala, hạng người verīpuggala* rằng:

Sabbe sattā kammaṣakā. v.v...

Như vậy, gọi là *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu, và **định-tâm** đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là *parikammasamādhī*.

Khi hành-giả tiếp tục thực hành *niệm rải tâm-xả* với *dục-giới đại-thiện-tâm* có *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*, chưa đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-xả), vẫn còn *dục-giới đại-thiện-tâm* nên gọi là *upacārabhāvanā*: tâm-hành cận đến bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*, và **định-tâm** đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* ấy gọi là *upacārasamādhī*.

Khi hành-giả thực hành *niệm rải tâm-xả* có *đối-tượng paṭibhāganimitta* đã đạt đến *sīmāsambheda* (xóa bỏ ranh giới tâm-xả), chứng đắc bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*, nên gọi là *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* và **định-tâm** đồng sinh với *đệ-ngũ-thiền-sắc-giới thiện-tâm* ấy gọi là *appanāsamādhī*.

Nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-xả

Hành-giả thực hành đề-mục niệm rải tâm-xả, nên biết 8 điều về đề-mục niệm rải tâm-xả:

1- *Lakkhaṇa*: Tâm-xả có trạng-thái trung-dung trong tất cả chúng-sinh.

2- *Rasa*: Tâm-xả có phận sự thấy tất cả chúng-sinh đồng đều nhau.

3- *Paccupaṭṭhāna*: Sự hiện hữu của tâm-xả là lắng dịu tâm thương, tâm ghét trong tất cả chúng-sinh.

4- *Padaṭṭhāna*: Tri-tuệ suy xét thấy tất cả chúng-sinh rằng: “Tất cả chúng-sinh có nghiệp là của riêng của họ”, sự an-lạc hoặc sự thoát khỏi khổ thân khô tâm, hoặc đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa do tâm mong muốn của người khác, đó là điều không thể được, là nguyên nhân gần của tâm-xả.

5- *Sampatti*: Sự thành tựu của tâm-xả là sự lắng dịu tâm thương và tâm ghét.

6- *Vippatti*: Sự thất bại của tâm-xả là sự phát sinh tâm-xả si mê do liên quan đến gia đình.

7- *Āsannapaccatthika*: Thù nghịch gần của tâm-xả là tâm-xả si mê do liên quan đến gia đình.

8- *Dūrapaccatthika*: Thù nghịch xa của tâm-xả là tâm tham và tâm sân.

Tâm-xả vô-lượng khác với tâm-xả ba-la-mật

- Hành-giả thực hành *niệm tâm-xả vô-lượng*, đặt thiện-tâm trung-dung đối với tất cả chúng-sinh, không liên quan đến tâm-từ, tâm-bi, tâm-hỷ.

- Hành-giả thực hành *pháp-hạnh tâm-xả ba-la-mật* đặt đại-thiện-tâm trung-dung với người dù đối xử tốt dù đối xử xấu với mình, hành-giả vẫn không thương người đối xử tốt, vẫn không ghét người đối xử xấu, vẫn giữ thiện-tâm trung-dung đối với hai hạng người ấy, để thực hành pháp hạnh tâm-xả ba-la-mật.

Quả-báu của đề-mục niệm rải tâm-xả

Hành-giả thực hành *đề-mục niệm rải tâm-xả* được 11 quả-báu tương tự như 11 quả báu của *đề-mục niệm rải tâm-từ*.

(Xong *đề-mục niệm rải tâm-xả*.)

Nhận xét về đề-mục thiên-định tứ vô-lượng-tâm

Tứ vô-lượng-tâm là 4 đề-mục thiên-định: *Niệm rải tâm-từ (mettā)*, *niệm rải tâm-bi (karuṇā)*, *niệm rải tâm-hỷ (muditā)*, *niệm rải tâm-xả (upekkhā)* có khả năng dẫn đến chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, cách thực hành như đã trình bày ở phần trước.

Tứ vô-lượng-tâm là 4 đức-tính cao thượng mà các bậc thiện-trí thực hành trong đời sống cao thượng, bởi vì 4 đức-tính cao thượng là *đức-tính tâm-từ*, *đức-tính tâm-bi*, *đức-tính tâm-hỷ*, *đức-tính tâm-xả* là thiện-pháp có khả năng diệt được 4 *ác-pháp* là *thù-hận* (*byāpāda*), *làm-hại* (*vihimsā*), *ganh-ghét* (*arati*), *tham-dục* (*rāga*).

4 ác pháp bị diệt bằng 4 đức-tính cao thượng

- Người có *ác-tâm thù-hận* (*byāpāda*) đối với chúng-sinh, làm cho tâm ô nhiễm, tâm thù-hận này bị diệt bằng *pháp niệm rải tâm-từ* (*mettā*) mong sự an-lạc, sự tiến hóa cho mình và người, làm cho đại thiện-tâm trở nên trong sạch thanh-tịnh.

- Người có *ác-tâm làm-hại người* (*vihimsā*), làm cho tâm ô nhiễm, tâm làm-hại này bị diệt bằng *pháp niệm rải tâm-bi* (*karuṇā*) mong cho mình và người thoát khỏi khổ tâm khổ thân, làm cho đại-thiện-tâm trở nên trong sạch thanh-tịnh.

- Người có *ác-tâm ganh-ghét* (*arati*) làm cho tâm ô nhiễm, tâm ganh-ghét này bị diệt bằng *pháp niệm rải tâm-hỷ* (*muditā*) mong cho mình và người đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được, làm cho đại-thiện-tâm trở nên trong sạch thanh-tịnh.

- Người có *ác-tâm tham-dục* (*rāga*) làm cho tâm ô nhiễm, *tâm tham-dục* này bị diệt bằng *pháp niệm rải tâm-xả* (*upekkhā*) đặt đại-thiện-tâm trung-dung không thương không ghét đối với tất cả chúng-sinh, làm cho thiện-tâm trở nên trong sạch thanh-tịnh.

Tứ vô-lượng-tâm đối với tất cả chúng-sinh

- *Pháp niệm rải tâm-từ* (*mettā*) có *đối-tượng piyamanāpa-puggala*: người đáng yêu, đáng mến, mong sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc lâu dài đến tất cả chúng-sinh vô lượng.

- *Pháp niệm rải tâm-bi (karuṇā) có đối-tượng dukkhitapuggala: người đang khổ*, mong cho tất cả chúng-sinh vô lượng thoát khỏi khổ tâm khổ thân.

- *Pháp niệm rải tâm-hỷ (muditā) có đối-tượng sukhita-puggala: người đang hưởng mọi an-lạc*, mong cho tất cả chúng-sinh vô lượng đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được.

- *Pháp niệm rải tâm-xả (upekkhā) có đối-tượng majjhappuggala: người không thương không ghét*, đặt đại-thiện-tâm trung-dung không thương không ghét đối với tất cả chúng-sinh vô lượng, bởi vì mỗi chúng-sinh có nghiệp là của riêng mình.

Như vậy, *tâm-từ, tâm-bi, tâm-hỷ, tâm-xả*, mỗi tâm phát sinh đều có đối-tượng riêng biệt chúng-sinh chế-định (sattapaññatti) của mỗi tâm, cho nên 4 tâm này không thể đồng sinh với nhau được.

Cha mẹ có 4 đức tính từ, bi, hỷ, xả

Cha mẹ có 4 đức tính *từ, bi, hỷ, xả* đối với các con.

- Khi đứa con còn nhỏ dễ thương, cha mẹ có *tâm-từ* thương yêu nuôi dưỡng các con nên người tốt.

- Khi đứa con bị bệnh hoạn ốm đau, cha mẹ có *tâm-bi* thương xót, lo săn sóc chữa bệnh cho đứa con ấy chóng khỏi bệnh hoạn ốm đau.

- Khi đứa con khôn lớn nên người, học hành đỗ đạt, công thành danh toại, cha mẹ có *tâm-hỷ* vui mừng hoan-hỷ đối với con.

- Nếu khi có đứa con nào hư hỏng, thì cha mẹ tìm mọi cách khuyên răn dạy dỗ đứa con ấy trở nên người tốt.

- Nếu đứa con nào ngỗ nghịch không chịu vâng lời khuyên dạy thì cha mẹ không thể có tâm-từ, cũng không

thê có tâm-bi, cũng không có tâm-hỷ đối với đứa con hư hỏng ấy, cha mẹ chỉ còn có tâm-xả đối với đứa con hư hỏng ấy mà thôi.

Người cha mẹ có trí-tuệ suy xét rằng:

Sabbe sattā kammassakā. Tất cả chúng-sinh đều có nghiệp là của riêng họ.

Thật ra, mỗi người con sinh ra đời là do nghiệp của nó, còn cha mẹ chỉ là nơi nương nhờ của người con mà thôi, cho nên người con trở nên tốt hoặc xấu phần lớn là do nghiệp và quả nghiệp của nó, cha mẹ chỉ là người hỗ-trợ giúp cho đứa con mà thôi.

Nếu cha mẹ có 4 đức tính *từ, bi, hỷ, xả* mà hiểu biết rõ sự-thật như vậy thì cha mẹ không có khổ tâm vì con.

Cách niệm rải tâm-từ, bi, hỷ, xả khép kín tóm tắt

Hằng ngày hành-giả nên thực hành *niệm rải tâm-từ, niệm rải tâm-bi, niệm rải tâm-hỷ, niệm rải tâm-xả* cho mình và đến cho 12 loài chúng-sinh trong 10 hướng khép kín tóm tắt.

* Cách *niệm rải tâm-từ, niệm rải tâm-bi, niệm rải tâm-hỷ, niệm rải tâm-xả* cho chính mình trước như sau:

Ahaṃ avero homi, abyāpajjo homi, anīgho homi, sukhī attānaṃ pariharāmi, dukkhā muccāmi, yathā laddhasampattito mā vigacchāmi, kammassako.

Mong cho tôi không có oan trái với tất cả chúng-sinh, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc; mong cho tôi thoát khỏi khổ tâm, khổ thân; mong cho tôi đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được; tôi có nghiệp là của riêng tôi.

- Tiếp theo cách *niệm rải tâm-từ, niệm rải tâm-bi, niệm rải tâm-hỷ, niệm rải tâm-xả* đến cho 12 loài chúng-sinh trong 10 hướng khép kín tóm tắt như sau:

Puratthimāya disāya, puratthimāya anudisāya, dakkhināya disāya, dakkhināya anudisāya, pacchimāya disāya, pacchimāya anudisāya, uttarāya disāya, uttarāya anudisāya, puratthimāya disāya, hetthimāya disāya, uparimāya disāya, sabbe sattā, sabbe paṇā, sabbe bhūtā, sabbe puggalā, sabbe attabhāva-pariyāpannā, sabbā itthiyo, sabbe purisā, sabbe ariyā, sabbe anariyā, sabbe devā, sabbe manussā, sabbe vinipātikā, averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu; dukkhā mucchantu; yathā laddhasampattito mā vigacchantu; kammassakā.”

Mong cho tất cả chúng-sinh, tất cả chúng-sinh có sinh-mạng, tất cả chúng-sinh hiện hữu, tất cả hạng chúng-sinh, tất cả chúng-sinh có ngũ-uẩn; tất cả người nữ, tất cả người nam, tất cả bậc Thánh-nhân, tất cả hạng phàm-nhân, tất cả chư-thiên, tất cả nhân-loại, tất cả nhóm ngạ-quỷ, a-su-ra trong hướng Đông, trong hướng Đông Nam, trong hướng Nam, trong hướng Tây Nam, trong hướng Tây, trong hướng Tây Bắc, trong hướng Bắc, trong hướng Đông Bắc, trong **hướng Đông**, trong hướng dưới, trong hướng trên, không có oan trái với tất cả chúng-sinh, không có khổ tâm, không có khổ thân, giữ gìn thân tâm thường được an-lạc; mong cho thoát khỏi khổ tâm, khổ thân; mong cho đừng mất đi sự an-lạc, sự tiến hóa đã có được; mỗi chúng-sinh có nghiệp là của riêng mình.

Đây là cách niệm rải tâm-từ, niệm rải tâm-bi, niệm rải tâm-hỷ, niệm rải tâm-xả tổng hợp lại cho chính mình và cho 12 loại chúng-sinh trong 10 hướng khép kín mà hành-giả nên thực hành hằng ngày, để đem lại sự lợi ích, sự tiến hóa, sự an-lạc cho mình và tất cả mọi chúng-sinh.

(Xong đề-mục thiên-định tứ vô-lượng-tâm.)

5- ĐỀ-MỤC THIỀN-ĐỊNH VẬT THỰC ĐÁNG NHỜM GÓM (Āhārepaṭikkūlasaññā)

Āhārepaṭikkūlasaññā: Suy tưởng về vật thực, phát sinh tâm nhờm gồm trong vật thực.

Āhārepaṭikkūlasaññā là một đề-mục thiền-định có chi-pháp là tưởng tâm-sở (saññācetasika) đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm.

Trong bộ Visuddhimagga trình bày cách thực hành đề-mục thiền-định *āhārepaṭikkūlasaññā*, hành-giả ở nơi thanh vắng suy tưởng về vật thực, để phát sinh tâm ghé tầm nhờm gồm trong vật thực có 10 cách như sau:

- 1- *Gamanato: Do đi đến nơi có vật thực.*
- 2- *Pariyesanato: Do đi tìm kiếm vật thực.*
- 3- *Paribhogato: Do dùng vật thực.*
- 4- *Āsayato: Do chõ vật thực nướng nhờ.*
- 5- *Nidhānato: Do bao tử chứa đựng vật thực.*
- 6- *Aparipakkato: Do vật thực chưa tiêu hóa.*
- 7- *Paripakkato: Do vật thực đã tiêu hóa rồi.*
- 8- *Phalato: Do hiệu quả của vật thực trong cơ thể.*
- 9- *Nissandato: Do thải trừ chất cặn bã ra khỏi cơ thể.*
- 10- *Sammakkhanato: Do dính bản.*

Giải thích:

1- *Gamanato: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gồm do đi đến nơi có vật thực:*

- Hành-giả là tỳ-khuru, sa-di thường trú nơi thanh vắng, mỗi ngày đến giờ đi khát thực, hành-giả mặc y, mang bát đi vào xóm làng từng nhà để khát thực vất vả, phải tiếp xúc với đủ hạng người, cho đủ một bữa ăn.

- Đối với người tại gia cần phải đi làm lụng cực nhọc vất vả mới có đủ ăn đủ mặc.

Vậy, để có được vật thực nuôi sống hằng ngày là điều khổ cực. Thật đáng nhàm chán.

2- *Pariyesanato*: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gồm do đi tìm kiếm vật thực:

- Khi đến xóm nhà, hành-giả đi khát thực xin ăn từ nhà này sang nhà khác, từ con đường này sang con đường khác, chỉ tìm kiếm vật thực cho đủ một bữa ăn trong ngày hôm ấy mà thôi.

- Đối với người tại gia cần phải đi mua sắm đem về nấu nướng để có được một bữa ăn cũng vất vả không kém.

Vậy, tìm kiếm được vật thực nuôi sống hằng ngày là điều khổ cực. Thật đáng nhàm chán.

3- *Paribhogato*: Suy tưởng về vật thực đáng tởm do dùng vật thực:

- Khi dùng vật thực, hành-giả bỏ vào miệng, 2 hàm răng nhai nhỏ vật thực, món ăn bị nhai nhỏ lẫn với nước bọt, thật đáng tởm, do không nhìn thấy nên nuốt vào bụng.

Nếu trước khi nuốt miếng ăn ấy vào bụng, hành-giả nhả ra trên bàn tay sạch hoặc cái đĩa sạch, để nhìn thấy rõ ràng miếng ăn ấy, thì hành-giả có thể nuốt lại miếng ăn ấy vào bụng được hay không?

Vậy, vật thực là thật đáng ghê tởm.

4- *Āsayato*: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gồm do xét chỗ vật thực nương nhờ:

Vật thực được nuốt vào bên trong, nương nhờ nước mật, nước đàm, nước mũi, máu. Nếu người nào có thứ nước nào nhiều thì vật thực trộn lẫn với nước ấy nhiều.

Vậy, vật thực là thật đáng nhờm gồm.

5- *Nidhānato*: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gồm do vật thực chứa đựng trong bao tử:

Những món ăn được nuốt vào gọi là *vật thực mới* trộn lẫn với mật, đàm, mủ, máu chứa chất chung trong bao tử đầy hơi thổi. Người sống bao nhiêu năm tháng, thì bao tử cũng chứa đựng vật thực bấy nhiêu năm tháng, mà không hề làm sạch.

Vậy, vật thực mới chứa đựng trong bao tử thật đáng nhòm góm.

6- Aparipakkato: Suy tưởng về vật thực đáng nhòm góm do vật thực chưa tiêu hóa:

Vật thực mới từ ngày hôm qua và hôm nay chứa đựng trong bao tử, chất lửa (*pācakatejo*) chưa kịp tiêu hóa vật thực ấy, nên có trạng-thái sinh lên.

Vậy, vật thực mới chứa đựng trong bao tử, chưa kịp tiêu hóa thật đáng nhòm góm.

7- Paripakkato: Suy tưởng về vật thực đáng nhòm góm do vật thực đã tiêu hóa rồi:

Vật thực mới được tiêu hóa do chất lửa trong bao tử, (*pācakatejo*) một phần bổ dưỡng đem nuôi cơ thể, phần thải ra biến thành phân chứa trong bọc phân, và biến thành nước tiểu chứa trong bọc nước tiểu.

Vậy, vật thực đã tiêu hóa rồi, phần thải ra chất cặn bã thành phân, nước tiểu thật đáng nhòm góm.

8- Phalato: Suy tưởng về vật thực đáng nhòm góm do biết hiệu quả của vật thực trong cơ thể:

Vật thực mới đã tiêu hóa do chất lửa trong bao tử, rồi đem lại hiệu quả cho máu, thịt, xương, tóc, lông, móng, răng, da, v.v...

Nếu phần vật thực nào không tiêu hóa được thì sẽ sinh ra các thứ bệnh. Đó là hậu quả do vật thực.

Vậy, hậu quả của vật thực có lợi và cũng có hại, thật đáng nhờm gớm.

9- Nissandato: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gớm do thải trừ các chất cặn bã ra khỏi cơ thể:

Vật thực được nuốt vào chỉ có một đường là cửa miệng. Sau khi vật thực được tiêu hóa, phần thải trừ các chất cặn bã ra khỏi cơ thể bằng 9 môn (cửa) và lỗ chân lông như sau:

- 2 nhãn môn (mắt) là nơi chảy ra nước mắt, ghen.
- 2 nhĩ môn (tai) là nơi chảy ra ráy tai, mũ tai.
- 2 tỷ môn (mũi) là nơi chảy ra nước mũi.
- Khẩu môn (miệng) là nơi chảy ra nước bọt, đàm, ...
- Hậu môn là nơi chảy ra phân.
- Đường tiểu là nơi chảy ra nước tiểu.
- Lỗ chân lông là nơi chảy ra mồ hôi ...

Vật thực là những món ăn ngon hoặc dở nuốt vào miệng, sau khi vật thực đã tiêu hóa xong, rồi thải trừ chất cặn bã ra qua các môn (cửa) đều là những chất ô trọc, hôi thối, thật đáng nhờm gớm.

10- Sammakhanato: Suy tưởng về vật thực đáng nhờm gớm do vật thực dính bản:

Vật thực là các món ăn, khi dùng các món ăn dính bàn tay, bỏ vào miệng dính lưỡi, răng, ... sau khi ăn xong, cần phải súc miệng, đánh răng bằng những thứ kem có mùi thơm, để tránh mùi hôi tanh.

Khi thải trừ các chất cặn bã ra khỏi cơ thể bằng 9 môn (cửa) và các lỗ chân lông toàn thân đầy hôi hám.

Hằng ngày, người ta cần phải tắm rửa sạch sẽ bằng những thứ nước thơm, để làm cho dễ chịu đối với chính mình và mọi người. Vật thực vốn thật là đáng nhờm gớm.

Nimitta, bhāvanā của đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā

Thực hành *đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā*: Suy tưởng trong vật thực, phát sinh tâm ghê tởm vật thực, sau khi hành-giả suy tưởng về vật thực đáng nhòm góm bằng 10 cách như đã trình bày.

Một loại nimitta

Đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā có *đối-tượng thật-tánh kabalīkārāhāra*: món vật thực thuộc về *chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*, nên chỉ có *parikamma-nimitta*: *đối-tượng ban đầu thực hành* mà thôi, đó là các món vật thực liên quan đến *saññā suy tưởng về vật thực thật đáng nhòm góm*.

Đề-mục thiền-định này không thể phát sinh *đối-tượng uggahanimitta* và *đối-tượng paṭibhāganimitta*.

Hai loại bhāvanā, hai loại samādhi

Đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā chỉ có 2 loại *bhāvanā*, 2 loại *samādhi* là *parikammabhāvanā*: *tâm-hành ban đầu*, *parikammasamādhi*: *sơ-định ban đầu*, và *upacārabhāvanā*: *tâm-hành cận bậc thiền*, *upacārasamādhi*: *cận định mà thôi*, không có khả năng dẫn đến *appanābhāvanā*: *tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, *appanāsamādhi*: *an-định trong bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā này chỉ có khả năng đạt đến *upacārasamādhi*: *cận định mà thôi*, không có khả năng chứng đắc *appanāsamādhi*: *an-định chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm* nào cả, bởi vì đề-mục thiền-định này không có *đối-tượng uggahanimitta*, nên tâm vẫn còn là *dục-giới đại-thiện-tâm*, có *dục-giới đại-thiện-nghiệp*.

Tính chất của đề-mục āhārepaṭikkūlasaññā

Hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định āhārepaṭikkūlasaññā* này có khả năng đặc biệt diệt *tâm tham-ái trong vị món ăn (rasataṇhā)*.

Khi hành-giả dùng vật thực, các món ăn như thế nào?

Ví dụ: Hai vợ chồng ẵm đứa con nhỏ yêu quý đi lánh nạn, giữa đường trên bãi sa mạc, hết sạch lương khô đi đường, đứa con nhỏ đói khát không chịu nổi nên bị chết, hai vợ chồng vô cùng đau khổ vì thương tiếc đứa con yêu quý.

Khi ấy, hai vợ chồng bàn bạc với nhau rằng:

“Đứa con yêu quý đã chết, chúng ta hết sạch lương khô, khoảng đường còn xa, dù cố gắng hết sức chúng ta cũng chỉ đi được một đoạn đường nữa mà thôi, rồi chắc chắn chúng ta sẽ ngã gục chết ở phía trước, vì đói khát.

Bây giờ, đứa con yêu quý đã chết rồi, chúng ta nên dùng thịt của đứa con, để có thể tiếp tục đi khoảng đường còn lại.”

Sau khi bàn bạc như vậy, hai vợ chồng đành phải ăn thịt đứa con yêu quý đã chết ấy, không ham thích chút nào cả, nhưng phải ăn để duy trì sinh-mạng tiếp tục đi vượt qua khỏi sa mạc như thế nào.

Cũng như vậy, hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định āhārepaṭikkūlasaññā* phát sinh trí-tuệ sáng suốt suy tưởng về vật thực thấy rõ, biết rõ các món ăn thật đáng ghê tởm, đáng nhờm gớm, nên diệt được *tâm tham-ái trong vị (rasataṇhā)* của vật thực, nhưng cũng phải dùng vật thực để duy trì sinh-mạng, tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-tuệ, mong giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài, giống như trường hợp hai vợ chồng đành phải ăn thịt đứa con yêu quý đã chết như thế ấy.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā* suy tưởng về vật thực thật đáng ghê tởm, đáng nhòm góm cũng như hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định kāyagatāsati*, trí-tuệ thấy rõ, biết rõ 32 thể trọc (trọc) trong thân thể, hoặc thực hành *đề-mục thiền-định asubha tīr-thi*, trí-tuệ thấy rõ, biết rõ tīr-thi thật đáng ghê tởm như vậy.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā* này, nếu chưa chứng đắc thành *bậc Thánh Ara-hán* thì sau khi chết, *dục-giới thiện-nghiệp* của *đề-mục thiền-định* này sẽ cho quả tái-sinh kiếp sau trong *cõi thiện-giới* là *cõi người* hoặc *1 trong 6 cõi trời dục-giới*.

(Xong *đề-mục thiền-định āhārepaṭikkūlasaññā*.)

6- Đề-Mục Thiền-Định Phân Tích Tứ-Đại (Catudhātuvavatthāna)

Catudhātuvavatthāna: *Phân tích tứ-đại trong thân thể để trí-tuệ thấy rõ, biết rõ chỉ có tứ-đại (đất, nước, lửa, gió) mà thôi, thuộc về chân-nghiã-pháp (paramatthadhamma), không phải người, không phải người nam, không phải người nữ, không phải chúng-sinh nào cả.*

Catudhātuvavatthāna là một *đề-mục thiền-định*, có chi-pháp là *paññācetasika*: trí-tuệ tâm-sở đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* hợp với trí-tuệ.

Hành-giả thực hành *đề-mục thiền-định catudhātuvavatthāna*: *phân tích tứ-đại trong thân thể.*

Trong thân thể con người có tứ-đại (*catudhātu*):

- 1- *Pathavīdhātu*: *Địa-đại* là *chất đất*.
- 2- *Āpodhātu*: *Thủy-đại* là *chất nước*.
- 3- *Tejodhātu*: *Hỏa-đại* là *chất lửa*.
- 4- *Vāyodhātu*: *Phong-đại* là *chất gió*.

Tứ-đại trong thân thể con người, nếu tính theo chi tiết thì tổng cộng gồm có 42 pháp.

1- *Pathavīdhātu*: Địa-đại có 20 pháp.

2- *Āpodhātu*: Thủy-đại có 12 pháp.

3- *Tejodhātu*: Hỏa-đại có 4 pháp.

4- *Vāyodhātu*: Phong-đại có 6 pháp.

Tứ-đại: Địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại này luôn luôn nương nhờ lẫn nhau, không thể tách rời nhau. Trong 4 đại này, nếu đại nào có số lượng nhiều thì gọi tên đại ấy.

1- *Pathavīdhātu*: Địa-đại chất đất có trạng-thái cứng hoặc mềm.

Trạng-thái cứng: Nếu địa-đại có lượng nhiều trong vật nào thì vật ấy có cảm giác cứng như xương, đá, sắt, ...

Trạng-thái mềm: Nếu địa-đại có lượng ít trong vật nào thì vật ấy có cảm giác mềm như da, thịt, bông gòn, ...

Địa-đại nương nhờ nơi thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại, cũng làm nơi nương nhờ của tất cả các sắc-pháp.

Địa-đại trong thân thể có 20 thể trọc (trọc) là:

Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; mamsam, nahāru, atthi, atthimiñjam, vakkam; hadayam, yakanam, kilomakam, pīhakam, papphāsam; antam, antagunam udariram, karīsam, mattaluṅgam.

Tóc, lông, móng, răng, da; thịt, gân, xương, tủy, thận; tim, gan, màng phổi, bao tử, buồng phổi; ruột già, ruột non, vật thực mới, phần, óc.

2- *Āpodhātu*: Thủy-đại chất nước có trạng-thái chảy hoặc đông đặc:

Trạng-thái chảy: Nếu một vật nào có nhiều chất nước thì vật ấy có thể chảy được.

Khi nhìn thấy vật chảy không phải là *āpodhātu*: *chất nước*, mà chính là *chất đất chảy*, bởi vì *sự thật chất nước* không thể nhìn thấy bằng mắt, cũng không thể tiếp xúc bằng thân được.

Thật vậy, khi nhìn thấy *chất đất ít trong nước chảy* đó là *phong-đại*, khi tắm rửa, *thân tiếp xúc chất đất mềm* đó là *địa-đại*, khi *thân xúc giác nóng hoặc lạnh* đó là *hỏa-đại*. Còn *thủy-đại chất nước vi-tế chỉ biết được bằng ý-thức-tâm* mà thôi. ⁽¹⁾

Nếu một vật nào có ít chất nước có nhiều chất đất thì chất nước làm cho vật ấy kết dính lại với nhau.

Trạng-thái đông đặc: Nếu chất nước có nhiều ở trong nhiệt độ bình thường thì chất nước chảy qua lại được, nhưng gặp nhiệt độ lạnh dưới 0°C thì chất nước ấy bị đông đặc biến thành nước đá.

Nếu chất nước ít ở trong chất sáp, chất chì, chất đồng, khi gặp nhiệt độ cao thì chất sáp, chất chì, chất đồng ấy chảy tan ra thành nước, khi gặp nhiệt độ thấp bình thường trở lại đông đặc như trước.

Thủy-đại trong thân thể có 12 thể trọc (trọc) là:

Pittam, semham, pubbo, lohitam, sedo, medo; assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttam.

Mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ đặc; nước mắt, mỡ lỏng, nước miếng, nước mũi, nước nhớt, nước tiểu.

3- *Tejodhātu*: *Hỏa-đại có trạng-thái nóng hoặc lạnh.*

Hơi nóng hoặc hơi lạnh là trạng-thái của hỏa-đại (*tejodhātu*). Hơi nóng, hơi lạnh làm chín các món ăn, thức uống, làm cho thân thể tăng trưởng và suy giảm.

¹ *Āpodhātuyā sukhumabhāvena asakkuneyyattam vuttam ...*

Cho nên, *đối-tượng xúc* chỉ có 3 đại là *địa-đại, hỏa-đại, phong-đại* mà thôi.

Tejodhātu: Hỏa-đại trong thân thể con người có 4 pháp là:

- *Santappanatejo*: Hỏa-đại hơi nóng làm tăng nhiệt độ trong thân thể.
- *Dahanatejo*: Hỏa-đại hơi nóng làm tăng cao nhiệt độ trong thân thể.
- *Jīraṇatejo*: Hỏa-đại hơi nóng làm cho thân thể trở nên già yếu dần.
- *Pācakatejo*: Hỏa-đại hơi nóng trong bụng làm phân sự tiêu hóa vật thực.

Còn *Usmātejo*: Hỏa-đại hơi nóng ở trong thân thể của tất cả chúng-sinh này ghép chung vào 3 loại hỏa-đại là *santappanatejo*, *dahanatejo*, *jīraṇatejo* nên không kể riêng biệt.

4- *Vāyodhātu*: Phong-đại có trạng-thái căng phồng hoặc di chuyển:

Trạng-thái căng phồng: Chất gió trong quả bóng tròn, trong bánh xe, làm căng phồng lên.

Trạng-thái di chuyển: Chất gió trong thân thể làm cho thân cử động, đi, đứng, ngồi, nằm, v.v...

Vāyodhātu: Phong-đại trong thân thể con người có 6 pháp là:

- *Uddhaṅgamavāyo*: Phong-đại bốc lên phía trên.
- *Adhogamavāyo*: Phong-đại đẩy xuống phía dưới.
- *Kucchiṭṭhavāyo*: Phong-đại ở trong bụng.
- *Koṭṭhāsavāyo*: Phong-đại ở trong ruột già.
- *Aṅgamaṅgānusārīvāyo*: Phong-đại ở khắp thân thể.
- *Assāsapassāsavāyo*: Phong-đại hơi thở vào, hơi thở ra.

Thân thể của mỗi chúng-sinh nói chung, con người nói riêng chỉ có **tứ-đại**: địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại

mà thôi, nhưng mà khác nhau về hình thể thô hoặc vi-tế phát sinh do nghiệp riêng của mỗi chúng-sinh ấy.

Nhìn thấy *thân thể* của mỗi chúng-sinh mà gọi rằng:

“*Ta, người, người nam, người nữ, loài gia súc, chư thiên, phạm-thiên, v.v...*”

Theo sự thật *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*) đó chỉ là *sắc-pháp tứ-đại* mà thôi, còn hình thể tứ-đại khác nhau phát sinh do nghiệp của riêng mỗi chúng-sinh ấy.

Thực hành đề-mục thiên-định Catudhātuvavatthāna

Hành-giả thực hành *đề-mục thiên-định catudhātuvavatthāna*: *phân tích tứ-đại trong thân thể của mình*, có 2 hạng hành-giả:

1- Nếu hành-giả là hạng người *tikkhapuggala* có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy, khi thực hành *đề-mục catudhātuvavatthāna*, hành-giả có trí-tuệ sắc bén suy xét phân tích tứ-đại theo 4 *dhātu*: *pathavīdhātu* (*địa-đại*), *āpodhātu* (*thủy-đại*), *tejodhātu* (*hỏa-đại*), *vāyodhātu* (*phong-đại*) là *sắc-pháp tứ-đại* thuộc về *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*), trí-tuệ thấy rõ, biết rõ thật-tánh của *sắc-pháp tứ-đại* (*địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại*) là *pháp-vô-ngã*, nên diệt được *tà-kiến* thấy sai, chấp lầm rằng:

“*Ta, người, người nam, người nữ, chúng-sinh, ...*”

2- Nếu hành-giả là hạng người *mandapuggala* có trí-tuệ chậm, khi thực hành *đề-mục catudhātuvavatthāna*, hành-giả có trí-tuệ suy xét phân tích tứ-đại theo 4 *dhātu* chi tiết gồm có 42 pháp:

1- *Pathavīdhātu*: *Địa-đại* có 20 thể trọc (trọc).

2- *Āpodhātu*: *Thủy-đại* có 12 thể trọc (trọc).

3- *Tejodhātu*: *Hỏa-đại* có 4 pháp.

4- *Vāyodhātu*: *Phong-đại* có 6 pháp.

Hành-giả thực hành *đề-mục catudhātuvavatthāna* suy xét phân tích tứ-đại theo chi tiết gồm có 42 *sắc-pháp tứ-đại thuộc về chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*, trí-tuệ thấy rõ, biết rõ thật-tánh của *sắc-pháp tứ-đại (địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại)* là *pháp-vô-ngã*, nên diệt được *tà-kiến* thấy sai, chấp lầm rằng:

“*Ta, người, người nam, người nữ, chúng-sinh, ...*”

* Phương pháp thực hành tứ-đại

Hành-giả là hạng người *tikkhapuggala* có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy, khi thực hành *đề-mục catudhātuvavatthāna* này, hành-giả có trí-tuệ sắc bén suy xét phân tích tứ-đại (địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại) trong thân này như sau:

1- *Đại nào trong thân thể có trạng-thái cứng hoặc mềm, đại ấy gọi là địa-đại (pathavīdhātu).*

2- *Đại nào trong thân thể có trạng-thái chảy hoặc đông đặc, đại ấy gọi là thủy-đại (āpodhātu).*

3- *Đại nào trong thân thể có trạng-thái nóng hoặc lạnh, đại ấy gọi là hỏa-đại (tejodhātu).*

4- *Đại nào trong thân thể có trạng-thái căng phồng hoặc làm cho thân thể cử động, đại ấy gọi là phong-đại (vāyodhātu).*

Trí-tuệ phân tích trong thân này, thấy rõ, biết rõ thật-tánh của tứ-đại (địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại) là *sắc-pháp tứ-đại thuộc về chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*, *sắc-pháp tứ-đại* ấy là *pháp-vô-ngã*, không phải *ta, người, người nam, người nữ, chúng-sinh, v.v...*

Ví dụ: Gọi là “*chiếc xe*”

Trong chiếc xe, nếu người ta tháo rời bánh xe, sườn xe, mui xe, v.v ... ra từng phần thì không còn gì gọi là chiếc xe nữa.

Cũng như vậy, nếu hành-giả có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy phân tích trong thân này ra thành mỗi đại thuộc về mỗi sắc-pháp có trạng-thái khác nhau, trong thân này chỉ có 4 đại mà thôi, thì không phải là **ta**, cũng không phải là **người**, cũng không phải là *người nam, người nữ, chúng-sinh, v.v...* nào cả.

Trong Chú-giải Pāli giải rằng: **Thân** này ví như *chiếc xe*, **tâm** ví như *người lái xe*.

Thật ra, chiếc xe không thể chạy nhanh, chạy chậm, chạy tới, chạy lui, rẽ trái, rẽ phải được, sở dĩ *chiếc xe* chạy nhanh, chạy chậm, ... là nhờ *người lái xe*.

Cũng như vậy, sở dĩ **thân** này đi, đứng, ngồi, nằm, cử động, nói năng được là do nhờ **tâm** điều khiển.

Hành-giả có trí-tuệ suy xét rằng:

“*Iti ayam kāyo acetano abyākato suñño nissatto nijjīvo dhātusamūhoyeva, ...*”

- *Thân này không có tâm thức, không phải pháp thiện, ác⁽¹⁾, không phải là ta, không phải là người, không phải là chúng-sinh, không có jīva đáng thiêng liêng điều hành, mà là tứ-đại hợp thành mà thôi.*

* Phương pháp thực hành tứ-đại 42 pháp

Hành-giả là hạng người *mandapuggala* có trí-tuệ chậm, khi thực hành *đê-mục catudhātuvavatthāna* này, hành-giả có trí-tuệ suy xét phân tích tứ-đại trong thân này theo chi tiết gồm có 42 pháp:

- *Pathavīdhātu*: Địa-đại có 20 thể trợ (trợ).
- *Āpodhātu*: Thủy-đại có 12 thể trợ (trợ).
- *Tejodhātu*: Hỏa-đại có 4 pháp.
- *Vāyodhātu*: Phong-đại có 6 pháp.

¹ Thân là sắc-pháp sinh từ thiện-nghiệp hoặc ác-nghiệp.

1- Pathavīdhātu: Địa-đại có 20 thể trọc (trọc) là:

Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; mamsam, nahāru, atthi, atthimiñjam, vakkam; hadayam, yakanam, kilomakam, pīhakam, pappāsam; antam, antaṅgam, udariram, karīsam, mattaluṅgam.

(Tóc, lông, móng, răng, da; thịt, gân, xương, tủy, thận; tim, gan, màng phổi, bao tử, buồng phổi; ruột già, ruột non, vật thực mới, phần, óc.)

2- Āpodhātu: Thủy-đại có 12 thể trọc (trọc) là:

Pittam, semham, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo; assu, vasā, khelo, singhāṇikā, lasikā, muttam.

(Mật, đờm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ đặc; nước mắt, mỡ lỏng, nước miếng, nước mũi, nước nhót, nước tiểu.)

3- Tejodhātu: Hỏa-đại có 4 pháp là:

- *Santappanatejo: Hỏa-đại* hơi nóng làm tăng nhiệt độ trong thân thể.
- *Dahanatejo: Hỏa-đại* hơi nóng làm tăng cao nhiệt độ trong thân thể.
- *Jīraṇatejo: Hỏa-đại* hơi nóng làm cho thân thể trở nên già yếu dần.
- *Pācakatejo: Hỏa-đại* hơi nóng làm phân sự tiêu hóa vật thực.

4- Vāyodhātu: Phong-đại có 6 pháp là:

- *Uddhaṅgamavāyo: Phong-đại* bốc lên phía trên.
- *Adhogamavāyo: Phong-đại* đẩy xuống phía dưới.
- *Kucchiṭṭhavāyo: Phong-đại* ở trong bụng.
- *Koṭṭhāsavāyo: Phong-đại* ở trong ruột già.
- *Āṅgamaṅgānūsārīvāyo: Phong-đại* ở khắp thân thể.
- *Assāsapassāsavāyo: Phong-đại* hơi thở vào, hơi thở ra.

Suy xét phân tích tứ-đại

1- Hành-giả suy xét phân tích *địa-đại* có 20 pháp theo tuần tự từng mỗi pháp từ *kesa* (tóc) cho đến *mattaluṅgaṃ* (óc) như sau:

***Kesa* (tóc)** mọc trên da đầu.

Tóc chỉ thuộc về *địa-đại* (*pathavīdhātu*) mà thôi, tóc có hình dáng sợi.

Tóc thuộc về *địa-đại* là nơi nương nhờ của *thủy-đại*, *hỏa-đại*, *phong-đại* và 4 sắc-pháp là *vanṇa* (màu sắc), *gandha* (mùi), *rasa* (vị), *ojā* (chất bổ) gồm có 8 sắc-pháp được gọi là *avinibbhogarūpa*: đó là 8 sắc-pháp không tách rời nhau được.

Tuần tự ***lomā* (lông)** cho đến ***mattaluṅgaṃ* (óc)** thuộc về *địa-đại*, suy xét phân tích tương tự như ***kesa* (tóc)** mỗi *địa-đại* gồm có 8 sắc-pháp gọi là *avinibbhogarūpa*: đó là 8 sắc-pháp không tách rời nhau được.

2- Hành-giả suy xét phân tích *thủy-đại* có 12 pháp theo tuần tự từng mỗi pháp từ *pittaṃ* (mật) cho đến *muttaṃ* (nước tiểu) thuộc về *thủy-đại*, suy xét phân tích mỗi *thủy-đại* gồm có 8 sắc-pháp gọi là *avinibbhogarūpa*: đó là 8 sắc-pháp không tách rời nhau được. Suy xét phân tích tương tự như *kesa* (tóc) vậy.

3- Hành-giả suy xét phân tích *hỏa-đại* có 4 pháp theo tuần tự từng mỗi sắc-pháp từ *santappanatejo* (*hỏa-đại hơi nóng làm tăng nhiệt độ trong thân thể*) cho đến *pācakatejo* (*hỏa-đại hơi nóng làm phân sự tiêu hóa vật thực*) thuộc về *hỏa-đại*, suy xét phân tích mỗi *hỏa-đại* gồm có 8 sắc-pháp gọi là *avinibbhogarūpa*: đó là 8 sắc-pháp không tách rời nhau được. Suy xét phân tích tương tự như *kesa* (tóc) vậy.

4- Hành-giả suy xét phân tích *phong-đại* có 6 pháp theo tuần tự từng mỗi pháp từ *uddhaṅgamavāyo* (*phong-đại bốc lên phía trên*) cho đến *assāsapassāsavāyo* (*phong-đại hơi thở vào, hơi thở ra*) thuộc về phong-đại, suy xét phân tích mỗi phong-đại gồm có 8 sắc-pháp gọi là *avinibbhogarūpa*: đó là 8 sắc-pháp không tách rời nhau được. Suy xét phân tích tương tự như *kesa* (tóc) vậy.

Như vậy, hành-giả suy xét phân tích trong thân gồm có 42 pháp, có 8 sắc-pháp là *địa-đại* (*pathavī*), *thủy-đại* (*āpo*), *hỏa-đại* (*tejo*), *phong-đại* (*vāyo*), *màu sắc* (*vaṇṇa*), *mùi* (*gandha*), *vị* (*rasa*), *chất bở* (*ojā*) gọi là *avinibbhogarūpa*: đó là 8 sắc-pháp không tách rời nhau được.

Hành-giả suy xét phân tích biết 8 sắc-pháp gọi là *avinibbhogarūpa* như sau:

- Biết 3 đại là *địa-đại* (*pathavī*), *hỏa-đại* (*tejo*), *phong-đại* (*vāyo*) bằng *thân-thức-tâm* xúc giác cứng, mềm, nóng, lạnh, căng phồng, cử động, ...

- Biết *thủy-đại* (*āpo*) bằng *ý-thức-tâm*.

- Biết *màu sắc* (*vaṇṇa*) bằng *nhãn-thức-tâm* thấy sắc.

- Biết *mùi* (*gandha*) bằng *tỷ-thức-tâm* ngửi mùi.

- Biết *vị* (*rasa*) bằng *thiệt-thức-tâm* nếm vị.

- Biết *chất bở* (*ojā*) bằng *ý-thức-tâm*.

Suy xét phân tích 42 pháp bằng 13 cách

Nếu thực hành suy xét phân tích tứ-đại gồm có 42 pháp theo tuần tự mỗi pháp như đã trình bày, mà trí-tuệ vẫn chưa thấy rõ, biết rõ thật-tánh của tứ-đại thì hành-giả cần phải suy xét phân tích thêm 13 cách như sau:

1- *Vacanaṭṭhato*: Ý nghĩa của mỗi đại.

2- *Kalāpato*: Nhóm sắc-pháp vi-tế.

3- *Cuṇṇato*: Tế bào vi-tế.

- 4- *Lakkhaṇādito*: Trạng-thái v.v...
 5- *Samuṭṭhānato*: Nơi phát sinh.
 6- *Nānattekattato*: Trạng-thái riêng, trạng-thái chung.
 7- *Vinibbhogāvinibbhogato*: Tách rời, không tách rời.
 8- *Sabhāgavisabhāgato*: Hợp nhau, không hợp nhau.
 9- *Ajjhattikabāhiravisesato*: Bên trong, bên ngoài.
 10- *Saṅgahato*: Gom vào, ghép vào.
 11- *Paccayato*: Làm duyên với nhau.
 12- *Asamannāhārato*: Không biết đối-tượng.
 13- *Paccayavibhāgato*: Phân chia nhân duyên hợp mỗi đại.

Giải thích

1- *Vacanaṭṭhato*: Ý nghĩa của mỗi đại

Địa-đại (*pathavīdhātu*) có nghĩa là rộng lớn; *thủy-đại* (*āpo*) có nghĩa là lưu chuyển; thấm ướt; *hỏa-đại* (*tejo*) có nghĩa là nóng, lạnh; hơi ẩm; *phong-đại* (*vāyo*) có nghĩa là chuyển động; căng phồng. Mỗi đại đều có thật-tánh riêng của mình.

Toàn thân của mình phần lớn là *địa-đại*; phần lưu chuyển, thấm ướt là *thủy-đại*; phần nóng, lạnh ẩm áp là *hỏa-đại*; phần căng phồng, chuyển động là *phong-đại*.

2- *Kalāpato*: Nhóm sắc-pháp vi-tế

Nhóm sắc-pháp gồm có 11 sắc-pháp: *Avinibbhogarūpa* 8 + *kāya* + *bhāva* + *jīvitarūpa*.

- *Pācakatejo* có nhóm 9 sắc-pháp: *Avinibbhogarūpa* 8 + *jīvitarūpa*.

- *Tejodhātu* và *vāyodhātu* có nhóm 8 sắc-pháp: *Avinibbhogarūpa* có 8 sắc-pháp.

Thân này chỉ có các nhóm sắc-pháp mà thôi.

3- *Cuṇṇato*: Tế bào vi-tế

Thân này được kết tụ bởi tế bào vi-tế của tứ-đại không thể phân tách ra được, sở dĩ thân này hiện hữu là nhờ *āpodhātu* (thủy-đại) làm phận sự làm kết dính tất cả địa-đại lại với nhau, nhờ *tejodhātu* (hỏa-đại) phận sự nuôi dưỡng, nhờ *vāyodhātu* (phong-đại) phận sự giữ gìn, bảo vệ thân này.

4- *Lakkhaṇādito*: Trạng-thái, phận sự, quả hiện hữu

- *Pathavīdhātu* có trạng-thái cứng, mềm, có phận sự làm nơi nương nhờ của 3 đại khác, tiếp nhận 3 đại khác là quả hiện hữu.

- *Āpodhātu* có trạng-thái lưu chuyển và đông đặc, có phận sự làm cho 3 đại khác phát triển, kết dính gom 3 đại khác thành hình dáng là quả hiện hữu.

- *Tejodhātu* có trạng-thái hơi âm, nóng, lạnh, có phận sự làm cho 3 đại khác già dặn, làm cho 3 đại khác mềm mại là quả hiện hữu.

- *Vāyodhātu* có trạng-thái nâng đỡ 3 đại khác bền vững, có phận sự làm tác động 3 đại khác, làm cử động, đi lại 3 đại khác là quả hiện hữu.

5- *Samuṭṭhānato*: Nơi phát sinh sắc-pháp

Sắc-pháp phát sinh do 4 nhân-duyên là *kamma* (nghiệp), *citta* (tâm), *utu* (thời tiết), *āhāra* (vật thực).

Sắc tứ-đại gồm có 42 pháp thuộc về sắc-pháp:

- Một số sắc-pháp phát sinh do nghiệp.
- Một số sắc-pháp phát sinh do tâm.
- Một số sắc-pháp phát sinh do thời tiết.
- Một số sắc-pháp phát sinh do vật thực.

6- *Nānattekattato*: Trạng-thái-riêng, trạng-thái-chung

Mỗi đại của sắc tứ-đại đều có *trạng-thái-riêng*, *phận sự*, *quả hiện hữu* riêng biệt khác nhau.

Sắc tứ-đại là sắc-pháp có *sự sinh*, *sự diệt*, nên có 3 *trạng-thái-chung* là *trạng-thái vô-thường*, *trạng-thái khổ*, *trạng-thái vô-ngã*.

7- **Vinibbhogāvinibbhogato**: *Phân tích được, phân tích không được*

Sắc tứ-đại chỉ có thể phân tích mỗi đại theo *trạng-thái*, *phận sự*, *quả hiện hữu*, nên gọi là *vinibbhogarūpa*.

Sắc tứ-đại luôn luôn liên kết với nhau, nên không thể phân tích ra được gọi là *avinibbhogarūpa*.

8- **Sabhāgavisabhāgato**: *Hợp nhau, không hợp nhau*

- Pathavīdhātu với āpodhātu là 2 đại nặng hợp với nhau.
- Tejodhātu với vāyodhātu là 2 đại nhẹ hợp với nhau.
- Pathavīdhātu, āpodhātu với tejodhātu, vāyodhātu là 2 nhóm đại không hợp với nhau, bởi vì, nhóm đại nặng với nhóm đại nhẹ.

9- **Ajjhattikabāhiravisesato**: *Bên trong, bên ngoài*

- Sắc tứ-đại phát sinh bên trong thân thể của tất cả chúng-sinh, khi phát sinh có đầy đủ 4 duyên sinh sắc-pháp là *kamma*, *citta*, *utu*, *āhāra* thuộc về *ajjhattikavisesa* (*bên trong*).

- Sắc tứ-đại phát sinh bên ngoài thân thể của tất cả chúng-sinh, khi phát sinh chỉ có 1 duyên sinh sắc-pháp là *utusamutthāna* (*nguồn gốc utu*) mà thôi, thuộc về *bāhiravisesa* (*bên ngoài*).

10- **Saṅgahato**: *Gom vào nhau, ghép vào nhau*

- Pathavīdhātu phát sinh do kamma thì gom vào, ghép vào với āpodhātu, tejodhātu, vāyodhātu cũng phát sinh do kamma.

- Pathavīdhātu phát sinh do citta, utu, āhāra thì gom vào, ghép vào với āpodhātu, tejodhātu, vāyodhātu cũng phát sinh do citta, utu, āhāra.

11- *Paccayato*: Làm duyên với nhau

- *Pathavīdhātu* là nền tảng của 3 đại khác là āpodhātu liên kết không tách rời, tejodhātu giữ gìn, vāyodhātu giúp nâng đỡ do năng lực của các duyên như *sahajāta-paccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, v.v...*

- *Āpodhātu* liên kết 3 đại khác không tách rời là pathavīdhātu làm nền tảng, tejodhātu giữ gìn, vāyodhātu giúp nâng đỡ do năng lực của các duyên như *sahajāta-paccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, v.v...*

- *Tejodhātu* làm cho 3 đại khác già dặn, mềm mại là pathavīdhātu làm nền tảng, āpodhātu liên kết không tách rời, vāyodhātu giúp nâng đỡ do năng lực của các duyên như *sahajātapaccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, v.v...*

- *Vāyodhātu* giúp nâng đỡ cho 3 đại khác là pathavīdhātu làm nền tảng, āpodhātu liên kết không tách rời, tejodhātu giữ gìn do năng lực của các duyên như *sahajāta-paccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, v.v ...*

12- *Asamannāhārato*: Không biết đối-tượng

- *Pathavīdhātu* không biết mình là địa-đại, và cũng không biết mình làm nền tảng cho 3 đại khác.

- *Āpodhātu* không biết mình là thủy-đại, và cũng không biết mình liên kết 3 đại khác không tách rời.

- *Tejodhātu* không biết mình là hỏa-đại, và cũng không biết mình làm cho 3 đại khác già dặn, mềm mại.

- *Vāyodhātu* không biết mình là phong-đại, và cũng không biết mình giúp nâng đỡ cho 3 đại khác.

Mỗi đại có tự-tánh-riêng của mình đều là *pháp-vô-ngã, không phải ta, không phải người, không phải người nam, không phải người nữ, không phải chúng-sinh, v.v...*

13- Paccayavibhāgato: *Phân chia nhân duyên hợp mỗi đại*

Thân thể của tất cả chúng-sinh được hiện hữu đều do 4 nhân-duyên phát sinh là *kamma (nghiệp), citta (tâm), utu (thời tiết), āhāra (vật thực)*.

- Một số sắc-pháp phát sinh do *nghiệp (kamma)* gọi là *kammajarūpa*, còn *citta, utu, āhāra* theo giúp hỗ trợ sự sinh của *kammajarūpa* ấy.

- Một số sắc-pháp phát sinh do *utu, āhāra* gọi là *utujarūpa, āhārajarūpa*, còn *kamma, citta*, theo giúp hỗ trợ sự sinh của *utujarūpa, āhārajarūpa* ấy.

- Một số sắc-pháp phát sinh do *citta* gọi là *cittajarūpa*, còn *kamma, utu, āhāra* theo giúp hỗ trợ sự sinh của *cittajarūpa* ấy.

- *Pathavīdhātu (địa-đại)* phát sinh do *kamma* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do *nghiệp* với nhau do năng lực của các duyên như *sahajāta-paccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, atthipaccaya, avigatapaccaya, ...* làm nền tảng cho 3 đại khác.

- *Āpodhātu (thủy-đại)* phát sinh do *kamma* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do *nghiệp* với nhau do năng lực của các duyên như *sahajātapaccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, atthipaccaya, avigatapaccaya, ...* liên kết không tách rời.

- *Tejodhātu (hỏa-đại)* phát sinh do *kamma* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do *nghiệp* với nhau do năng lực của các duyên như *sahajātapaccaya, añña-*

maññapaccaya, nissayapaccaya, atthipaccaya, avigatapaccaya, ... làm cho già dặn, mềm mại.

- *Vāyodhātu (phong-đại)* phát sinh do *kamma* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do nghiệp với nhau do năng lực của các duyên như *sahajātapaccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, atthipaccaya, avigatapaccaya*, giúp hỗ trợ cho được vững chắc.

- *Pathavīdhātu (địa-đại)* phát sinh do *citta, utu, āhāra* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do *citta, utu, āhāra* với nhau ...

- *Āpodhātu (thủy-đại)* phát sinh do *citta, utu, āhāra* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do *citta, utu, āhāra* với nhau ...

- *Tejodhātu (hỏa-đại)* phát sinh do *citta, utu, āhāra* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do *citta, utu, āhāra* với nhau ...

- *Vāyodhātu (phong-đại)* phát sinh do *citta, utu, āhāra* làm duyên hỗ trợ cho 3 đại khác cũng phát sinh do *citta, utu, āhāra* với nhau do năng lực của các duyên như *sahajātapaccaya, aññamaññapaccaya, nissayapaccaya, atthipaccaya, avigatapaccaya*.

Trong sắc tứ-đại này, khi chân bước tới, bước lui, thì *phong-đại* với *hỏa-đại* làm nhân duyên của sự đỡ chân lên, bước tới, bước lui, và *thủy-đại* với *địa-đại* làm nhân duyên của sự thả chân xuống.

Khi tay đưa lên, tay thả xuống, sắc tứ-đại cũng cử động tương tự như chân vậy.

Nimitta, Bhāvanā, Samādhi và Magga, Phala

Đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna* này có đối tượng *sắc-pháp tứ-đại* thuộc về *chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma)*.

Một loại nimitta

Đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna* có đối-tượng sắc-pháp tứ-đại thuộc về *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*), nên chỉ có *parikammanimitta*: đối-tượng ban đầu là tứ-đại (địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại) mà thôi.

Đề-mục thiền-định này không thể phát sinh đối-tượng *uggahanimitta* và đối-tượng *paṭibhāganimitta*.

Hai loại bhāvanā, hai loại samādhi

Đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna* chỉ có 2 loại *bhāvanā* là *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ, **định-tâm** đồng sinh với đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ ấy gọi là *parikamasamādhi*: sơ-định trong đề-mục tứ-đại ấy, và *upacārabhāvanā*: tâm-hành cận bậc thiền, **định-tâm** đồng sinh với đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ ấy gọi là *upacārasamādhi*: cận-định trong đề-mục tứ-đại ấy.

Đề-mục thiền-định này không có khả năng dẫn đến *appanābhāvanā*: tâm-hành chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, và không thể đạt đến *appanāsamādhi*: an-định chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm nào, bởi vì đề-mục thiền-định này không có đối-tượng *uggahanimitta* và đối-tượng *paṭibhāganimitta*. Cho nên, tâm vẫn còn là dục-giới đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ.

Magga, Phala

Hành-giả thực hành đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna* này có đối-tượng sắc-pháp tứ-đại thuộc về *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*).

Nếu hành-giả chuyển sang thực hành *pháp-hành thiền-tuệ* với đối-tượng-thiền-tuệ là sắc-pháp tứ-đại này, trí-tuệ phát sinh thấy rõ, biết rõ thật-tánh của sắc-pháp tứ-đại, tiếp tục trí-tuệ-thiền-tuệ phát sinh thấy rõ,

biết rõ *sự sinh, sự diệt* của *sắc-pháp tứ-đại*, hiện rõ 3 *trạng-thái-chung* (*trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã*), dẫn đến chứng ngộ *chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn*.

Hành-giả trở thành **Thánh-nhân** bậc nào là hoàn toàn tùy thuộc vào *các pháp-hạnh ba-la-mật và 5 pháp-chủ* của hành-giả.

Quả báu của đề-mục *catudhātuvavatthāna*

Hành-giả thực hành đề-mục thiên-định *catudhātuvavatthāna* có đối-tượng *sắc-pháp tứ-đại* là *đối-tượng thiên-định* và cũng là *đối-tượng-thiên-tuệ*, nên có được **9 quả báu** ⁽¹⁾ đặc biệt như sau:

1- *Suññataṃ avagāhati: Tri-tuệ thấy rõ, biết rõ trạng-thái vô-ngã của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới.*

2- *Sattasaññaṃ samugghātetī: Diệt được tâm tưởng sai, chấp làm rằng: “Chúng-sinh, ta, người, người nam, người nữ, v.v...”*

3- *Sattasaññāya samūhatattā: Diệt được tưởng sai làm cho là chúng-sinh, ...*

4- *Vālamigayakkharakkhasādivikkappam anāpajjamāno, ... không xảy ra những tai họa từ các loài thú dữ, dạ-xoa, v.v... nên chế ngự được tai họa lớn nhỏ.*

5- *Aratiratisaho hoti: Chế ngự được sự say mê trong ngũ-dục, ham thích thực hành pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ.*

6- *Itthāniṭṭhesu ugghātanigghātam na pāpuṇāti: Không coi trọng đối-tượng tốt, cũng không coi khinh đối-tượng xấu.*

7- *Mahāpañño ca hoti: Có đại trí-tuệ.*

¹ Bộ Visuddhimagga, đề-mục *Catudhātuvavatthānabhāvanā*.

8- *Amatapariyosāno vā hoti*: Hoặc cuối cùng sẽ chứng ngộ Niết-bàn.

9- *Sugatiparāyano vā hoti*: Hoặc nếu kiếp hiện-tại chưa trở thành bậc Thánh A-ra-hán thì sau khi chết sẽ tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi thiện-giới.

(Xong đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna*.)

7- Bốn Đề-Mục Thiền-Định Vô-Sắc (Āruppa)

Đề-mục thiền-định vô-sắc có 4 đề-mục, mà mỗi đề-mục thiền-định vô-sắc chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc mỗi bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm riêng biệt mà thôi như sau:

1- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ nhất gọi là **ākāsa-paññatti** chỉ có thể dẫn đến chứng đắc đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là **ākāsānañcāyatanakusalacitta** (Không-vô-biên-xứ thiện-tâm).

2- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ nhì gọi là **paṭhamāruppaviññāṇa** chỉ có thể dẫn đến chứng đắc đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là **viññāṇañcāyatanakusalacitta** (Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm).

3- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ ba gọi là **natthi-bhāvapaññatti** chỉ có thể dẫn đến chứng đắc đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là **ākiñcaññāyatanakusalacitta** (Vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm).

4- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ tư gọi là **tatiyāruppa-viññāṇa** chỉ có thể dẫn đến chứng đắc đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là **nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta** (Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm).

Phương pháp thực hành 4 đề-mục thiên-định vô-sắc

Sau khi đã chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* xong, hành-giả có ý nguyện muốn tiếp tục chứng đắc *4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Ví dụ: Hành-giả đã chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* với *đề-mục thiên-định hình tròn đất “pathavī-kasiṇa”* xong, rồi tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-định với *4 đề-mục thiên-định vô-sắc*, để chứng đắc *4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*. Hành-giả có 2 nhóm, mà mỗi nhóm suy xét khác nhau như sau:

* *Nhóm thứ nhất* trong thời-kỳ không có Phật-giáo trên thế gian, những hành-giả sau khi đã chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* với *đề-mục thiên-định hình tròn đất “pathavīkasiṇa”* suy xét rằng:

“*Các thứ bệnh hoạn ốm đau đều phát sinh từ sắc-thân này, sự đói khát cũng phát sinh từ sắc-thân này, thậm chí mọi sự tranh giành lẫn nhau cũng phát sinh từ sắc-thân này.*

Vả lại, sắc-thân này vốn sinh từ máu huyết của cha mẹ, ô trọc (trược) đáng ghê tởm. Còn cõi trời vô-sắc-giới, chư phạm-thiên không có sắc-thân, chỉ có tâm mà thôi, mọi sự khổ thân là hoàn toàn không có, cho nên, chỉ có tâm an-lạc mà thôi.”

Do suy xét như vậy, nên hành-giả phát sinh *tâm nhàm chán sắc-thân* này, chỉ mong muốn được tái-sinh kiếp kế-tiếp trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên, các vị phạm-thiên ấy không có *sắc-thân* chỉ có *tâm* mà thôi.

Hành-giả cảm thấy *nhàm chán đối-tượng pathavī-paṭibhāganimitta*: *quang-ảnh-trong-sáng đề-mục thiên-định hình tròn đất của đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả cố gắng tinh-tấn tiếp tục thực hành *4 đề-mục*

thiền-định vô-sắc, để chứng đắc 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.

* Nhóm thứ nhì trong thời-kỳ có Phật-giáo trên thế gian, những hành-giả nhóm này sau khi đã chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* với *đề-mục thiền-định hình tròn đất* "*pathavīkaṣiṇa*", không suy xét thấy lỗi nào của *sắc-thân* cả, mà chỉ suy xét rằng:

"*Định-tâm (ekaggatā) trong đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm có ít năng lực, còn định-tâm trong 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm có nhiều năng lực và vô cùng vi-tế, có khả năng luyện các phép-thần-thông (abhiññā) được; hoặc nếu là bậc Thánh Bất-lai (Anāgāmi) hoặc bậc Thánh A-ra-hán (Arahanta) có khả năng nhập diệt-thọ-tưởng (nirodhasamāpatti) được.*"

Do suy xét như vậy, nên hành-giả tiếp tục cố gắng tinh-tân thực hành 4 *đề-mục thiền-định vô-sắc, để chứng đắc 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.*

7.1- Vô-sắc-giới không-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm

Để chứng đắc *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* (*Không-vô-biên-xứ thiện-tâm*), hành-giả cả 2 nhóm đều bắt đầu thực hành 5 *pháp thuần-thục (vasībhāva)* liên quan đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* có đầy đủ năng lực, cho đến giai đoạn chót, *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, nếu thấy đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta (quang-ảnh-trong-sáng) của đề-mục thiền-định hình tròn đất của đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* nhỏ thì hành-giả nên khai triển rộng lớn bao nhiêu theo năng lực samādhi của mình.

Nếu thấy *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* lớn quá thì thu nhỏ lại cho vừa cũng được.

Khi ấy, hành-giả thực hành không quan tâm nhiều đến đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* mà có ý buông bỏ đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta*, hướng định-tâm đến đề-mục *ākāsapaññatti* (*hư-không chế-định*) để thay thế đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* với tâm nghĩ rằng: “Không có đối-tượng *pathavīpaṭibhāganimitta* mà chỉ có đề-mục *hư-không chế-định ākāsapaññatti*” mà thôi, đồng thời ***parikammabhāvanā***: tâm-hành ban đầu với *đục-giới đại-thiện-tâm* niệm tưởng rằng:

“*Ākāso ānanto, Ākāso ānanto, Ākāso ānanto, ...*”
 “*Hư không vô biên, Hư không vô biên, ...*”

Ākāso ānanto: Hư-không vô-biên.

- *Ākāso* nghĩa là *hư không* không phải *chân-nghĩa-pháp* (*paramatthadhamma*) mà thuộc về *chế-định-pháp* (*paññattidhamma*), nên không có bắt đầu *sự sinh*, và cũng không có cuối cùng *sự diệt*.

- *Ānanto: Vô-biên.*

Định-tâm đồng sinh với *đục-giới đại-thiện-tâm* gọi là ***parikammāsamādhī***: *so-định ban đầu thực hành pháp-hành thiên-định còn cách xa bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm.*

Khi hành-giả (có *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*) thực hành hướng tâm niệm tưởng “*ākāso ānanto*” (*hư-không vô-biên*) như vậy, cho đến khi nào tâm của hành-giả nhằm chán *đệ-ngũ-thiền sắc-giới-thiện-tâm*, không còn tham muốn trong *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* ấy nữa, khi ấy, tâm-hành của hành-giả tiến triển đến ***upacārabhāvanā***: *tâm-hành cận bậc thiên vô sắc-giới thiện-tâm, đạt đến upacārasamādhī: cận-định gần bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm.*

Hành-giả tiếp tục thực hành với tâm-hành niệm tưởng “*ākāso ānanto*” (*hư-không vô-biên*) như vậy, thì *đối-*

trạng *pathavīpaṭibhāganimitta* của *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* mất dần đi, *đề-mục hư-không chế-định ākāsaññatti* hiện rõ thay thế *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* ấy.

Ví dụ như người nhìn một cách chăm chú tấm vải màn che nơi cửa sổ, khi tấm vải bị gió thổi bay mất, chỉ còn nhìn khung cửa sổ trống không mà thôi.

Cũng như vậy, hành-giả buông bỏ *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* ra khỏi tâm, nhưng không giống như tấm vải bị gió thổi bay mất khỏi khung cửa, mà sự thật, hành-giả không còn quan tâm đến *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* nữa, mà chỉ quan tâm thích định-tâm đến *đề-mục hư-không chế-định ākāsaññatti* mà thôi.

Nếu khi nào hành-giả có khả năng buông bỏ hẳn *đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta* khỏi tâm thì ngay khi ấy *đề-mục hư-không chế-định ākāsaññatti* liền phát sinh lên thay thế ngay tức thì tiến triển đến *appanābhāvanā*: *tâm-hành chứng đắc đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta*: *Không-vô-biên-xứ thiện-tâm đầu tiên phát sinh, có appanāsamāधि: an-định vững chắc trong vô-sắc-giới lộ-trình đệ-nhất-thiền thiện-tâm đầu tiên*, các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhu, ākāsañcāyatanakusalacitta* (1 *sát-na-tâm*), *bhavaṅgacitta*. Chấm dứt vô-sắc-giới lộ-trình *đệ-nhất-thiền thiện-tâm đầu tiên* ⁽¹⁾.”

Đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt* (*paccavekkhaṇa-vithicitta*) mỗi chi-thiền là *upekkhā, ekaggatā*.

Như vậy, hành-giả đã chứng đắc *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta*: *Không-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

Ākāsānañcāyatanakusalacitta có 3 tên là:

- *Arūpajjhānacitta*: *Vô-sắc-giới thiện-thiện-tâm, là bậc thiền-thiện-tâm cõi vô-sắc-giới*.

- *Ākāsānañcāyatanakusalacitta*: *Không-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm, là bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm có đề-mục ākāsapaññatti (hư-không chế-định)*.

- *Paṭhamārūpajjhānacitta*: *Đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, là bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm có đề-mục ākāsapaññatti: hư-không chế-định, phát sinh đầu tiên trong 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

7. 2- Vô-sắc-giới thức-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm

Sau khi đã chứng đắc *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta*: *Không-vô-biên-xứ thiện-tâm* xong, hành-giả muốn tiếp tục thực hành để chứng đắc *đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññānañcāyatanakusalacitta*: *Thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

Trước tiên, hành-giả thực hành 5 *pháp thuần-thục* (*vasībhāva*) liên quan đến *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *Ākāsānañcāyatanakusalacitta* có đầy đủ năng lực, cho đến giai đoạn chót, *nhập đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ra, suy xét thấy nhược điểm của đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *Ākāsānañcāyatanakusalacitta* rằng:

Đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: *Ākāsānañcāyatana-kusalacitta* này là *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gần với đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*. Nếu không thường

nhập đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này thì bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này dễ bị mất, trở xuống đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm như trước.

*Hơn nữa định-tâm của đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này là còn thô so với định-tâm của đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm *viññānañcāyatanakusalacitta*: Thức-vô-biên-xú thiện-tâm.*

Sau khi suy xét thấy nhược điểm của *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *ākāsānañcāyatanakusalacitta* như vậy, nên hành-giả thực hành làm cho *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *ākāsānañcāyatanakusalacitta* này mất đi khỏi tâm của mình, bằng cách cố gắng buông bỏ *đề-mục ākāsapaññatti*: *hư-không chế-định* ấy đi, rồi trở lại cố gắng hướng tâm đến *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *ākāsānañcāyatanakusalacitta* làm *đề-mục* thay thế *đề-mục ākāsapaññatti*: *hư-không chế-định*, đồng thời ***parikammabhāvanā***: *tâm-hành ban đầu trong dục-giới lộ-trình-tâm có tác-hành-tâm đó là dục-giới đại-thiện-tâm* niệm thầm trong tâm rằng: “*Viññānaṃ anantaṃ, ... Viññānaṃ anantaṃ, ... Viññānaṃ anantaṃ, ... Thức-vô-biên, Thức-vô-biên, Thức-vô-biên, ...*”

- *Viññānaṃ* đó là *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *Ākāsañcāyatanakusalacitta*.

- *Anantaṃ* là vô-biên.

Định-tâm đồng sinh với *dục-giới đại-thiện-tâm* gọi là ***parikammamasamādhī***: *sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiên-định còn cách xa bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.*

Khi hành-giả cố gắng tinh-tấn thực hành với tâm-hành niệm tưởng “*viññānaṃ anantaṃ*: *thức-vô-biên*” như vậy, cho đến khi nào tâm của hành-giả nhằm chán *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*ākāsānañcāyatanakusalacitta*),

không còn muốn trong *đệ-nhật-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*ākāsānañcāyatanakusalacitta*) ấy nữa. Khi ấy, tâm-hành của hành-giả tiến triển đến ***upacārabhāvanā***: *tâm-hành cận với đệ-nhật-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *viññānañcāyatana-kusalacitta*: *thức-vô-biên-xú thiện-tâm*, đạt đến ***upacārasamādhī***: *cận-định gần đệ-nhật-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành với tâm-hành niệm tưởng “*viññānaṃ anantaṃ*: *thức-vô-biên*” như vậy, thì *đề-mục ākāsapaññatti*: *hư-không chế-định* mất dần đi, rồi mất hẳn trong tâm khi nào thì khi ấy, *đề-mục ākāsānañcāyatanakusalacitta* hiện rõ thay thế *đề-mục ākāsapaññatti* ngay tức thì, tiến triển đến ***appanābhāvanā***: *tâm-hành chứng đắc đệ-nhật-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññānañcāyatanakusalacitta*: *thức-vô-biên-xú thiện-tâm đầu tiên phát sinh*, có *appanāsamādhī*: *an-định vững chắc trong vô-sắc-giới lộ-trình đệ-nhật-thiền thiện-tâm đầu tiên*, các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta*, *bhavaṅgacalana*, *bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāravajjana*, *parikamma* ⁽¹⁾, *upacāra*, *anuloma*, *gotrabhū*, ***viññānañcāyatana-kusalacitta*** (1 sát-na tâm), *bhavaṅgacitta*. Chấm dứt vô-sắc-giới lộ-trình đệ-nhật-thiền thiện-tâm đầu tiên.

Đệ-nhật-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là *viññānañcāyatanakusalacitta* có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt* (*paccavekkhaṇa-vithicitta*) mỗi chi-thiền là *upekkhā*, *ekaggatā*.

Như vậy, hành-giả đã chứng đắc *đệ-nhật-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là ***viññānañcāyatanakusalacitta***: *Thức-vô-biên-xú thiện-tâm*.

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

Vấn: Tại sao hành-giả suy xét thấy nhược điểm của *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ākāśānañcāyatana-kusalacitta*, nhưng lại sử dụng *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm (ākāśānañcāyatanakusalacitta)* làm đề-mục thiền-định của *đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, viññānañcāyatanakusalacitta*?

Đáp: Bởi vì, để chứng đắc *đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññānañcāyatanakusalacitta* chỉ có đề-mục *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ākāśānañcāyatanakusalacitta* mà thôi. Vì vậy, dù suy xét thấy nhược điểm của *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ākāśānañcāyatanakusalacitta*, mà vẫn phải sử dụng làm đề-mục thiền vô-sắc-giới, để chứng đắc *đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: Viññānañcāyatanakusalacitta*.

7. 3- Vô-sắc-giới vô-sở-hữu-xứ-thiền thiện-tâm

Sau khi đã chứng đắc *đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññānañcāyatanakusalacitta*: *thức-vô-biên-xứ thiện-tâm* xong, hành-giả muốn tiếp tục thực hành để chứng đắc *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākīñcaññāyatanakusalacitta*: *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*.

Trước tiên, hành-giả thực hành 5 pháp *thuần-thục (vasībhāva)* liên quan đến *đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm (viññānañcāyatanakusalacitta)* có đầy đủ năng lực, cho đến giai đoạn chót, *nhập đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* ra, suy xét thấy nhược điểm của *đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm (viññānañcāyatanakusalacitta)* rằng:

Đệ-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm (viññānañcāyatana-kusalacitta) này là bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gần với *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới (ākāśānañcāyatanakusalacitta)*

citta). Nếu không thường nhập đệ-nhi-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm này thì bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm này dễ bị mất, trở xuống đệ-nhất-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm (*ākāsānañcāyatanakusalacitta*) như trước.

Hơn nữa định-tâm của đệ-nhi-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm này là còn thô so với định-tâm của đệ-tam-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm *ākīñcaññāyatanakusalacitta* (vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm).

Sau khi suy xét thấy nhược điểm của đệ-nhi-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm (*viññānañcāyatanakusalacitta*) như vậy, nên hành-giả thực hành hướng tâm đến *ākāsānañcāyatanakusalacitta* đã diệt khỏi tâm của hành-giả một cách không còn dư sót nữa. Dù tối thiểu chỉ sát-na diệt của thiện-tâm ấy cũng không còn sót lại.

Hành-giả cố gắng tinh-tấn hướng tâm ra khỏi đề-mục *ākāsānañcāyatanakusalacitta* ấy, rồi cố gắng tinh-tấn hướng tâm đến đề-mục *natthibhāvapaññatti* xuất hiện thay thế đề-mục *ākāsānañcāyatanakusalacitta* ấy, đồng thời *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm niệm rằng: “*Natthi kiñci, Natthi kiñci, Natthi kiñci, ... Không còn gì cả, Không còn gì cả, ...*”

- *Natthi kiñci*: Đó là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* dù ít nhất 1 sát-na-tâm cũng không còn dư sót lại nữa, nghĩa là không nói đến *upādakhaṇa*: sát-na-sinh, *ṭhītikhaṇa*: sát-na-trụ của *ākāsānañcāyatanakusalacitta* mà chỉ nói đến *bhaṅgakhana*: sát-na-diệt của *ākāsānañcāyatanakusalacitta* cũng không còn dư sót lại nữa. Cho nên gọi là “*Natthi kiñci*: Không còn gì cả”.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là *parikammāsamādhī*: sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiên-định còn cách xa bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm.

Khi hành-giả cố gắng tinh-tấn thực hành với tâm-hành niệm tưởng “*natthi kiñci*” (không còn gì cả) như vậy, cho đến khi nào tâm của hành-giả nhằm chán *đê-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*viññānañcāyatanakusalacitta*), không còn muốn trong *đê-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*viññānañcāyatanakusalacitta*) ấy nữa. Khi ấy, tâm của hành-giả tiến triển đến ***upacārabhāvanā***: tâm-hành cận với *đê-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *ākiñcaññāyatanakusalacitta* (vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm) đạt đến ***upacārasamādhī***: cận-định gần *đê-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành với tâm-hành niệm tưởng “*natthi kiñci*” (không còn gì cả) như vậy, thì *đề-mục ākāsañcāyatanakusalacitta* mất dần đi, rồi mất hẳn trong tâm khi nào, khi ấy, *đề-mục natthibhāvapaññatti* hiện rõ thay thế *đề-mục ākāsañcāyatanakusalacitta* ngay tức thì, tiến triển đến ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc *đê-tam-thiền vô-sắc-giới-thiện-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* (vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm) đầu tiên phát sinh, có *appanāsamādhī*: an-định vững chắc trong *vô-sắc-giới lộ-trình đê-tam-thiền thiện-tâm đầu tiên*, các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma* ⁽¹⁾, *upacāra, anuloma, gotrabhu, ākiñcaññāyatanakusalacitta* (1 sát-na tâm), *bhavaṅgacitta*. Chấm dứt *vô-sắc-giới lộ-trình đê-tam-thiền thiện-tâm đầu tiên*.”

Đê-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là ***ākiñcaññāyatanakusalacitta*** có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt* (*paccavekkhaṇa-vīthicitta*) mỗi chi-thiền là *upekkhā, ekaggatā*.

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

Như vậy, hành-giả đã chứng đắc *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* (vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm).

7.4- Vô-sắc-giới phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền thiện-tâm

Sau khi đã chứng đắc *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* (vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm) rồi, hành-giả muốn tiếp tục thực hành để chứng đắc *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm).

Trước tiên, hành-giả thực hành 5 pháp thuần-thực (*vasībhāva*) liên quan đến *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*ākiñcaññāyatanakusalacitta*) có đầy đủ năng lực, cho đến giai đoạn chót, nhập *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* ra, suy xét thấy nhược điểm rằng:

“*Đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ākiñcaññāyatanakusalacitta* này là bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gần với *đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*viññānañcāyatanakusalacitta*). Nếu không thường nhập *đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới* này thì bậc thiền vô-sắc-giới này dễ bị mất, trở xuống *đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*viññānañcāyatanakusalacitta*) như trước.

Hơn nữa định-tâm của *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* này là không thanh-tịnh, không vi-tế như định-tâm của *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*: *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm).

Xét về *saññā*: Tướng, v.v... trong bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm: *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* thật là vô cùng thanh-tịnh, vô cùng vi-tế, cho nên *đệ-tứ-thiền*

vô-sắc-giới này là bậc thiền vô-sắc-giới vô cùng thanh-tịnh, vô cùng vi-tế bậc nhất.”

Sau khi suy xét thấy nhược điểm của đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm (*ākiñcaññāyatanakusalacitta*) như vậy, nên hành-giả phát sinh tâm nhằm chán *ākiñcaññāyatana-kusalacitta*. Thật ra, đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cũng có vi-tế, có vắng lặng, tuy không bằng đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, nhưng đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm (*ākiñcaññāyatanakusalacitta*) có khả năng nhận biết được đề-mục *natthibhāvapaññatti*.

Khi suy xét như vậy, hành-giả tưởng đến *ākiñcaññāyatanakusalacitta* đã diệt rồi không còn trong tâm của mình, bằng cách buông bỏ đề-mục *natthibhāvapaññatti* ấy, cố gắng tinh-tấn hướng tâm trở lại *ākiñcaññāyatana-kusalacitta* hiện rõ thay thế đề-mục *natthibhāvapaññatti* ấy, đồng thời *parikammabhāvanā*: tâm-hành ban đầu với dục-giới đại-thiện-tâm niệm rằng:

“*Santametam pañītametam, Santametam pañītametam, Santametam pañītametam, ...*: Bậc thiền ấy vô cùng thanh-tịnh, vô cùng vi-tế; Bậc thiền ấy vô cùng thanh-tịnh, vô cùng vi-tế, ...”

Santametam pañītametam

- *Santametam* đó là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* có định-tâm vô cùng thanh-tịnh.

- *Pañītametam*: *Ākiñcaññāyatanakusalacitta* có định-tâm vô cùng vi-tế.

Định-tâm đồng sinh với dục-giới đại-thiện-tâm gọi là *parikammamasamādhī*: sơ-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định còn cách xa bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.

Khi hành-giả cố gắng tinh-tấn thực hành với tâm-hành

niệm tưởng “*santametam paṇītametam: bậc thiền ấy vô cùng thanh-tĩnh, vô cùng vi-tế; ...*” như vậy, cho đến khi nào tâm của hành-giả nhằm chán *đê-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*ākiñcaññāyatanakusalacitta*), không còn tham muốn trong *đê-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*ākiñcaññāyatana-kusalacitta*) ấy nữa. Khi ấy, tâm của hành-giả tiến triển đến ***upacārabhāvanā***: tâm-hành cận với *đê-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (*phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiện-tâm*), đạt đến ***upacārasamādhī***: cận-định gần *đê-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Hành-giả tiếp tục thực hành với tâm-hành niệm tưởng “*santametam paṇītametam: bậc thiền ấy vô cùng thanh-tĩnh, vô cùng vi-tế; ...*” như vậy, thì *đề-mục natthibhāvapaññatti* mất dần đi, rồi mất hẳn trong tâm khi nào, khi ấy, *đề-mục ākiñcaññāyatanakusalacitta* hiện rõ thay thế *đề-mục natthibhāvapaññatti* ngay tức thì, tiến triển đến ***appanābhāvanā***: tâm-hành chứng đắc *đê-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (*phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiện-tâm*) đầu tiên phát sinh, có *appanāsamādhī*: an-định vững chắc trong *vô-sắc-giới lộ-trình đê-tứ-thiền thiện-tâm* đầu tiên, các tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda*, tiếp theo *manodvāravajjana, parikamma* ⁽¹⁾, *upacāra, anuloma, gotrabhu, nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (*1 sát-na-tâm*), *bhavaṅgacitta*. Chấm dứt *vô-sắc-giới lộ-trình đê-tứ-thiền thiện-tâm* đầu tiên.

Đê-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là ***nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*** có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

¹ Nếu là *tikkhapuggala* thì không có *parikamma*, chỉ còn lại 3 phận sự.

Tiếp theo các *lộ-trình-tâm quán-triệt* (*paccavekkhana-vīthiccita*) mỗi chi-thiền là *upekkhā, ekaggatā*.

Như vậy, hành-giả đã chứng đắc *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (*Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiện-tâm*).

Vấn: Hành-giả suy xét thấy nhược điểm của *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*ākiñcaññāyatanakusalacitta*) khi bắt đầu thực hành để chứng đắc *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*Nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*), thì hành-giả lại thấy **ưu-điểm** của *đề-mục ākiñcaññāyatana-kusalacitta*, nên tán dương ca tụng với tâm-hành niệm tưởng rằng:

“*Santametam paṇītametam: Bậc thiền ấy vô cùng thanh-tịnh, vô cùng vi-tế; ... Bậc thiền ấy rất vắng lặng, rất vi-tế; ...*”

Tại sao hành-giả thực hành như vậy?

Đáp: Để chứng đắc *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* (*Nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*), thì chỉ có *đề-mục ākiñcaññāyatanakusalacitta* mà thôi. Cho nên, hành-giả dù cho thấy nhược điểm của *đề-mục ākiñcaññāyatana-kusalacitta*, khi thực hành để chứng đắc *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta*, thì hành-giả cũng phải thấy **ưu-điểm** của *đề-mục ākiñcaññāyatanakusalacitta*, nên tán dương ca tụng với tâm-hành niệm tưởng rằng: “*Santametam paṇītametam, ...*” không phải muốn nhập trở lại *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* ấy, mà sự thật, hành-giả chỉ muốn vượt lên trên *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* ấy mà thôi, để chứng đắc *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (*Phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiện-tâm*).

Thật vậy, ngoài *đề-mục đệ-tam-thiên vô sắc thiện-tâm: ākiñcaññāyatanakusalacitta* ra, không có đề-mục nào khác có khả năng dẫn đến chứng đắc *đệ-tứ-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm (Nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta)* được.

Nhận xét 5 bậc thiên sắc-giới và 4 bậc thiên vô sắc-giới

* **5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm** có thể trong cùng một *đề-mục thiên-định*, còn *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* thấp hoặc cao căn cứ theo *chi-thiền* như sau:

1- *Đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 5 *chi-thiền* là *vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

2- *Đệ-nhị-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 4 *chi-thiền* là *vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

3- *Đệ-tam-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 3 *chi-thiền* là *pīti, sukha, ekaggatā*.

4- *Đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *sukha* và *ekaggatā*.

5- *Đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *upekkhā* và *ekaggatā*.

* Mỗi bậc thiên **của 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm** có mỗi đối-tượng thiên-định vô-sắc riêng biệt khác nhau, và mỗi bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm đều có 2 *chi-thiền* là *upekkhā* và *ekaggatā* giống nhau như sau:

1- *Đệ-nhất-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* có 2 *chi-thiền* là *upekkhā* và *ekaggatā*.

2- *Đệ-nhị-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññānañcāyatanakusalacitta* có 2 *chi-thiền* là *upekkhā* và *ekaggatā*.

3- *Đệ-tam-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* có 2 *chi-thiền* là *upekkhā* và *ekaggatā*.

4- *Đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññā-nāsaññāyatanakusalacitta* có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Nhận xét 40 đề-mục thiền-định

Trong 40 đề-mục thiền-định, một số đề-mục thiền-định có trong Phật-giáo và có ngoài Phật-giáo. Song *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật*, *đề-mục niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp*, *đề-mục niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng*, *đề-mục niệm-niệm về trạng-thái tịch tịnh an-lạc Niết-bàn (upasamānussati)*, *đề-mục kāyagatāsati*, *đề-mục catudhātu-vavatthāna* là những đề-mục thiền-định chỉ có trong Phật-giáo mà thôi, hoàn toàn không có ngoài Phật-giáo.

(Xong 40 đề-mục thiền-định.)

Tính Của Hành-Giả

Pháp-hành thiền-định có 40 đề-mục thiền-định, hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định, ban đầu nếu biết chọn được đề-mục thiền-định phù hợp với *tính (carita)* của mình, rồi thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định ấy thì rất thuận lợi, để cho pháp-hành thiền-định dễ dàng phát triển tốt, dẫn đến chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, tùy theo mỗi đề-mục thiền-định.

Trong bộ Visuddhimagga, bậc Tiên-bối phân chia tính của hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định có 6 loại tính gốc căn bản như sau:

Tính của hành-giả có 6 tính gốc căn bản:

- 1- *Tính-tham (Rāgacarita)*.
- 2- *Tính-sân (Dosacarita)*.

- 3- *Tĩnh-si (Mohacarita)*.
- 4- *Tĩnh-tín (Saddhācarita)*.
- 5- *Tĩnh-giác (Buddhacarita)*.
- 6- *Tĩnh-suy-diễn (Vitakkacarita)*.

Thật ra, mỗi người có nhiều loại tính xen lẫn vào nhau, nhưng nếu người nào có tính nào thường hay phát sinh, dễ phát sinh hơn hết thì xem người ấy có tính ấy.

Ví dụ: Nếu người nào thường hay phát sinh *tâm tham*, dễ phát sinh *tâm tham* trong các đối-tượng tốt đẹp đáng hài lòng thì xem người ấy có *tính-tham (rāgacarita)*.

Cho nên, phân chia 6 loại *tính gốc căn bản* của hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định, cốt yếu phân loại 40 đề-mục thiền-định, các đề-mục thiền-định nào phù hợp với *tính gốc căn bản* của mỗi hành-giả.

- Nếu hành-giả nào chọn *đề-mục thiền-định* nào phù hợp với tính của mình thì hành-giả ấy thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định* ấy rất thuận lợi, để cho pháp-hành thiền-định dễ dàng phát triển tốt.

- Nếu hành-giả nào chọn *đề-mục thiền-định* nào không phù hợp với tính của mình thì hành-giả ấy thực hành pháp-hành thiền-định với *đề-mục thiền-định* ấy không được thuận lợi, pháp-hành thiền-định khó phát triển được.

Tính (Carita) của mỗi hành-giả là điều khó xác định chính xác, bởi vì mỗi người có nhiều loại tính. Cho nên mỗi hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định chọn cho mình một đề-mục thiền-định phù hợp với mình không phải là điều dễ dàng.

Tính gốc căn bản có 6 loại tính, nếu phân loại tính chi tiết thì có 2 nhóm tính:

1- **Suddhacarita**: *Tính thuần* là tính xấu hợp với tính xấu, tính tốt hợp với tính tốt có 14 loại tính là *rāgacarita, dosacarita, mohacarita, rāgadosacarita, rāgamohacarita, dosamohacarita, rāgadosamohacarita, saddhācarita, buddhacarita, vitakkacarita, saddhābuddhacarita, saddhāvitakkacarita, buddhivittakkacarita, saddhābuddhivittakkacarita*.

2- **Missakacarita**: *Tính tạp* là tính xấu và tính tốt lẫn lộn với nhau, có 49 loại tính là *rāgasaddhācarita, rāgabuddhacarita, rāgavittakkacarita, rāgasaddhābuddhacarita, rāgasaddhāvitakkacarita, v.v...*

Để biết hành-giả nào thuộc loại bản tính nào, nên thực hành đề-mục thiên-định nào cho phù hợp, thì chỉ có những bậc Thiên-sur có *phép-tha-tâm-thông (cetopariyāñāna)* mà thôi. Ngoài ra, không có một ai có khả năng biết được người khác thuộc loại tính nào.

Tuy nhiên, trong bộ *Visuddhimagga*, chư bậc Tiên-bồi dạy căn cứ vào 5 điều để phân biệt bản tính của hành-giả thuộc loại bản tính nào trong 6 bản tính gốc căn bản bằng câu kệ rằng:

“*Iriyāpathato kiccā, bhajanā dassanādito.
Dhammappavattito ceva, cariyāyo vibhāvaye* ⁽¹⁾.”

- *Chư bậc thiện-trí biết phân biệt hành-giả có bản tính nào do căn cứ vào 5 điều là:*

1- *Iriyāpatha các oai-nghi đi, đứng, ngồi, nằm, v.v...*

2- *Kicca công việc làm.*

3- *Bhujana các món ăn uống.*

4- *Dassanādi thấy, nghe, nghĩ, nếm, xúc giác, v.v...*

5- *Dhammappavatti các pháp thường ngày.*

¹ Visuddhimagga, Kammatṭhānaggahaṇanidesa, Cariyāvaṇṇanā.

1- Người có tính-tham (Rāgacarita)

Người có tính-tham (rāgacarita) là người dễ phát sinh *tâm tham* hơn các tâm khác, thường hay phát sinh *tâm tham* trở thành thói quen, nên gọi là *người có tính-tham*.

Người có tính tham thường thể hiện ra 5 điều:

1- *Các oai-nghi*: *Người có tính-tham (rāgacarita)* trong 4 oai-nghi như *khi đi*, bước đi khoan thai nhẹ nhàng; *khi đứng*, *khi ngồi* nghiêm chỉnh đàng hoàng; *khi nằm*, nằm trên chỗ sạch sẽ, sang trọng, thân hình nằm đàng hoàng.

Khi bị đánh thức, từ từ thức dậy, trả lời như người còn ngáp ngủ, ...

Các *oai-nghi phụ khác* cử động cũng đàng hoàng.

Trong Chú-giải Suttanipāta giải về tư thế đi của 4 hạng người như sau:

- *Người có tính-tham nhón bàn chân đi nhẹ nhàng,*
- *Người có tính-sân đi kéo bàn chân.*
- *Người có tính-si đi nhấn gót bàn chân.*
- *Bậc không còn mọi phiền-não đi đập bàn chân bằng phẳng.*

2- *Các công việc*: *Người có tính-tham* khi làm công việc nào đều cố gắng tận tụy trong công việc ấy cho được hoàn thành tốt đẹp, có tính mỹ thuật cao.

3- *Các món ăn uống*: *Người có tính-tham* thích dùng những món ăn ngon miệng, khi ngồi ăn đàng hoàng, ăn uống thông thả, không vội vàng, thường thích những món ngon vật lạ miệng.

4- *Khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc giác, ...* *Người có tính-tham*, mắt thích nhìn thấy những hình ảnh, cảnh vật xinh đẹp; tai thích nghe những âm thanh, tiếng hát hay;

mũi thích ngửi những mùi hương thơm tho ngào ngạt; lưỡi thích nếm những vị ngon bổ; thân thích xúc giác chỗ êm ấm sang trọng, ...

Người có tính-tham say mê trong các đối-tượng tốt, khi đối-tượng tốt ấy không còn nữa, cảm thấy tiếc.

5- *Các pháp thường ngày: Người có tính-tham* thường phát sinh tâm tham được thể hiện là *người xảo trá, người khoe khoang, người có ác tâm muốn làm ác, người muốn được người khác khen ngợi, tán dương ca tụng mình, người không hài lòng những gì mà mình đã có, ... là người thích điểm trang những đồ trang sức quý giá, vv...*

2- Người có tính-tín (Saddhācarita)

Người có tính-tín (saddhācarita) là người dễ phát sinh *đức-tín* hơn các tính khác, thường hay phát sinh *đức-tín* trở thành thói quen, nên gọi là *người có tính-tín*.

Người có tính-tín thường thể hiện ra 5 điều:

1- *Các oai-nghi*, 2- *các công việc*, 3- *các món ăn uống*, 4- *khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc giác,...* *Người có tính-tín* gần giống như *người có tính-tham*, nhưng chỉ có điều thứ 5 là *các pháp thường ngày* hoàn toàn khác hẳn với *người có tính-tham* như sau:

5- *Các pháp thường ngày: Người có tính-tín* hoàn toàn khác hẳn với *người có tính tham*.

Người có tính-tín là *người trung thực, không xảo trá, không khoe khoang, v.v...*

Người có tính-tín là *người có đức-tín trong sạch nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp, thích tạo mọi phước-thiện, hoan-hỷ tạo phước-thiện bố-thí, có giới đức trong sạch, mong gần gũi thân cận với bậc thiện-trí, mong nghe*

chánh-pháp của bậc thiện trí, có đại-thiện-tâm cung-kính, lễ bái cúng-dường cha mẹ, thầy tổ, tôn kính những bậc đáng tôn kính.

3- Người có tính-sân (Dosacarita)

Người có tính-sân (dosacarita) là người dễ phát sinh tâm sân hơn các tâm khác, thường phát sinh tâm sân trở thành thói quen, nên gọi là người có tính-sân.

Người có *tính-sân* thường thể hiện ra 5 điều:

1- *Các oai-nghi: Người có tính-sân (dosacarita) trong 4 oai-nghi như khi đi, bước đi nặng nề, dờ bàn chân lên, rồi đập bàn chân xuống mau lẹ, dáng đi vội vã; khi đứng, khi ngồi không nghiêm chỉnh; khi nằm, nằm trên chỗ không sắp đặt gọn gàng, thân hình nằm không đàng hoàng.*

Khi bị đánh thức, vội vàng thức dậy, trả lời như người bực bội, ...

Các oai-nghi phụ cử động không đàng hoàng.

2- *Các công việc: Người có tính-sân khi làm công việc đều vội vàng, dù có hoàn thành cũng không tốt đẹp.*

3- *Các món ăn uống: Người có tính-sân dùng món ăn cốt đờ đói, no bụng là đủ. Trong món ăn thường có vị mặn, vị đắng, vị cay. Khi ngồi ăn không đàng hoàng, ăn miếng đồ ăn lớn, ăn uống vội vàng, khi gặp món ăn không thích dễ phát sinh tâm sân cau có.*

4- *Khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc giác, ... Người có tính sân mắt nhìn thấy những hình ảnh xấu, cảnh vật xấu; tai nghe những âm thanh, tiếng hát không hay; mũi ngửi những mùi hôi hám; lưỡi nếm vị dở, thân xúc giác chỗ thô cứng, dù những đối-tượng ấy có xấu chút đỉnh, cũng phát sinh tâm sân bực bội.*

Dù những đối-tượng ấy có phần tốt, cũng không quan tâm đến phần tốt ấy. Những đối-tượng ấy bị mất, cũng không luyến tiếc.

5- *Các pháp thường ngày: Người có tính-sân* thường phát sinh tâm sân được thể hiện là *người hay giận hờn, người hay thù hận, hay quên ơn người khác, người có tính ganh tị tài đức của người khác.*

4- Người có tính-giác (Buddhicarita)

Người có tính-giác (buddhicarita) là người dễ phát sinh *trí-tuệ* hơn các tính khác, thường phát sinh *trí-tuệ* trở thành thói quen, nên gọi là *người có tính-giác.*

Người có tính-giác thường thể hiện ra 5 điều:

1- *Các oai-nghi, 2- các công việc, 3- các món ăn uống, 4- khi thấy, nghe, nghĩ, nếm, xúc giác, ... Người có tính-giác có phần giống người có tính-sân, nhưng chỉ có điều thứ 5 là các pháp thường ngày hoàn toàn khác hẳn với người có tính sân như sau:*

5- *Các pháp thường ngày: Người có tính-giác hoàn toàn khác hẳn với người có tính-sân.*

Người có tính-giác là người có đức-tính nhẫn-nại, không hay giận-hờn, không hay thù-hận, v.v...

Người có tính-giác là người dễ dạy, khi nghe người nào chỉ dạy đúng theo chánh-pháp, dù người ấy không phải là thầy, cha mẹ, thân quyến, bạn hữu, ... cũng biết cung-kính nghe và thực hành theo lời dạy của người ấy.

Người có tính-giác là người biết tìm đến bậc thiện-trí làm bạn mà không phân biệt dòng dõi, giai cấp, già trẻ; là người có trí-tuệ thấy rõ sự khổ sinh, lão, bệnh, tử; là người có sự tinh-tấn trong mọi thiện-pháp, để làm duyên lành cho sự giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

5- Người có tính-si (Mohacarita)

Người có tính-si (mohacarita) là người dễ phát sinh *tâm si* hơn các tâm khác, thường phát sinh *tâm si* trở thành thói quen, nên gọi là *người có tính-si*.

Người có tính si thường thể hiện ra 5 điều:

1- *Các oai-nghi*: *Người có tính-si (mohacarita)* trong 4 oai-nghi như *khi đi*, bước đi dáng đi thần thờ như người mất trí, dõ bàn chân lên, rồi đập bàn chân xuống nặng gót chân; *khi đứng*, *khi ngồi* nghĩ lung tung như người mất trí; *khi nằm*, nằm trên chỗ không sắp đặt gọn gàng, thân hình nằm co quắp, phần đông thích nằm sấp.

Khi bị đánh thức, thức dậy chậm chạp, ngái ngủ, hoặc có trạng-thái gáp ngủ, ...

Các oai-nghi phụ khác cử động chậm chạp.

2- *Các công việc*: *Người có tính-si* khi làm công việc nào dù tầm thường cũng được không kỹ càng, hoặc bỏ dở công việc, dù có hoàn thành công việc cũng không đạt yêu cầu.

3- *Các món ăn uống*: *Người có tính-si* dùng món ăn có vị không chắc chắn. Khi ngồi ăn không đàng hoàng, ăn miếng đồ ăn nhỏ, đồ ăn rơi rớt ra ngoài, vừa ăn vừa phóng-tâm chuyện này chuyện kia.

4- *Khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc giác, ...* *Người có tính-si* mắt nhìn thấy những hình ảnh đẹp hoặc xấu, cảnh vật đẹp hoặc xấu thế nào, cũng không biết. Nếu nghe người ta khen đẹp thì cũng khen đẹp theo, nếu nghe người ta chê xấu thì cũng chê xấu theo.

Cũng như vậy, khi tai nghe những âm thanh, khi mũi ngửi những mùi, khi lưỡi nếm vị, khi thân xúc giác chỗ cứng hoặc mềm, người có tính-si vẫn không nhận thức được tốt xấu.

5- *Các pháp thường ngày*: Người có tính-si là người thường hay phát sinh tâm *hoài-nghi các pháp, hoài-nghi nơi Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng, hoài-nghi nơi nghiệp và quả của nghiệp*, là người thường hay nghĩ lung tung, phóng-tâm chuyện này, chuyện khác; là người thường hay buồn-chán, buồn-ngủ, hay có tính hối hận, đặc biệt là người khó dạy.

6- Người có tính-suy-diễn (Vitakkacarita)

Người có tính-suy-diễn (vitakkacarita) là người dễ phát sinh tâm *suy-diễn* hơn các tính khác, thường suy-diễn trở thành thói quen, nên gọi là *người có tính-suy-diễn*.

Người có tính-suy-diễn thường thể hiện ra 5 điều:

1- *Các oai-nghi*, 2- *Các công việc*, 3- *Các món ăn uống*, 4- *Khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc giác, ...* Người có tính-suy-diễn gần giống như người có tính-si, nhưng chỉ có điều thứ 5 là *các pháp thường ngày* hoàn toàn khác hẳn với người có tính si như sau:

5- *Các pháp thường ngày*: Người có tính-suy-diễn hoàn toàn khác hẳn với người có tính-si.

Người có tính-suy-diễn hay nói nhiều, hay phóng-tâm, nói lung tung; là người thích chung chạ nhiều người, không thích bố-thí, giữ-giới, hành-thiền, tâm tính hay thay đổi, không vững tâm, khi thế này thế khác, ban đêm nghĩ thế này, đến ban ngày thay đổi thế khác, không biết nhận thức đúng sai.

Người có tính-suy-diễn là người hay nghĩ lung tung không có cơ sở.

Hành-giả với tính

Bộ *Visuddhimagga*: Thanh-tịnh-đạo cũng dạy rằng:

“*Sự phân biệt hành-giả có tính nào do căn cứ vào 5 điều đã trình bày không có trong Tam-tạng Pāli, cũng không có trong các bộ Chú-giải Pāli (neva Pāḷiyam na Aṭṭhakathāyaṃ āgatam), mà đó chỉ là 5 điều dạy của bậc Tiên-bối phân biệt hành-giả thuộc tính nào, rồi truyền dạy đề-mục thiền-định cho phù hợp với tính của hành-giả mà thôi.*”

Tuy nhiên, căn cứ vào 5 điều ấy chỉ hỗ trợ một phần để xác định hành-giả bình thường thuộc tính nào mà thôi, nhưng thật ra, mỗi hành-giả không những chỉ có 1 tính gốc căn bản, mà còn có 2, 3, 4 tính khác lẫn lộn với nhau, cho nên căn cứ vào 5 điều ấy, để xác định hành-giả thuộc về tính nào là chưa đủ.

Hơn nữa, nếu hành-giả vốn là bậc thiện-trí, dù có tính xấu cũng có thể chế ngự tính xấu ấy không cho phát sinh do trí-tuệ sắc bén của vị ấy.

Cho nên, để biết rõ tính của hành-giả không phải việc dễ dàng. Vậy, chỉ có bậc chứng đắc **tha-tâm-thông** (*cetopariyañāṇa*) mới có khả năng biết chính xác được tính của hành-giả mà thôi.

Nguyên nhân của mỗi tính

Phàm sinh ra làm người giống nhau, mà mỗi người mỗi tính khác nhau, thậm chí anh em, chị em, sinh đôi cùng cha mẹ, nhưng tính cũng hoàn toàn khác nhau.

Vấn: Do nguyên nhân nào mà mỗi người có tính khác nhau như vậy?

Đáp: Theo Phật-giáo, mỗi chúng-sinh đều do nghiệp riêng của họ (sabbe sattā kammassakā), thì mỗi người cũng có nghiệp riêng của mỗi người, cũng có quả của nghiệp riêng mỗi người, cho nên mỗi người có mỗi tính khác nhau.

Vấn: Do nguyên nhân nào mà mỗi người có tính khác nhau vậy?

Đáp: - Người nào khi tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ-giới, phước-thiện thực hành pháp-hành thiên-định, v.v... rồi phát sinh tâm tham-ái mong ước được giàu sang phú quý, danh thơm tiếng tốt, chức trọng quyền cao, quả báu cõi người, quả báu cõi trời, ...

- Phát sinh tâm ngã-mạn tự cho mình cao thượng hơn người, hoặc bằng người, hoặc thấp hơn người, ...

- Phát sinh tâm tà-kiến chấp ngã, ...

Khi người ấy đã tạo phước-thiện ấy, rồi tâm tham-ái, tâm ngã-mạn, tâm tà-kiến nương nhờ nơi phước-thiện ấy phát sinh.

Đó là nguyên nhân mà người ấy trở thành người có tính-tham (rāgacarita).

- Người nào khi tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ giới, phước-thiện thực hành pháp-hành thiên-định, rồi phát sinh tâm sân, hối tiếc, ganh tị, keo kiệt, bòn xỉn, bực bội một điều nào đó, nên làm cho phước-thiện ấy bị ô nhiễm bởi phiền-não tâm sân, hối tiếc, ganh tị, keo kiệt, bực bội, ...

Đó là nguyên nhân mà người ấy trở thành người có tính-sân (dosacarita).

- Người nào khi tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ-giới mà không hiểu biết về phước-thiện của mình đã tạo, chỉ làm theo phong tục, theo người khác, hoặc phát sinh tâm hoài-nghi trong sự bố-thí, sự giữ-giới, hoặc phát sinh phóng-tâm chuyện khác, không quan tâm hoan-hỷ đến phước-thiện của mình đã tạo.

Đó là nguyên nhân mà người ấy trở thành người có tính-si (mohacarita).

- Người nào khi tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ-giới, phước-thiện thực hành pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ, rồi phát sinh đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, tin nghiệp và quả của nghiệp.

Đó là nguyên nhân mà người ấy trở thành **người có tính-tín (saddhācarita)**.

- Người nào khi tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ-giới, phước-thiện thực hành pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ, rồi phát sinh trí-tuệ biết rõ nghiệp là của riêng mình (kammassakatāñāṇa); trí-tuệ-thiền-tuệ (vipassanāñāṇa) thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới, thấy rõ, biết rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới ...

Đó là nguyên nhân mà người ấy trở thành **người có tính-giác (buddhicarita)**.

- Người nào khi tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ-giới, phước-thiện thực hành pháp-hành thiên-định, rồi phát sinh tâm tham nghĩ trong ngũ-dục (kāma-vitakka) hoặc nghĩ đến làm khổ chúng-sinh khác (byāpādavitakka) hoặc nghĩ đến làm hại chúng-sinh khác (vihimsāvitakka).

Đó là nguyên nhân mà người ấy trở thành **người có tính-suy-diễn (vitakkacarita)**.

Tóm lại, mọi người có tính (carita) khác nhau: tính tốt, tính xấu đều do từ **đại-thiện-nghiệp** đã tạo trong kiếp quá-khứ của họ, có liên quan đến **đại-thiện-tâm** hoặc **ác-tâm** của họ suy nghĩ làm ảnh hưởng trực tiếp đến **đại-thiện-nghiệp** ấy cho quả tái-sinh làm người trong kiếp hiện-tại.

Đó là nguyên nhân khiến cho mọi người có các tính khác nhau.

Như vậy, nếu mỗi người muốn cho mình có *tính-giác buddhicarita* trong kiếp vị-lai, thì ngay trong kiếp hiện-tại khi tạo phước-thiện bố-thí, phước-thiện giữ-giới, phước-thiện, thực hành pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ, nên có trí-tuệ biết rõ nghiệp là của riêng mình, trí-tuệ-thiền-tuệ thấy rõ, biết rõ sự sinh, sự diệt của sắc-pháp, danh-pháp tam-giới, thấy rõ, biết rõ trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã, ...

Đó là nguyên nhân mà người ấy trở thành *người có tính-giác (buddhicarita)* trong kiếp vị-lai.

Kiếp hiện-tại được sinh làm người, gặp được Phật-giáo đang còn tồn tại trên thế gian, đó thật là điều diễm phúc vô cùng hy hữu.

Vậy, chúng ta không nên bỏ lỡ cơ hội tốt, nên cố gắng tinh-tần tạo mọi thiện-pháp nhất là *pháp-hành thiền-tuệ*, cố gắng tinh-tần tạo các *pháp-hạnh ba-la-mật* cho sớm được đầy đủ, để mong giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Tính của hành-giả với đề-mục thiền-định

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định có 6 loại tính là: *tính-tham, tính-sân, tính-si, tính-tín, tính-giác, tính-suy-diễn*. Trong 6 loại tính này chia ra làm 2 loại:

1- *Tính-tham, tính-sân, tính-si, tính-suy-diễn* thuộc loại ***tính xấu***. Hành-giả có loại tính xấu nào cần phải biết tránh đề-mục thiền-định nào không phù hợp với tính của mình, và biết chọn sử dụng đề-mục thiền-định nào phù hợp với tính của mình, để cho pháp-hành thiền-định được phát triển tốt dẫn đến chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

2- *Tính-tín, tính-giác* thuộc loại ***tính tốt***. Hành-giả có loại tính tốt này cần phải biết sử dụng *đề-mục thiền-định* phù hợp với tính của mình, để cho pháp-hành thiền-định được phát triển tốt dẫn đến chứng đắc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

* **Tính-tham** (Rāgacarita)

a- Hành-giả có *tính-tham* hài lòng trong các đối-tượng đáng hài lòng, nên tránh 8 *đề-mục thiền-định* này:

- 4 *đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm*.

- 4 *đề-mục thiền-định màu sắc kasīna* (màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng).

Nếu hành-giả có *tính-tham* mà sử dụng 8 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì *tâm tham* càng tăng trưởng, pháp-hành thiền-định không thể phát triển.

Vì vậy, 8 *đề-mục thiền-định* này không phù hợp đối với hành-giả có *tính-tham*.

b- Hành-giả có *tính-tham* nên sử dụng 11 *đề-mục thiền-định* này:

- 10 *đề-mục thiền-định bất tịnh*.

- 1 *đề-mục thiền-định niệm 32 thể trọc trong thân*.

Nếu hành-giả có *tính-tham* sử dụng 11 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì chế ngự được *tâm tham* không cho phát sinh, pháp-hành thiền-định được phát triển.

Vì vậy, 11 *đề-mục thiền-định* này phù hợp đối với hành-giả có *tính-tham*.

* **Tính-sân** (Dosacarita):

a- Hành-giả có *tính-sân* không hài lòng trong các đối

tượng không đáng hài lòng, nên tránh 11 *đề-mục thiền-định* này:

- 10 *đề-mục thiền-định bất tịnh*.
- 1 *đề-mục thiền-định niệm 32 thể trọc trong thân*.

Nếu hành-giả có *tính-sân* sử dụng 11 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì *tâm sân* càng tăng trưởng, pháp-hành thiền-định không thể phát triển.

Vì vậy, 11 *đề-mục thiền-định* này không phù hợp đối với hành-giả có *tính-sân*.

b- Hành-giả có *tính-sân* nên sử dụng 8 *đề-mục thiền-định* này:

- 4 *đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm*.
- 4 *đề-mục thiền-định màu sắc kasiṇa* (màu xanh, màu vàng, màu đỏ, màu trắng).

Nếu hành-giả có *tính-sân* sử dụng 8 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì chế ngự được *tâm sân* không cho phát sinh, pháp-hành thiền-định được phát triển.

Vì vậy, 8 *đề-mục thiền-định* này phù hợp đối với hành-giả có *tính sân*.

* **Tính-si** (Mohacarita) và **tính-suy-diễn** (Vitakkacarita)

a- Hành-giả có *tính-si* thường phát sinh tâm si không hiểu biết rõ các thật-tánh của các pháp, tâm hoài-nghi trong chánh-pháp, hay phóng-tâm nghĩ chuyện này chuyện kia, và hành-giả có *tính-suy-diễn* đủ điều, nói năng lung tung đủ chuyện, nên tránh 4 *đề-mục thiền-định* này:

- *Đề-mục thiền-định niệm về sự chết*.
- *Đề-mục thiền-định niệm trạng-thái tịch tịnh an-lạc Niết-bàn*.

- *Đề-mục thiền-định vật thực đáng ghê tởm.*
- *Đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại.*

Nếu hành-giả có *tính-si* và hành-giả có *tính-suy-diễn* mà sử dụng 4 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì tâm càng thêm tối tăm, và *tâm suy-diễn* càng thêm phóng-tâm nhiều, pháp-hành thiền-định không thể phát triển.

Vì vậy, 4 *đề-mục thiền-định* này không phù hợp đối với hành-giả có *tính-si* và hành-giả có *tính-suy-diễn*.

b- Hành-giả có *tính-si* và hành-giả có *tính-suy-diễn* nên sử dụng *đề-mục niệm hơi thở vào, hơi thở ra* rõ ràng không có gì đáng hoài-nghi.

Nếu hành-giả có *tính-si* và hành-giả có *tính-suy-diễn* sử dụng *đề-mục thiền-định niệm hơi thở vào, hơi thở ra* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì chế ngự được *tâm-si* hoặc *tâm suy-diễn* không phát sinh, pháp-hành thiền-định được phát triển.

Vì vậy, *đề-mục thiền-định niệm hơi thở vào, hơi thở ra* này phù hợp đối với hành-giả có *tính-si* và hành-giả có *tính-suy-diễn*.

* **Tính-tín** (Saddhācarita)

- Hành-giả có *tính-tín* thường có đức-tin trong sạch nơi *Đức-Phật-Bảo, Đức-Pháp-Bảo, Đức-Tăng-Bảo*, có giới trong sạch, *tin nghiệp* và *quả của nghiệp*, nên phù hợp với 6 *đề-mục thiền-định* này:

- 1- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 Ấn-Đức-Phật.*
- 2- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm 6 Ấn-Đức-Pháp.*
- 3- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 Ấn-Đức-Tăng.*
- 4- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm về giới trong sạch của mình.*

5- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm về sự bố-thí của mình.*

6- *Đề-mục thiền-định niệm-niệm về 5 pháp chư-thiên có nơi mình.*

Nếu hành-giả có *tính-tín* sử dụng 6 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì *đức-tin* càng thêm tăng trưởng, nên pháp-hành thiền-định được phát triển.

Vì vậy, 6 *đề-mục thiền-định* này phù hợp đối với hành-giả có *tính-tín*.

* **Tính giác** (Buddhicarita)

- Hành-giả có *tính-giác* có trí-tuệ thấy rõ, biết rõ thật-tánh của các pháp, trí-tuệ có khả năng hiểu biết rõ các pháp vi-tế, nên phù hợp với 4 *đề-mục thiền-định* này:

- *Đề-mục thiền-định niệm về sự chết.*

- *Đề-mục thiền-định niệm về trạng-thái tịch tịnh an-lạc Niết-bàn.*

- *Đề-mục thiền-định vật thực đáng ghê tởm.*

- *Đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại.*

Nếu hành-giả có *tính-giác* sử dụng 4 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì *trí-tuệ* càng thêm tăng trưởng, nên pháp-hành thiền-định được phát triển.

Vì vậy, 4 *đề-mục thiền-định* này phù hợp đối với hành-giả có *tính-giác*.

6 tính đều phù hợp các đề-mục thiền-định

Hành-giả có bất cứ tính nào trong 6 tính cũng đều phù hợp với 10 *đề-mục thiền-định* này là:

- 4 *đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa đất, nước, lửa, gió.*

- *Đề-mục thiền-định hư-không ākāśakaṣiṇa.*

- *Đề-mục thiền-định ánh-sáng ālokakasiṇa.*
- *4 đề-mục thiền-định vô-sắc.*

Hành-giả có bất cứ tính nào đều có thể sử dụng 10 *đề-mục thiền-định* này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định, đều có thể chế ngự được mọi phiền-não bậc trung là 5 *pháp-chương-ngại (nīvaraṇa)*, chứng đắc 5 *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, 4 *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Đặc biệt, đối với *hành-giả có tính-si*, nếu sử dụng *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasiṇa)*... làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì nên làm *đề-mục thiền-định hình tròn đất có đường kính lớn rộng* hơn bình thường, làm cho tâm trí hành-giả không cảm thấy khó chịu, để cho định-tâm an trú trong *đề-mục thiền-định hình tròn đất* được dễ dàng.

Và đối với *hành-giả có tính-suy-diễn*, nếu sử dụng *đề-mục thiền-định hình tròn đất (pathavīkasiṇa)*... làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì nên làm *đề-mục thiền-định hình tròn đất có đường kính nhỏ hẹp* hơn bình thường, làm cho tâm trí hành-giả không phóng-tâm nghĩ ngợi, để cho định-tâm an trú trong *đề-mục thiền-định hình tròn đất* dễ dàng.

Đối với *hành-giả có tính-tham, tính-sân, tính-tín, tính-giác*, nếu sử dụng *đề-mục thiền-định hình tròn đất* làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì nên làm *đề-mục thiền-định hình tròn đất*, ... có *đường kính trung bình 1 gang và 4 ngón tay nằm ngang* để cho định-tâm dễ dàng an trú trong *đề-mục thiền-định hình tròn đất* được.

Tóm lại, sự phân loại *đề-mục thiền-định* phù hợp với tính của mỗi hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định như đã trình bày, chỉ cốt yếu cho hành-giả hiểu biết đề-

mục thiên-định nào phù hợp với tính nào và không phù hợp với tính nào mà thôi.

Nếu hành-giả có *tính xấu* nào thì nên sử dụng đề-mục thiên-định chế ngự được *tính xấu ấy của mình*, để cho pháp-hành thiên-định được dễ dàng phát triển.

Nếu hành-giả có *tính tốt* nào thì nên sử dụng đề-mục thiên-định *phù hợp với tính tốt ấy của mình*, để cho pháp-hành thiên-định được dễ dàng tăng trưởng.

Thật ra, trong 40 *đề-mục thiên-định*, đề-mục nào cũng có khả năng chế ngự được *tính xấu* là *tính-tham, tính-sân, tính-si, tính-suy-diễn* được, và hỗ trợ *tính tốt* là *tính-tín, tính-giác* thực hành pháp-hành thiên-định được phát triển và thêm tăng trưởng.

Phân loại 40 đề-mục thiên-định theo cõi-giới (Bhūmi)

40 đề-mục thiên-định phân loại theo các cõi-giới:

* Trong *cõi người*, có đủ 40 đề-mục thiên-định.

* Trong 6 *cõi trời dục-giới*, có 28 đề-mục thiên-định (*trừ 12 đề-mục thiên-định là 10 đề-mục thiên-định asubha + 1 đề-mục thiên-định kāyagatāsati + 1 đề-mục thiên-định āhārepaṭikūlasaññā*), bởi vì, sau khi chư-thiên chết, sắc-thân tiêu mất ví như ngọn đèn tắt; **sắc-thân** của chư-thiên có *tóc, lông, móng, v.v...* thật là xinh đẹp, nên không thấy đáng ghê tởm gì cả; **vật thực** của chư-thiên phát sinh do phước-thiện, không vất vả tìm kiếm, khi hưởng xong, không có thải ra chất dơ.

Vì vậy, 12 *đề-mục thiên-định* này không có trong cõi trời dục-giới.

Tuy nhiên, một số chư-thiên trong cõi trời *tứ-Đại-thiên-vương* bậc thấp (*bhūmatthadevatā*) sống cùng chung trong cõi người, hạng chư-thiên này sau khi chết cũng đề

lại *tử-thi*; *sắc-thân*, *vật-thực* cũng là đáng ghê tởm như loài người.

* Trong 15 tầng trời *sắc-giới phạm-thiên*, có 27 đề-mục thiên-định (trừ 13 đề-mục thiên-định là 10 đề-mục thiên-định *asubha* + 1 đề-mục thiên-định *kāyagatāsati* + 1 đề-mục thiên-định *āhārepaṭikūlasaññā* + 1 đề-mục thiên-định *ānāpānassati*), bởi vì, 12 đề-mục thiên-định là 10 đề-mục thiên-định *asubha* + 1 đề-mục thiên-định *kāyagatāsati* + 1 đề-mục thiên-định *āhārepaṭikūlasaññā* giống như 5 cõi trời dục-giới tầng cao; và 1 đề-mục thiên-định *ānāpānassati*, bởi vì chư phạm-thiên trong các tầng trời sắc-giới phạm-thiên không có hơi thở vào-hơi thở ra.

Vì vậy, 13 đề-mục thiên-định này không có trong 15 tầng trời sắc-giới Phạm-thiên.

* Trong 4 tầng trời *vô-sắc-giới phạm-thiên*, mỗi tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên chỉ có đề-mục thiên-vô-sắc cũ và đề-mục thiên-vô-sắc của bậc thiên vô-sắc-giới bậc cao hơn bậc thiên vô-sắc-giới cũ mà thôi, không có đề-mục thiên-vô-sắc của bậc thiên vô-sắc-giới bậc thấp hơn bậc thiên vô-sắc-giới cũ như sau:

- Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên thứ nhất có đủ 4 đề-mục thiên-vô-sắc.

- Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên thứ nhì chỉ có 3 đề-mục thiên-vô-sắc mà thôi (trừ đề-mục thiên-vô-sắc *ākāsapaññatti*).

- Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên thứ ba chỉ có 2 đề-mục thiên-vô-sắc là đề-mục thiên-vô-sắc *natthibhāvapaññatti* và đề-mục thiên-vô-sắc *tatiyāruppaviññāṇa*.

- Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên thứ tư chỉ có 1 đề-mục thiên-vô-sắc *tatiyāruppaviññāṇa* mà thôi.

40 Đề-mục thiền-định phân loại theo paññattidhamma và paramatthadhamma

40 đề-mục thiền-định này phân loại theo *ché-định-pháp* (paññattidhamma) và *chân-nghĩa-pháp* (paramatthadhamma) như sau:

* **Paññattidhamma** (Ché-định-pháp) có 28 đề-mục:

- 10 đề-mục *kaṣiṇa*.
- 10 đề-mục *asubha*.
- 1 đề-mục *koṭṭhāsapaññatti* là đối-tượng của đề-mục *kāyagatāsati*.
- 1 đề-mục *assāsapassāsapaññatti* là đối-tượng của đề-mục *ānāpānassati*.
- 4 đề-mục *sattapaññatti* là 4 đối-tượng của đề-mục *appamaññā*.
- 1 đề-mục *ākāsapaññatti* là đối-tượng của đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm *ākāsānañcāyatana-kusalacitta*.
- 1 đề-mục *natthibhāvapaññatti* là đối-tượng của đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm *ākiñcaññāyatana-kusalacitta*.

* **Paramatthadhamma** có 12 đề-mục:

- 8 đề-mục *anussati* (trừ đề-mục *kāyagatāsati* + đề-mục *ānāpānassati*).
- 1 đề-mục *āhārepaṭikūlasaññā*.
- 1 đề-mục *catudhātuvavatthāna*.
- 1 đề-mục *paṭhamāruppaviññāna* là đối-tượng của đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm *viññānañcāyatana-kusalacitta*.
- 1 đề-mục thiền-vô-sắc *tatiyāruppaviññāna* là đối-tượng của đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm *nevasaññānāsaññāyatana-kusalacitta*.

40 đề-mục thiền-định phân loại theo 3 nimitta

40 đề-mục thiền-định phân loại theo 3 loại nimitta như sau:

1- *Parikammanimitta*: Đối-tượng đề-mục thiền-định ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định.

2- *Uggahanimitta*: Đối-tượng thô-ảnh-tương-tự như đề-mục thiền-định phát sinh rõ ràng trong tâm.

3- *Paṭibhāganimitta*: Đối-tượng quang-ảnh-trong-sáng phát sinh rõ ràng trong tâm.

40 đề-mục thiền-định phân loại theo nimitta:

* *Parikammanimitta* và *uggahanimitta* trực tiếp có 22 đề-mục thiền-định:

- 4 đề-mục thiền-định tứ-đại *kasīṇa*.
- 4 đề-mục thiền-định màu sắc *vaṇṇakasīṇa*.
- 1 đề-mục thiền-định *ākāsakasīṇa*.
- 1 đề-mục thiền-định *ālokakasīṇa*.
- 10 đề-mục thiền-định *asubha*.
- 1 đề-mục thiền-định *kāyagatāsati*.
- 1 đề-mục thiền-định *ānāpānassati*.

* *Parikammanimitta* và *uggahanimitta* gián tiếp có 18 đề-mục thiền-định:

- 6 đề-mục thiền-định *anussati*.
- 1 đề-mục thiền-định *upasamānussati*.
- 1 đề-mục thiền-định *maraṇānussati*.
- 4 đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm.
- 1 đề-mục thiền-định *āhārepaṭikkūlasaññā*.
- 1 đề-mục thiền-định *catudhātuvavatthāna*.
- 4 đề-mục thiền-định vô-sắc.

* *Paṭibhāganimitta* trực tiếp có 22 đề-mục thiền-định như *parikammanimitta* và *uggahanimitta*.

* *Paṭibhāganimitta* gián tiếp có 8 đề-mục thiền-định:

- 4 đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm.
- 4 đề-mục thiền-định vô-sắc.

* *Paṭibhāganimitta* gồm có 30 đề-mục thiền-định.

40 đề-mục thiền-định phân loại theo 3 bhāvanā, 3 samādhi

40 đề-mục thiền-định phân loại theo khả năng tiến triển đến 3 bhāvanā, 3 samādhi như sau:

Bhāvanā có 3 loại:

1- *Parikammabhāvanā*: Tâm sơ-hành giai đoạn đầu với dục-giới đại-thiện-tâm có đối-tượng *parikammanimitta*, có **parikammasamādhi**: tâm sơ-định trong dục-giới đại-thiện-tâm ấy.

2- *Upacārabhāvanā*: Tâm cận-hành giai đoạn giữa với dục-giới đại-thiện-tâm có đối-tượng *uggahanimitta* gần bậc thiền, đạt đến **upacārasamādhi**: tâm cận-định trong dục-giới đại-thiện-tâm ấy.

3- *Appanābhāvanā*: Tâm an-hành giai đoạn cuối với sắc-giới-tâm hoặc vô-sắc-giới-tâm có đối-tượng *paṭibhāganimitta*, chứng đắc bậc thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc vô-sắc-giới thiện-tâm, đạt đến **appanāsamādhi**: tâm an-định trong bậc thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ấy.

1- Parikammabhāvanā, Parikammasamādhi

* Tất cả 40 đề-mục thiền-định đều có **parikammabhāvanā**: tâm sơ-hành giai đoạn đầu với dục-giới đại-thiện-tâm có 40 đối-tượng *parikammanimitta*, có **parikammasamādhi**: tâm sơ-định.

Nếu không có *parikammabhāvanā* thì không có *upacārabhāvanā* và *appanābhāvanā*.

2- Upacārabhāvanā, Upacārasamādhi

Trong 40 đề-mục thiền-định, có 10 đề-mục thiền-định tiến triển đến **upacārabhāvanā**: tâm cận-hành giai đoạn giữa với dục-giới đại-thiện-tâm có 10 đối-tượng uggahanimitta gián tiếp, đạt đến **upacārasamādhi**: tâm cận-định, 10 đề-mục thiền-định là:

- 1- Đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Phật (Buddhānussati).
- 2- Đề-mục thiền-định niệm-niệm 6 ân-Đức-Pháp (Dhammānussati).
- 3- Đề-mục thiền-định niệm-niệm 9 ân-Đức-Tăng (Saṃghānussati).
- 4- Đề-mục thiền-định niệm-niệm về giới trong sạch của mình (Sīlānussati).
- 5- Đề-mục thiền-định niệm-niệm về sự bố-thí của mình (Cāgānussati).
- 6- Đề-mục thiền-định niệm-niệm về 5 pháp chư-thiên có nơi mình (Devatānussati).
- 7- Đề-mục thiền-định niệm-niệm về trạng-thái tịch tịnh an-lạc Niết-bàn (Upasamānussati).
- 8- Đề-mục thiền-định niệm-niệm về sự chết (Marāṇānussati).
- 9- Đề-mục thiền-định vật thực đáng ghê tởm (Āhārepaṭikkūlasaññā).
- 10- Đề-mục thiền-định phân tích tứ-đại (Catudhātuvavatthāna).

Bởi vì 10 đề-mục thiền-định này là những đề-mục thiền-định vô cùng vi-tế, vô cùng sâu sắc, rộng lớn mênhông bao la, nên định-tâm không thể an-trú trong một đối-tượng nào nhất định. Cho nên, 10 đề-mục thiền-định này chỉ có khả năng tiến triển đến **upacārabhāvanā**: tâm

cận-hành giai đoạn giữa với *dục-giới đại-thiện-tâm*, đạt đến **upacārasamādhī**: *tâm cận-định* mà thôi.

3- Appanābhāvanā, Appanāsamādhī

* 30 đề-mục thiền-định còn lại là 10 đề-mục thiền-định (*kaṣiṇa*), 10 đề-mục thiền-định tứ-thi (*asubha*), 1 đề-mục thiền-định niệm 32 thể trọc trong thân (*kāyagatāsati*), 1 đề-mục thiền-định hơi thở vào, hơi thở ra (*ānāpānassati*), 4 đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm (*appamaññā*), 4 đề-mục thiền-định vô-sắc (*āruppa*) đều có khả năng tiến triển đến **appanābhāvanā**: *tâm an-hành* giai đoạn cuối với *sắc-giới thiện-tâm*, hoặc *vô-sắc-giới thiện-tâm*, có 30 đối-tượng *paṭibhāganimitta*, đạt đến **appanāsamādhī**: *tâm an-định* chứng đắc bậc thiền *sắc-giới thiện-tâm*, hoặc bậc thiền *vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Chúng đắc bậc thiền *sắc-giới thiện-tâm* nào hoặc bậc thiền *vô-sắc-giới thiện-tâm* nào, tùy theo mỗi đề-mục thiền-định ấy.

30 đề-mục thiền-định phân loại theo bậc thiền

Mỗi đề-mục thiền-định của 30 đề-mục thiền-định là 10 đề-mục thiền-định hình tròn (*kaṣiṇa*), 10 đề-mục thiền-định tứ-thi (*asubha*), 1 đề-mục thiền-định niệm 32 thể trọc (trọc) trong thân (*kāyagatāsati*), 1 đề-mục thiền-định hơi thở vào, hơi thở ra (*ānāpānassati*), 4 đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm (*appamaññā*), 4 đề-mục thiền-định vô-sắc (*āruppa*) này có khả năng dẫn đến chứng đắc bậc thiền *sắc-giới thiện-tâm*, bậc thiền *vô-sắc-giới thiện-tâm* khác nhau như sau:

Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm

* 11 đề-mục thiền-định là 10 đề-mục thiền-định tứ-thi (*asubha*), 1 đề-mục thiền-định niệm 32 thể trọc trong

thân (kāyagatāsati) chỉ có khả năng chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà thôi.

Nếu hành-giả chọn 1 trong 11 đề-mục thiền-định này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì đề-mục thiền-định ấy chỉ có khả năng dẫn đến chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà thôi, bởi vì 11 đề-mục thiền-định này là đối-tượng thô, nên luôn luôn cần phải nương nhờ *chi-thiền hướng-tâm (vitakka)* đến đề-mục thiền-định ấy mới có thể chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* được. Còn từ *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* trở lên không có *chi-thiền hướng-tâm (vitakka)* nữa.

Vì vậy, 11 đề-mục thiền-định này chỉ có thể chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà thôi.

4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm bậc thấp

* 3 đề-mục thiền-định là *đề-mục thiền-định niệm rải tâm-từ (mettā)*, *đề-mục thiền-định niệm rải tâm-bi (karuṇā)*, *đề-mục thiền-định niệm rải tâm-hỷ (muditā)* đến chúng-sinh vô lượng có khả năng dẫn đến chứng đắc từ *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà thôi.

Nếu hành-giả chọn 1 trong 3 đề-mục thiền-định vô-lượng-tâm này làm đối-tượng để thực hành pháp-hành thiền-định thì không thể chứng đắc đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* được, bởi vì 3 đề-mục thiền-định vô-lượng-tâm này luôn luôn cần phải có *chi-thiền lạc (sukha)*, mà *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cần phải có *chi-thiền xả (upekkhā)* thay thế cho *chi-thiền lạc*.

Cho nên, muốn chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả cần phải thay đổi sang *đề-mục thiền-định niệm rải tâm-xả (upekkhā)* đến chúng-sinh vô lượng mà thôi, không thể có đề-mục thiền-định nào khác.

Đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm

Đề-mục thiền-định *niệm rải tâm-xả đến chúng-sinh vô lượng majjhattasattapaññatti không thương không ghét* này chỉ có khả năng chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà thôi, nên đề-mục thiền-định này hành-giả không thể sử dụng bắt đầu thực hành, mà chỉ sử dụng sau khi đã chứng đắc *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* của 1 trong 3 đề-mục thiền-định là *niệm rải tâm-từ (mettā)*, hoặc *niệm rải tâm-bi (karuṇā)*, hoặc *niệm rải tâm-hỷ (muditā)* đến chúng-sinh vô lượng, bởi vì 4 đề-mục thiền-định tứ vô-lượng-tâm này cùng có *đối-tượng chúng-sinh (satta-paññatti)* giống nhau, chỉ có khác loại chúng-sinh mà thôi.

5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

* 11 đề-mục thiền-định là 10 *đề-mục thiền-định hình tròn kasīna* và *đề-mục thiền-định hơi thở vào, hơi thở ra (ānāpānassati)* có khả năng dẫn đến chứng đắc đầy đủ 5 *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Nếu hành-giả chọn 1 trong 11 đề-mục thiền-định này làm *đối-tượng* để thực hành pháp-hành thiền-định thì đề-mục thiền-định ấy đều có khả năng dẫn đến chứng đắc từ *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* mà không cần phải thay đổi đề-mục thiền-định nào khác.

4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm

Sau khi đã chứng đắc đủ 5 *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả muốn tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định, để chứng đắc 4 *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Mỗi đề-mục thiền-định vô-sắc chỉ có khả năng chứng đắc mỗi bậc thiền vô-sắc-giới-tâm riêng biệt mà thôi:

1- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ nhất gọi là *đề-mục*

ākāsapaññatti chỉ dẫn đến chứng đắc *đề-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākāsānañcāyatanakusala-citta: không-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

2- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ nhì gọi là *đề-mục pathamāruppaññāna* đó là *ākāsānañcāyatanakusala-citta* chỉ dẫn đến chứng đắc *đề-nhi-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *viññāṇañcāyatanakusalacitta: thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

3- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ ba là *đề-mục natthibhāvapaññatti* chỉ dẫn đến chứng đắc *đề-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta: vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*.

4- Đề-mục thiền-định vô-sắc thứ tư là *đề-mục tatiyārūppavinññāna* đó là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* chỉ dẫn đến chứng đắc *đề-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta: phi-tưởng-phi-phi-tưởng xứ thiện-tâm*.

Đó là 4 đề-mục thiền-định vô-sắc mà mỗi đề-mục riêng biệt làm đối-tượng có khả năng dẫn đến chứng đắc mỗi bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm riêng biệt.

Như vậy, *pháp-hành thiền-định* có 40 đề-mục thiền-định chia ra làm 3 loại:

1- Đề-mục thiền-định dẫn đến *cận-định (upacārasamādhi)* có 10 đề-mục, vẫn còn *dục-giới đại-thiện-tâm*.

2- Đề-mục thiền-định dẫn đến *an-định (appanāsamādhi)* có 26 đề-mục thiền-định dẫn đến chứng đắc các *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*.

3- Đề-mục thiền-định vô-sắc dẫn đến *an-định (appanāsamādhi)* có 4 đề-mục thiền-định vô-sắc chứng đắc 4 *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*.

Kiếp hiện-tại hành-giả là hạng **người tam-nhân**

(*tihetukapuggala*), nếu tiền-kiếp của hành-giả đã từng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, chứng đắc 5 phép-thần-thông tam-giới (*lokiya abhiññā*), thì nay kiếp hiện-tại hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định, có khả năng dễ dàng chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm.

Sau khi đã chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, hành-giả có khả năng tập luyện 5 phép-thần-thông tam-giới (*lokiya abhiññā*) tùy theo năng lực của hành-giả.

Abhiññā: Phép-Thần-Thông

Abhiññā nghĩa là gì?

Định nghĩa: “*Visesato jānātīti abhiññā.*”

Trí-tuệ nào biết 6 đối-tượng đặc biệt, *trí-tuệ* ấy gọi là **abhiññā**. *Trí-tuệ abhiññā* này đồng sinh với *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* hoặc *duy-tác-tâm* (tâm của bậc Thánh A-ra-hán), có khả năng biết đặc biệt rất phi thường do năng lực của thiền-định, còn gọi là *abhiññācitta*: tâm-thần-thông, bởi vì, *đệ-ngũ-thiền sắc-giới-tâm* này phát sinh cùng với *abhiññā*.

Bình thường *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* hoặc *duy-tác-tâm* của 12 đề-mục thiền-định là 10 đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa*, đề-mục thiền-định *ānāpānassati*, đề-mục thiền-định niệm rải tâm-xả chỉ có đối-tượng chắc chắn là *paññattidhamma*: đối-tượng pháp-chế-định mà thôi, nhưng *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* hoặc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm* này phát sinh cùng với *abhiññācitta* có khả năng đặc biệt biết được 6 đối-tượng gồm cả *chế-định-pháp* và *chân-nghĩa-pháp*.

Đề-mục thiền-định luyện tập abhiññā

Trong các đề-mục thiền-định, chỉ có 10 đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa* sử dụng luyện tập các phép abhiññā được mà thôi, do 2 nguyên nhân:

1- **Năng lực của 10 đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa***: định-tâm trong đệ-ngũ-thiền sắc-giới-tâm của 10 đề-mục thiền-định hình tròn *kaṣiṇa* có nhiều năng lực hơn các đề-mục thiền-định khác.

2- **Cửu thiền**: Theo bình thường muốn chứng đắc các phép-thân-thông abhiññā, hành-giả cần phải chứng đắc đầy đủ 9 bậc thiền là 5 bậc thiền sắc-giới và 4 bậc thiền vô-sắc-giới.

1- Năng lực của 10 đề-mục thiền-định *kaṣiṇa*

1.1- Năng lực của đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa

- Một người hóa ra trở thành hằng trăm, hằng ngàn người hành động khác nhau.
- Chính mình hóa ra trở thành long vương, điều vương.
- Nguyên cho hư không, sông, biển trở thành mặt đất, đi đi, đứng, ngồi, nằm được.
- Hóa ra cây cối, lâu đài, nhà cửa, chùa tháp, các đồ vật khác nhau theo ý của mình.
- Làm vật nhẹ trở thành vật nặng.
- Làm cho đồ vật ấy đứng vững chắc, không thể di chuyển được, v.v...
- Có khả năng chế ngự được nghịch pháp, và các đối tượng tốt, xấu hiện ra trong tâm, v.v...

1.2- Năng lực của đề-mục thiền-định āpokasiṇa

- Độn thổ, chui xuống đất như lặn xuống nước, rồi trôi lên mặt đất.
- Làm mưa rơi xuống đất.
- Nguyên mặt đất trở thành sông, hồ, biển.

- Làm nước trở thành sữa, mật ong, dầu ăn.
- Làm cho dòng nước phun ra từ thân của mình.
- Làm cho núi non, lâu đài chuyển động, v.v...

1.3- Năng lực của đề-mục thiên-định tejokasiṇa

- Làm ngọn lửa phát ra từ thân của mình hoặc từ vật.
- Làm khói phủ bao bọc thân thể không ai thấy.
- Làm cho mưa lửa rơi từ hư không.
- Dòng lửa phát sinh từ phép-thần-thông của mình, diệt lửa phát sinh từ phép-thần-thông của người khác.
- Có thể thiêu đốt xóm làng, các đồ vật được.
- Làm cho tejodhātu phát sinh thiêu thi thể của bậc Thánh A-ra-hán lúc tịch diệt Niết-bàn.
- Làm ánh sáng phát sinh, để nhìn thấy rõ mọi vật bằng thiên-nhãn-thông, v.v...

1.4- Năng lực của đề-mục thiên-định vāyokasiṇa

- Bay trên hư không được.
- Có khả năng đi đến nơi chốn mà mình cần đến một cách nhanh chóng nhất.
- Làm vật nặng trở thành vật nhẹ.
- Làm cho bão lớn phát sinh, v.v...

1.5- Năng lực của đề-mục thiên-định nīlakasiṇa

- Làm đồ vật, đồ dùng hóa thành màu xanh.
- Làm sắt, đồng, ... hóa thành ngọc bích.
- Làm cho tối mù phát sinh bất cứ lúc nào.
- Có khả năng chế ngự được nghịch pháp, và các đối tượng tốt, xấu hiện ra trong tâm.
- Làm cho chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được thuận lợi, v.v...

1.6- Năng lực của đề-mục thiên-định pītakasiṇa

- Làm đồ vật, đồ dùng hóa thành màu vàng.

- Làm sắt, đồng, ... hóa thành vàng.
- Có khả năng chế ngự được nghịch pháp và các đối tượng tốt, xấu hiện ra trong tâm.
- Làm cho việc chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được thuận lợi, v.v...

1.7- Năng lực của đề-mục thiền-định lohitasasīna

- Làm đồ vật, đồ dùng hóa thành màu đỏ.
- Làm sắt, đồng, ... hóa thành hồng ngọc.
- Có khả năng chế ngự được nghịch pháp và các đối tượng tốt, xấu hiện ra trong tâm.
- Làm cho việc chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn được thuận lợi, v.v...

1.8- Năng lực của đề-mục thiền-định odātasasīna

- Làm đồ vật, đồ dùng hóa thành màu trắng.
- Làm sắt, đồng, ... hóa thành bạc.
- Chế ngự được tâm buồn chán, buồn ngủ.
- Diệt sự tối tăm, làm cho ánh sáng phát sinh, để nhìn thấy rõ mọi vật bằng thiên-nhãn-thông, v.v...

1.9- Năng lực của đề-mục thiền-định ālokakasīna

- Làm đồ vật, đồ dùng phát ra ánh sáng.
- Làm cho thân thể phát ra ánh sáng hào quang.
- Hóa ra hình dáng khác nhau có ánh sáng chói lọi.
- Chế ngự được tâm buồn-chán, buồn-ngủ.
- Diệt sự tối tăm, làm cho ánh sáng phát sinh, để nhìn thấy rõ mọi vật bằng thiên-nhãn-thông, v.v...

Trong bộ Visudhimagga Aṭṭhakathā giảng giải rằng:

3 đề-mục thiền-định hình tròn kasīna là tejokasīna, odātakasīna, ālokakasīna có khả năng làm cho ánh sáng phát sinh, để thấy rõ mọi vật bằng thiên-nhãn-thông, thì

đề-mục thiên-định ālokaśaṇa là đề-mục đặc biệt hơn cả 2 đề-mục thiên-định kia.”

1.10- Năng lực của đề-mục thiên-định ākāśaśaṇa

- *Làm hiện rõ vật bị che giấu kín đáo được thấy rõ.*
- *Làm đường hầm ngầm dưới mặt đất, xuyên qua núi, băng qua đại dương, để có thể đi lại tự nhiên.*
- *Có khả năng ra vào, đi lại ngang qua tường thành, vách, núi như đi nơi khoảng trống không, v.v...*

Những năng lực đặc biệt của riêng mỗi đề-mục thiên-định *kaśaṇa* như vậy, còn năng lực phát sinh từ 10 đề-mục thiên-định *kaśaṇa* là:

- *Làm che giấu các vật khác, không cho ai thấy được.*
- *Làm hiện rõ cảnh từ xa, để mọi người nhìn thấy được.*
- *Làm vật nhỏ trở thành vật lớn.*
- *Làm vật lớn trở thành vật nhỏ.*
- *Làm một đoạn đường gần trở thành con đường xa.*
- *Làm con đường xa trở thành một đoạn đường gần.*
- *Biến hóa theo ý của mình, v.v...*

2- Cử thiên

Theo bình thường muốn chứng đắc các *phép-thần-thông abhiññā*, hành-giả cần phải chứng đắc đầy đủ 9 bậc thiên là 5 bậc thiên sắc-giới và 4 bậc thiên vô-sắc-giới.

Nếu tiên-kiếp của hành-giả gần kiếp hiện-tại đã từng chứng đắc các phép-thần-thông *abhiññā* thì kiếp hiện-tại chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới cũng có thể chứng đắc phép-thần-thông *abhiññā* được.

Không đủ 9 bậc thiên, chứng đắc phép *abhiññā*

Hành-giả dù không chứng đắc đủ 9 bậc thiên, cũng có khả năng chứng đắc phép-thần-thông *abhiññā* do nhờ

năng lực của các pháp-hạnh ba-la-mật đã tích lũy từ những tiền-kiếp, có 2 nhóm:

- *Puthujjanajjhānalābhī*: Hạng phàm-nhân chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.
- *Ariyapuggala*: Bậc Thánh-nhân chứng đắc 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm.

* *Hành-giả là hạng phàm-nhân mà tiền-kiếp đã từng chứng đắc các phép-thần-thông (abhiññā) gần kiếp hiện-tại này, khi thực hành pháp-hành thiền-định với đề-mục thiền-định hình tròn kasaṇa nào dẫn đến chứng đắc được 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, dù chưa chứng đắc 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm, hành-giả cũng có khả năng chứng đắc các phép-thần-thông (abhiññā) được.*

Ví dụ: 24.000 vị đạo-sĩ là đệ-tử của vị Đạo-sư Suruci (tiền-kiếp của Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta), thực hành đề-mục thiền-định hình tròn kasaṇa dẫn đến chứng đắc đủ 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi chứng đắc các phép-thần-thông (abhiññā), bởi vì, tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại của các vị đạo-sĩ đã từng chứng đắc các phép-thần-thông (abhiññā).

* Một số bậc Thánh-nhân khi chứng đắc *Thánh-đạo, Thánh-quả, trí-tuệ siêu-tam-giới đồng sinh với Thánh-đạo-tâm* có năng lực liên quan đến các phép-thần-thông (abhiññā) gọi là *Maggasiddhi abhiññā* phát sinh do năng lực của pháp-hạnh ba-la-mật đã từng chứng đắc các phép-thần-thông trong tiền-kiếp gần kiếp hiện-tại, hoặc do năng lực của pháp-hạnh phát-nguyện ba-la-mật.

Maggasiddhi abhiññā có 2 loại:

1- *Heṭṭhimaggasiddhi abhiññā*: Phép-thần-thông (abhiññā) thành tựu cùng với 3 Thánh-đạo-tâm bậc thấp.

Ví như trường hợp 500 vị tỳ-khưu lắng nghe Đức-Phật thuyết pháp tích Kuṇāljātaka xong, 500 vị tỳ-khưu đều chứng đắc *Nhập-Lưu Thánh-đạo* cùng thành tựu *phép-thần-thông* (*abhiññā*), được trình bày trong chú giải Mahāsamayasuttavaṇṇanā ...

2- *Arahattamaggasiddhi abhiññā*: *Phép-thần-thông* (*abhiññā*) thành tựu cùng với *A-ra-hán Thánh-đạo-tâm*.

Ví như trường hợp Ngài *Trưởng-lão Ānanda* khi chứng đắc *A-ra-hán Thánh-đạo-tâm* cùng thành tựu *phép-thần-thông* (*abhiññā*), Ngài *Trưởng-lão Cūlapanthaka*, ...

Luyện tập phép-thần-thông (Abhiññā)

Hành-giả sau khi đã chứng đắc đầy đủ **9 bậc thiền** là *5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm* và *4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* xong, nếu muốn chứng đắc các phép-thần-thông (*abhiññā*), hành-giả cần phải luyện tập *định-tâm* thuần-thục trong sự niệm *8 đề-mục thiền-định* hình tròn *kaṣiṇa* (*trừ đề-mục thiền-định ākāsaṣiṇa* và *đề-mục thiền-định ālokaṣiṇa*), nhập **9 bậc thiền** thuần-thục để luyện tập cho **định-tâm** có nhiều năng lực bằng cách thực tập 14 phương-pháp như sau:

1- *Kaṣiṇānulomato*: Nhập thiền với *đề-mục thiền-định* hình tròn *kaṣiṇa* theo chiều thuận tuần tự từ đầu cho đến cuối nhiều lần.

2- *Kaṣiṇapaṭilomato*: Nhập thiền với *đề-mục thiền-định* hình tròn *kaṣiṇa* theo chiều nghịch tuần tự từ cuối cho đến đầu nhiều lần.

3- *Kaṣiṇānulomapaṭilomato*: Nhập thiền với *đề-mục thiền-định* hình tròn *kaṣiṇa* theo chiều thuận tuần tự từ đầu cho đến cuối, rồi trở lại theo chiều nghịch từ cuối cho đến đầu nhiều lần.

4- *Jhānānulomato*: Nhập 9 bậc thiền theo chiều thuận tuần tự từ đầu cho đến cuối nhiều lần.

5- *Jhānapaṭilomato*: Nhập 9 bậc thiền theo chiều nghịch tuần tự từ cuối cho đến đầu nhiều lần.

6- *Jhānānulomapaṭilomato*: Nhập 9 bậc thiền theo chiều thuận tuần tự từ đầu cho đến cuối, rồi trở lại theo chiều nghịch tuần tự từ cuối cho đến đầu nhiều lần.

7- *Jhānukkantikato*: Nhập 9 bậc thiền vượt qua bậc thiền theo tuần tự của bậc thiền nhiều lần.

8- *Kasiṇukkantikato*: Nhập 9 bậc thiền vượt qua đề-mục thiền-định kasiṇa theo tuần tự của đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa nhiều lần.

9- *Jhānakasiṇukkantikato*: Niệm đề-mục thiền-định vượt qua theo tuần tự, nhập bậc thiền vượt qua theo tuần tự nhiều lần.

10- *Āṅgasaṅkantito*: Niệm đề-mục thiền-định kasiṇa nào, rồi nhập 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm vượt qua chi-thiền theo tuần tự nhiều lần.

11- *Ārammaṇasaṅkantito*: Trong 8 đề-mục thiền-định kasiṇa, niệm mỗi đề-mục thiền-định hình tròn kasiṇa, chỉ nhập mỗi bậc thiền sắc-giới thiện-tâm mà thôi, nghĩa là nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm cho đến đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm theo tuần tự nhiều lần.

12- *Āṅgārammaṇasaṅkantito*: Niệm đề-mục thiền-định không trùng nhau, nhập bậc thiền thiện-tâm không theo tuần tự nhiều lần.

13- *Āṅgavavatthāpanato*: Quán-triệt chi-thiền theo tuần tự của 9 bậc thiền nhiều lần.

14- *Ārammaṇavavatthāpanato*: Suy xét biết rõ đề-mục thiền-định của mỗi bậc thiền trong 9 bậc thiền nhiều lần.

Giải thích:

* **Điều 1:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định pathavīkasīna*, rồi nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm *đề-mục thiền-định āpokasīna*, rồi nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm *đề-mục thiền-định tejokasīna*, rồi nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; theo chiều thuận tuần tự cho đến *đề-mục thiền-định odātakasīna*, ...

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều thuận tuần tự của các *đề-mục thiền-định kasīna*.

* **Điều 2:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định odātakasīna*, rồi nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm *đề-mục thiền-định lohītakasīna*, rồi nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; xả bậc thiền ấy ra, niệm *đề-mục thiền-định pītakasīna*, rồi nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm hoặc các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm khác; theo chiều nghịch tuần tự cho đến *đề-mục thiền-định pathavīkasīna*, ...

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều nghịch tuần tự của các *đề-mục thiền-định hình tròn kasīna*.

* **Điều 3:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định pathavīkasīna* theo chiều thuận tuần tự cho đến *đề-mục thiền-định odātakasīna*, như điều 1; và niệm *đề-mục thiền-định odātakasīna* theo chiều nghịch tuần tự cho đến *đề-mục thiền-định pathavīkasīna*, như điều 2.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều thuận và chiều nghịch tuần tự của các *đề-mục thiền-định kasīna* nhập các bậc thiền ấy.

* **Điều 4:** Hành-giả *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* theo chiều thuận tuần tự cho đến *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*, gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm*.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều thuận tuần tự nhập 9 bậc thiền.

* **Điều 5:** Hành-giả *nhập đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm*, gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm* theo chiều nghịch tuần tự cho đến *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều nghịch tuần tự nhập 9 bậc thiền.

* **Điều 6:** Hành-giả *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* theo chiều thuận tuần tự cho đến *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm*, và *nhập đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm* theo chiều nghịch tuần tự cho đến *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm theo chiều thuận và theo chiều nghịch tuần tự nhập 9 bậc thiền.

* **Điều 7:** Hành-giả niệm *đề-mục thiên-định kasīṇa*, nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả thiền ấy; niệm *đề-mục thiên-định kasīṇa*, nhập *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả thiền ấy; niệm *đề-mục thiên-định kasīṇa*, nhập *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả thiền ấy; niệm *ākāsapaññatti* nhập *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *không-vô-biên-xứ thiện-tâm*, rồi xả *không-vô-biên-xứ thiện-tâm*; niệm *natthibhāva-paññatti* nhập *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*, rồi xả *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*; ...

Cách nhập thiền và xả thiền với đề-mục thiên-định còn lại cũng tương tự như trên.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách nhập các bậc thiền thiên theo tuần tự.

* **Điều 8:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định pathavī-kasīna*, nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*; niệm *đề-mục thiền-định tejokasīna*, nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*; niệm *đề-mục thiền-định nīlakasīna*, nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*; niệm *đề-mục thiền-định lohītakasīna*, nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.

Niệm *đề-mục thiền-định* còn lại, nhập 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm còn lại cũng tương tự như trên.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách niệm tưởng *đề-mục thiền-định* hình tròn kasīna vượt qua *đề-mục*.

* **Điều 9:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định pathavī-kasīna*, nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định tejokasīna*, nhập *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định nīlakasīna*, nhập *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*; niệm *ākāsapaññatti* nhập *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *không-vô-biên-xứ thiện-tâm*, xả *không-vô-biên-xứ thiện-tâm*; niệm *natthibhāvapaññatti* nhập *đệ-tam-thiền vô sắc* gọi là *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*, xả *đệ-tam-thiền vô sắc* gọi là *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*, ...

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách niệm *đề-mục thiền-định* vượt qua *đề-mục*, nhập bậc thiền vượt qua bậc-thiền.

* **Điều 10:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định pathavī-kasīna*, nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, v.v... cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, vượt qua chi-thiền theo tuần tự.

Niệm 7 *đề-mục kasīṇa* còn lại, *nhập 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm*, vượt qua chi-thiền theo tuần tự, tương tự như trên.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách niệm *đề-mục thiền-định kasīṇa*, *nhập 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm* vượt qua chi-thiền theo tuần tự.

* **Điều 11:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định pathavīkasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định āpokasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định tejokasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định vāyokasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định nīlakasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định pītakasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định lohītakasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định odātakasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra, ...

Trong 8 *đề-mục thiền-định kasīṇa*, khi thay đổi mỗi *đề-mục thiền-định kasīṇa*, chỉ nhập mỗi bậc thiền sắc-giới thiện-tâm ấy mà thôi. Từ *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cũng tương tự như trên.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách niệm 8 *đề-mục thiền-định kasīṇa*, mỗi *đề-mục thiền-định kasīṇa* *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* tương tự như trên.

* **Điều 12:** Hành-giả niệm *đề-mục thiền-định pathavīkasīṇa*, *nhập đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc

thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định āpokasiṇa*, nhập *đề-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định tejokasiṇa*, nhập *đề-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định vāyokasiṇa*, nhập *đề-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định nīlakasiṇa*, nhập *đề-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; niệm *đề-mục thiền-định pītakasiṇa*, bỏ *pītapatībhāga-nimitta* ra, chỉ có *ākāsapaññatti*, niệm *ākāsapaññatti*, nhập *đề-nhất-thiền vô-sắc-giới* gọi là *không-vô-biên-xứ thiện-tâm*.

Khi xả bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này, niệm *đề-mục thiền-định lohitakasiṇa*, bỏ *lohitapatībhāganimitta* ra, chỉ có *ākāsapaññatti*, nhưng không thích *đề-mục thiền-định ākāsapaññatti*, mà trở lại hài lòng nơi *không-vô-biên-xứ thiện-tâm* đã từng phát sinh trong tâm, với tâm hành niệm rằng: “*Viññāṇaṃ anantaṃ*”, nhập *thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*; khi xả bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này, niệm *đề-mục thiền-định odātakasiṇa*, bỏ *odātapatībhāganimitta* ra, chỉ có *ākāsapaññatti*, nhưng không thích *đề-mục thiền-định ākāsapaññatti*, mà trở lại hài lòng nơi *đề-mục natthibhāvapaññatti* với tâm hành niệm rằng: “*Natthi kinci, ...*”, nhập *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*; khi xả bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm này, niệm *đề-mục thiền-định ālokakasiṇa*, bỏ *ālokakapatībhāganimitta* ra, chỉ có *đề-mục thiền-định ākāsapaññatti*, nhưng không thích *đề-mục thiền-định ākāsapaññatti*, mà trở lại hài lòng nơi *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm* đã từng phát sinh trong tâm, với tâm hành niệm rằng: “*Santaṃ paṇītaṃ*” nhập *phi-tưởng-phi-phi-tưởng-xứ thiện-tâm*.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách niệm *đề-mục thiền-định* không trùng nhau, nhập bậc thiền-tâm không theo tuần tự.

* **Điều 13:** Hành-giả nhập *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 5 chi-thiền: *vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

- Nhập *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 4 chi-thiền: *vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*.

- Nhập *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 3 chi-thiền: *pīti, sukha, ekaggatā*.

- Nhập *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 chi-thiền: *sukha, ekaggatā*.

- Nhập *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 chi-thiền: *upekkhā và ekaggatā*.

- Nhập *đệ-nhất-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *không-vô-biên-xứ thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; nhập *đệ-nhị-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *thức-vô-biên-xứ thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; nhập *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra; nhập *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm*, rồi xả bậc thiền ấy ra, mỗi bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm chỉ có 2 chi-thiền: *upekkhā và ekaggatā*.

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách quán-triệt các chi-thiền trong 9 bậc thiền theo tuần tự.

* **Điều 14:** *Đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* phát sinh, nếu có *đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa* làm đối-tượng thì hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định pathavīkaṣiṇa* này là đối-tượng của *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*.”

Nếu có *đề-mục thiền-định āpokasiṇa*, hoặc *đề-mục-thiền-định tejokasiṇa*, v.v... cho đến *đề-mục thiền-định odātakasiṇa* thì hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định āpokasiṇa, đề-mục thiền-định tejokasiṇa, v.v... hoặc đề-mục thiền-định odātakasiṇa* này là đối-tượng của *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm, đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, cho đến đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*.”

Cách suy xét tương tự như đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm.

Khi *không-vô-biên-xứ thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định ākāsapaññatti là đối-tượng của không-vô-biên-xứ thiện-tâm.*”

Khi *thức-vô-biên-xứ thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định ākāsānañcāyatanakusalacitta là đối-tượng của thức-vô-biên-xứ thiện-tâm.*”

Khi *vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định natthibhāvapaññatti là đối-tượng của vô-sở-hữu-xứ thiện-tâm.*”

Khi *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm* phát sinh, hành-giả suy xét rằng: “*Đề-mục thiền-định ākiñcaññāyatanakusalacitta là đối-tượng của phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm.*”

Như vậy, gọi là luyện tập định-tâm bằng cách suy xét đề-mục thiền-định là đối-tượng của mỗi bậc thiền trong 9 bậc thiền.

Tóm lại, 14 phương pháp luyện tập này có một mục đích làm cho hành-giả luyện tập thuần-thục niệm các đề-mục thiền-định nhất là *đề-mục thiền-định kasīna*, thuần-thục nhập 9 bậc thiền, đó là điều quan trọng giúp cho định-tâm vững chắc là nhân làm cho *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* với *phép-thần-thông* phát sinh.

Phép-thần-thông (abhiññā) là trí-tuệ thần-thông biết 6 đối-tượng đặc biệt. *Trí-tuệ abhiññā* này đồng sinh với *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* hoặc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm (tâm của bậc Thánh A-ra-hán)*, có khả năng biết đặc biệt rất phi thường do năng lực của thiền-định, còn gọi là *abhiññācitta (tâm-thần-thông)*, bởi vì, *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* này phát sinh cùng với *abhiññā*.

Phép-thần-thông (Abhiññā) có 2 loại:

- *Lokiya abhiññā*: Tam-giới thần-thông.
- *Lokuttara abhiññā*: Siêu-tam-giới thần-thông.

*** Lokiya abhiññā: Tam-giới thần-thông**

Tam-giới thần-thông có 5 loại:

- 1- *Iddhividha abhiññā*: Đa-dạng-thông.
- 2- *Dibbasota abhiññā*: Thiên-nhĩ-thông.
- 3- *Paracittavijānana abhiññā*: Tha-tâm-thông.
- 4- *Pubbenivasānussati abhiññā*: Tiền-kiếp-thông.
- 5- *Dibbacakkhu abhiññā*: Thiên-nhãn-thông.

5 loại tam-giới thần-thông này có chi-pháp là **trí-tuệ tâm-sở** đồng sinh với **đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm** hoặc **đệ-ngũ-thiền sắc-giới duy-tác-tâm đặc biệt**.

*** Lokuttara abhiññā: Siêu-tam-giới thần-thông**

Siêu-tam-giới thần-thông chỉ có 1 loại:

- *Āsavakkhaya abhiññā*: Trảm-luân-tận-thông, phép-thần-thông này có khả năng đặc biệt diệt tận tất cả **4 loại phiền-não trảm-luân** không còn dư sót trong tâm nữa, có chi-pháp là **trí-tuệ tâm-sở** đồng sinh với **A-ra-hán Thánh-Đạo-tâm**.

Như vậy, phép-thần-thông (abhiññā) gồm có 6 loại.

Giải

1- Iddhividha abhiññā: Đa-dạng-thông

Định nghĩa: “*Iddhiyā viya yassā’ti Iddhividham.*”

Phép-thần-thông (abhiññā) thành tựu nhiều phép, cho nên gọi là đa-dạng-thông (iddhividha abhiññā).

Đa-dạng-thông có 3 loại:

1.1- Adhiṭṭhānā iddhi: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực nguyện trở thành nhiều phép-thần-thông như sau:

- Một người nguyện trở thành hằng trăm người, hằng ngàn người, ...
- Hằng trăm người, hằng ngàn người nguyện trở thành một người.
- Hiện hình đến một nơi do ý muốn.
- Tàng hình không cho ai thấy.
- Hiện hình cho mọi người đều thấy.
- Đi xuyên qua tường thành, như đi chỗ trống.
- Đi xuyên qua núi đá, như đi chỗ trống.
- Nguyện cho mặt đất trở thành mặt biển, rồi lặn xuống.
- Nguyện cho mặt biển trở thành mặt đất, đi lại được.
- Bay nhanh trên hư không, như các loài chim.
- Chui xuống mặt đất, như lặn xuống nước.
- Tay sờ đụng mặt trăng, mặt trời.
- Xuất hiện lên cõi trời dục-giới, cõi trời sắc-giới.
- Phép-thần-thông này có khả năng trở thành ra nhiều phép khác nhau, v.v...

1.2- Vikubbanā iddhi: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực biến hóa ra nhiều loài chúng-sinh, biến hóa ra loại nào, hành-giả trở thành loại ấy, như sau:

- Biến hóa ra trở thành đứa trẻ con, ông già, ...
- Biến hóa ra trở thành chư-thiên, phạm-thiên, v.v...
- Biến hóa ra trở thành long nam, voi, ngựa, v.v...
- Biến hóa thành rừng, núi, sông, hồ, đại dương, chùa, tháp, xóm nhà, v.v...
- Phép-thần-thông này có khả năng biến hóa ra trở thành nhiều phép khác nhau, v.v...

1.3- Manomayā iddhi: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực của tâm như sau:

- Hóa ra người khác hoạt động tự nhiên phát xuất từ

tâm của mình, còn hành-giả vẫn là tự nhiên, không có gì thay đổi.

2- Dibbasota abhiññā: Thiên-nhĩ-thông

Định nghĩa: “*Dibbasotaṃ viyā’ti dibbasotaṃ.*”

Phép-thân-thông (abhiññā) có khả năng nghe được mọi âm thanh, mọi thứ tiếng từ xa không giới hạn và vi-tế nhất như tai của chư-thiên, phạm-thiên, cho nên gọi là thiên-nhĩ-thông (dibbasota abhiññā).

*Nhĩ-tịnh-sắc (sotapasādarūpa) của chư-thiên bậc cao trong 6 cõi trời dục-giới là sắc-pháp phát sinh do đại-thiện-nghiệp cao quý hoặc chư phạm-thiên trong các cõi trời sắc-giới là sắc-pháp phát sinh do sắc-giới thiện-nghiệp cao quý, nên nhĩ-tịnh-sắc là hoàn toàn trong sáng thanh-tịnh, không có một thứ gì làm dơ bẩn. Vì vậy, nhĩ-tịnh-sắc là hoàn toàn thanh khiết đặc biệt làm nhân phát sinh **nhĩ-thức-tâm** có khả năng nghe được âm thanh, tiếng nói nhỏ nhất từ xa bao nhiêu không giới hạn, thật là phi thường.*

Thật vậy, trong các bộ Chú-giải giải rằng: *Cõi người vô cùng cách xa với cõi trời dục-giới hoặc cõi trời sắc-giới, chư-thiên ở trên cõi trời dục-giới, hoặc chư phạm-thiên ở trên cõi trời sắc-giới, có khả năng nghe rõ được âm thanh, tiếng nói nhỏ nhất của con người, mà không có gì ngăn cản được cả, thậm chí tiếng nhỏ nhất như tiếng những con kiến, con mối, con rắn, v.v...*

Như tích *Tissattheravatthu*⁽¹⁾ được tóm lược như sau:

Ngài Trưởng-lão Tissa có được một tấm y, phát sinh tâm hài lòng hoan-hỷ tấm y ấy, Ngài nghĩ rằng: “Sve dāni naṃ pārupissāmi: Ngày mai ta sẽ mặc tấm y ấy.”

¹ Bộ Dhammapadaṭṭhakathā, tích Tissattheravatthu.

Vì Ngài *Trưởng-lão Tissa* có tâm hài lòng tâm y ấy, nên trong đêm hôm ấy, sau khi Ngài *Trưởng-lão Tissa* chết, *ác-nghiệp* ấy cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp làm **con rận** nằm trong tâm y ấy (*tasmim yeva cīvare ūkā hutvā nibbatti*).

Chư tỳ-khuru làm lễ hỏa táng thi thể của Ngài *Trưởng-lão* xong, đem những thứ vật dụng của Ngài *Trưởng-lão* phân chia đến các tỳ-khuru, nhưng khi đựng đến tâm y ấy, **con rận** ở trong tâm y bò qua bò lại khóc than rằng: “*Ime mama santakam vilumpanti: những vị tỳ-khuru này chiếm đoạt y của tôi.*”

Khi ấy, Đức-Phật đang ngự tại ngôi chùa Jetavana thì nghe tiếng khóc than của **con rận** bằng *thiên-nhĩ-thông*, nên gọi Ngài Trưởng-lão Ānanda truyền dạy rằng:

- *Này Ānanda! Con nên đến bảo các tỳ-khuru ấy hãy để tâm y ấy tại chỗ cũ. 7 ngày sau, mới được đem chia đến tỳ-khuru khác.*

Qua 7 ngày, **con rận** ấy chết, *đại-thiện-nghiệp* cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp làm thiên nam trên cõi trời *Tusita: Đâu-suất-đà-thiên*.

Thiên-nhĩ-thông là phép-thần-thông có khả năng nghe âm thanh, tiếng nói dù xa, dù nhỏ bao nhiêu cũng nghe rõ được như tai của chư-thiên, phạm-thiên.

Cho nên gọi là **Thiên-nhĩ-thông** (*Dibbasota abhiññā*).

3- Paracittavijānana abhiññā: Tha-tâm-thông

Định nghĩa:

“*Paresam cittam vijānātī’ti paracittavijānanā.*”

Phép-thần-thông (*abhiññā*) có khả năng biết được tâm của người khác, cho nên gọi là **tha-tâm-thông** (*paracittavijānanā abhiññā*).

Paracittavijānana abhiññā này còn có tên gọi là ***cetopariya abhiññā***: *Phép-thần-thông (abhiññā) biết rõ chính xác tâm của người khác.*

Nếu hành-giả chưa có sự thuần-thục trong cách luyện tập phép *tha-tâm-thông (paracittavijānana abhiññā)* này thì nên thực tập phép *thiên-nhãn-thông (dibbacakkhu abhiññā)* trước, để suy xét màu của máu có trong tim, nếu tính chất của tâm như thế nào thì màu của máu cũng bị thay đổi như thế ấy.

Ví dụ: Nếu người có *tính-tham* thì máu có màu đỏ đậm; nếu người có *tính-sân* thì máu có màu đen; nếu người có *tính-si* thì máu có màu như nước rửa thịt; nếu người có *tính-suy-diễn* thì máu có màu đậu đen; nếu người có *tính-tín* thì máu có màu vàng; nếu người có *tính-giác* thì máu có màu hồng trong sáng, ...

Hành-giả có *phép thiên-nhãn-thông* thấy màu máu của người ấy có thể suy đoán tâm của họ.

Về sau, đã thuần-thục cách luyện tập *phép tha-tâm-thông*, hành-giả chỉ cần nguyện rằng:

“*Xin cho tôi biết rõ tâm của người ấy.*”

Hành-giả *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* ấy ra, đồng thời *lộ-trình-tâm phép-tha-tâm-thông (paracittavijānana abhiññā-vīthiccitta)* phát sinh, biết rõ chính xác tâm của người khác.

Khi đã thuần-thục cách luyện tập phép *tha-tâm-thông* rồi, hành-giả không cần thực tập phép *thiên-nhãn-thông (dibbacakkhu abhiññā)* trước nữa, mà chỉ luyện tập *phép-tha-tâm-thông* mà thôi.

4- Pubbenivasānussati abhiññā: Tiền-kiếp-thông

Định nghĩa:

“*Pubbenivāsānaṃ anussati pubbenivāsānussati.*”

Phép-thần-thông (abhiññā) nhớ lại nơi sinh và ngũ uẩn v.v... đã từng sinh, đã từng gặp trong tiền-kiếp, cho nên phép-thần-thông (abhiññā) này gọi là tiền-kiếp-thông (pubbenivāsānussati abhiññā).

Tiền-kiếp-thông có 2 loại:

4.1- *Ajjhāvutthapubbenivāsa*: *Tiền-kiếp của mình đã từng sinh trong các cõi-giới* nghĩa là tiền-kiếp của mình có ngũ uẩn, kiếp chúng-sinh, tên, dòng dõi, gia đình, giai cấp, v.v... đã từng sinh trong các cõi-giới.

4.2- *Ārammaṇapubbenivāsa*: *Tiền-kiếp của chúng-sinh khác là đối-tượng để biết tiền-kiếp của họ* nghĩa là tiền-kiếp của chúng-sinh khác có ngũ uẩn, kiếp chúng-sinh, tên, dòng dõi, giai cấp, v.v... trong các cõi-giới mà hành-giả đã từng gặp, từng thấy trong tiền-kiếp của mình.

Hành-giả luyện tập phép *tiền-kiếp-thông (pubbenivāsānussati abhiññā)* này có khả năng nhớ rõ, biết rõ được 2 loại *tiền-kiếp-thông* này.

Hành-giả có khả năng nhớ rõ, biết rõ những tiền-kiếp được nhiều hoặc ít hoàn toàn tùy thuộc vào năng lực của các pháp-hạnh ba-la-mật của hành-giả.

5- Dibbacakkhu abhiññā: Thiên-nhân-thông

Định nghĩa:

“Dibbacakkhu viyā’ti dibbacakkhu.”

Phép-thần-thông (abhiññā) có khả năng thấy rõ đối-tượng từ xa không giới hạn và thấy rõ đối-tượng vô cùng vi-tế nhất như mắt của chư-thiên, phạm-thiên, cho nên gọi là thiên-nhân-thông (dibbacakkhu abhiññā).

Nhân-tịnh-sắc (sotapasādarūpa) của chư-thiên bậc cao trong 6 cõi trời dục-giới là sắc-pháp phát sinh do đại-thiện-nghiệp cao quý hoặc chư phạm-thiên trong các

tầng trời sắc-giới phạm-thiên là *sắc-pháp* phát sinh do *sắc-giới thiện-nghiệp cao quý*, nên *nhãn-tịnh-sắc* là *hoàn toàn trong sáng thanh-tịnh*, không có một thứ gì làm dơ bẩn. Vì vậy, *nhãn-tịnh-sắc* là *hoàn toàn thanh khiết đặc biệt* làm nhân phát sinh ***nhãn-thức-tâm*** có khả năng nhìn thấy được đối-tượng từ xa không giới hạn và đối-tượng vô cùng bé nhỏ, thật là phi thường.

Thật vậy, trong các bộ Chú-giải giải rằng: Cõi người vô cùng cách xa với cõi trời dục-giới hoặc tầng trời sắc-giới phạm-thiên, chư-thiên ở trên cõi trời dục-giới, hoặc chư phạm-thiên ở trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên có khả năng nhìn thấy rõ từ xa không giới hạn và thấy vật vô cùng bé nhỏ nhất không có gì che khuất được cả, thậm chí những vật nhỏ nhất được bao bọc kỹ kín đáo, thế mà chư-thiên, phạm-thiên đều có khả năng nhìn thấy rõ được.

Dibbacakkhu abhiññā (*Thiên-nhãn-thông*) là phép-thần-thông có khả năng nhìn thấy rõ những vật dù xa, dù nhỏ bao nhiêu, dù bao bọc kín đáo cũng nhìn thấy rõ được như mắt của chư-thiên, phạm-thiên, cho nên gọi là ***thiên-nhãn-thông*** (*dibbacakkhu abhiññā*).

Dibbacakkhu abhiññā (*Thiên-nhãn-thông*) có 2 loại:

5.1- *Yathākammūpaga abhiññā*: *Phép-thần-thông này có khả năng thấy rõ, biết rõ chúng-sinh sinh trong cõi-giới ấy theo nghiệp của họ.*

Hành-giả có *phép-thần-thông* (*abhiññā*) này thấy rõ, biết rõ đại-thiện-nghiệp hoặc ác-nghiệp của tất cả chúng-sinh đã cho quả tái-sinh trong các cõi-giới khác nhau, và thấy rõ, biết rõ chúng-sinh ấy đang hưởng quả an-lạc của đại-thiện-nghiệp của họ hoặc đang chịu quả khổ của ác-nghiệp của họ đã tạo trong kiếp trước.

5.2- *Anāgatamsa abhiññā*: *Phép-thần-thông này có khả năng thấy rõ, biết rõ kiếp vị-lai:*

Hành-giả có *phép-thần-thông (abhiññā)* này có khả năng thấy rõ, biết rõ chính mình và chúng-sinh khác trong kiếp vị-lai, nghiệp nào sẽ cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi-giới nào, và còn thấy rõ, biết rõ kiếp ấy thuộc loài chúng-sinh nào, hưởng quả an-lạc của đại-thiện-nghiệp của họ, hoặc chịu quả khổ của ác-nghiệp của họ.

* *Đối với Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác, thì thiên-nhãn-thông* này còn có 2 loại trí-tuệ đặc biệt là:

1- *Cutūpapātañña*: Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ sự tử và sự tái-sinh của tất cả chúng-sinh.

Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ này nên thấy rõ, biết rõ tất cả chúng-sinh sau khi chết, nghiệp nào cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi-giới nào, hưởng quả an-lạc của thiện-nghiệp của họ như thế nào, hoặc chịu quả khổ của ác-nghiệp của họ như thế nào, v.v...

2- *Anāgataṃsañña*: Trí-tuệ thấy rõ, biết rõ kiếp vị-lai của tất cả chúng-sinh.

Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác có trí-tuệ này nên thấy rõ, biết rõ kiếp vị-lai của tất cả chúng-sinh, cho nên Đức-Phật thọ ký chúng-sinh ấy còn lại thời gian bao nhiêu a-tăng-kỳ nữa sẽ trở thành *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, hoặc *Đức-Phật-Độc-Giác*, hoặc *bậc Thánh thanh-văn-giác của Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác* có danh hiệu nào trong thời-kỳ vị-lai ấy.

* **Lokuttara abhiññā**: Siêu-tam-giới thần-thông

6- **Āsavakkhaya abhiññā**: Trầm-luân-tận-thông

Āsavakkhaya abhiññā: Trầm-luân tận-thông là phép-thần-thông có khả năng đặc biệt diệt tận được 4 loại phiền-não trầm-luân (āsava) theo năng lực tuần tự của 4 bậc Thánh-đạo-tuệ:

- *Nhập-lưu Thánh-đạo-tuệ.*
- *Nhất-lai Thánh-đạo-tuệ.*
- *Bất-lai Thánh-đạo-tuệ.*
- *A-ra-hán Thánh-đạo-tuệ* chắc chắn diệt tận được mọi *phiền-não trầm-luân* không còn dư sót.

(*Xem giảng giải trong Quyển X: Pháp-Hành Thiên-Tuệ.*)

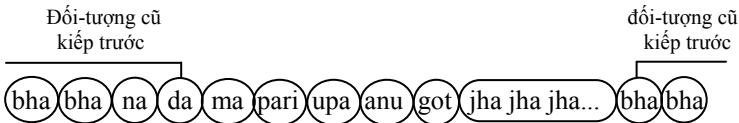
Phương pháp thực hành mỗi phép-thần-thông

Muôn *phép-thần-thông (abhiññā)* nào được phát sinh, hành-giả cần phải biết thực hành để cho *phép-thần-thông* ấy phát sinh theo như ý của hành-giả.

Trước tiên, hành-giả nên biết phương-pháp thực hành theo tuần tự để cho *thần-thông lộ-trình-tâm* phát sinh:

- *Nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm.*
- *Xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi nguyện theo sự mong muốn của hành-giả.*
- *Sau khi nguyện xong, nhập trở lại đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm một lần nữa.*
- *Khi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm lần thứ nhì, thần-thông lộ-trình-tâm (abhiññāvīthiccita) phát sinh, thành tựu phép-thần-thông đúng theo ý nguyện của hành-giả.*

1- Đồ biểu nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm



Giải thích:

Hành-giả trước tiên *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* theo lộ-trình-tâm *jhānasamāpattivīthiccita* như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhu, pañcamajjhānakusalacitta* (phát sinh nhiều

sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, ... chấm dứt *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm*.

Nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm

- 1- *Bhavaṅgacitta*: *Hộ-kiếp-tâm trước viết tắt* (*bha*)
- 2- *Bhavaṅgacalana*: *Hộ-kiếp-tâm rung động* vt (*na*)
- 3- *Bhavaṅgupaccheda*: *Hộ-kiếp-tâm bị cắt đứt* vt (*na*)
- 4- *Manodvāravajjanacitta*: *Ý-môn-hướng-tâm* vt (*ma*)
- 5- *Parikamma*: *Tâm chuẩn bị đệ-ngũ-thiền* vt (*pari*)
- 6- *Upacāra*: *Tâm cận đệ-ngũ-thiền* vt (*upa*)
- 7- *Anuloma*: *Tâm thuận theo đệ-ngũ-thiền* vt (*upa*)
- 8- *Gotrabhu*: *Tâm chuyển cõi giới* vt (*got*)
- 9- *Pañcamajjhānakusalacitta*: *Đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm,* vt (*ja*)
- 10- *Bhavaṅgacitta*: *Hộ-kiếp-tâm sau.* vt (*bha*)

Chấm dứt nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm.

Hành-giả *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* theo lộ-trình-tâm *jhānasamāpattivīthicitta* có các loại tâm sinh rồi diệt theo tuần tự như sau:

- *Bhavaṅgacitta*: *Hộ-kiếp-tâm trước sinh rồi diệt.*
- *Bhavaṅgacalana*: *Hộ-kiếp-tâm rung động sinh, diệt.*
- *Bhavaṅgupaccheda*: *Hộ-kiếp-tâm bị cắt đứt sinh, diệt.*
- *Manodvāravajjanacitta*: *Ý-môn-hướng-tâm 1 sát-na tâm tiếp nhận đối-tượng paṭibhāganimitta sinh rồi diệt.*
- *Parikamma*: *Tâm chuẩn bị cho đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng paṭibhāganimitta sinh rồi diệt.*
- *Upacāra*: *Tâm cận đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng pathavīpaṭibhāganimitta sinh rồi diệt.*
- *Anuloma*: *Tâm thuận theo đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng paṭibhāganimitta sinh rồi diệt.*

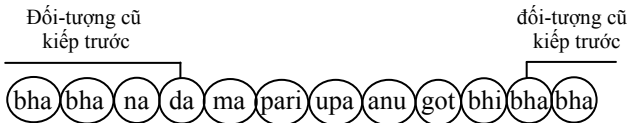
- *Gotrabhu*: Tâm chuyển từ dục-giới đại-thiện-tâm lên sắc-giới thiện-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm có đối-tượng *paṭibhāganimitta* sinh rồi diệt.

- *Jhānacitta* đó là đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm (*pañcamajjhānakusalacitta*) có đối-tượng *paṭibhāganimitta* phát sinh liên tục nhiều sát-na-tâm sinh rồi diệt.

- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm sau chấm dứt đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm.

* Sau khi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm, **thần-thông lộ-trình-tâm** phát sinh như sau:

2- Đồ biểu thần-thông lộ-trình-tâm



“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhu, abhiññācitta* (1 sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta*, ... chấm dứt thần-thông lộ-trình-tâm.

Giải thích:

Thần-thông lộ-trình-tâm có các tâm phát sinh theo tuần tự từ *Bhavaṅgacitta* cho đến sát-na-tâm *gotrabhu* diệt liền **abhiññācitta**: thần-thông-tâm phát sinh 1 sát-na-tâm, tiếp theo *bhavaṅgacitta* chấm dứt thần-thông lộ-trình-tâm, đồng thời thành tựu *phép-thần-thông* theo ý nguyện của hành-giả.

Cách luyện tam-giới thần-thông (Lokiya abhiññā)

Tam-giới thần-thông có 5 loại:

1- Iddhividha abhiññā: Đa-dạng-thông

Đa-dạng-thông là phép-thần-thông thành tựu nhiều dạng do ý nguyện của hành-giả, có 3 loại:

* *Adhiṭṭhānā iddhi*: *Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực của lời nguyện*:

Hành-giả chỉ hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiên-định kasīna* nào, rồi *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, để cho định-tâm vững chắc, rồi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* ra.

Hành-giả nguyện theo điều mong muốn của mình, tiếp theo nhập trở lại *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* lần thứ nhì.

Khi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* ra, thì ***đa-dạng-thông lộ-trình-tâm*** (*abhiññāvīthicitta*) có *đối-tượng chân-nghĩa-pháp* hoặc *ché-định-pháp* đúng như điều đã nguyện phát sinh theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhu, abhiññācitta* (*Isát-na-tâm*), (*vt.bhi*), *bhavaṅgacitta, ...* chấm dứt thần-thông lộ-trình-tâm.

Adhiṭṭhānā iddhi: *Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực nguyện trở thành nhiều phép khác nhau như sau*:

Nếu muốn *phép-đa-dạng-thông loại* nào thì hành-giả cần phải hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiên-định kasīna* có khả năng phát sinh *phép-đa-dạng-thông loại* ấy. Ví dụ:

- Nếu muốn *độn thổ*, chui xuống dưới đất, rồi trôi lên mặt đất, như lặn xuống dưới nước, rồi trôi lên mặt nước thì hành-giả cần phải hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiên-định āpokasīna*, nhập *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* ra, hành-giả nguyện rằng:

“Mặt đất này hãy trở thành nước.”

- Nếu muốn đi kinh hành xuyên qua núi, xuyên qua thành, ... như đi qua chỗ trống thì hành-giả cần phải hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định *ākāsakaṣiṇa*, nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả nguyện rằng:

“Núi, thành này hãy trở thành hư không, chỗ trống.”

- Nếu muốn đi kinh hành trên hư không như đi trên mặt đất thì hành-giả cần phải hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định *pathavīkaṣiṇa*, nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả nguyện rằng:

“Hư không này hãy trở thành mặt đất.”

- Nếu muốn bay lên hư không như máy bay thì hành-giả cần phải hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định *vāyokaṣiṇa*, nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả nguyện rằng:

“Xin cho tôi bay lên hư không, bay nhanh như gió.”

- Nếu muốn cho người khác nhìn thấy cõi địa-ngục hoặc cõi trời dục-giới, thì hành-giả cần phải hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định *ākāsakaṣiṇa*, nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra.

- Nếu cho người khác nhìn thấy cõi địa-ngục thì hành-giả nguyện rằng:

“Mặt đất này hãy trở thành hư không, chỗ trống.”

- Nếu cho người khác nhìn thấy cõi trời dục-giới thì hành-giả nguyện rằng:

“*Xin cõi trời dục-giới hiện rõ cho nhìn thấy được, ...*”

Adhiṭṭhānā iddhi: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực nguyện trở thành nhiều phép khác nhau.

Muốn phép-đa-dạng-thông nào, hành-giả cần phải hướng tâm đến đối-tượng *patibhāganimitta* của đề-mục thiên-định *kaṣiṇa* có khả năng phát sinh phép-đa-dạng-thông ấy, hợp với điều nguyện của hành-giả.

Cho nên, hành-giả nên xem năng lực đặc biệt của mỗi đề-mục thiên-định *kaṣiṇa* trong phần trước.

* ***Vikubbanā iddhi***: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực biến hóa ra nhiều loài chúng-sinh.

Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực biến hóa ra nhiều loại chúng-sinh, nếu biến hóa ra loại chúng-sinh nào thì thân của hành-giả trở thành loại chúng-sinh ấy.

Ví dụ:

- Nếu biến hóa ra đũa bé thì thân của hành-giả trở thành đũa bé.

- Nếu biến hóa ra long vương thì thân của hành-giả trở thành long vương.

- Nếu biến hóa ra chư-thiên thì thân của hành-giả trở thành chư-thiên.

- Nếu biến hóa ra con voi thì thân của hành-giả trở thành con voi, v.v...

Phương pháp thực hành *vikubbanā iddhi* (đa-dạng-thông thành tựu do năng lực biến hóa) để phát sinh đa-dạng-thông lộ-trình-tâm (*abhiññāvīthicitta*) theo tuần tự giống như *adhiṭṭhānā iddhi*.

* ***Manomayā iddhi***: Đa-dạng-thông thành tựu do năng lực của tâm. Ví dụ:

- Hành-giả hóa một người ra thành hằng trăm người, hằng ngàn người mà mỗi người có hành động khác nhau. Còn chính hành-giả vẫn bình thường tự nhiên không có gì thay đổi.

- Như trường hợp Ngài *Trưởng-lão Cūḷapaṇḍaka*.

Để thành tựu *manomayā iddhi* này, hành-giả cần phải thực hành 2 lần nguyện, 2 lần thực hành phép-đa-dạng-thông (abhiññā) như sau:

- Lần thứ nhất, hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định *pathavīkaṣiṇa*, nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả nguyện rằng:

“Xin cho thân thể của tôi có chỗ trống.”

Tiếp theo nhập trở lại đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm lần thứ nhì. Khi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, thì **đa-dạng-thông lộ-trình-tâm** (*abhiññāvīthicitta*) thành tựu trong thân thể của mình có chỗ trống.

- Lần thứ nhì, hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của đề-mục thiền-định *pathavīkaṣiṇa*, nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả nguyện rằng:

“Xin cho tôi biến hóa ra hằng trăm, hằng ngàn người.”

Tiếp theo nhập trở lại đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm lần này. Khi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, thì **đa-dạng-thông lộ-trình-tâm** (*abhiññāvīthicitta*) thành tựu như ý nguyện, hóa ra hằng trăm, hằng ngàn người giống như mình, mỗi người đều hành động khác nhau. Còn hành-giả là người chính vẫn tự nhiên.

Phép-đa-dạng-thông (*abhiññā*) ấy được tồn tại suốt thời gian hạn định, khi đến hết thời gian ấy, phép-đa-dạng-thông ấy tự biến mất.

- Nếu hành-giả không hạn định thời gian thì *phép-đa-dạng-thông* vẫn tồn tại như vậy, không biến mất.

- Nếu muốn phép-đa-dạng-thông ấy biến mất thì hành-giả cần phải nhập *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra*, hành-giả nguyện rằng:

“*Phép-đa-dạng-thông này hãy biến mất.*”

Tiếp theo nhập trở lại *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* lần thứ nhì. Khi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra*, *đa-dạng-thông lộ-trình-tâm* có đối-tượng chế-định-pháp (*paññattidhamma*) phát sinh theo tuần tự như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhū, abhiññācitta (1sát-na-tâm), bhavaṅgacitta, ...* chấm dứt *thần-thông lộ-trình-tâm*.”

Ngay khi ấy, *phép-đa-dạng-thông* ấy bị biến mất đồng thời cùng một lúc với *sát-na-tâm abhiññācitta* sinh rồi diệt.

2- *Dibbasota abhiññā*: Thiên-nhĩ-thông

Trước khi luyện tập *thiên-nhĩ-thông (dibbasota abhiññā)*, hành-giả cần phải thực tập lắng tai nghe những âm thanh, tiếng nói từ thô, dần dần đến vi-tế, từ gần cho đến xa dần khắp cả mọi nơi, mọi hướng.

Muốn chứng đắc *thiên-nhĩ-thông (dibbasota abhiññā)*, trong rừng, hành-giả hướng tâm với *parikammasamādhī*: *sơ-định giai đoạn đầu trong đối-tượng patibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định vāyokasiṇa* hoặc *đề-mục thiền-định ākāsakasiṇa*, nhập *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra*, hướng tâm lắng tai nghe các âm thanh, tiếng kêu của các con thú rừng, đó là những thứ âm thanh loại thô, dần dần tập

lắng tai nghe những âm thanh càng thêm vi-tế, như tiếng con mối, con kiến, v.v... từ gần đến xa dần trong mọi phương hướng, với *parikammasamādhī: so-định giai đoạn đầu đồng sinh với đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ.*

Khi lắng tai nghe các âm thanh, tiếng nói ấy với *parikammasamādhī* ấy, rồi mới luyện tập *thiên-nhĩ-thông (dibbasota abhiññā)* tiếp theo:

Luyện tập để chứng đắc *thiên-nhĩ-thông (dibbasota abhiññā)*, hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiên-định vāyokasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định ākāśakasiṇa*, rồi khai triển *đối-tượng paṭibhāganimitta* ấy rộng dần ra mà tai có khả năng lắng nghe được âm thanh trong phạm vi rộng lớn ấy, dần dần dù khai triển cho đến khắp mặt đất, phía trên có các cõi trời dục-giới, ... phía dưới có các cõi địa-ngục, tai vẫn còn lắng nghe được các loại âm thanh, tiếng nói khắp mọi nơi trở nên ồn ào không phân biệt được từng mỗi thứ tiếng.

Nếu khi muốn nghe một thứ tiếng nào thì hành-giả nên nguyện rằng:

“*Tôi chỉ muốn nghe thứ tiếng ấy mà thôi.*”

Hành-giả thực hành theo phương-pháp chứng đắc *thiên-nhĩ-thông (dibbasota abhiññā)*, chỉ có nghe thứ tiếng ấy mà thôi, ...

Khi lắng nghe các thứ tiếng ấy, có thứ tiếng hiểu rõ ý nghĩa, có thứ tiếng không hiểu rõ ý nghĩa. Nếu muốn hiểu rõ ý nghĩa thứ tiếng nào thì hành-giả cần phải thực hành theo phương pháp chứng đắc *phép tha-tâm-thông (paracittavijānana abhiññā)*, để hiểu rõ tâm của người nói ra thứ tiếng ấy.

3- Paracittavijānana abhiññā: Tha-tâm-thông

Muốn chứng đắc *tha-tâm-thông* (*paracittavijānana abhiññā*), hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của *đề-mục thiền-định ālokaśaṇa*, nhập *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới-thiện-tâm* ra, hành-giả nguyện rằng:

“Xin biết rõ tâm của người ấy.”

Tiếp theo nhập trở lại *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* lần thứ nhì. Khi xả *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* ra, thì ***tha-tâm-thông lộ-trình-tâm*** (*abhiññāvīthiccitta*) phát sinh, có khả năng biết rõ được tâm của người ấy.

Tha-tâm-thông (*paracittavijānana abhiññā*) có khả năng biết rõ tâm của tất cả chúng-sinh, chư-thiên cõi trời dục-giới, kể cả chư phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên.

(*Phương pháp thực hành đã được trình bày ở phần trước.*)

4- Pubbenivasānussati abhiññā: Tiên-kiếp-thông

Pubbenivasānussati abhiññā: *Tiên-kiếp-thông* có 2 loại:

- *Ajjhāvutthapubbenivāsa*: *Tiên-kiếp* của mình đã từng sinh trong các cõi-giới.

Trước khi luyện tập *phép-tiên-kiếp-thông* (*pubbenivasānussati abhiññā*) này, để nhớ *tiên-kiếp* của mình đã từng sinh trong các cõi-giới nào, hành-giả cần phải thực tập hồi tưởng ghi nhớ lại những *thân hành-động, khẩu nói-nặng, ý suy-nghĩ* từ ngay ở hiện-tại, theo tuần tự trở lui về thời quá-khứ, bằng cách hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của 1 trong 3 *đề-mục*: *đề-mục thiền-định tejokaśaṇa*, hoặc *đề-mục thiền-định odāta-kasina* hoặc *đề-mục thiền-định ālokaśaṇa*.

Nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, để cho định-tâm vững chắc, sau đó *xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra*, rồi hồi tưởng ghi nhớ lại những *thân-nghiệp, khẩu-nghiệp, ý-nghiệp của mình* đã tạo kể từ ngay khi ấy, trở lui dần dần về thời quá-khứ theo tuần tự thời gian cho đến khi còn nằm trong bụng mẹ, rồi từ đó, trở lại hồi tưởng ghi nhớ theo tuần tự thời gian cho đến ngay lúc hiện-tại này, theo chiều nghịch và chiều thuận như vậy với *parikammamādhī: sơ-định giai đoạn đầu đồng sinh với đại-thiện-tâm hợp với tri-tuệ*.

Nếu hồi tưởng ghi nhớ lại tiền-kiếp như vậy không được thì hành-giả cần phải *nhập trở lại đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi *xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra*, thực hành như trước theo chiều nghịch và chiều thuận như vậy, cho đến khi hồi tưởng ghi nhớ lại được, mới luyện tập *phép-tiền-kiếp-thông (pubbenivasānussati abhiññā)*

Tiếp theo muốn luyện tập *phép-tiền-kiếp-thông (pubbenivasānussati abhiññā)*, hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của 1 trong 3 đề-mục: *đề-mục thiên-định tejokasīna* hoặc *đề-mục thiên-định odātakasīna* hoặc *đề-mục thiên-định ālokakasīna*, khai triển *paṭibhāganimitta* ấy rộng ra bao trùm khắp toàn cõi-giới, rồi *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, sau đó *xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra*, hành-giả nguyện rằng:

“*Xin cho tôi nhớ lại những tiền-kiếp của tôi đã sống trong thời quá-khứ.*”

Rồi nhập trở lại *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm* lần thứ nhì. *Khi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, thì tiền-kiếp-thông lộ-trình-tâm (abhiññāvūthiccita)* phát sinh, thành tựu nhớ đến những tiền-kiếp của mình như ý nguyện.

Nếu *tiền-kiếp-thông lộ-trình-tâm* (*abhiññāvīthicitta*) chưa phát sinh thì hành-giả cần phải *nhập đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiên-tâm*, rồi *xả đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiên-tâm ra*, hành-giả thực hành như trước, cho đến khi *tiền-kiếp-thông lộ-trình-tâm* (*abhiññāvīthicitta*) phát sinh, thành tựu sự biết đến những tiền-kiếp của mình như ý nguyện.

- *Ārammaṇapubbenivāsa*: *Tiền-kiếp của chúng-sinh khác là đối-tượng để biết tiền-kiếp của họ.*

Trường hợp biết tiền-kiếp của người khác, phương pháp thực hành cũng tương tự như biết tiền-kiếp của mình, nhưng chỉ khác đối-tượng là tiền-kiếp của người khác, hoặc chúng-sinh khác mà thôi.

Người khác hoặc chúng-sinh khác đó là đối-tượng mà hành-giả đã từng gặp, từng thấy trong tiền-kiếp của mình. Hành-giả hồi tưởng ghi nhớ từ kiếp hiện-tại của người ấy, hoặc chúng-sinh ấy, trở lui tuần tự thời gian trải qua các kiếp quá-khứ, rồi hồi tưởng ghi nhớ trở lại từ kiếp quá-khứ đến kiếp hiện-tại này, theo chiều nghịch và chiều thuận như vậy. Hành-giả nguyện rằng:

“*Xin cho tôi nhớ được tiền-kiếp của người ấy.*”

Phương pháp thực hành tương tự như biết tiền-kiếp của mình nhưng chỉ khác đối-tượng người khác mà thôi, cho đến khi *tiền-kiếp-thông lộ-trình-tâm* (*abhiññāvīthicitta*) phát sinh, thành tựu sự nhớ đến những tiền-kiếp của người khác, chúng-sinh khác như ý nguyện.

Nếu hành-giả là *bậc Thánh A-ra-hán* chứng đắc *phép-tiền-kiếp-thông* (*pubbenivasānussati abhiññā*) thì cũng có khả năng biết được người ấy là *bậc Thánh A-ra-hán* đã tịch diệt Niết-bàn.

Hành-giả chứng đắc *phép-tiền-kiếp-thông* (*pubbenivasānussati abhiññā*) này nhớ lại tiền-kiếp của mình

được nhiều hoặc ít tùy năng lực của pháp-hạnh ba-la-mật của mỗi hành-giả như sau:

* Đối với *Đức-Phật Chánh-Đẳng-Giác*, nhớ lại tiền kiếp của Ngài về thời gian không có giới hạn, không cần nhớ tuần tự mỗi kiếp.

* Đối với *Đức-Phật Độc-Giác*, nhớ lại tiền-kiếp của Ngài trong khoảng thời gian 2 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại-kiếp trái đất.

* Đối với 2 vị *Thánh Tội-thương-Thanh-văn-giác*, nhớ lại tiền-kiếp của các Ngài trong khoảng thời gian 1 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại-kiếp trái đất. Ngài không cần nhớ tuần tự mỗi kiếp.

* Đối với *chư Thánh Đại-Thanh-văn-giác*, nhớ lại tiền-kiếp của các Ngài trong khoảng thời gian 100 ngàn đại-kiếp trái đất.

* Đối với *chư Thánh thanh-văn-giác* hạng thường, nhớ lại tiền-kiếp của các Ngài trong khoảng thời gian từ 100 cho đến 1.000 đại-kiếp trái đất.

Hai hạng Thánh thanh-văn-giác trên nhớ lại tiền-kiếp của các Ngài, cần phải nhớ tuần tự từng mỗi kiếp, bắt đầu (tái-sinh) và cuối cùng (chết) của mỗi kiếp của các Ngài.

* Các đạo-sĩ ngoài Phật-giáo có khả năng nhớ lại tiền-kiếp của mình trong khoảng thời gian chỉ có 40 đại-kiếp trái đất mà thôi. Họ cần phải nhớ tuần tự từng mỗi kiếp, bắt đầu (tái-sinh) và cuối cùng (chết) của mỗi kiếp của mình.

Tuy nhiên, trường hợp đặc biệt đối với số hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định chưa chứng đắc đầy đủ các bậc thiền sắc-giới thiện-tâm và hạng người thường không thực hành pháp-hành thiền-định, không chứng đắc *phép-tiền-kiếp-thông* (*pubbenivāsānussati abhiññā*), nhưng họ vốn có *jāṭissarañña*: *tri-tuệ nhớ rõ lại, biết*

rõ tiền-kiếp của họ, có khả năng nhớ rõ lại tiền-kiếp của họ từ 1 đến 7 kiếp, nhờ năng lực của *trưởng tâm-sở* (*saññācetasika*) đặc biệt phát sinh do năng lực nguyện trong tiền-kiếp của họ.

Tiền-kiếp của họ, sau khi đã tạo phước-thiện nào xong, rồi họ nguyện rằng:

“Do nhờ năng lực của phước-thiện này, xin cho kiếp sau của tôi có trí-tuệ *jātissarañāna* nhớ rõ lại tiền-kiếp của tôi.”

Như trường hợp *tỳ-khuru ni trẻ* trong tích *Chaddanta-jātaka* ⁽¹⁾, *Thái tử Temiya* trong tích *Temiyajātaka*, v.v...

* Cũng có những trường hợp đứa bé sinh ra lớn lên, vừa biết nói, nó nhớ lại kiếp trước vừa qua của nó, nên nó nói cho mẹ biết về kiếp trước vừa qua của nó, gia đình, bà con, nhà cửa, chỗ ở, v.v... Đòi mẹ bồng đến thăm gia đình kiếp trước vừa qua của nó.

Theo yêu cầu của con, cha mẹ bồng đến chỗ ấy, thì đúng theo sự thật như đứa bé đã nhớ, bởi vì, kiếp trước gần kiếp hiện-tại không lâu, nên đứa bé nhớ lại được.

Khi đứa bé lớn lên trưởng thành, thì không còn nhớ như trước được nữa, bởi vì, tâm của nó không trong sáng như khi còn nhỏ.

5- Dibbacakkhu abhiññā: Thiên-nhân-thông

Trước khi luyện tập *phép thiên-nhân-thông* (*dibbacakkhu abhiññā*) này, hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng patibhāganimitta* của 1 trong 3 đề-mục: *đề-mục thiên-định tejokasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định odātakasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định ālokakasiṇa*, nhập *đệ-ngũ-thiền*

¹ Tìm hiểu trong bộ *Nền-Tảng-Phật-Giáo*, Quyển VI, VII, VIII, Pháp-Hạnh Ba-La-Mật, cùng soạn giả.

sắc-giới thiện-tâm, để cho định-tâm vững chắc, sau đó xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới tâm ra, rồi hướng tâm đến nhìn thấy các vật bị che giấu kín đáo xung quanh chỗ ở của mình với *parikammasamādhī*, sơ-định giai đoạn đầu đồng sinh với đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ.

Nếu không nhìn thấy thì nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hướng tâm đến nhìn như vậy nữa, cho đến khi thấy rõ các thứ vật bị che giấu kín đáo ấy với *parikamma-samādhī* được rồi, hành-giả luyện tập thiên-nhãn-thông.

Tiếp theo muốn luyện tập phép thiên-nhãn-thông (*dibbacakkhu abhiññā*), hành-giả hướng tâm đến đối-tượng *paṭibhāganimitta* của 1 trong 3 đề-mục: đề-mục thiên-định *tejakasiṇa* hoặc đề-mục thiên-định *odāta-kasiṇa* hoặc đề-mục thiên-định *āloka-kasiṇa*, khai triển *paṭibhāganimitta* ấy rộng ra quanh chỗ ở của mình, rồi lan rộng khắp quận, huyện, tỉnh, trong nước, ngoài nước, khắp cõi-giới, cho đến toàn khắp cõi-giới chúng-sinh, phía trên đến 6 cõi trời dục-giới, 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên, phía dưới các cõi địa ngục, v.v... nhìn thấy theo ý của mình, rồi hành-giả nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, sau đó xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm ra, hành-giả nguyện rằng:

“Xin cho tôi thấy rõ vật ấy.”

Rồi nhập trở lại đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm lần thứ nhì. Khi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới tâm ra, thì thiên-nhãn-thông lộ-trình-tâm (*abhiññāvīthiccita*) phát sinh, thành tựu sự thấy rõ vật ấy như ý nguyện.

Nếu thiên-nhãn-thông lộ-trình-tâm chưa phát sinh thì hành-giả cần phải nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm, rồi xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới tâm ra, hành-giả thực hành

như trước, cho đến khi **thiên-nhân-thông lộ-trình-tâm** phát sinh, thành tựu sự thấy rõ vật ấy như ý nguyện.

Luyện tập 2 phép-thần-thông: **Yathākammupaga abhiññā** và **anāgatamsa abhiññā**, phương pháp thực hành giống như *phép thiên-nhân-thông* (*dibbacakkhu abhiññā*), hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng paṭibhāganimitta* của 1 trong 3 đề-mục: *đề-mục thiên-định tejo-kasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định odātakasiṇa* hoặc *đề-mục thiên-định ālokakasiṇa*, *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, rồi *xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, hành-giả nguyện điều muốn thấy, muốn biết, rồi *nhập đệ-ngũ-thiền sắc-giới tâm lần thứ nhì*. Khi *xả đệ-ngũ-thiền sắc-giới tâm*, thì **thần-thông lộ-trình-tâm** ấy phát sinh, thành tựu điều ấy như ý nguyện.

Đó là phương pháp thực hành để chứng đắc *các phép-thần-thông tam-giới* (*lokiya abhiññā*).

Đối-tượng của các phép-thần-thông

1- *Iddhividha abhiññā* có 3 loại *abhiññā* phát sinh trong 7 *đối-tượng*: *cõi dục-giới*, *cõi sắc-giới*, *hiện-tại*, *quá-khứ*, *vị-lai*, *bên trong mình*, *bên ngoài mình*.

2- *Dibbasota abhiññā* phát sinh trong 4 *đối-tượng*: *cõi dục-giới*, *hiện-tại*, *bên trong mình*, *bên ngoài mình*.

3- *Paracittavijānana abhiññā* phát sinh trong 8 *đối-tượng*: *cõi dục-giới*, *cõi sắc-giới*, *Thánh-đạo*, *Thánh-quả*, *hiện-tại*, *quá-khứ*, *vị-lai*, *bên ngoài mình*.

4- *Pubbenivāsanussati abhiññā* phát sinh trong 7 *đối-tượng*: *cõi dục-giới*, *cõi sắc-giới*, *siêu-tam-giới*, *quá-khứ*, *bên trong mình*, *bên ngoài mình*, *chế-định-pháp*.

5- *Dibbacakkhu abhiññā* phát sinh trong 4 *đối-tượng*: *cõi dục-giới*, *hiện-tại*, *bên trong mình*, *bên ngoài mình*.

6- *Yathākammūpaga abhiññā* phát sinh trong 5 đối-tượng: *cõi dục-giới, cõi sắc-giới, quá-khứ, bên trong mình, bên ngoài mình.*

7- *Anāgataṃsa abhiññā* phát sinh trong 7 đối-tượng: *cõi dục-giới, cõi sắc-giới, siêu-tam-giới, vị-lai, bên trong mình, bên ngoài mình, chế-định-pháp.*

Iddhi: Pháp thành-tựu

Iddhi trong danh từ *Iddhividha abhiññā* có nghĩa là *pháp thành-tựu*. *Iddhi* có 10 loại:

1- *Adhiṭṭhānā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực nguyện.*

2- *Vikuppanā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do phép-thần-thông biến hóa.*

3- *Manomayā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực của tâm thiên-định.*

4- *Nāṇavipphārā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực A-ra-hán Thánh-đạo chắc chắn sẽ chứng đắc trong kiếp chót.*

5- *Samādhivipphārā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực của thiên-định.*

6- *Ariyā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực của bậc Thánh A-ra-hán.*

7- *Kammavipākajā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực của quả của nghiệp.*

8- *Puññavato iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực của phước-thiện.*

9- *Vijjāmayā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực của phép-thuật.*

10- *Tattha tattha sammāpayogapaccayā iddhi*: *Pháp thành-tựu phát sinh do năng lực của sự tinh-tấn không ngừng trong môn học chân chính nào đó.*

Giải giải

1- *Adhiṭṭhānā iddhi*: Pháp thành-tự phát sinh do năng lực nguyện.

Ví dụ: Một hành-giả nguyện trở thành hằng trăm người, hằng ngàn người; hoặc nguyện từ hằng trăm người, hằng ngàn người trở lại thành một người; hiện hình đến một nơi chốn do ý muốn của mình; tàng hình để không có ai thấy được, v.v...

Adhiṭṭhānā iddhi này thành tựu do nguyện có nhiều loại theo ý nguyện của mình.

2- *Vikuppanā iddhi*: Pháp thành-tự phát sinh do phép-thân-thông biến hóa.

Vikuppanā iddhi này biến hóa thân hình trở thành thể nào, hành-giả là thể ấy.

Ví dụ: Ngài Trưởng-lão Mahāmoggallāna biến hóa trở thành long vương đầu phép với long vương Nandopananda; Đức-vua-trời Sakka hiện xuống cõi người, biến hóa trở thành ông cụ già nghèo khổ đón đê bát cúng-duơng vật thực đến Ngài Đại-Trưởng-lão Mahākassapa đi khát thực, v.v...

3- *Manomayā iddhi*: Pháp thành tựu phát sinh do năng lực của tâm thiên-định.

Manomayā iddhi: Hành-giả hóa ra nhiều người như mình, còn hành-giả vẫn tự nhiên không có gì thay đổi.

Ví dụ: Ngài Trưởng-lão Cūḷapanthaka sau khi trở thành bậc Thánh A-ra-hán, Ngài Trưởng-lão hóa ra nhiều vị giống như Ngài, mà mỗi vị làm phận sự khác nhau trong ngôi chùa Ambavana tại kinh-thành Rājagaha, v.v...

4- *Ñāṇavipphārū iddhi*: Sự thành-tự phát sinh do năng lực A-ra-hán Thánh-đạo chắc chắn sẽ chứng đắc trong kiếp ấy (là kiếp chót).

Ñāṇavipphārā iddhi phát sinh hộ trì kiếp chót do năng lực *A-ra-hán Thánh-đạo chắc chắn sẽ chứng đắc* trong kiếp ấy, cho nên không có một tai họa nào có thể gây ra tai hại đối với Ngài được.

Ví dụ: * Tóm lược *tích Ngài Trưởng-lão Bākula* ⁽¹⁾, kiếp chót Ngài sinh trong gia đình *ông bà phú hộ Kosambī*, khi Ngài mới sinh ra, các bà nữ mẫu ẵm Ngài xuống sông Gaṅgā làm lễ tắm.

Một con cá lớn tưởng miếng mồi, nên nuốt Ngài vào trong bụng, nó nóng nảy bơi nhanh đến *kinh-thành Bāraṇasī*, con cá lớn ấy bị đám dân chài bắt được, đem bán cho *bà phú hộ Bāraṇasī* không con. Bà tự tay mổ con cá ấy, nhìn thấy Ngài nằm an toàn trong bụng con cá như nằm trong phòng sang trọng, bà vô cùng hoan-hỷ kêu lên rằng: “*Tôi được một quý tử!*” rồi liền báo cho ông phú hộ hay tin mừng này.

Gia đình *ông bà phú hộ Kosambī* nghe tin như vậy, nên bà phú hộ liền đi xe cùng với đoàn tùy tùng lên đường đến *kinh-thành Bāraṇasī*, tìm đến ngôi nhà *ông bà phú hộ Bāraṇasī* không con, xin đón nhận lại đứa con của mình, nhưng gia đình *phú hộ Bāraṇasī* khẳng định rằng *đó là đứa con của họ được từ trong bụng con cá, không phải là đứa con của bà*”. Bà không chịu trao cho.

Hai bên tranh chấp nhau, không rõ đứa trẻ thuộc về bên nào, cuối cùng tất cả họ bỗng đưa trẻ đến châu Đức-vua, xin Đức-vua phán xét.

Đức-vua truyền bảo rằng:

- *Này các người! Đứa bé này là con của hai gia đình.*

Tuân lệnh của Đức-vua, hai gia đình đều vui mừng hoan-hỷ đều chấp thuận đứa bé là con chung của hai gia

¹Bộ Chú-giải *Anguttaranikāya*, phần *Etadaggavagga*, tích *Bākulattheravatthu*.

đình, nên đặt tên là “*Bākula*” có nghĩa là *con của hai gia đình phú hộ*.

Công-tử Bākula được hai gia đình phú hộ nuôi dưỡng, trưởng thành hưởng mọi sự an-lạc trong đời suốt 80 năm. *Công-tử Bākula* phát sinh tâm nhằm chán ngũ-dục (sắc dục, thanh dục, hương dục, vị dục, xúc dục) trong đời.

Từ đó, *công-tử Bākula* từ bỏ gia đình, đi xuất gia trở thành tỳ-khuru trong Phật-giáo, không lâu, Ngài thực-hành pháp-hành thiên-tuệ, dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán*.

Ngài *Trưởng-lão Bākula* duy trì sinh-mạng suốt 80 hạ, Ngài tịch diệt Niết-bàn năm 160 tuổi, chấm dứt tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

* *Tóm lược tích Ngài Trưởng-lão Saṃkicca* ⁽¹⁾, kiếp chót Ngài đầu thai trong bụng người mẹ thuộc gia đình giàu có trong kinh-thành Sāvattthī.

Khi Ngài còn nằm trong bụng mẹ, thì mẹ của Ngài bị lâm bệnh, rồi chết. Gia đình đem thi thể của bà đưa ra nghĩa địa, đặt trên giàn hỏa thiêu, tất cả các phần khác đều bị cháy, duy chỉ còn phần bụng hoàn toàn không bị cháy mà thôi. Nhóm người thợ thiêu đến mổ bụng ra, thấy đứa trẻ vẫn nằm mở mắt, nên họ ẵm đứa trẻ trở về giao cho người thân trong gia đình. Họ vô cùng hoan-hỷ đón nhận đứa bé, đặt tên là *Saṃkiccakumāra: Công-tử Saṃkicca*.

Công-tử Saṃkicca được nuôi dưỡng đầy đủ sung túc, được hưởng mọi sự an-lạc. Đến khi lên 7 tuổi, công-tử Saṃkicca suy xét thân phận cuộc đời của mình như vậy, nên công-tử không muốn sống tại gia mà công-tử muốn xin đi xuất gia.

¹ Bộ Dhammapadaṭṭhakathā, Sahassavagga, tích Saṃkiccāsāmaṇeravatthu.

Nghe công-tử xin đi xuất gia, toàn thể gia đình bà con đều hoan-hỷ cho phép công-tử được như ý. Gia đình vốn là người thường hộ độ cúng-dường Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta, nên dẫn công-tử Saṃkicca đến đánh lễ Ngài Đại-Trưởng-lão, kính xin Ngài tế độ công-tử Saṃkicca, cho phép xuất gia. Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta hoan-hỷ chấp thuận tế độ công-tử Saṃkicca.

Trong buổi lễ xuất gia cho công-tử Saṃkicca, trước tiên là lễ cạo tóc, Ngài Đại-Trưởng-lão Sāriputta truyền dạy giới tử Saṃkicca pháp-hành thiền-định căn bản gốc (*mūlakammaṭṭhāna*) đó là “*Tacapañcakakammaṭṭhāna*” pháp-hành niệm tưởng 5 thể trọc (trước) trước khi xuất gia Sa-di rằng:

“*Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco; (anuloma)*
Taco, dantā, nakhā, lomā, kesā.” (*paṭiloma*)

Nghĩa:

- *Tóc, lông, móng, răng, da; (theo chiều thuận)*
Da, răng, móng, lông, tóc. (theo chiều nghịch)

Trong khi Ngài Đại-Trưởng-lão đang làm lễ cạo tóc cho giới tử, và giới tử Saṃkicca đang niệm tưởng 5 thể trọc theo chiều thuận và chiều nghịch, giới tử Saṃkicca chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán cùng với tư tuệ *paṭisambhidā* đặc biệt, đồng thời cùng một lúc lễ cạo tóc xong, không trước không sau, v.v ...

5- ***Samādhivipphārā iddhi***: Sự thành tựu phát sinh do năng lực của thiền định,

Samādhivipphārā iddhi phát sinh hộ trì do năng lực thiền-định, cho nên không có một tai họa nào có thể gây ra tai hại đến hành-giả được.

Ví dụ: * Chuyện *cận-sự-nữ Uttarā*⁽¹⁾ là bậc Thánh Nhập-lưu đang niệm rải tâm-từ đến cô kỹ nữ Sirimā, dù cô bị tạt gáo dầu bơ nóng vẫn không bị tai hại nào cả.

Chuyện là như vậy: *Cận sự nữ Uttarā* là con của ông phú hộ *Puṇṇa*; chồng của cô không có đức-tin nơi Tam-bảo, là con của ông phú hộ *Rājagaha*. Hằng ngày đêm, cô phải lo phục vụ chồng, nên không có thì giờ rảnh rỗi.

Muốn có thì giờ để tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường đến Đức-Phật cùng chư tỳ-khuru-Tăng và nghe chánh-pháp, *cận-sự-nữ Uttarā* thuê mướn kỹ nữ *Sirimā* đến phục vụ chồng của cô, giá một ngày đêm với số tiền 1.000 kahāpaṇa trong suốt 15 ngày đêm, tổng số tiền là 15.000 kahāpaṇa; kỹ nữ *Sirimā* liền chấp thuận ngay.

Khi ăn ở phục vụ chồng của *cận-sự-nữ Uttarā*, suốt 14 ngày đêm trong gia đình phú hộ đầy đủ tiện nghi, kỹ nữ *Sirimā* lại phát sinh tâm ganh tị với *cận-sự-nữ Uttarā*.

Hôm ấy, tại nhà bếp, *cận-sự-nữ Uttarā* đang sắp đặt mọi người lo mọi công việc nấu nướng các món ăn thức uống, để tạo phước-thiện cúng-dường đến Đức-Phật cùng chư Đại-Đức-Tăng.

Cận-sự-nữ Uttarā nhìn từ xa thấy kỹ nữ *Sirimā* tỏ vẻ mặt hầm hầm giận dữ đến chảo dầu bơ đang sôi, múc một gáo dầu bơ, rồi đi thẳng về phía *cận-sự-nữ Uttarā*. Ngay khi ấy, *cận-sự-nữ Uttarā* niệm rải tâm-từ đến kỹ nữ *Sirimā* rằng:

“Xin cho cô *Sirimā* thân tâm thường được an-lạc. Nhờ cô đến phục vụ chồng ta, nên ta mới có cơ hội tạo phước-thiện cúng-dường đến Đức-Phật cùng chư tỳ-khuru-Tăng và nghe chánh-pháp như thế này.

Vậy, công ơn của cô đối với ta thật là vô lượng. Nếu

¹ Bộ *Dhamapadaṭṭhakathā*, *Kodhavagga*, tích *Uttarā upāsikāvatthu*.

ta có tâm-sân đối với cô thì gáo dầu bơ kia có hại đến ta; còn nếu ta có tâm-từ đối với cô thật sự thì gáo dầu bơ nóng kia không có hại gì đến ta cả.”

Khi *cận-sự-nữ Uttarā* đang rải tâm-từ và nghĩ như vậy, thì *kỹ nữ Sirimā* xăm xăm bước đến tạt gáo dầu bơ nóng trên đầu và mặt của *cận-sự-nữ*.

Do *năng lực của tâm-từ thật của cận-sự-nữ Uttarā* làm cho gáo dầu bơ nóng kia như là nước lạnh, nên không có tai hại gì đối với *cận-sự-nữ Uttarā* cả.

Biết tội lỗi của mình, *cô kỹ nữ Sirimā* đến cúi lạy *cận-sự-nữ Uttarā*, kính xin bà tha thứ lỗi, nhưng *cận-sự-nữ Uttarā* không chịu tha lỗi mà chỉ dẫn rằng:

- *Này bạn thân mến! Khi nào Đức Từ-Phụ của tôi tha thứ lỗi, thì tôi mới tha thứ lỗi cho bạn được.*

Nghe chỉ dẫn như vậy, *kỹ nữ Sirimā* không biết *Đức Từ-Phụ* ấy, nên thưa rằng:

- *Kính thưa chị, Đức Từ-Phụ là Vị nào vậy?*

- *Này bạn thân mến! Đức Từ-Phụ chính là Đức-Phật. Ngày mai, Đức Từ-Phụ sẽ ngự đến đây cùng chư tỳ-khuru-Tăng thọ nhận vật thực. Bạn nên đến đây cúng-dường vật thực đến Ngài và kính xin Ngài tha thứ lỗi cho bạn, thì tôi cũng sẽ tha thứ lỗi cho bạn.*

Nghe *cận-sự-nữ Uttarā* chỉ dẫn như vậy, *cô kỹ nữ Sirimā* trở về nhà, khuyên bảo 500 nữ thuộc hạ lo sắm sửa món ăn thức uống ngon lành ngày hôm sau đem đến cúng-dường đến *Đức-Phật* cùng chư tỳ-khuru-Tăng.

Ngày hôm sau, *cô kỹ nữ Sirimā* cùng nhóm 500 nữ thuộc hạ đem vật thực cùng chung với *cận-sự-nữ Uttarā* thành kính cúng-dường *Đức-Phật* cùng chư tỳ-khuru-Tăng.

Sau khi *Đức-Phật* thọ thực xong, *cận-sự-nữ Uttarā* dẫn *cô kỹ nữ Sirimā* đến trình diện *Đức-Phật*.

Cô kỹ nữ *Sirimā* thành kính đánh lễ Đức-Phật, xin sám hối tội lỗi của mình, kính xin Đức-Phật tha thứ.

Đức-Phật truyền hỏi rằng:

- *Này Sirimā con! Con có lỗi gì vậy?*

Cô kỹ nữ *Sirimā* bạch với Đức-Phật về tội lỗi của mình đã xúc phạm đến *chị Uttarā*, người chủ thuê mướn cô.

Đức-Phật truyền hỏi *cận-sự-nữ Uttarā* rằng:

- *Này Uttarā con! Điều ấy có đúng sự thật như vậy hay không?*

- *Kính bạch Đức-Thế-Tôn, điều ấy là đúng sự thật như vậy. Bạch Ngài.*

Khi ấy, Đức-Phật nhận lời sám hối, và tha thứ lỗi cho cô kỹ nữ *Sirimā*, rồi Ngài thuyết bài kệ dạy *cận-sự-nữ Uttarā*, đồng thời tế độ cô kỹ nữ *Sirimā* cùng nhóm 500 nữ thuộc hạ của cô rằng:

“*Akkodhena jine kodham, asādhum sādhunā jine.
Jine kadariyaṃ dānena, saccena nāli kavādinam.*”⁽¹⁾

- *Này Ut-ta-rā con!*

Thắng được người sân hận,

Bằng tâm không sân hận.

Thắng được người bất-thiện,

Bằng thiện-pháp cao thượng.

Thắng được người keo kiệt,

Bằng phước-thiện bố-thí.

Thắng được người nói dối,

Bằng lời nói chân thật.

Sau khi nghe Đức-Phật thuyết bài kệ này, cô kỹ nữ *Sirimā* cùng nhóm 500 nữ tùy tùng của cô đều chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc Nhập-lưu Thánh-

¹ Dhammapadagāthā số 233, tích Uttarā upāsikāvatthu.

đạo, *Nhập-lưu Thánh-quả*, *Niết-bàn*, trở thành *bậc Thánh Nhập-lưu*.

* *Chuyện Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati* ⁽¹⁾ cùng 500 *bạn gái thuộc hạ* đều là *bậc Thánh Nhập-lưu* bị *Đức-vua Udena* truyền lệnh sắp hàng dài, rồi *Đức-vua* giương cung bắn bằng mũi tên độc, nhưng mũi tên không bay thẳng đến họ mà bay quay lại cắm xuống trước mặt *Đức-vua*.

Chuyện là như vậy: *Đức-vua Udena* đất nước *Kosambī* có 3 *Chánh-cung Hoàng-hậu* là bà *Sāmāvati*, bà *Suladattā*, bà *Māgaṇḍiyā*.

Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati cùng 500 *bạn gái thuộc hạ* đều là *bậc Thánh Nhập-lưu*, có đức-tin trong sạch vững chắc nơi *Tam-bảo*. Còn *Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā* đã từng có oan trái nơi *Đức-Phật*, nên bà bày ra nhiều mưu thâm kế độc để hại *Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati* bởi vì bà có đức-tin trong sạch nơi *Đức-Phật*.

Đức-vua Udena ngự đến mỗi lâu đài nghỉ ngơi với mỗi *Chánh-cung Hoàng-hậu* theo kỳ hạn 7 ngày.

Hôm ấy, *Đức-vua* ngự đến lâu đài nghỉ ngơi với *Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā* đến ngày thứ 7 mãn kỳ hạn, rồi sẽ ngự tiếp đến lâu đài của *Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati*.

Ngày thứ 7, bà *Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā* cho người báo tin với người chủ của mình, hãy tìm cho bà một con rắn hổ mang, đem nhỏ răng, diệt nọc độc, rồi gửi gáp cho bà. Người chủ thi hành theo lời căn dặn của bà.

Đức-vua ngự đến lâu đài của mỗi *Chánh-cung Hoàng-hậu*, thường đem theo một cây đàn, trong cây đàn có lỗ

¹ Bộ *Dhammapadaṭṭhakathā*, *Appamādavagga*, tích *Sāmāvativatthu*.

nhỏ, nên bà bí mật bỏ *con rắn hổ mang* vào lỗ nhỏ ấy, rồi lấy hoa bịt lại, để lại chỗ cũ.

Dù biết *Đức-vua* sẽ ngự đến lâu đài nào rồi, bà *Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā* vẫn tâm rằng:

- *Muôn tâu Hoàng-Thượng, ngày mai Hoàng-Thượng sẽ ngự đến lâu đài của Chánh-cung Hoàng-hậu nào vậy?*

- *Này ái-khanh! Ngày mai trẫm sẽ ngự đến lâu đài của Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī.*

- *Muôn tâu Hoàng Thượng, đêm qua thần thiếp nằm mộng điều không lành. Vậy, kính xin Hoàng-Thượng không nên ngự đến lâu đài của Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī.*

Mặc dù *Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā* tâm như vậy, *Đức-vua* vẫn ngự đến lâu đài của *Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī* theo kỳ hạn thường lệ.

- *Muôn tâu Hoàng-Thượng, kính xin Hoàng-Thượng cho phép thần thiếp tháp tùng hộ giá Hoàng-Thượng.*

Mặc dù ngăn cản không cho bà đi theo nhưng bà cũng vẫn đi theo. *Đức-vua* mang theo cây đàn ngự đến lâu đài *Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī*.

Đức-vua được *Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī* cùng nhóm 500 bạn gái đón rước long trọng, dâng hoa và các vật thơm. *Đức-vua* thọ nhận, rồi ngự vào phòng, đặt cây đàn trên chỗ nằm. *Đức-vua* dùng các món ăn thức uống thượng vị, rồi nằm nghỉ.

Khi ấy, bà *Māgaṇḍiyā* làm bộ như đang săn sóc, nhằm lúc *Đức-vua* không để ý, bà nhỏ bỏ cái hoa bịt lỗ trên cây đàn, thì *con rắn hổ mang* từ lỗ cây đàn bò ra. Bà *Māgaṇḍiyā* la hét lên:

“*Rắn! Rắn! Muôn tâu Hoàng Thượng.*”

Con rắn hổ mang phùng mang tự vệ. Nhìn thấy *con rắn hổ mang* như vậy, *Đức-vua* hoảng sợ, nên nổi cơn thịnh nộ quát lên rằng:

- Các ngươi đã làm tội ác tày trời! Trước đây Trẫm không tin lời của Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā tâu rằng các ngươi đã có hành vi bất tuân theo lệnh của Trẫm. Hôm nay, các ngươi thả rắn hổ mang tại chỗ nằm của Trẫm, rõ ràng có ý ám hại Trẫm.

Khi ấy, bà Māgaṇḍiyā có cơ hội mắng nhiếc Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī cùng nhóm 500 bạn gái tùy tùng của bà một cách thậm tệ.

Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī khuyên dạy nhóm 500 bạn gái tùy tùng của mình rằng:

- Nay các em yêu quý! Ta và các em hãy nên niệm rải tâm-từ đến Hoàng Thượng cùng Chánh-cung Hoàng-hậu Māgaṇḍiyā. Ta và các em không được nổi tâm sân đến bất cứ một ai cả.

Đức-vua truyền lệnh bắt bà Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī đứng đầu, tiếp theo sau 500 bạn gái tùy tùng sắp thẳng hàng, Đức-vua lấp cây tên độc, rồi giương cung nhắm bắn ngay vào ngực của Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī, với mũi tên này có khả năng xuyên qua ngực của bà và ngực của 500 bạn gái tùy tùng của bà cùng một lúc.

Đức-vua kéo dây cung bắn mũi tên bay ra khỏi cung, rồi mũi tên quay đầu trở lại hướng về Đức-vua cắm phập xuống trước mặt, do năng lực tâm-từ của Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī và 500 bạn gái thuộc hạ của bà.

Thấy điều phi thường chưa từng có như vậy, Đức-vua hoảng sợ suy xét rằng: “Mũi tên ấy được bắn ra rất mạnh có thể xuyên thủng tảng đá, trong khoảng không gian không có vật cản, tại sao mũi tên lại có thể quay trở lại đường như nhắm thẳng vào tim của ta. Sự thật, mũi tên không có tâm, không phải chúng-sinh, thế mà nó biết được ân-đức của Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī; còn ta là người, sao ta lại không biết đến ân-đức của nàng.”

Đức-vua vội ném cây cung, ngự đến ngồi sát đôi chân của Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati, chấp đôi tay đọc lên bài kệ rằng:

“Trẫm hôn mê lâm lạc,
Trẫm mê muội hoàn toàn.
Đối với Trẫm các hướng,
Đều mờ mịt tối tăm,
Ái khanh Sāmāvati!
Xin hãy che chở Trẫm,
Là nơi Trẫm nương nhờ.”

Nghe Đức-vua truyền bảo như vậy, Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvati vốn là cận-sự-nữ, cũng là bậc Thánh Nhập-lưu Thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, nên bà khuyên Đức-vua rằng:

“Tâu Hoàng-Thượng cao cả!
Xin Người chở nương nhờ,
Nơi thần thiếp thấp hèn,
Thần thiếp đã nương nhờ,
Nơi Đức-Phật cao thượng,
Xin Hoàng-Thượng nương nhờ,
Đức-Phật cao thượng ấy,
Cuộc đời của thần thiếp,
Nương nhờ nơi Đức-Phật,
Xin Hoàng-Thượng cũng vậy.”

Nghe lời khuyên chính đáng của Chánh-cung Hoàng-hậu như vậy, nhưng Đức-vua vẫn còn hồ-thẹn tội-lỗi, nên truyền bảo rằng:

- Nay ái khanh! Trẫm xin nương nhờ nơi ái khanh và cũng nương nhờ nơi Đức-Phật nữa. Trẫm ban ân huệ cho ái khanh. Ái khanh hãy nhận ân huệ của Trẫm.

- Muôn tâu Hoàng-Thượng, thần thiếp cúi xin nhận ân

huệ của Hoàng Thượng. Kính xin Hoàng Thượng ban cho ân huệ mà thần thiếp mong muốn là:

Kính thỉnh Hoàng-Thượng đến hầu đánh lễ Đức-Phật, xin quy y nương nhờ nơi Đức-Phật-Bảo, Đức-Pháp-Bảo, Đức-Tăng-Bảo.

Kính thỉnh Đức-Phật cùng 500 chư tỳ-khuru-Tăng ngự vào cung điện, để cho thần thiếp có cơ hội tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường suốt 7 ngày.

Và kính xin Hoàng-Thượng bạch với Đức-Phật, xin Ngài cho phép 500 chư tỳ-khuru-Tăng hằng ngày vào cung điện, để chúng thần thiếp có được cơ hội tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường và nghe chánh-pháp.

Đức-vua chuẩn tâu, ban 3 ân huệ ấy cho Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī, rồi Đức-vua ngự đến hầu đánh lễ Đức-Phật, xin quy y nương nhờ nơi Tam-bảo: Đức-Phật-Bảo, Đức-Pháp-Bảo, Đức-Tăng-Bảo, kính xin Đức-Phật công nhận Đức-vua là cận-sự-nam đã quy y Tam-bảo trọn kiếp.

Đức-vua kính thỉnh Đức-Phật ngự vào cung điện cùng 500 chư tỳ-khuru-Tăng, để cho Chánh-cung Hoàng-hậu Sāmāvatī có cơ hội tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường suốt 7 ngày.

Và hằng ngày, Đức-vua kính xin Đức-Phật cho phép Ngài Trưởng-lão Ānanda dẫn 500 chư tỳ-khuru-Tăng vào cung điện, để cho những người trong hoàng cung tạo phước-thiện bố-thí cúng-dường.

Đức-Phật cho phép Ngài Trưởng-lão Ānanda dẫn 500 chư tỳ-khuru-Tăng hằng ngày đi vào cung điện như lời thỉnh cầu của Đức-vua Udena, v.v...

6- *Ariyā iddhi*: Sự thành tựu phát sinh do năng lực của bậc Thánh A-ra-hán.

Bậc Thánh A-ra-hán không có cảm giác ghê tởm trong vật đáng ghê tởm, bởi vì Ngài thực hành suy xét về *đề-mục tứ-đại* (*địa-đại, thủy-đại, hỏa-đại, phong-đại*), nên không có cảm giác đáng ghê tởm. Và cảm thấy nhàm chán trong những vật xinh đẹp đáng say mê, ưa thích, bởi vì Ngài suy xét về *đề-mục bất-tịnh*, hoặc thấy rõ, biết rõ *trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã*.

7- *Kammavipākajā iddhi*: *Sự thành-tựu phát sinh do năng lực của quả của nghiệp.*

Ví dụ: * *Quả của ác-nghiệp* như con chim bay trên hư không, con cá ở dưới nước, v.v...

* *Quả của thiện-nghiệp* như chư-thiên trong 6 cõi trời dục-giới, chư phạm-thiên trên các tầng trời sắc-giới phạm-thiên, có *thiên-nhãn, thiên-nhĩ*, biến hóa ra nhiều thứ khác nhau.

Tuy *long vương cùng các long nam, long nữ* sinh trong cõi long cung do quả của ác-nghiệp trong thời-kỳ tái-sinh (*paṭisandhikāla*), nhưng sau thời-kỳ đã tái-sinh (*pavattikāla*) đại-thiện-nghiệp cho quả, nên *long vương, long nam, long nữ* có khả năng hóa ra người, biến hóa ra nhiều phép, hiện lên cõi trời dục-giới, v.v...

Đó là sự thành-tựu phát sinh do năng lực quả của ác-nghiệp hoặc quả của thiện-nghiệp.

8- *Puññavato iddhi*: *Sự thành-tựu phát sinh do năng lực của phước-thiện.*

Ví dụ: *Đức-vua Chuyển-luân-Thánh-vương* có khả năng ngự trên xe báu bay khắp 4 châu cùng với các đoàn binh hộ giá; *Ông phú hộ Jotika* có lâu đài toàn bằng ngọc manī xuất hiện lên từ dưới đất; v.v...

9- *Vijjāmayā iddhi*: *Sự thành tựu phát sinh do năng lực của phép thuật.*

Ví dụ: Người luyện tập mỗi phép thuật có khả năng đặc biệt biến hóa theo phép thuật ấy, v.v...

10- *Tattha tattha sammāpayogapaccayā iddhi*: Sự thành tựu phát sinh do năng lực của sự tinh-tấn trong môn học chân chính nào đó.

Tattha tattha sammāpayogapaccayā iddhi này do năng lực của sự tinh-tấn không ngừng trong môn học chân chính trong Phật-giáo như: pháp-học Phật-giáo, pháp-hành Phật-giáo, pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ, v.v...

Quả của pháp-hành thiên-định

Hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định:

* Nếu hành-giả nào mới đạt đến *sơ-định* (*parikamma-samādhī*): định-tâm ở giai đoạn đầu và đạt đến *cận-định* (*upacārasamādhī*): định-tâm ở giai đoạn giữa, 2 loại định-tâm này còn thuộc về dục-giới đại-thiện-tâm, thì đại-thiện-nghiệp trong dục-giới đại-thiện-tâm ấy có cơ hội cho quả an-lạc bình thường trong kiếp hiện-tại.

Sau khi hành-giả chết, nếu đại-thiện-nghiệp ấy có cơ hội cho quả trong *thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp* (*paṭi-sandhikāla*) có **đại-quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: *tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp làm người trong cõi người hoặc hóa-sinh làm vị thiên-nam hoặc vị thiên-nữ trong 6 cõi trời dục-giới, hưởng mọi sự an-lạc trong cõi thiện-giới ấy cho đến hết tuổi thọ.

* Nếu hành-giả là hạng **người tam-nhân** (*tīhetukapuggala*) có khả năng chứng đắc 5 *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* và tiếp theo chứng đắc 4 *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm*, thì được hưởng sự an-lạc vi-tế ngay trong kiếp hiện-tại và kiếp kế-tiếp như sau:

- Nhập bậc thiền đã chứng đắc để hưởng sự an-lạc trong kiếp hiện-tại.

- Chứng đắc đủ 9 bậc thiền, có khả năng luyện tập pháp-thân-thông (abhiññā).

- Sử dụng bậc thiền làm nền tảng để thực hành pháp-hành thiền-tuệ.

- Bậc thiền hỗ trợ bậc Thánh nhập Thánh-quả-tâm.

- Chứng đắc đủ 9 bậc thiền hỗ trợ bậc Thánh Bất-lai, bậc Thánh A-ra-hán nhập diệt-thọ-tướng.

- Sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên 1 trên 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.

- Vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên 1 trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

Giảng giải

1- Nhập thiền đã chứng đắc để hưởng sự an-lạc trong kiếp hiện-tại

Khi hành-giả đã chứng đắc bậc thiền nào rồi, muốn nhập thiền (*jhānasamāpatti*) ấy, để hưởng sự an-lạc trong bậc thiền ấy, hành-giả cần phải luyện tập 5 pháp-thuần- thực (*vasībhāva*) như sau:

Vasībhāva có 5 pháp-thuần-thực

1- *Āvajjana vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục quán-triệt chi-thiền với ý-môn-hướng-tâm.

2- *Samāpajjana vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thực nhập bậc thiền ấy.

3- *Adhiṭṭhāna vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thực nguyện ấn định thời gian nhập bậc thiền ấy.

4- *Vuttthāna vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục ấn-định thời gian xả bậc thiền ấy.

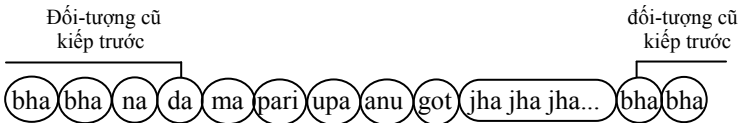
5- *Paccavekkhaṇa vasībhāva*: Hành-giả có khả năng thuần-thục quán-triệt chi-thiền với tác-hành-tâm.

Hành-giả có 5 pháp thuần-thục có khả năng nhập bậc thiền ấy, để hưởng sự an-lạc kiếp hiện-tại, trong khoảng thời gian suốt 1 giờ hoặc 2-3 giờ tùy theo ý nguyện của hành-giả.

Nếu hành-giả đã chứng đắc tất cả 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm và 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm thì hành-giả muốn nhập bậc thiền nào do ý nguyện.

Ví dụ: Có ý nguyện muốn nhập đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, hành-giả hướng tâm đến *đối-tượng paṭi-bhāganimitta* của đề-mục thiền-định ấy, rồi *nhập đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm, theo đệ-nhị-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm (jhānasamāpattivīthicitta)* các tâm sinh diệt tuần tự như sau:

Đồ biểu nhập thiền lộ-trình-tâm



Giải thích:

Hành-giả trước tiên *nhập đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* theo lộ-trình-tâm *jhānasamāpattivīthicitta* như sau:

“*Bhavaṅgacitta, bhavaṅgacalana, bhavaṅgupaccheda, manodvārāvajjanacitta, parikamma, upacāra, anuloma, gotrabhu, jhānakusalacitta* (phát sinh liên tục nhiều sát-na-tâm), *bhavaṅgacitta, ...* chấm dứt nhập thiền sắc-giới lộ-trình-tâm.

Nhập thiền sắc-giới lộ-trình-tâm

- 1- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm trước, viết tắt (bha)
- 2- *Bhavaṅgalana*: Hộ-kiếp-tâm rung động, vt (na)
- 3- *Bhavaṅgupaccheda*: Hộ-kiếp-tâm bị cắt đứt, vt (na)
- 4- *Manodvāravajjanacitta*: Ý-môn-hương-tâm, vt (ma)
- 5- *Parikamma*: Tâm chuẩn bị đệ-nhi-thiền, vt (pari)
- 6- *Upacāra*: Tâm cận đệ-nhi-thiền, vt (upa)
- 7- *Anuloma*: Tâm thuận theo đệ-nhi-thiền, vt (upa)
- 8- *Gotrabhu*: Tâm chuyển cõi-giới, vt (got)
- 9- *Jhānacitta*: Đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm sinh rồi diệt liên tục không ngừng suốt thời gian nhập đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm ấy, vt (jha)
- 10- *Bhavaṅgacitta*: Hộ-kiếp-tâm sau. vt (bha)

Chấm dứt nhập đệ-nhi-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm.

Hành-giả đã nhập đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm thì đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm sinh rồi diệt liên tục không ngừng trong suốt thời gian mà hành-giả đã nguyện 1 giờ hoặc 2-3 giờ theo ý nguyện của hành-giả.

Trong khi nhập thiền, chỉ có các đệ-nhi-thiền sắc-giới lộ-trình-tâm phát sinh trong ý-môn-lộ-trình-tâm mà thôi, hưởng sự an-lạc trong thiền.

Ngoài ra, ngũ-môn-lộ-trình-tâm không phát sinh, nên hành-giả không thấy, không nghe, không nghĩ, không nếm, không cảm giác được các đối-tượng khác, cho đến khi mãn thời gian nguyện, đệ-nhi-thiền sắc-giới thiện-tâm tự động chấm dứt.

Khi ấy, hành-giả trở lại cuộc sống bình thường, *nhãn-thức-tâm* nhìn thấy đối-tượng sắc; *nhĩ-thức-tâm* nghe đối-tượng âm thanh; *tỷ-thức-tâm* nghĩ đối-tượng hương; *thiệt-thức-tâm* nếm đối-tượng vị; *thân-thức-tâm* xúc giác đối-tượng cứng mềm, nóng lạnh, ... *ý-thức-tâm* biết các đối-tượng pháp, v.v...

2- Chứng đắc đủ 9 bậc thiền, có khả năng luyện tập phép-thần-thông (abhiññā)

Nếu chứng đắc đủ 9 bậc thiền: 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm và 4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm thì hành-giả có thể luyện tập phép tam-giới thần-thông (lokiya abhiññā).

Tam-giới thần-thông có 5 loại:

- *Iddhividha abhiññā*: Đa-dạng-thông.
- *Dibbasota abhiññā*: Thiên-nhĩ-thông.
- *Paracittavijānana abhiññā*: Tha-tâm-thông.
- *Pubbenivasānussati abhiññā*: Tiền-kiếp-thông.
- *Dibbacakkhu abhiññā*: Thiên-nhãn-thông.

3- Sử dụng bậc thiền làm nền tảng để thực hành pháp-hành thiền-tuệ

Sau khi đã chứng đắc bậc thiền nào rồi, hành-giả có thể sử dụng *bậc thiền ấy* làm nền tảng, làm đối-tượng, để thực hành pháp-hành thiền-tuệ như sau:

- Nếu hành-giả sử dụng *chi-thiền (jhānaṅga)* làm đối-tượng *niệm-thọ (thọ lạc, thọ xả)* trong *thọ niệm-xú*, thuộc về *danh-pháp (nāmadhamma)*.

- Nếu hành-giả sử dụng *tâm-thiền (jhānacitta)* làm đối-tượng *niệm-tâm (sắc-giới thiện-tâm)* trong *tâm niệm-xú*, thuộc về *danh-pháp (nāmadhamma)*...

- *Hadayavatthurūpa*: *Sắc-pháp* là nơi sinh của *ý-thức-tâm* thuộc về *sắc-pháp (rūpadhamma)*.

Hành-giả thực hành pháp-hành thiền-tuệ có đối-tượng *sắc-pháp, danh-pháp tam-giới* của *bậc thiền ấy* làm đối-tượng thiền-tuệ.

Khi hành-giả thực hành pháp-hành thiền-tuệ có đối-tượng thiền-tuệ là *sắc-pháp* hoặc *danh-pháp tam-giới*, trí-tuệ phát sinh thấy rõ, biết rõ *thật-tánh của sắc-pháp*,

danh-pháp tam-giới, thuộc về *chân-nghiã-pháp* là *pháp-vô-ngã*.

Tiếp tục *trí-tuệ-thiên-tuệ* thấy rõ, biết rõ ***sự sinh, sự diệt*** của *sắc-pháp, danh-pháp tam-giới*; thấy rõ, biết rõ **3 *trạng-thái-chung*** (*trạng-thái vô-thường, trạng-thái khổ, trạng-thái vô-ngã*) của *sắc-pháp, danh-pháp tam-giới*; dẫn đến *chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn* theo *bậc thiên ấy*, trở thành *bậc Thánh A-ra-hán*.

Bậc thiên ấy trở thành *siêu-tam-giới-thiên-tâm* có *đối-tượng Niết-bàn*.

Cho nên, *siêu-tam-giới-thiên-tâm* có 5 bậc thiên, từ *đệ-nhất-thiên siêu-tam-giới-tâm* cho đến *đệ-ngũ-thiên siêu-tam-giới-tâm* đều có *đối-tượng Niết-bàn* (Khác với *tam-giới-thiên-tâm* có *đối-tượng* là 11 *đề-mục thiên-định*).

4- Bậc thiên hỗ trợ Thánh-nhân nhập Thánh-quả-tâm

Hành-giả là *bậc Thánh-nhân* đã chứng đắc *Thánh-quả-tâm* bậc cao cuối cùng, có ý nguyện muốn ***nhập Thánh-quả-tâm*** (*phalasangāpatti*) ấy suốt thời gian 1 giờ hoặc 2-3 giờ theo ý nguyện của *bậc Thánh-nhân* ấy, để hưởng sự an-lạc tịch tịnh *Niết-bàn*. Hành-giả cần phải có bậc thiên hỗ trợ cho việc nhập *Thánh-quả-tâm* ấy.

Ví dụ: Nếu *bậc Thánh A-ra-hán* đã chứng đắc 5 *bậc thiên sắc-giới duy-tác-tâm* thì chỉ *nhập A-ra-hán Thánh-quả* mà thôi, còn 5 *bậc thiên sắc-giới duy-tác-tâm, bậc Thánh A-ra-hán* muốn sử dụng bậc thiên nào *nhập A-ra-hán Thánh-quả* cũng được.

(*Bậc Thánh-nhân* đã chứng đắc *Thánh-quả* bậc cao không *nhập Thánh-quả* bậc thấp, còn chứng đắc đủ 5 *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, muốn nhập bậc thiên* nào tùy theo ý nguyện của *bậc Thánh-nhân*.)

5- Chứng đắc đủ 9 bậc thiền hỗ trợ bậc Thánh Bất-lai, bậc Thánh A-ra-hán nhập diệt thọ tưởng

Hành-giả là bậc Thánh Bất-lai (*Anāgāmi*) hoặc bậc Thánh A-ra-hán (*Arahanta*) có ý nguyện muốn **nhập diệt-thọ-tưởng** (*nirodhasamāpatti*) cần phải có đủ 2 năng-lực (*bala*):

- **Năng-lực của thiền-định** (*samathabala*) chứng đắc 9 bậc thiền: 5 bậc thiền sắc-giới và 4 bậc thiền vô-sắc-giới.

- **Năng-lực của thiền-tuệ** (*vipassanābala*) phải là bậc Thánh Bất-lai Thánh-quả hoặc bậc Thánh A-ra-hán Thánh-quả.

Do nhờ 2 năng-lực ấy, bậc Thánh Bất-lai (*Anāgāmi*) hoặc bậc Thánh A-ra-hán (*Arahanta*) mới có thể nhập diệt-thọ-tưởng (*nirodhasamāpatti*) nghĩa là diệt tâm, tâm sở và sắc-pháp phát sinh từ tâm (chỉ còn lại sắc-pháp phát sinh từ nghiệp, từ thời tiết và từ vật thực mà thôi) suốt thời gian 7 ngày đêm, hoàn toàn không có khổ thân, khổ tâm nào cả.

Qua 7 ngày đêm, tự động xả diệt-thọ-tưởng (*nirodhasamāpatti*), bậc Thánh Bất-lai (*Anāgāmi*) hoặc bậc Thánh A-ra-hán (*Arahanta*) trở lại cuộc sống bình thường thở vào, thở ra, 6 thức-tâm (*nhãn-thức-tâm, nhĩ-thức-tâm, tỷ-thức-tâm, thiệt-thức-tâm, thân-thức-tâm, ý-thức-tâm*) tiếp xúc với 6 đối-tượng (đối-tượng sắc, đối-tượng thanh, đối-tượng hương, đối-tượng vị, đối-tượng xúc, đối-tượng pháp) như bình thường.

(Nhập Thánh-quả-tâm và nhập diệt-thọ-tưởng sẽ được giảng giải rộng trong Quyển X: Pháp-hành thiền-tuệ, phần Quả của thiền-tuệ.)

6- Sắc-giới-thiện-nghiệp, Vô-sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp

- **Sắc-giới-thiện-nghiệp** trong 5 sắc-giới thiện-tâm chắc chắn sẽ cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.

- **Vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong 4 vô-sắc-giới thiện-tâm chắc chắn sẽ cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

Sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh

Hành-giả nào thuộc hạng **người tam-nhân** (*tihetukapuggala*) có khả năng đã chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm giữ gìn duy trì cho đến lúc lâm chung. Sau khi hành-giả ấy chết, chắc chắn **sắc-giới thiện-nghiệp** trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp 1 trên 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.

16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên chia ra 4 tầng trời theo 4 sắc-giới quả-tâm như sau:

1- Tầng trời **đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm** có 3 tầng trời

- *Brahmapārisajjā*: Tầng trời Phạm-chúng-thiên.

- *Brahmapurohitā*: Tầng trời Phạm-sư-thiên.

- *Mahābrahmā*: Tầng trời Đại-phạm-thiên.

2- Tầng trời **đệ-nhị-thiên sắc-giới quả-tâm** có 3 tầng trời

- *Parittābhā*: Tầng trời Thiếu-quang-thiên.

- *Appamāṇābhā*: Tầng trời Vô-lượng-thiên.

- *Ābhassarā*: Tầng trời Quang-âm-thiên.

3- Tầng trời **đệ-tam-thiên sắc-giới quả-tâm** có 3 tầng trời

- *Parittasubhā*: Tầng trời Thiếu-tịnh-thiên.

- *Appamāṇasubhā*: Tầng trời Vô lượng tịnh-thiên.

- *Subhakin̄hā*: Tầng trời *Biến-tịnh-thiên*.

4- Tầng trời *đệ-tứ-thiên sắc-giới quả-tâm* có 7 tầng trời

- *Vehapphalā*: Tầng trời *Quảng-quả-thiên*.

- *Asaññasattā*: Tầng trời *Vô-tướng-thiên*.

* ***Suddhāvāsa***: Tầng trời *Tịnh-cư-thiên* có 5 tầng trời này chỉ dành cho *bậc Thánh Bất-lai* chứng đắc *đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* mà thôi.

- *Avihā*: Tầng trời *Vô-phiền-thiên*.

- *Atappā*: Tầng trời *Vô-nhiệt-thiên*.

- *Sudassā*: Tầng trời *Thiện-hiện-thiên*.

- *Sudassī*: Tầng trời *Thiện-kiến-thiên*.

- *Akanit̄thā*: Tầng trời *Sắc-cứu-cánh-thiên*.

Sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh trên 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên.

Thật ra, ***sắc-giới thiện-nghiệp*** trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **5 bậc thiên sắc-giới quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: sắc-giới tái-sinh-tâm làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 15 tầng trời sắc-giới phạm-thiên (trừ tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Vô-tướng-thiên*, bởi vì chư phạm-thiên trên tầng trời này tái-sinh bằng *rūpapaṭisandhi* đó là *jīvitānavakakālāpa*: nhóm sắc-pháp có sắc thứ 9 là sắc-mạng-chủ).

Thiên sắc-giới có 5 bậc thiên

Đối với hành-giả thuộc hạng ***mandapuggala***: hành-giả có trí-tuệ chậm thực hành pháp-hành thiên-định có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm theo tuần tự như sau:

1- *Đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 5 *chi-thiền* là *vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā* do chế ngự được 5 *pháp-chướng-ngại (nīvaraṇa)*: *kāmacchanda, byāpāda, thīna-middha, uddhacca-kukkucca, vicikicchā*.

2- *Đệ-nhị-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 4 *chi-thiền* là *vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được *chi-thiền vitakka*.

3- *Đệ-tam-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 3 *chi-thiền* là *pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được *chi-thiền vicāra*.

4- *Đệ-tứ-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *sukha, ekaggatā*, do chế ngự được *chi-thiền pīti*.

5- *Đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *upekkhā, ekaggatā*, do thay thế *chi-thiền sukha* bằng *upekkhā*.

Thiền sắc-giới có 4 bậc thiền

Đối với hành-giả thuộc hạng *tikkhapuggala*: hành-giả có trí-tuệ sắc bén nhanh nhạy, có khả năng suy xét thấy rõ trạng-thái thô của *chi-thiền vitakka* và *chi-thiền vicāra* cùng một lúc, nên *đệ-nhị-thiên sắc-giới thiện-tâm* chỉ có 3 *chi-thiền* là *pīti, sukha, ekaggatā*.

Cho nên, hành-giả thuộc hạng *tikkhapuggala* có 4 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm theo tuần tự như sau:

1- *Đệ-nhất-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 5 *chi-thiền* là *vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được 5 *pháp-chướng-ngại (nīvaraṇa)*: *kāmacchanda, byāpāda, thīna-middha, uddhacca-kukkucca, vicikicchā*.

2- *Đệ-nhị-thiên sắc-giới thiện-tâm* có 3 *chi-thiền* là *pīti, sukha, ekaggatā*, do chế ngự được 2 *chi-thiền vitakka, vicāra* cùng một lúc.

3- *Đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *sukha, ekaggatā*, do chế ngự được *chi-thiền pīti*.

4- *Đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* có 2 *chi-thiền* là *upekkhā, ekaggatā*, do thay thế *chi-thiền sukha* bằng *chi-thiền upekkhā*.

Cõi *sắc-giới phạm-thiên* có 16 tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* chia ra 4 tầng trời theo 4 bậc *thiền sắc-giới quả-tâm*.

Như vậy, nếu hành-giả thuộc hạng ***tikkhapuggala*** có 4 bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*, thì 16 tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* chia ra 4 tầng trời theo 4 bậc *thiền sắc-giới quả-tâm* không có gì đặc biệt.

- Tuy nhiên nếu hành-giả thuộc hạng ***mandapuggala*** có 5 bậc *thiền sắc-giới thiện-tâm*, thì 16 tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* chia ra 4 tầng trời theo 4 bậc *thiền sắc-giới quả-tâm*, cho nên *đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm* và *đệ-tam-thiền sắc-giới quả-tâm* cho quả chung trong tầng trời *đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm*, có 3 tầng trời.

Quả của 5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm

1- Quả của đệ-nhất-thiền sắc-giới-thiện-tâm

- Hành-giả nào thuộc về hạng *người tam-nhân (tīhetukapuggala)* có giới-hạnh trong sạch trọn vẹn làm nền tảng, làm nơi nương nhờ, thực hành pháp-hành *thiền-định* có khả năng dẫn đến chứng đắc *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm*, giữ gìn duy trì cho đến lúc lâm chung gần chết.

Sau khi hành-giả ấy chết, ***sắc-giới thiện-nghiệp*** trong *đệ-nhất-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho quả trong thời-kỳ *tái-sinh kiếp kế-tiếp (paṭisandhikāla)* có ***đệ-nhất-thiền sắc-giới quả-tâm*** gọi là *paṭisandhicitta*: *sắc-giới tái-*

sinh-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên **tầng trời đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm**. Có 3 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo 3 bậc của *đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm* là *bậc hạ, bậc trung, bậc thượng* như sau:

- *Đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm bậc hạ* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Brahmapārisajjā: Phạm-chúng-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này là thuộc hạ của *Đại-phạm-thiên*, có tuổi thọ 1/3 a-tăng-kỳ trụ ⁽¹⁾ của kiếp trái đất.

- *Đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm bậc trung* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Brahmapurohitā: Phạm-su-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này là cố vấn của *Đại-phạm-thiên*, có tuổi thọ 1/2 a-tăng-kỳ trụ của kiếp trái đất.

- *Đệ-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm bậc thượng* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Mahābrahmā: Đại-phạm-thiên*. Chư đại-phạm-thiên là những bậc cao cả trong tầng trời này, có tuổi thọ 1 a-tăng-kỳ trụ của kiếp trái đất.

¹ Asaṅkhyeyya: A-tăng-kỳ là khoảng thời gian không thể đếm bằng số.

Mahākappa: Đại-kiếp trái đất gồm có 4 a-tăng-kỳ: *thành, trụ, hoại, không*.

1- *A-tăng-kỳ thành* là khoảng thời gian lâu dài của kiếp trái đất đã tạo thành.

2- *A-tăng-kỳ trụ* là khoảng thời gian lâu dài của kiếp trái đất đang tồn tại.

3- *A-tăng-kỳ hoại* là khoảng thời gian lâu dài của kiếp trái đất đang bị hoại dần.

4- *A-tăng-kỳ không* là khoảng thời gian lâu dài của kiếp trái đất không còn nữa.

2- Quả của đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm và đệ tam thiền sắc-giới thiện-tâm

* Hành-giả nào đã chứng đắc *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* và *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm*, giữ gìn duy trì cho đến lúc lâm chung gân chết.

Sau khi hành-giả ấy chết, **sắc-giới thiện-nghiệp** trong *đệ-nhị-thiền sắc-giới thiện-tâm* và *đệ-tam-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho quả chung trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: sắc-giới tái-sinh-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên **tầng trời đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm**. Có 3 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo 3 bậc của *đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm* là *bậc hạ*, *bậc trung*, *bậc thượng* như sau:

- *Đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm bậc hạ* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Parittābhā: Thiểu-quang-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang kém thua chư Phạm-thiên bậc cao, có tuổi thọ 2 đại-kiếp trái đất.

- *Đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm bậc trung* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Appamāṇābhā: Vô-lượng-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang vô lượng, có tuổi thọ 4 đại-kiếp trái đất.

- *Đệ-nhị-thiền sắc-giới quả-tâm bậc thượng* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Ābhassarā: Quang-âm-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang sáng ngời phóng ra từ thân của vị Phạm-thiên, có tuổi thọ 8 đại-kiếp trái đất.

3- Quả của đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm

* Hành-giả nào đã chứng đắc *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, giữ gìn duy trì cho đến lúc lâm chung gần chết.

Sau khi hành-giả ấy chết, *sắc-giới thiện-nghiệp* trong *đệ-tứ-thiền sắc-giới thiện-tâm* cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có *đệ-tam-thiền sắc-giới quả-tâm* gọi là *paṭisandhicitta*: *sắc-giới tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên *tầng trời đệ-tam-thiền sắc-giới quả-tâm*. Có 3 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo 3 bậc của *đệ-tam-thiền sắc-giới quả-tâm* là *bậc hạ, bậc trung, bậc thượng* như sau:

- *Đệ-tam-thiền sắc-giới quả-tâm bậc hạ* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Parittasubhā: Thiểu-tịnh-thiên*. Chư Phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang xinh đẹp tuyệt vời nhưng vẫn còn kém thua vị Phạm-thiên bậc cao, có tuổi thọ 16 đại-kiếp trái đất.

- *Đệ-tam-thiền sắc-giới quả-tâm bậc trung* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Appamānasubhā: Vô-lượng-tịnh-thiên*. Chư phạm thiên trong tầng trời này có hào quang xinh đẹp tuyệt vời vô lượng, có tuổi thọ 32 đại-kiếp trái đất.

- *Đệ-tam-thiền sắc-giới quả-tâm bậc thượng* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Subhakinhā: Biền-tịnh-thiên*. Chư phạm-thiên trong tầng trời này có hào quang xinh đẹp tuyệt vời tỏa ra toàn thân của vị phạm-thiên, có tuổi thọ 64 đại-kiếp trái đất.

4- Quả của đệ-ngũ-thiền sắc-giới-thiện-tâm

Hành-giả nào đã chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, giữ gìn duy trì cho đến lúc lâm chung gần chết.

Sau khi hành-giả ấy chết, *sắc-giới thiện-nghiệp* trong *đệ-ngũ-thiền sắc-giới thiện-tâm*, cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có *đệ-tứ-thiền sắc-giới quả-tâm* gọi là *paṭisandhicitta*: sắc-giới tái-sinh-tâm làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên *tầng trời đệ-tứ-thiền sắc-giới quả-tâm*. Có 7 tầng trời sắc-giới phạm-thiên theo *đệ-tứ-thiền sắc-giới quả-tâm* như sau:

4.1- Vehapphalābhūmi: Tầng trời Quảng-quả-thiên

Hành-giả nào là hạng *phàm-nhân* hoặc *bậc Thánh Nhập-lưu*, *bậc Thánh Nhất-lai* đã chứng đắc *đệ-ngũ-thiền sắc-giới-thiện-tâm*, sau khi hành-giả ấy chết, *sắc-giới thiện-nghiệp* trong *đệ-ngũ-thiền sắc-giới-thiện-tâm* cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có *đệ-tứ-thiền sắc-giới quả-tâm* gọi là *paṭisandhicitta*: sắc-giới tái-sinh-tâm làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời *Vehapphalā: Quảng-quả-thiên*. Chư Phạm-thiên trong tầng trời này có tuổi thọ bền vững lâu dài đủ 500 đại-kiếp trái đất.

Còn 9 tầng trời sắc-giới phạm-thiên bậc thấp có tuổi thọ không bền vững:

- Nếu mỗi khi *kiếp trái đất bị hủy hoại bằng lửa* thì 6 cõi trời *dục-giới* và 3 tầng trời *đệ-nhất-thiền sắc-giới quả-tâm* cũng đều bị hủy hoại.

- Nếu mỗi khi *kiếp trái đất bị hủy hoại bằng nước* thì 6 cõi trời *dục-giới*, 3 tầng trời *đệ-nhất-thiền sắc-giới*

quả-tâm và 3 tầng trời đê-nhị-thiên sắc-giới quả-tâm cũng đều bị hủy hoại.

- Nếu mỗi khi kiếp trái đất bị hủy hoại **bằng gió** thì 6 cõi trời dục-giới, 3 tầng trời đê-nhất-thiên sắc-giới quả-tâm, 3 tầng trời đê-nhị-thiên sắc-giới quả-tâm và 3 tầng trời đê-tam-thiên sắc-giới quả-tâm cũng đều bị hủy hoại. Cho nên 9 tầng trời sắc-giới phạm-thiên bậc thấp này không có bền vững lâu dài cho đến hết tuổi thọ.

4.2- Asaññasattābhūmi: Tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên

Hành-giả nào là hạng phàm-nhân đã chứng đắc đê-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm này, vốn có tâm nhằm chán 4 danh-uẩn (thọ-uẩn, tướng-uẩn, hành-uẩn, thức-uẩn), bởi vì nhằm chán tâm biết các đối-tượng, nên có ý nguyện chỉ muốn có sắc-uẩn mà thôi.

Vì vậy, sau khi hành-giả ấy chết, do nguyện lực của hành-giả, sắc-giới thiện-nghiệp trong đê-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (paṭisandhikāla) có jīvitānavakakalāpa: nhóm sắc-pháp có sắc thứ 9 là sắc-mạng-chủ làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên Asaññasattābhūmi (Vô-tướng-thiên).

Chư Phạm-thiên trong tầng trời sắc-giới phạm-thiên Asaññasattābhūmi (Vô-tướng-thiên) này chỉ có **nhất uẩn** là sắc-uẩn mà thôi, *chư phạm-thiên chỉ có thân không có tâm*, có tuổi thọ sống lâu suốt 500 đại-kiếp trái đất.

4.3- Suddhāvāsabhūmi: Tầng trời Tịnh-cư-thiên có 5 tầng

- Avihā: Tầng trời Vô-phiền-thiên.
- Atappā: Tầng trời Vô-nhiệt-thiên.
- Sudassā: Tầng trời Thiện-hiện-thiên.

- *Sudassī*: Tầng trời Thiện-kiến-thiên.
- *Akaniṭṭhā*: Tầng trời Sắc-cứu-cánh-thiên.

Hành-giả là bậc Thánh Bất-lai (*Anāgāmi*) đã chứng đắc *đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm*.

Sau khi bậc Thánh Bất-lai chết, **sắc-giới thiện-nghiệp** trong *đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm* cho quả trong *thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp* (*paṭisandhikāla*) có **đệ-tứ-thiên sắc-giới-quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: sắc-giới tái-sinh-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên **5 tầng trời sắc-giới phạm-thiên** *Suddhāvāsabhūmi* (*Tịnh-cư-thiên*) tùy theo năng lực của 5 *pháp-chủ* (*indriya*) là *tín pháp-chủ*, *tấn pháp-chủ*, *niệm pháp-chủ*, *định pháp-chủ*, *tuệ pháp-chủ* của mỗi bậc Thánh Bất-lai như sau:

- Nếu bậc Thánh Bất-lai có **tín pháp-chủ** nhiều năng lực hơn 4 pháp-chủ còn lại, thì **đệ-tứ-thiên sắc-giới quả-tâm** làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Avihābhūmi* (*Vô-phiền-thiên*), có tuổi thọ 1.000 đại-kiếp trái đất.

- Nếu bậc Thánh Bất-lai có **tấn pháp-chủ** nhiều năng lực hơn 4 pháp-chủ còn lại, thì **đệ-tứ-thiên sắc-giới quả-tâm** làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Atappābhūmi* (*Vô-nhiệt-thiên*) có tuổi thọ 2.000 đại-kiếp.

- Nếu bậc Thánh Bất-lai có **niệm pháp-chủ** nhiều năng lực hơn 4 pháp-chủ còn lại, thì **đệ-tứ-thiên sắc-giới quả-tâm** làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên *Sudassābhūmi* (*Thiện-hiện-thiên*), có tuổi thọ 4.000 đại-kiếp.

- Nếu bậc Thánh Bất-lai có **định pháp-chủ** nhiều năng lực hơn 4 pháp-chủ còn lại, thì **đệ-tứ-thiên sắc-giới**

quả-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên **Sudassībhūmi** (*Thiện-kiến-thiên*), có tuổi thọ 8.000 đại-kiếp.

- Nếu *bậc Thánh Bất-lai* có **tuệ pháp-chủ** nhiều năng lực hơn 4 pháp-chủ còn lại, thì **đệ-tứ-thiên sắc-giới quả-tâm** làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên **Akaniṭṭhābhūmi** (*Sắc-cứu-cánh-thiên*), có tuổi thọ 16.000 đại-kiếp.

Bậc Thánh Bất-lai chắc chắn sẽ trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* tại 1 trong 5 tầng trời Tịnh-cư-thiên ấy, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong tam-giới.⁽¹⁾

Cõi vô-sắc-giới có 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên

1- *Ākāśānañcāyatanabhūmi*: Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên *Không-vô-biên-xứ-thiên*.

2- *Viññānañcāyatanabhūmi*: Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên *Thức-vô-biên-xứ-thiên*.

3- *Ākiñcaññāyatanabhūmi*: Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên *Vô-sở-hữu-xứ-thiên*.

4- *Nevasaññānāsaññāyatanabhūmi*: Tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên *Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên*.

Vô-sắc-giới thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

Thật ra, *vô-sắc-giới thiện-nghiệp* trong 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có 4 bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm gọi là *paṭisandhicitta*: vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm

¹ Tìm hiểu rõ bậc Thánh trong bộ *Nền-Tảng-Phật-Giáo* quyển X: *Pháp-Hành Thiên-Tuệ*, cùng soạn giả.

phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên.

Thiên vô-sắc-giới có 4 bậc thiên

Thiên vô-sắc-giới có 4 bậc mà mỗi bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm có mỗi đối-tượng thiên-định vô-sắc riêng biệt để chứng đắc mỗi bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm ấy. Cho nên, đối-tượng thiên-định vô-sắc có 4 loại để chứng đắc 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm.

Sau khi đã chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm, hành-giả tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-định, để chứng đắc 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm theo tuần tự.

1- Hành-giả nào thực hành pháp-hành thiên-định với đối-tượng thiên-định vô-sắc gọi là *ākāsapaññatti* dẫn đến chứng đắc đệ-nhất-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* (không-vô-biên-xứ-thiên thiện-tâm) có 2 chi-thiên là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Sau khi hành-giả ấy chết, **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong không-vô-biên-xứ-thiên thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **không-vô-biên-xứ-thiên quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên **Không-vô-biên-xứ-thiên**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có tâm mà không có thân, có tuổi thọ 20.000 đại-kiếp trái đất.

2- Hành-giả nào thực hành pháp-hành thiên-định với đối-tượng thiên-định vô-sắc gọi là *paṭhamārappa-viññāṇa* đó là *ākāsānañcāyatanakusalacitta* dẫn đến chứng đắc đệ-nhị-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm gọi là

viññānañcāyatanakusalacitta (thức-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm) có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Sau khi hành-giả ấy chết, **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong thức-vô-biên-xứ-thiền thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **thức-vô-biên-xứ-thiền quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên **Thức-vô-biên-xứ-thiền**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có *tâm* mà không có *thân*, có tuổi thọ 40.000 đại-kiếp trái đất.

3- Hành-giả nào thực hành pháp-hành thiền-định với *đối-tượng thiền-định vô-sắc* gọi là *natthibhāvapaññatti* dẫn đến chứng đắc *đệ-tam-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* (vô-sở-hữu-xứ-thiền thiện-tâm) có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Sau khi hành-giả ấy chết, **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong vô-sở-hữu-xứ-thiền thiện-tâm cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **vô-sở-hữu-xứ-thiền quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: vô-sắc-giới tái-sinh-tâm làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên **Vô-sở-hữu-xứ-thiền**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có *tâm* mà không có *thân*, có tuổi thọ 60.000 đại-kiếp trái đất.

4- Hành-giả nào thực hành pháp-hành thiền-định với *đối-tượng thiền-định vô-sắc* gọi là *tatīyāruppaviññāna* đó là *ākiñcaññāyatanakusalacitta* dẫn đến chứng đắc *đệ-tứ-thiền vô-sắc-giới thiện-tâm* gọi là *nevasaññānāsaññāyatanakusalacitta* (*phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiền thiện-tâm*) có 2 chi-thiền là *upekkhā* và *ekaggatā*.

Sau khi hành-giả ấy chết, **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên thiện-tâm* cho quả trong *thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (paṭisandhikāla)* có **phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên quả-tâm** gọi là *paṭisandhicitta*: **vô-sắc-giới tái-sinh-tâm** làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên **Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên**. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này chỉ có *tâm* mà không có *thân*, có tuổi thọ 84.000 đại-kiếp trái đất.⁽¹⁾

Như vậy, *chư phạm-thiên* trong 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên chỉ có **4 danh-uẩn** là *thọ-uẩn, tướng-uẩn, hành-uẩn, thức-uẩn* mà thôi gọi là *chư phạm-thiên có tứ-uẩn*.

Chư phạm-thiên tử sinh luân-hồi

Chư phạm-thiên còn là *hạng phàm-nhân (chưa phải là bậc Thánh-nhân)* sinh trong tầng trời sắc-giới nào hoặc tầng trời vô-sắc-giới nào, có tuổi thọ sống lâu bao nhiêu đi nữa, đến khi hết tuổi thọ tại tầng trời ấy, đều phải chết, rồi tái-sinh kiếp sau trong cõi-giới khác tùy theo thiện-nghiệp cho quả của mỗi vị phạm-thiên.

* Trong *cõi trời sắc-giới*, nếu vị phạm-thiên nào không chỉ hưởng sự an-lạc trong tầng trời ấy, mà còn tiếp tục thực hành pháp-hành thiên-định, có thể dẫn đến chứng đắc *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* nào thấp hơn bậc thiên cũ, hoặc ngang bằng bậc thiên cũ, hoặc cao hơn bậc thiên cũ.

Sau khi vị phạm-thiên ấy hết tuổi thọ tại tầng trời ấy

¹ Tìm hiểu phương pháp thực hành 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm trong phần trước.

(chết), *sắc-giới thiện-nghiệp*, hoặc *vô-sắc-giới thiện-nghiệp* trong bậc thiên thiện-tâm ấy sẽ cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* hoặc tầng trời *vô-sắc-giới phạm-thiên* tương xứng với *bậc thiên sắc-giới quả-tâm*, hoặc *bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm* ấy như sau:

- Nếu vị phạm-thiên nào chứng đắc *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* nào thấp hơn *bậc thiên cũ*, thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *sắc-giới thiện-nghiệp* trong *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc thấp* ấy cho quả là *bậc thiên sắc-giới quả-tâm bậc thấp* ấy gọi là ***tái-sinh-tâm*** (*paṭisandhiccitta*) làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên xuống dưới tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* bậc thấp hơn tầng trời cũ, tương xứng với *bậc thiên sắc-giới quả-tâm* ấy, vị phạm-thiên hưởng an-lạc cho đến khi hết tuổi thọ trong tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* ấy.

- Nếu vị phạm-thiên nào chứng đắc *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* ngang bằng với *bậc thiên cũ*, thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *sắc-giới thiện-nghiệp* trong *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm ngang bằng* với *bậc thiên cũ* cho quả là *bậc thiên sắc-giới quả-tâm ngang bằng* ấy gọi là ***tái-sinh-tâm*** (*paṭisandhiccitta*) làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trở lại trong tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* cũ ấy.

- Nếu vị phạm-thiên nào chứng đắc *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* nào cao hơn *bậc thiên cũ*, thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *sắc-giới thiện-nghiệp* trong *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc cao* hơn *bậc thiên cũ* cho quả là *bậc thiên sắc-giới quả-tâm* ấy gọi là ***tái-sinh-tâm*** (*paṭisandhiccitta*) làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* tương xứng với *bậc thiên sắc-giới quả-tâm* ấy.

- Nếu vị phạm-thiên nào không chứng đắc *bậc thiền sắc-giới thiện-tâm* nào, thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *đục-giới đại-thiện-nghiệp trong đại-thiện-tâm* hợp với trí-tuệ của kiếp trước cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp xuống cõi thiện-đục-giới là cõi người hoặc 1 trong 6 cõi trời đục-giới. ok

* Trong *tầng trời sắc-giới phạm-thiên Vô-tướng-thiên*, đến khi vị phạm-thiên hết tuổi thọ 500 đại-kiếp trải đất, sau khi vị phạm-thiên ấy chết, thì *đục-giới đại-thiện-nghiệp* trong đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ kể từ kiếp thứ 3 trở lui về trước sẽ cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trong cõi thiện-đục-giới, sinh làm người hoặc sinh làm chư-thiên trong cõi trời-đục-giới.

* Trong *cõi trời vô-sắc-giới*, nếu vị phạm-thiên nào không chỉ hưởng sự an-lạc trong tầng trời ấy, mà còn tiếp tục thực hành pháp-hành thiền-định, thì chỉ có thể dẫn đến chứng đắc *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ngang bằng với bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cũ*, hoặc chứng đắc *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cao hơn bậc thiền cũ* mà thôi, không thể chứng đắc bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm thấp hơn bậc thiền cũ, bởi vì không có đối-tượng-thiền-định.

- Nếu vị phạm-thiên nào chứng đắc *bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ngang bằng với bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cũ* thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm ngang bằng với bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm cũ* ấy cho quả là *bậc thiền vô-sắc-giới quả-tâm ngang bằng ấy* gọi là *tái-sinh-tâm (paṭisandhicitta)* làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị phạm-thiên trở lại trong tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên cũ ấy, vị phạm-thiên hưởng sự an-

lạc cho đến khi hết tuổi thọ trong tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên ấy.

- Nếu vị phạm-thiên nào chứng đắc *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm* cao hơn *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cũ* thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *vô-sắc-giới thiện-nghiệp* trong *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm bậc cao hơn bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cũ* ấy cho quả là *bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm bậc cao* ấy gọi là *tái-sinh-tâm (paṭisandhicitta)* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên cao hơn tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên cũ ấy, vị phạm-thiên hưởng an-lạc cho đến khi hết tuổi thọ trong tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên ấy.

* Trong *tầng trời vô-sắc-giới Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên tột đỉnh*, vị phạm-thiên ấy chỉ có thể chứng đắc *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm ngang bằng* với *bậc thiên cũ* là *bậc thiên phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm mà thôi*, không thể chứng đắc *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm bậc thấp*, bởi vì không có đề-mục thiên-định.

Sau khi vị phạm-thiên ấy hết *tuổi thọ lâu dài nhất suốt 84.000 đại-kiếp trái đất*, *vô-sắc-giới thiện-nghiệp* trong *phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm* cho quả là *bậc thiên phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ quả-tâm* gọi là *tái-sinh-tâm (paṭisandhicitta)* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị phạm-thiên trở lại tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên cũ ấy.

- Nếu vị phạm-thiên nào không chứng đắc *bậc thiên phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ thiện-tâm cũ*, thì sau khi vị phạm-thiên ấy chết, *dục-giới đại-thiện-nghiệp* trong *đại-thiện-tâm hợp với trí-tuệ* của kiếp trước cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp xuống cõi thiện dục-giới là cõi người hoặc cõi trời dục-giới.

Như vậy, mỗi chúng-sinh còn là hạng phàm-nhân (chưa phải bậc Thánh-nhân) vẫn còn luân quần trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Dù chúng-sinh trong cõi đại-địa-ngục Avīci chịu quả khổ của ác-nghiệp, bị thiêu đốt suốt 100 ngàn đại-kiếp trái đất cũng đến lúc mãn quả của ác-nghiệp, được thoát ra khỏi cõi ác-giới, rồi tái-sinh kiếp sau nơi cõi-giới khác tùy theo quả nghiệp của họ.

Dù vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tột đỉnh *Phi-tướng-phi-phi-tướng-xú-thiên* hưởng quả an-lạc trong suốt thời gian 84.000 đại-kiếp trái đất, đến lúc hết tuổi thọ, rồi cũng phải tái-sinh kiếp sau xuống cõi dục-giới.

Đối với chúng-sinh còn là ***hạng phàm-nhân***, chưa phải là *bậc Thánh-nhân* vẫn còn luân quần trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

Cho nên, trong tam-giới gồm có 31 cõi-giới chỉ là ***nơi tam-trú*** của tất cả chúng-sinh mà thôi, chắc chắn không có ***chúng-sinh*** nào ***thường-trú*** trong cõi-giới nào cố định được cả.

* Đối với chư ***bậc Thánh-nhân*** tuy đã trải qua kiếp tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài ***từ vô thủy*** không ***sao biết được***, nhưng mà sau khi trở thành ***bậc Thánh-nhân*** rồi thì kiếp tử sinh luân-hồi bị hạn chế theo mỗi ***bậc Thánh-nhân*** như sau:

- ***Bậc Thánh Nhập-lưu*** tuyệt đối không còn tái-sinh kiếp sau trong 4 cõi ác-giới, chỉ còn tái-sinh kiếp sau trong cõi thiện-dục-giới là cõi người hoặc cõi trời dục-giới nhiều nhất ***7 kiếp nữa*** mà thôi. Trong kiếp thứ 7, chắc chắn ***bậc Thánh Nhập-lưu*** sẽ trở thành ***bậc Thánh***

A-ra-hán, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

- ***Bậc Thánh Nhất-lai*** chỉ còn tái-sinh kiếp sau trong cõi thiện-dục-giới là cõi người hoặc cõi trời dục-giới *1 kiếp nữa* mà thôi. Trong kiếp ấy, chắc chắn *bậc Thánh Nhất-lai* sẽ trở thành *bậc Thánh A-ra-hán*, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

- ***Bậc Thánh Bất-lai*** không còn tái-sinh kiếp sau trở lại cõi thiện-dục-giới, mà chỉ tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên mà thôi. *Bậc Thánh Bất-lai* sẽ trở thành *bậc Thánh A-ra-hán* tại tầng trời sắc-giới phạm-thiên, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

- ***Bậc Thánh A-ra-hán*** đến khi hết tuổi thọ, đồng thời tịch diệt Niết-bàn ngay kiếp hiện-tại ấy, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Tuy nhiên nếu *bậc Thánh Nhập-lưu* và *bậc Thánh Nhất-lai* nào đã chứng đắc các *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* (hoặc các *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm*), thì sau khi *bậc Thánh-nhân* ấy chết, *sắc-giới thiện-nghiệp* (hoặc *vô-sắc-giới thiện-nghiệp*) trong *bậc thiên thiện-tâm bậc cao* có quyền ưu tiên cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có *bậc thiên quả-tâm bậc cao* ấy gọi là *paṭisandhicitta (tái-sinh-tâm)* làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời tương xứng với *bậc thiên quả-tâm bậc cao* ấy. Vị phạm-thiên *Thánh-nhân* ấy hưởng an-lạc trong tầng trời ấy cho đến khi hết tuổi thọ tại tầng trời ấy. Sau khi vị phạm-thiên *thánh-nhân* ấy chết, chắc chắn *sắc-giới thiện-nghiệp* (hoặc *vô-sắc-giới thiện-nghiệp*) trong *bậc thiên thiện-tâm bậc cao* cho quả có *bậc thiên quả-tâm bậc cao* gọi là

paṭisandhicitta (tái-sinh-tâm) làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời tương xứng với *bậc thiên quả-tâm bậc cao ấy*

Thật ra, sau khi *bậc Thánh Nhập-lưu* và *bậc Thánh Nhất-lai* trên tầng trời *sắc-giới phạm-thiên* hoặc *tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên* hết tuổi thọ tại tầng trời ấy (chết), không tái-sinh kiếp sau xuống tầng trời bậc thấp, cũng không tái-sinh kiếp sau trở lại tầng trời cũ, mà chỉ có *sắc-giới thiện-nghiệp* (hoặc *vô-sắc-giới thiện-nghiệp*) trong *bậc thiên thiện-tâm bậc cao* cho quả có *bậc thiên quả-tâm bậc cao* gọi là *paṭisandhicitta* (tái-sinh-tâm) làm phạm sự tái-sinh kiếp sau hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên *tầng trời bậc cao* cho đến *tầng trời tột đỉnh*, sẽ trở thành *bậc Thánh A-ra-hán*, rồi sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong tam-giới.

Thực hành pháp-hành

Trong Phật-giáo có 3 pháp-hành chính:

- 1- *Pháp-hành giới.*
- 2- *Pháp-hành thiên-định.*
- 3- *Pháp-hành thiên-tuệ.*

1- Pháp-hành giới

Pháp-hành giới là pháp-hành mà hành-giả cần phải thực hành ở giai đoạn đầu, để làm nền tảng cho pháp-hành thiên-định và pháp-hành thiên-tuệ.

Hành-giả thực hành *pháp-hành giới*, có *tác-ý tâm-sở* (*cetanācetasika*) *đồng sinh* với *đại-thiện-tâm* giữ gìn thân và khẩu tránh xa 3 thân ác-nghiệp và tránh xa 4 khẩu ác-nghiệp, thành-tựu 3 thân thiện-nghiệp và 4 khẩu thiện-nghiệp, để giữ gìn *các điều-giới của mình* cho được

trong sạch và trọn vẹn, để làm nền tảng cho *pháp-hành thiên-định* và *pháp-hành thiên-tuệ* được phát triển.

Nếu các điều-giới của mình không trong sạch và trọn vẹn thì pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ không có nơi nương nhờ để phát triển được.

Cho nên, *pháp-hành giới* là pháp-hành mà hành-giả cần phải thực hành ở giai đoạn đầu. ⁽¹⁾

2- Pháp-hành thiên-định

Hành-giả thuộc hạng *người tam-nhân* (*tihetukapuggala*) nương nhờ *pháp-hành giới*, giữ gìn các điều-giới của mình được trong sạch và trọn vẹn làm nền tảng, làm nơi nương nhờ, để thực hành *pháp-hành thiên-định*.

Pháp-hành thiên-định có trong Phật-giáo và ngoài Phật-giáo, hành-giả thực hành pháp-hành thiên-định có khả năng dẫn đến chứng đắc 5 *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* và chứng đắc 4 *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm*.

- Sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị phạm-thiên trên 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên, hưởng sự an-lạc theo tuổi thọ tại tầng trời ấy.

- Vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị phạm-thiên trên 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên, hưởng an-lạc theo tuổi thọ tại tầng trời ấy.

Cho nên, hành-giả nào thực hành pháp-hành thiên-định dẫn đến chứng đắc 5 *bậc thiên sắc-giới thiện-tâm* và 4 *bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm*. Sau khi hành-giả

¹ Tìm hiểu rõ trong bộ *Nền-Tảng-Phật-Giáo*, quyển III: *Pháp-Hành Giới*, cùng soạn giả.

ấy chết, không tái-sinh kiếp sau trong cõi dục-giới mà chắc chắn *sắc-giới thiện-nghiệp trong bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc cao* có quyền ưu tiên cho quả có *bậc thiên sắc-giới quả-tâm bậc cao* hoặc *vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm bậc cao* có quyền ưu tiên cho quả có *bậc thiên vô-sắc-giới quả-tâm bậc cao* gọi là *paṭisandhicitta: tái-sinh-tâm* làm phận sự tái-sinh kiếp kế-tiếp hóa-sinh làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên hoặc tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên tương xứng với bậc thiên quả-tâm ấy, hưởng an-lạc tại tầng trời ấy cho đến khi hết tuổi thọ (chết), rồi phải tái-sinh kiếp sau trong cõi-giới khác tùy theo nghiệp và quả của thiện-nghiệp của mỗi vị phạm-thiên.

Vì vậy, *sắc-giới thiện-nghiệp* và *vô-sắc-giới thiện-nghiệp* vẫn còn luân quản trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

3- Pháp-hành thiên-tuệ

Hành-giả nào thuộc hạng *người tam-nhân (tīhetukapuggala)* đã từng tạo *10 pháp-hạnh ba-la-mật* từ vô số kiếp trong quá-khứ. Nay kiếp hiện-tại có duyên lành đến hầu đánh lễ Đức-Phật hoặc bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật, lắng nghe chánh-pháp của Đức-Phật, phát sinh đức-tin trong sạch nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo. Hành-giả ấy là người có giới-hạnh trong sạch, nương nhờ nơi pháp-hành giới, để thực hành *pháp-hành thiên-tuệ*.

Pháp-hành thiên-tuệ chỉ có trong Phật-giáo, hoàn toàn không có ngoài Phật-giáo, hành-giả ấy có giới-hạnh trong sạch, nương nhờ nơi pháp-hành giới, để thực hành pháp-hành thiên-tuệ có khả năng dẫn đến *chứng ngộ chân-lý từ Thánh-đế y theo Đức-Phật*, chứng đắc như sau:

- Chúng đăc *Nhập-lưu Thánh-đạo, Nhập-lưu Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được 2 loại phiền-não là tà-kiến và hoài-nghi* không còn dư sót, trở thành **bậc Thánh Nhập-lưu**.

- Chúng đăc đén *Nhất-lai Thánh-đạo, Nhất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được 1 loại phiền-não sân loại thô* không còn dư sót, trở thành **bậc Thánh Nhất-lai**.

- Chúng đăc đén *Bất-lai Thánh-đạo, Bất-lai Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được 1 loại phiền-não sân loại vi-tế* không còn dư sót, trở thành **bậc Thánh Bất-lai**.

- Chúng đăc đén *A-ra-hán Thánh-đạo, A-ra-hán Thánh-quả, Niết-bàn, diệt tận được 7 loại phiền-não còn lại là tham, si, ngã-mạn, buồn-chán, phóng-tâm, không biết hổ-thẹn tội-lỗi, không biết ghê-sợ tội-lỗi* không còn dư sót, trở thành **bậc Thánh A-ra-hán** cao thượng.

Bốn bậc Thánh-nhân này là bậc Thánh thanh-văn đệ-tử của Đức-Phật.

(Tìm hiểu rõ trong bộ *Nền-Tảng-Phật-Giáo*, quyển X: *Pháp-hành thiên-tuệ*, cùng soạn giả.)

(Xong phần pháp-hành thiên-định.)

Nghị Thức Thọ Pháp-Hành-Thiền

Lễ thọ pháp-hành-thiền là việc làm theo truyền thống từ thời-kỳ Đức-Phật cho đến nay. Khi Đức-Phật còn hiện hữu trên thế gian, chư tỳ-khuru đền hầu đánh lễ Đức-Phật, kính xin thọ pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ, rồi tìm nơi thanh vắng để thực hành, hoặc đến xin thọ pháp-hành-thiền nơi Ngài Đại-Trưởng-lão, hoặc Ngài Trưởng-lão, v.v...

Khi làm *lễ thọ pháp-hành-thiền*, nếu hành-giả là *cận-sư-nam*, *cận-sư-nữ* nên làm *lễ thọ phép quy-y Tam-bảo và thọ-trì chánh-mạng-đệ-bát-giới (ājīvatṭhamakasīla)* có điều-giới thứ 8 là điều-giới chánh-mạng từ Ngài Thiền-sư.

Trước khi *thọ phép quy-y Tam-bảo*, hành-giả nên làm lễ sám hối nơi Tam-bảo: Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo trước sự hiện diện của Ngài Thiền-sư chứng minh, để tránh mọi sự trở ngại trong khi thực hành pháp-hành thiền-định như sau:

1- Nghị thức sám hối

Hành-giả nên thành tâm sám hối rằng:

- *Kính bạch Ngài Trưởng-lão, xin phép Ngài Trưởng-lão, con xin thành tâm sám hối những lỗi lầm do cố ý hoặc vô ý phạm đến Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng, Tam-bảo, cùng với các bậc Thầy tổ, cha mẹ, ... từ trước cho đến hiện-tại này. Kể từ nay về sau, con hết sức cố gắng cẩn trọng giữ gìn không để tái phạm.*

Kính xin Ngài Trưởng-lão chứng minh cho con, và nhận biết những lỗi lầm của con. Bạch Ngài.

Do tác-ý đại-thiện-tâm này, tất cả mọi điều tai hại không xảy đến với con, và nguyện vọng thực hành pháp-hành thiền-định cho được thành tựu. (Đánh lễ 3 lần)

Ngài Trưởng-lão Thiên-sư khuyên dạy rằng:

- *Này hành-giả! Con đã nhận biết những lỗi lầm do cố ý hoặc vô ý phạm đến Đức-Phật, Đức-Pháp, Đức-Tăng, Tam-bảo, cùng với các bậc Thầy tổ, cha mẹ, ... từ trước cho đến hiện-tại này.*

Sư chứng minh và nhận biết sự thành tâm sám hối những lỗi lầm của con.

Vậy, kể từ nay về sau, con phải nên cố gắng cẩn trọng giữ gìn thân, khẩu, ý tránh không để tái phạm.

Người nào đã nhận biết được lỗi lầm của mình, rồi biết sám hối, sửa chữa đúng theo pháp luật của Đức-Phật, thì người ấy chắc chắn sẽ tiến hóa trong mọi thiện-pháp trong giáo-pháp của Đức-Phật.

Hành-giả bạch rằng: “ *Sādhu! Sādhu! Bhante. Lành thay! Lành thay! Bạch Ngài.*”

2- Nghi lễ thọ phép quy-y Tam-bảo và thọ-trì chánh-mạng-đệ-bát-giới

Hành-giả đánh lễ Ngài Trưởng-lão Thiên-sư xong, rồi hành nghi lễ theo tuần tự như sau:

*** Lễ sám hối Tam-bảo**

- Lễ sám hối Đức-Phật-bảo

*Uttamaṅgena vande ’haṃ, pādapaṃsuṃ varuttamaṃ.
Buddhe yo khaliko doso, Buddhō khamatu taṃ mama.*

Con hết lòng thành kính cúi đầu đánh lễ.

Bụi trần dưới bàn chân cao thượng Đức-Phật.

Lỗi lầm nào con đã phạm đến Phật-bảo.

Cúi xin Phật-bảo xá tội ấy cho con. (đánh lễ)

- Lễ sám hối Đức-Pháp-bảo

*Uttamaṅgenavande 'haṃ, Dhammañcaduvidhaṃ varaṃ.
Dhamme yo khaliko doso, Dhammo khamatu taṃ mama.*

*Con hết lòng thành kính cúi đầu đánh lễ.
Hai hạng Pháp-bảo: Pháp-học và pháp-hành.
Lỗi lầm nào con đã phạm đến Pháp-bảo.
Cúi xin Pháp-bảo xá tội ấy cho con. (đánh lễ)*

- Lễ sám hối Đức-Tăng-bảo

*Uttamaṅgena vande 'haṃ, Saṃghaṅca duvidhuttamaṃ.
Saṃghe yo khaliko doso, Saṃgho khamatu taṃ mama.*

*Con hết lòng thành kính cúi đầu đánh lễ.
Hai bậc Tăng-bảo: Phạm-Tăng và Thánh-Tăng.
Lỗi lầm nào con đã phạm đến Tăng-bảo.
Cúi xin Tăng-bảo xá tội ấy cho con. (đánh lễ)*

Bài kệ cầu nguyện

*Iminā puññakammena, sabbe bhayā vinassantu.
Nibbānaṃ adhigantaṃ hi, sabbadukkhā pamuccāmi.*

*Do nhờ năng lực thiện-tâm sám hối này.
Xin cho mọi tai họa hãy đều tiêu diệt.
Mong chúng đấng Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn.
Mong giải thoát khỏi mọi cảnh khổ tái-sinh.*

*** Lễ thọ phép quy-y Tam-bảo
và thọ-trì ājivaṭṭhamakasīla**

Nếu một hành-giả (số ít) thì đọc như sau:

*Ahaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājivaṭṭhamakasīlaṃ
dhammaṃ yācāmi anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha me Bhante.*

*Dutiyampi, ahaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājivaṭṭhamaka-
sīlaṃ dhammaṃ yācāmi anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha
me Bhante.*

Tatīyampi, ahaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājivaṭṭhamaka-sīlaṃ dhammaṃ yācāmi anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha me Bhante.

* Nếu nhiều hành-giả (số nhiều) thì đọc như sau:

Mayaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājivaṭṭhamakasīlaṃ dhammaṃ yācāma anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha no Bhante.

Dutiyampi, mayaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājivaṭṭhamakasīlaṃ dhammaṃ yācāma anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha no Bhante.

Tatīyampi, mayaṃ Bhante, tisaraṇena saha ājivaṭṭhamakasīlaṃ dhammaṃ yācāma anuggahaṃ katvā, sīlaṃ detha no Bhante.

Nghĩa:

- Kính bạch Ngài Trưởng-lão, chúng con xin thọ trì tam-quy cùng chánh-mạng-đệ-bát-giới.

Kính xin Ngài Trưởng-lão có tâm-từ hướng dẫn phép quy-y Tam-bảo với thọ-trì chánh-mạng-đệ-bát-giới cho chúng con. Bạch Ngài.

- Kính bạch Ngài Trưởng-lão, chúng con xin thọ trì tam-quy cùng chánh-mạng-đệ-bát-giới.

Kính xin Ngài Trưởng-lão có tâm-từ hướng dẫn phép quy-y Tam-bảo với thọ-trì chánh-mạng-đệ-bát-giới cho chúng con, lần thứ nhì. Bạch Ngài.

- Kính bạch Ngài Trưởng-lão, chúng con xin thọ trì tam-quy cùng chánh-mạng-đệ-bát-giới.

Kính xin Ngài Trưởng-lão có tâm-từ hướng dẫn phép quy-y Tam-bảo với thọ-trì chánh-mạng-đệ-bát-giới cho chúng con, lần thứ ba. Bạch Ngài.

(Hành-giả đánh lễ 3 lần)

Ngài Trưởng-lão Thiên-sư hướng dẫn như sau:

Ths: *Yamaṃ vadāmi, taṃ vadehi. (vadetha)*

(Sư hướng dẫn từng câu nào, con (các con) nên đọc theo đúng từng câu ấy.)

Hg: *Āma. Bhante. (Dạ, xin vâng. Bạch Ngài.)*

Ths: *Namo tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa.*
(3 lần)

Thọ phép quy-y Tam-bảo

- *Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi,*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Phật,

- *Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi,*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Pháp,

- *Samghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Tăng.

- *Dutiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi,*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Phật, lần thứ nhì,

- *Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi,*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Pháp, lần thứ nhì,

- *Dutiyampi Samghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Tăng, lần thứ nhì.

- *Tatiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi,*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Phật, lần thứ ba,

- *Tatiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi,*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Pháp, lần thứ ba,

- *Tatiyampi Samghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.*

Con đem hết lòng thành kính xin quy y Tăng, lần thứ ba.

Ths: *Tisaraṇagamanam paripuṇṇam.*

(Phép quy y Tam-bảo trọn vẹn bấy nhiêu.)

Hg: *Āma. Bhante. (Dạ, xin vâng. Kính bạch Ngài.)*

Thọ trì *ājīvaṭṭhamakasīla*

- 1- *Pāṇātipātā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa sự sát-sinh.
- 2- *Adinnādānā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa sự trộm-cắp.
- 3- *Kāmesumicchācārā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa sự tà-dâm.
- 4- *Musāvādā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa sự nói-dối.
- 5- *Pisunavācā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa nói lời chia rẽ..
- 6- *Pharusavācā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa nói lời thô tục.
- 7- *Samphappalāpā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa nói lời vô ích.
- 8- *Micchājīvā veramaṇisikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
Con xin thọ trì điều-giới, có tác-ý tránh xa cách sống tà-mạng.

Tisaraṇena saha ājīvaṭṭhamakasīlaṃ dhammaṃ sādhuṃ katvā, appamādena sampādettha.

(Các con đã thọ trì phép quy-y Tam-bảo cùng với chánh-mạng-đệ-bát-giới (*ājīvaṭṭhamakasīla*) xong, các con nên cố gắng giữ gìn cho được trong sạch và trọn vẹn, để làm nền tảng cho mọi thiện-pháp phát sinh, bằng pháp không để duôi, thực hành pháp-hành tứ-niệm-xứ.)

Hg: *Āma, Bhante.* (Dạ, xin vâng. Kính bạch Ngài.)

Ths: *Sīlena sugatiṃ yanti, sīlena bhogasampadā.*

Sīlena nibbutiṃ yanti, tasmā sīlaṃ visodhaye.

*Chúng-sinh tái-sinh cõi trời, nhờ giữ giới,
 Chúng-sinh đầy đủ của cải, nhờ giữ giới.
 Chúng-sinh giải thoát Niết-bàn, nhờ giữ giới,
 Vây, các con nên giữ giới, cho trong sạch!*

Hg: *Sādhu! Sādhu! Lành thay! Lành thay!*

Sau khi đã thọ phép quy-y Tam-bảo cùng với *ājīvatṭhamakasīla* xong, tiếp theo hành-giả nên đọc 3 bài kệ khẳng định quy-y Tam-bảo rằng:

*“Natthi me saraṇaṃ aññaṃ,
 Buddho me saraṇaṃ varaṃ.
 Etena saccavajjena,
 Hotu me jayamaṅgalaṃ.*

*Natthi me saraṇaṃ aññaṃ,
 Dhammo me saraṇaṃ varaṃ.
 Etena saccavajjena,
 Hotu me jayamaṅgalaṃ.*

*Natthi me saraṇaṃ aññaṃ,
 Saṃgho me saraṇaṃ varaṃ.
 Etena saccavajjena,
 Hotu me jayamaṅgalaṃ.”*

*Chẳng có nơi nào đáng cho con nương nhờ,
 Phật-bảo nơi nương nhờ cao thượng của con,
 Do nhờ năng lực của lời chân thật này,
 Hằng mong cho con được hạnh phúc cao thượng.*

*Chẳng có nơi nào đáng cho con nương nhờ,
 Pháp-bảo nơi nương nhờ cao thượng của con,
 Do nhờ năng lực của lời chân thật này,
 Hằng mong cho con được hạnh phúc cao thượng.*

*Chẳng có nơi nào đáng cho con nương nhờ,
Tăng-bảo nơi nương nhờ cao thượng của con,
Do nhờ năng lực của lời chân thật này,
Hằng mong cho con được hạnh phúc cao thượng.*

Hoàn thành xong lễ thọ phép quy-y Tam-bảo cùng với thọ-trì *ājīvaṭṭhamakasīla*: Chánh-mạng-đệ-bát-giới.

Nhận xét về giới *ājīvaṭṭhamakasīla*

Hành-giả là bậc xuất gia *sa-di*, *tỳ-khuru* hoặc người tại gia *cận-sự-nam*, *cận-sự-nữ* đều có giới-hạnh theo phạm-hạnh của mình và còn phải nghiêm chỉnh thực hành *ājīvaṭṭhamakasīla*: Chánh-mạng-đệ-bát-giới-này nữa, bởi vì giới này còn có tên là *ādibrahmacariyakasīla*.⁽¹⁾ Giới-hành phạm-hạnh phần đầu.

Chánh-mạng-đệ-bát-giới nghĩa là **chánh-mạng** là điều-giới thứ 8, giới này gồm có 8 điều-giới như sau:

- 1- Điều-giới có tác-ý tránh xa sự sát-sinh,
- 2- Điều-giới có tác-ý tránh xa sự trộm-cắp,
- 3- Điều-giới có tác-ý tránh xa sự tà-dâm.

Ba điều-giới này thuộc về **chánh-nghiệp** trong pháp-hành bát-chánh-đạo.

- 4- Điều-giới có tác-ý tránh xa sự nói-dối,
- 5- Điều-giới có tác-ý tránh xa sự nói lời chia-rẽ,
- 6- Điều-giới có tác-ý tránh xa sự nói lời thô-tục,
- 7- Điều-giới có tác-ý tránh xa sự nói lời vô-ích.

Bốn điều-giới này thuộc về **chánh-ngữ** trong pháp-hành bát-chánh-đạo.

8- Điều-giới có tác-ý tránh xa cách sống tà-mạng thuộc về **chánh-mạng** trong pháp-hành bát-chánh-đạo.

¹ Bộ Visuddhimagga, phần Sīlaniddesa.

Như vậy, *ājīvaṭṭhamakasīla*: Chánh-mạng đê-bát-giới hoặc *ādibrahmacariyakasīla*: Giới-hành phạm-hạnh phần đầu gồm có 3 chánh: chánh-nghiệp, chánh-ngữ, chánh-mạng thuộc về **phần-giới** trong **pháp-hành bát-chánh-đạo tam-giới**.

3 chánh này đó là **viraticetasika**: chế-ngự tâm-sở có 3 tâm-sở là chánh-ngữ tâm-sở, chánh-nghiệp tâm-sở, chánh-mạng tâm-sở.

- Nếu **viraticetasika**: 3 chế-ngự tâm-sở này thuộc về **lokiyaviraticetasika**: 3 chế-ngự tâm-sở đồng sinh với 8 đại-thiện-tâm thì 3 chế-ngự tâm-sở này thuộc về **aniyata-yogīcetasika**: 3 chế-ngự tâm-sở bất-định, còn thuộc về loại **nānākadācīcetasika**: mỗi tâm-sở này riêng rẽ đồng sinh với 8 đại-thiện-tâm có mỗi đối-tượng khác nhau.

- Nếu **viraticetasika**: 3 chế-ngự tâm-sở này thuộc về **lokuttaraviraticetasika**: 3 chế-ngự tâm-sở đồng sinh với 8 hoặc 40 siêu-tam-giới-tâm thì 3 chế-ngự tâm-sở này thuộc về **niyata ekatocetasika**: 3 chế-ngự tâm-sở cố-định đồng sinh với 4 hoặc 20 Thánh-đạo-tâm và 4 hoặc 20 Thánh-quả-tâm có Niết-bàn là đối-tượng.

Cho nên, khi **Thánh-đạo-tâm** phát sinh có 36 tâm-sở đồng sinh với Thánh-đạo-tâm, trong 36 tâm-sở ấy:

- Trí-tuệ tâm-sở gọi là chánh-kiến.
- Hướng-tâm tâm-sở gọi là chánh-tu-duy.
- Chánh-ngữ tâm-sở gọi là chánh-ngữ.
- Chánh-nghiệp tâm-sở gọi là chánh-nghiệp.
- Chánh-mạng tâm-sở gọi là chánh-mạng.
- Tinh-tấn tâm-sở gọi là chánh-tinh-tấn.
- Niệm tâm-sở gọi là chánh-niệm.
- Nhất-tâm tâm-sở gọi là chánh-định.

Như vậy, hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-tuệ* cho đến khi **Thánh-đạo-tâm** phát sinh hợp đủ 8 *chánh*: *Chánh-kiến, chánh-tư-duy, chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng, chánh-tinh-tán, chánh-niệm, chánh-định* đồng sinh với *Thánh-đạo-tâm* cùng có *đối-tượng Niết-bàn siêu-tam-giới* trong *Thánh-đạo lộ-trình-tâm*. Khi ấy, *chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng* là 3 *ché-ngự tâm-sở* thuộc về *niyata ekatocetasika*: 3 *ché-ngự tâm-sở cố-định* cùng đồng sinh với *Thánh-đạo-tâm* có *Niết-bàn là đối-tượng siêu-tam-giới*. Nên **chánh-ngữ, chánh-nghiệp, chánh-mạng** thuộc về *phần-giới* trong *pháp-hành bát-chánh-đạo siêu-tam-giới*.

Bởi vậy cho nên, hành-giả là bậc xuất-gia sa-di, tỳ-khưu và cận-sự-nam, cận-sự-nữ thực hành *pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ* cũng đều phải thọ-trì *ājīvatṭhamakasīla*: *Chánh-mạng đệ-bát-giới* hoặc *ādī-brahmacariyakasīla*: *Giới-hành phạm-hạnh phần-đầu* giữ gìn cho được hoàn toàn trong sạch và trọn vẹn để làm nền tảng, làm nơi nương nhờ cho *pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ* được phát triển.

3- Lễ Hiến Dâng Sinh-Mạng

* Lễ Hiến dâng sinh mạng lên Đức-Phật

Hành-giả thực hành *pháp-hành thiền-định, hoặc pháp-hành thiền-tuệ* ở một mình nơi thanh vắng, phát sinh sợ hãi, hoặc các hàng phi nhân đến quấy nhiễu, hoặc các loài thú dữ có thể làm hại đến sinh-mạng của mình.

Để tránh khỏi những trở ngại cho việc thực hành *pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ*, hành-giả nên làm lễ hiến dâng sinh-mạng của mình lên Đức-Phật, trước khi thực hành *pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ*.

Trong bộ Visuddhimagga: Thanh-Tịnh-Đạo hướng dẫn đọc lời hiến dâng sinh-mạng lên Đức-Phật rằng:

“Imā ’ham Bhagavā, attabhāvaṃ tumhākaṃ pariccajāmi.” ⁽¹⁾ (3 lần, rồi đánh lễ Đức-Phật.)

- Kính bạch Đức-Thế-Tôn, con xin thành kính hiến dâng sinh-mạng của con lên Ngài.

Sau khi đã làm lễ hiến dâng sinh-mạng của mình lên Đức-Phật rồi, hành-giả nên phát sinh đức-tin trong sạch nơi Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, đó là thiện-pháp phát sinh.

Vì vậy, sinh-mạng của hành-giả được an toàn, hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ được thuận lợi, tiến hóa trong mọi thiện-pháp.

Đức-Phật dạy rằng:

“Dhammo have rakkhati dhammacāriṃ, ...” ⁽²⁾

Thật vậy, thiện-pháp hộ trì người hành pháp.

* Lễ hiến dâng sinh-mạng đến thiên-sư

Hành-giả ban đầu thực hành pháp-hành thiền-định hoặc pháp-hành thiền-tuệ cần phải nương nhờ nơi Ngài Trưởng-lão Thiên-sư thông hiểu rành rẽ về pháp-học Phật-giáo và có đầy đủ kinh nghiệm về pháp-hành Phật-giáo, nhất là pháp-hành thiền-định và pháp-hành thiền-tuệ.

Để cho Ngài Trưởng-lão Thiên-sư tận tâm chỉ dạy tỉ mỉ các đề-mục thiền-định, để cho hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định, và các đối-tượng-thiền-tuệ đó là tất cả

¹ Bộ Visuddhimagga, phần Kammatṭhānaggahana niddesa.

² Dhammapadaṭṭhakatthā, tích Sambahulabhikkhuvatthu.

mọi sắc-pháp, mọi danh-pháp thuộc về chân-nghĩa-pháp (paramatthadhamma), để thực hành pháp-hành-tuệ.

Vì vậy, hành-giả nên làm lễ hiến dâng sinh-mạng của mình đến Ngài Trưởng-lão Thiên-sư.

Trong bộ Visuddhimagga: Thanh-Tịnh-Đạo, hướng dẫn đọc lời hiến dâng sinh-mạng đến vị Thiên-sư rằng:

“Imā ’ham Bhante, attabhāvaṃ tumhākaṃ pariccajāmi.” ⁽¹⁾ (3 lần, rồi đánh lễ Ngài Trưởng-lão.)

- Kính bạch Ngài Trưởng-lão, con xin thành kính hiến dâng sinh-mạng của con đến Ngài.

Sau khi đã làm lễ hiến dâng sinh-mạng của mình đến Ngài Trưởng-lão Thiên-sư rồi, hành-giả là người đệ-tử dễ dạy, biết vâng lời dạy dỗ của Ngài Trưởng-lão Thiên-sư ấy ⁽²⁾, trong suốt thời gian thực hành.

* Lễ thọ Pháp-hành thiên-định, Pháp-hành thiên-tuệ

Phật-giáo gồm có 3 pháp:

- Pháp-học Phật-giáo đó là theo học Tam-tạng Pāli và Chú-giải Pāli gồm tất cả lời giáo huấn của Đức-Phật.

- Pháp-hành Phật-giáo đó là pháp-hành giới, pháp-hành thiên-định, pháp-hành thiên-tuệ.

- Pháp-thành Phật-giáo đó là 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn.

Để tỏ lòng tôn kính Pháp-bảo, hành-giả cần phải làm **“lễ cầu pháp-hành”** với Ngài Trưởng-lão Thiên-sư, nên đọc câu:

¹ Bộ Visuddhimagga, phần Kammatthānaggahana niddesa.

² Nếu hành-giả xét thấy pháp-hành của mình không phát triển thì có thể thay đổi Ngài Trưởng-lão Thiên-sư khác, đó là việc bình thường.

“Nibbānassa me Bhante, sacchikaraṇatthāya samathavipassanākammaṭṭhānaṃ detha.” (3 lần, dành lễ)

- Kính bạch Ngài Trưởng-lão, kính xin Ngài có tâm-từ tế độ hướng dẫn, chỉ dạy cho con pháp-hành thiền-định và pháp-hành thiền-tuệ, để cho con thực hành hầu mong chứng ngộ Niết-bàn, giải thoát khổ sinh. Bạch Ngài.

Sau khi hành-giả làm lễ cầu pháp-hành xong, Ngài Trưởng-lão Thiên-sư tận tâm chỉ dạy về pháp-hành thiền-định và pháp-hành thiền-tuệ cho hành-giả.

* Cúng-dường Tam-bảo và lời nguyện

Cúng-dường Tam-bảo là cúng-dường Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo là nơi quy-y nương nhờ đối với các hàng thanh-văn đệ-tử, để tỏ lòng tôn kính ngôi Tam-bảo, hằng ngày đêm, các hàng thanh-văn đệ-tử thường lễ bái, cúng-dường đến ngôi Tam-bảo.

Đức-Phật dạy cách cúng-dường:

- *Amisapūjā*: Cúng-dường bằng phẩm vật, ...

- *Paṭipattipūjā*: Cúng-dường bằng pháp-hành: pháp-hành giới, pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ, ...

Trong 2 cách cúng-dường, Đức-Phật tán dương cách *paṭipattipūjā* là cao thượng hơn cả.

Để tỏ lòng tôn kính Đức-Phật-bảo, Đức-Pháp-bảo, Đức-Tăng-bảo, hành-giả thành kính cúng-dường bằng pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ lên ngôi Tam-bảo, đọc bằng lời như sau:

- *Imāya dhammānudhammapaṭipattiyā
Buddhaṃ pūjemi.*

Con đem hết lòng thành kính cúng-dường Đức-Phật-bảo bằng pháp-hành này.

- *Imāya dhammānudhammapaṭipattiyā
Dhammaṃ pūjemi.*

*Con đem hết lòng thành kính cúng-dường Đức-Pháp-
bảo bằng pháp-hành này.*

- *Imāya dhammānudhammapaṭipattiyā
Saṃghaṃ pūjemi.*

*Con đem hết lòng thành kính cúng-dường Đức-Tăng-
bảo bằng pháp-hành này.*

Lời Nguyện

- *Addhā imāya paṭipattiyā jāti-jarā-maraṇamhā
parimuccissāmi. (3 lần)*

*Chắc chắn, con sẽ giải thoát khỏi khổ sinh, lão, tử
bằng pháp-hành-thiền này.*

Như vậy, mục đích cứu cánh của hành-giả thực hành pháp-hành thiền-định, pháp-hành thiền-tuệ cốt yếu là chứng ngộ Niết-bàn giải thoát khổ tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài.

(Xong nghi thức thọ pháp-hành-thiền.)

Đoạn Kết

* Hành-giả nào là hạng người **tam-nhân** (*tihetuka-puggala*) phạm-nhân thực hành pháp-hành thiên-định nếu có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm. Sau khi hành-giả ấy chết, thì chắc chắn chỉ có **sắc-giới thiện-nghiệp** trong **đệ-ngũ-thiên sắc-giới thiện-tâm** cao nhất mới có quyền ưu tiên cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **đệ-ngũ-thiên sắc-giới quả-tâm** cao nhất gọi là **sắc-giới tái-sinh-tâm** (*paṭisandhicitta*) làm phạm sự tái-sinh kiếp kế-tiếp làm vị phạm-thiên trên tầng trời sắc-giới phạm-thiên gọi là **Quảng-quả-thiên** (*Vehapphalā*) tốt đỉnh của tầng trời sắc-giới phạm-thiên. Chư phạm-thiên trong tầng trời này có tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất, hưởng an-lạc trong tầng trời này cho đến khi hết tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất.

4 sắc-giới thiện-nghiệp trong 4 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm bậc thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (*ahosikamma*), không còn có cơ hội cho quả của những sắc-giới thiện-nghiệp ấy được nữa.

Sau khi vị sắc-giới phạm-thiên ấy hết tuổi thọ 500 đại-kiếp trái đất chết, thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp sau trong cõi-giới khác tùy theo quả của thiện-nghiệp của vị phạm-thiên ấy đã tạo trong kiếp quá-khứ.

* Hành-giả nào nếu có khả năng chứng đắc 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm và 4 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm, sau khi hành-giả ấy chết, thì chắc chắn chỉ có **vô-sắc-giới thiện-nghiệp** trong **đệ-tứ-thiên vô-sắc-giới thiện-tâm** cao nhất gọi là **phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên thiện-tâm** mới có quyền ưu tiên cho quả trong thời-kỳ tái-sinh kiếp kế-tiếp (*paṭisandhikāla*) có **phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên quả-tâm** gọi là **vô-sắc-giới tái-**

sinh-tâm (*paṭisandhicitta*) làm phạm sự tái-sinh kiếp kế tiếp làm vị phạm-thiên trên tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên gọi là Phi-tướng-phi-phi-tướng-xứ-thiên tột đỉnh. Chư phạm-thiên trong tầng trời vô-sắc-giới này có tuổi thọ lâu dài nhất đến 84.000 đại-kiếp trái đất, hưởng sự an-lạc trong tầng trời này.

Sắc-giới thiện-nghiệp trong 5 bậc thiên sắc-giới thiện-tâm và vô-sắc-giới thiện-nghiệp trong 3 bậc thiên vô-sắc-giới thiện-tâm bậc thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (*ahosikamma*), không còn có cơ hội cho quả của những thiện-nghiệp ấy được nữa.

Sau khi vị vô-sắc-giới phạm-thiên ấy hết tuổi thọ (chết) 84.000 đại-kiếp trái đất, dục-giới đại-thiện-nghiệp trong dục-giới thiện-tâm hợp với trí-tuệ trong tiền-kiếp quá-khứ kể từ kiếp thứ 3 trở về trước cho quả tái-sinh kiếp sau xuống cõi thiện-dục-giới (cõi người hoặc cõi trời dục-giới) thuộc về hạng tam-nhân.

Như vậy, tất cả chúng-sinh trong tam-giới: cõi dục-giới có 11 cõi-giới, cõi sắc-giới có 16 tầng trời sắc-giới phạm-thiên, cõi vô-sắc-giới có 4 tầng trời vô-sắc-giới phạm-thiên, gồm có 31 cõi-giới chỉ là **nơi tạm trú** trong thời gian ngắn hoặc dài của 4 loài chúng-sinh (thai-sinh, noãn-sinh, thấp-sinh, hóa-sinh) mà thôi, chắc chắn không có ai được **thường trú** trong cõi-giới nào nhất định cả.

Mỗi chúng-sinh nào dù nhỏ dù lớn sinh ra trong mỗi cõi-giới khác nhau, cũng đều do **nghiệp và quả của nghiệp** của chúng-sinh ấy đã tạo trong những kiếp quá-khứ, điều chắc chắn là **không có định-mệnh** do một ai có khả năng an bài cho mỗi chúng-sinh lớn nhỏ trong 31 cõi-giới này được.

Pháp-hành thiền-định là pháp-hành mà hành-giả còn là hạng phàm-nhân, chưa phải là bậc Thánh-nhân, thực hành dù có khả năng chứng đắc **5 bậc thiền sắc-giới thiện-tâm** và **4 bậc thiền vô-sắc-giới thiện-tâm** vẫn còn luân quần trong vòng tử sinh luân-hồi trong ba giới bốn loài không có tận cùng.

Bậc Tiên-bói dạy rằng: “Tất cả những vật dù to, dù nhỏ được ném lên cao trên hư không, thời gian mau hoặc chậm, những vật ấy đều phải bị rơi xuống đất cả thảy, không có vật nào đứng yên trên hư không được.”

Cũng như vậy, chúng-sinh nếu còn là hạng phàm-nhân trong vòng tử sinh luân-hồi trong tam-giới thì khó mà tránh khỏi tái-sinh vào trong 4 cõi ác-giới (địa ngục, a-su-ra, ngạ-quỷ, súc-sinh).

Nếu chúng-sinh nào đã sinh trong 4 cõi ác-giới (địa-ngục, a-su-ra, ngạ-quỷ, súc-sinh) thì chúng-sinh ấy khó có cơ hội tái-sinh kiếp sau trở lại làm người, bởi vì chúng-sinh ở trong 4 cõi ác-giới thì ác-nghiệp dễ phát sinh, còn đại-thiện-nghiệp khó phát sinh, nên cơ hội đại-thiện-nghiệp cho quả tái-sinh kiếp sau trở lại làm người đó là điều rất khó.

Trong thời đại này, giáo-pháp của Đức-Phật Gotama đang còn hiện hữu trên thế gian, các hàng thanh-văn đệ-tử có cơ hội cố gắng tinh-tân thực hành **pháp-hành thiền-tuệ**, để mong dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, mong chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả nào, trở thành bậc Thánh-nhân thì thật diễm phúc biết dường nào! Nhưng nếu chưa chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả nào thì âu cũng là cơ hội tốt để bồi bổ thêm các pháp-hạnh ba-la-mật cho sớm được đầy đủ, để mong chứng đắc Thánh-đạo, Thánh-quả, Niết-bàn trong thời vị-lai.

Patthanā

*Iminā puññakammena, sukhī bhavāma sabbadā.
Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo, loke sattā sumaṅgalā.
Vietnam-raṭṭhikā sabbe ca, janā pappontu sāsane.
Vuddhiṃ viruḷhivēpullaṃ, patthayāmi nirantaraṃ.*

Lời nguyện

*Năng lực phước-thiện thanh cao này,
Mong chúng con thường được an-lạc.
Mong cho chánh-pháp được trường tồn,
Tất cả chúng-sinh được hạnh-phúc.
Dân tộc Việt Nam được phát triển,
Tiến hóa hưng thịnh trong Phật-giáo.
Bản sư nguyện cầu với tâm thành,
Hằng mong được thành tựu như nguyện.*

** Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo lokasmiṃ*

** Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo Vietnamraṭṭhasmiṃ.*

- *Nguyện cho chánh-pháp được trường tồn trên thế gian,*
- *Nguyện cho chánh-pháp được trường tồn trên Tổ-quốc Việt-Nam thân yêu.*

** Buddhasāsaṇaṃ ciraṃ tiṭṭhatu.*

- *Nguyện cho Phật-giáo được trường tồn.*

PL. 2567 / DL. 2023

*Rừng Núi Viên Không
xã Tóc Tiên, thị xã Phú Mỹ
tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu.*

*Tỳ-khuru Hộ-Pháp
(Dhammarakkhita Bhikkhu)
(Aggamahāpaṇḍita)*

Thông Báo Tin Vui

Bộ sách **Nền-Tảng-Phật-Giáo** của soạn-giả Tỳ-Khuru Hộ-Pháp (Dhammarakkhita Bhikkhu) (Aggamahāpaṇḍita) là bộ sách gồm có 9 chương, chia ra làm 10 quyển được sắp xếp theo thứ tự từ quyển I đến quyển X. Quyển I: Tam-Bảo làm nền tảng cho quyển II: Quy-Y Tam-Bảo, v.v... cho đến quyển IX: Pháp-Hành Thiên-Định làm nền tảng cho quyển X: Pháp-Hành Thiên-Tuệ.

Bộ sách **Nền-Tảng-Phật-Giáo** này đã được tái bản có sửa và bổ sung, đã chuyển sang ebook, được đưa vào trang web “trungtamhotong.org”. Nếu quý độc-giả nào có nhu cầu tìm hiểu thì vào trang web “trungtamhotong.org”, vào mục “thư viện”, tìm đến soạn giả: Tỳ-Khuru Hộ-Pháp, sẽ thấy tên các file sách bằng pdf.

Quý độc-giả nào dùng hệ điều hành IOS thì click vào tên sách và chọn “**Mở trong iBooks**”, sách sẽ tự động tải về máy. Còn với hệ điều hành android thì quý độc-giả có thể tải phần mềm đọc file pdf như **Adobe Acrobat Reader**, sau khi tải về sách sẽ nằm trong phần mềm đó, chỉ cần mở phần mềm lên sẽ thấy file sách.

Trong mỗi file sách, ở trang thứ 3 (Món quà pháp), dưới góc bên phải có ô “Mục lục”, chỉ cần click vào đó sẽ nhảy đến trang “Mục lục”. Còn nếu muốn đọc sách theo thứ tự thì quý độc-giả chỉ cần lật từng trang sách như bình thường.

Mỗi quyển sách file ebook được trình bày có số trang hoàn toàn giống hệt như số trang quyển sách bên ngoài, cho nên, rất thuận lợi cho độc-giả đã từng đọc quyển sách nào rồi, mà quên **tích nào** hoặc **pháp nào**, v.v... không biết ở trong trang sách nào, thì độc-giả chỉ cần đánh **tên tích ấy** hoặc **tên pháp ấy** trong ô tìm kiếm, sẽ tìm được một cách mau chóng ngay tức thì.

Xin chân thành cảm ơn quý độc giả.

SÁCH THAM KHẢO VÀ TRÍCH DẪN

- *Vinayaṭṭhakapāḷi* và *Vinayaṭṭhakathāpāḷi*.
- *Suttantapitakapāḷi* và *Suttantatṭhakathāpāḷi*.
- *Abhidhammapitakapāḷi* và *Abhidhammatṭhakathāpāḷi*.
- *Bộ Visuddhimagga* và *Bộ Visuddhimaggamahāṭīkā*
- *Bộ Abhidhammatthasaṅgaha* của Ngài Đại-Trưởng-Lão Bhaddanta Anuruddha.
- *Toàn bộ Mahābuddhavaṃsa* của Ngài Đại-Trưởng-Lão Bhaddanta Vicittasārābhivaṃsa (*Viṣiṭṭhatipitakadhara, Mahātipitakakoviḍa, Tipitakadharadhammabhaṇḍāgārika*).
- *Toàn bộ sách giáo khoa “Paramatthajotika”* của Ngài Đại-Trưởng-Lão Bhaddanta Saddhammajotika.
- *Các bộ sách của Ngài Đại-Trưởng-Lão Bhaddanta Ledi Sayadaw, v.v...*
- *Bộ sách “Nibbānagāminipaṭipadā”* của Ngài Thiền-sư Pa Auk Tawya Sayadaw, nước Myanmar, v.v...

CÙNG MỘT SOẠN GIẢ

Đã xuất bản:

- TÌM HIỂU PHÁP-HÀNH THIÊN-TUỆ (Tái bản)
- 8 SỰ TÍCH PHẬT LỰC
- Hạnh Phúc An Lành: THIÊN ÁC
- GƯƠNG BẠC XUẤT-GIA
- TÌM HIỂU PHƯỚC BỔ-THÍ (Tái bản)
- Hạnh Phúc An Lành: HIẾU NGHĨA
- Hạnh Phúc An Lành: NHẪN NẠI
- Hạnh Phúc An Lành: GIÁO-PHÁP
- Hạnh Phúc An Lành: TÂM TỬ
- PHÁP MÔN NIỆM ÂN-ĐỨC-PHẬT (Tái bản)
- Thực-Hành Pháp-Hành Thiên-Tuệ: ĐỐI-TƯỢNG TỨ OAI-NGHI
- CON ĐƯỜNG GIẢI THOÁT KHỔ
- Ý NGHĨA ĐÊM RÂM THÁNG TƯ
- BÀI KINH CHO NGƯỜI BỆNH
- LỄ DÂNG Y KATHINA
- ĐỨC-PHẬT VỚI CÂY ĐẠI-BỒ-ĐỀ
- NGÔI BẢO THÁP GOTAMACETIYA
- Nền-Tảng-Phật-Giáo: 10 PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT BẠC THUỢNG
- Nền-Tảng-Phật-Giáo: TRÍ -TUỆ SIÊU-VIỆT
- Nền-Tảng-Phật-Giáo: CẨM NANG QUY-Y TAM-BẢO
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển I: TAM-BẢO (Tái bản)
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển II: QUY-Y TAM- BẢO (Tái bản)
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển III: PHÁP-HÀNH-GIỚI (Tái bản)
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển IV: NGHIỆP VÀ QUẢ CỦA NGHIỆP
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển V: PHƯỚC-THIỆN (Tái bản)
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển VI: PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT 1
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển VII: PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT 2
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển VIII: PHÁP-HẠNH BA-LA-MẬT 3
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển IX: PHÁP-HÀNH THIÊN-ĐỊNH
- Nền-Tảng-Phật-Giáo Quyển X: PHÁP-HÀNH THIÊN-TUỆ

- VI-DIỆU-PHÁP HIỆN THỰC TRONG CUỘC SỐNG (Tái bản)
- NGŨ-GIỚI LÀ THƯỜNG GIỚI CỦA MỌI NGƯỜI (Tái bản)
- NGƯỜI BIẾT ON VÀ BIẾT ĐÈN ON
- KINH CHUYÊN-PHÁP-LUÂN (Tái bản lần thứ nhất)
- VÒNG TỬ SINH LUÂN-HÒI (Tái bản lần thứ nhất)
- PHÁP NHÃ-NẠI (Tái bản lần thứ nhất)
- TÂM-TỬ
- NGÀY RẪM THÁNG TƯ TRONG PHẬT-GIÁO
- TÌM HIỂU PHƯỚC-THIỆN BỒ-THÍ
- TÌM HIỂU PHÁP-CHƯƠNG-NGẠI
- TÌM HIỂU TỬ THÁNH-ĐẾ
- TÌM HIỂU KINH TRẠNG-THÁI VÔ-NGÃ
- NGÃ – VÔ-NGÃ VẤN ĐÁP
- LUẬN VỀ CỬA CHUNG, CỬA RIÊNG
- TÌM HIỂU KIẾP KẾ-TIẾP CỦA MỖI NGƯỜI
- LỢI ÍCH NIỆM-NIỆM SỰ CHẾT

NỀN-TẢNG-PHẬT-GIÁO
QUYỂN IX
PHÁP-HÀNH THIỀN-ĐỊNH
TỶ-KHUU HỘ-PHÁP

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO
53 Tràng Thi - Quận Hoàn Kiếm - Hà Nội
ĐT: 24-3782 2845 – FAX: 24-3782 2841
Email: nhaxuatbantongiao@gmail.com

Chịu trách nhiệm xuất bản
Giám đốc

ThS. NGUYỄN HỮU CỐ

Chịu trách nhiệm nội dung
Tổng Biên tập

LÊ HỒNG SƠN

Biên tập: **NGUYỄN THỊ THANH THỦY**

Sửa bản in
TỶ-KHUU HỘ-PHÁP

Trình bày & Vi tính
DHAMMANANDĀ Upāsikā

Địa chỉ liên lạc và phát hành

CHÙA TỔ BỬU LONG
81/1, Đường Nguyễn Xiển, Long Bình, Quận 9, TP. Hồ Chí Minh
ĐTDD: +84 (0) 778608925

*Số lượng in: 1.000 bản, Khổ 13.5 x 20.5 cm,
In tại: Xí nghiệp In Nguyễn Minh Hoàng, 510 Trường Chinh,
phường 13, quận Tân Bình, thành phố Hồ Chí Minh.
Số ĐKXB: 1631 – 2023/CXBIPH/01 – 67/TG
Mã ISBN: 978-604-61-9545-0
QĐXB: 526/QĐ-NXB TG Ngày 24 tháng 8 năm 2023
In xong và nộp lưu chiểu quý III năm 2023*

Giá: 100.000 Đ

Pháp-hành thiên-định có ngoài Phật-giáo và trong Phật-giáo.

* **Pháp-hành thiên-định** có ngoài Phật-giáo.

Hành-giả nào thực hành pháp-hành thiên-định có khả năng chứng đắc các bậc thiên thiện-tâm.

Sau khi hành-giả ấy chết, thiện-nghiệp trong thiên thiện-tâm bậc cao nào có quyền ưu tiên cho quả tái-sinh kiếp kế-tiếp trên lảng trời phạm-thiên tương xứng với thiên quả-tâm bậc cao ấy.

Các thiên thiện-tâm bậc thấp còn lại đều trở thành vô-hiệu-quả-nghiệp (ahosikamma) không có cơ hội cho quả được nữa.

* **Pháp-hành thiên-định** có trong Phật-giáo.

Hành-giả nào thực hành pháp-hành thiên-định có khả năng chứng đắc các bậc thiên thiện-tâm.

Hành-giả ấy sử dụng bậc thiên nào làm nền tảng, làm đối-tượng thiên-tuệ, thực hành pháp-hành thiên-tuệ dẫn đến chứng ngộ chân-lý tứ Thánh-đế, chứng đắc 4 Thánh-đạo, 4 Thánh-quả, Niết-bàn, trở thành bậc Thánh A-ra-hán, sẽ tịch diệt Niết-bàn, giải thoát khỏi tử sinh luân-hồi trong tam-giới.